

第16回

「終活」セミナー 【お寺とZoom】

主催：真宗大谷派光明寺



「終活」とは、死にゆくための準備、ということだけではありません。

やがて終わりを迎える私の人生に向き合い、心配なことを相談・整理し、今のいのちを安心して生きて往(ゆ)くための活動です。

元気に過ごしている今のうちから、少しずつ確認し、整理をして、大切な一日一日を安心して生きていきましょう。

そのためには、どのようなことを準備すればよいのでしょうか。

お寺という場所で、一緒に考えてみませんか？

今回のテーマは、「**自分史を作ってみて気付くこと ～人生の物語を紡ぐ～**」といたしました。ご講師には、自分史活用アドバイザーである、**(株)グローバルケアの一言奈津江さん**にお越しいただき、お話をいただきます。

最近、終活関連でよく聞く「自分史」。おそらくは自分の人生の歴史をたどっていくのかなという感じはしますが、それがなぜ「終活」になるのでしょうか。

人は誰も代わることのできないいのちを生きています。そのいのちの歴史をたどることは、自分の人生を尋ね、そして改めて人生の物語を紡いでいくことになるのでしょうか。

そして、今生きてゆくこと、これからどう生きてゆくのかという目標、または方向を、お一人お一人が発見することになるのではないかと期待しています。

参加費は無料です。どなたでもご参加いただけますので、ぜひ、この機会に「終活」について、一緒に考えてみませんか？

今回もお寺での参加と「Zoom」との併催となります。ただし、新型コロナウイルス感染症の感染拡大への対策として、お寺での参加定員は18名とさせていただきます。

参加を希望される方は、裏面をご参考のうえ、お寺へご連絡ください。

日時：2023年2月18日(土) 14時～16時ころ

会場：真宗大谷派 光明寺(江東区千田 9-7 TEL:03-3644-3043)

詳しくは、裏面をご覧ください

一日程一



14時 開会 住職挨拶

14時 5分 セミナー①

「仏教の終活 ～<ものがたい>を生きる～」

光明寺住職 小林尚樹

14時30分 セミナー②

「自分史を作ってみて気付くこと

～人生の物語を紡ぐ～」

株式会社グローバルケア

葬儀相談員 一言奈津江さん

一言奈津江さんプロフィール

(株)グローバルケア・終活含めた葬儀相談員。葬祭ディレクター2級。終活カウンセラー。

自分史活用アドバイザー。医療介護従事者の集い「中央3区医介塾」塾長。

“相続は相続に。お葬式はお想式に” 笑顔相続道正会員。相続診断士。

15時30分 質疑応答というコミュニケーション

16時 閉会

①お寺での参加をご希望の方(定員: 18名、講師の話を直接お聞きできます)

お電話かFAX、またはメール（②参照）でお申し込み下さい。

電話：03-3644-3043 FAX:03-3644-3075

②「Zoom」でのご参加を希望の方(インターネットにより視聴します)

Facebook のメッセージまたはメールにてお申し込みください。

Mail : koumyouji@koumyouji-fukagawa.or.jp

開催日までに、「Zoom」ミーティングルームのURL 及びミーティングID、パスワードをお送りいたします。

**※三密を避け、消毒・除菌に十分配慮いたしますので、ご来寺の皆さまには、必ずマスクの着用をお願いいたします。
お出かけ前には検温し、無理をせずご参加ください。**