その7　あなたの趣味　もう一度よく考えてみては？

自分が好きなことをする時間というものは、リラックスでき心を豊かにしてくれるばかりでなく、ストレス解消にもなり、しいては毎日の生きがいにもなります。そんな趣味を持つということは良いことではありますが、ここでひとつよく考えていただきたいのが、「本当に心からその趣味を楽しんでいますか」ということです。一貫してひとつの趣味を続ける人もいますが、年代を経るごとに変わってくる人もいます。編みかけの毛糸、スポーツチームで揃えたユニフォーム、パッチワークで集めた数々の端切れ、よく聞いていたレコードやＣＤ、寝る間も惜しんで読んだ本の数々、上達しないまま埃をかぶった楽器等々、家のどこかに置きっぱなしになってはいませんか。本来、趣味と言われるものは、時間があろうとなかろうと、やってしまうものなのですが、今は後回しになっているのなら、もうそれは趣味とはいえません。また、いつかやろうと思っていても、そのいつかは大抵訪れないものです。

かつて趣味と言っていた物について考える時、せっかく高いお金を出して買ったのに、それ程興味がなくなったといって簡単に処分できない、またはそれを見る度に、後ろめたさを感じているのなら、思い切って手放すことも考えてみてはいかがでしょう。人は絶えず変化していくものです。いつまでも過去の思いに捕らわれることなく、整理することで、思考もさっぱりとし、さらに新しい趣味との関係を築けるかもしれません。

また、趣味が高じて、物を集めすぎるのも少し立ち止まって考える必要があります。物には自分で管理できる限界というものがありますし、置いておく場所にも限りがあります。何より自分がいなくなった時、家族の誰かがそれを喜んで引き継いでくれるのでしょうか。もしかしたら遺された物にうんざりするかもしれません。コレクションするのなら、厳選しながら徐々に減らすということも視野に入れる必要があります。一人一人に与えられた時間は有限です。そのことを常に考えながら、これからもあなたの趣味を思いっきり楽しんでください。

その8　親の思い　子の思い

４０代、５０代の働き盛りの年代の方の中には、親の終活を気にかけている人がみえる一方、親御さんのほうでも盛んに終活に取り組んでおられる方もいることでしょう。

さて、終活を考える時、親と子にはその考えに少しギャップがあるようです。実際、終活に関する調査（HOME　ALSOK 研究所　親の終活に関する調査より）の中で、親子それぞれに終活に対する思いをきくと、親世代では『老後は子どもに迷惑をかけたくない』という人が９割以上を占め、子世代は『親から終活について相談されても迷惑とは感じない』という人が約９割となっています。親も子も、互いを思いやるような結果になっているのですが、子世代にとって、親に終活のことを話すのにはためらいがあるようです。親に終活の話を持ち掛けることで、親子関係を悪くしてしまうのではないか、また親が生きる気力を失ったりするのではと心配し、言い出しにくいようです。そしてついつい親任せにしていると、何を手助けしたらよいかわからず、挙句の果てには面倒くさいという気持ちで、なかなか進まなかったりします。しかし、終活に一切手を付けていない状況では、親が認知症になる前に希望を聞いておくべきだったと後悔する人や、急に親が亡くなったため銀行口座の取り扱いに困った等、生前の親子間での終活についてのすり合わせができてなかったことでの問題は少なくありません。そこで、こういった状況にならないように、終活を行う親世代は、自分から積極的に話題提供を行い、親子で互いの考えを話し合ってみることです。またいくら積極的にといっても、やり過ぎはよくありません。自身が良かれと思って準備していることが、かえって遺される者にとって負担であったり、何もかもを進めすぎて、遺される人の気持ちを無にすることもあるからです。大切なのは、日頃から家族で終活を共有し、それぞれの思いをくみ取りながら、お互いの心からの了解をしっかりと得て進めていくことです。