# 愛　宕
# 自　治　協　だ　よ　り

第46号　令和5年11月
愛宕地区自治協議会
佐世保市赤崎町596−26
TEL:090-8915-6615
FAX:28−7825

□愛宕地区自治協議会福祉･青少年部会

令和5年9月28日（木）13時30分～ 佐藤美幸先生をお迎えして、第三回 終活講座を開催しました。今回がシリーズ最後の講座でしたが、参加の15名と先生のお話しから大事な事柄を学びました。

- 家族が認知症になった場合の生活の変化とは
- 相続のことについて
- 遺言書のことについて
  （遺言書を作成しても、書き方のミスや抜け漏れがあると無効になるので、公正証書にしておく「公正証書遺言」がある）
- 成年後見人…家庭裁判所が審判によって後見人を決定
  任意後見契約…後見人になって欲しい人に予めお願いをして契約を結んでおくの違い
- お葬式のこと
- お墓のこと（お墓の場所は、親戚に伝えておくこと）
  今増えている「墓じまい」のこと

死ぬときに後悔する２５のこと

1. 健康を大切にしなかったこと
2. タバコを止めなかったこと
3. 生前の意思を示さなかったこと
4. 治療の意味を見失ったこと
5. 自分のやりたかったことをやらなかったこと
6. 夢をかなえられなかったこと
7. 悪事に手を染めたこと
8. 感情に振り回された一生を過ごしたこと
9. 他人に優しくしなかったこと
10. 自分が一番と信じて疑わなかったこと
11. 遺産をどうするか決めなかったこと
12. 自分の葬儀を考えなかったこと
13. 故郷に帰らなかったこと
14. おいしいものを食べておかなかったこと
15. 仕事ばかりで趣味に時間を割かなかったこと
16. 行きたい場所に旅行しなかったこと
17. 会いたい人に会っておかなかったこと
18. 記憶に残る恋愛をしなかったこと
19. 結婚をしなかったこと
20. 子どもを育てなかったこと
21. 子どもを結婚させなかったこと
22. 自分の生きた証を残さなかったこと
23. 生と死の問題を乗り越えられなかったこと
24. 神仏の教えを知らなかったこと
25. 愛するひとに「ありがとう」と伝えなかったこと

出展　「死ぬときに後悔すること25」
大津秀一（致知出版社）

**一番大切なことは、**

**日頃から家族でコミュニケーションをとっておくこと。それが出来なければ書面に残しておくことです。**

主催者より

昨年度から始まった三回の終活講座は、佐藤先生のお人柄もあり、楽しくエンディングノートの書き方から、お寺のこと・お墓のことまでわかりやすくお話しいただきました。

これからの人生をもっとよりよく生きるために終活ノートに書き入れ始めました！との感想をたくさんいただきました。

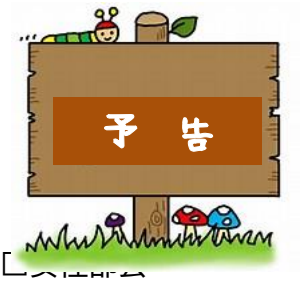
人生の終焉を考えることは、残された時間を自分らしく生きていく「活動」ですよ！とおっしゃった先生の言葉が最後まで印象に残りました。

□総務部会

令和5年10月11日(水) 吉野ヶ里公園方面の研修旅行を実施しました。今回、4年振りということもあり、各町から幅広く参加者を募り、38名で日帰り研修を実施しました。
車内では、吉野ヶ里の歴史のクイズやそれぞれの町内会のことなどを話して、到着後は発掘公開日のいうこともあり現場を見学したり、高床式倉庫や物見やぐらに登ってみたりと思い思いに楽しみ、親睦を深めました。

令和5年４月２５日「謎のエリア」で線刻文様を持つ弥生時代の石棺墓が発見されました。現在の発掘調査で、写真の通り、石棺墓の周囲を広げて埋葬者の性格を明らかにしている所ということでした。
「謎のエリア」とは?
長い間調査が入らないまま「謎のエリア」として注目されていました。

柴田会長より
４年ぶりの研修旅行でしたが、参加者の皆さま方は終日笑顔だったのが印象に残りました。これからも親睦を深める機会をつくっていき、愛宕地区自治協議会の活動を知って頂ければ幸いです。




## あたごの寄り道事業

□生涯学習部会

「笑顔で福がやってくる」 漫談講演会を開催します。

日時：令和６年２月２４日（土）午前１０時～
場所：愛宕地区コミュニティセンター
講師：中山　まさとも様

日々の生活の中で笑いをわすれてはいませんか？　前向きで明るい自分をみつけてみませんか？　皆さんの参加型「生き生き人生講座」です。ほのぼのと幸せな気分に漫談講演会です。

第６回音浴博物館レコード鑑賞会次回開催決定！

日時：令和６年３月９日（土）　午前１１時～
場所：愛宕地区コミュニティセンター

お問い合わせは、
愛宕地区自治協議会　事務局　090-8915-6615（園本まで）