

第17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、「終活としての生前整理 ～物の片づけは、心の片づけ～」といたし、ご講師には、遺品整理士認定協会より優良事業所として認定されている(株)ワンズライフ代表取締役 上野貴子(うわのたかこ)さんにお越しいただき、お話していただきます。

上野さんは、松本明子さんの著書『実家じまい終わらせました！』での松本さんとの対談の中で、遺品整理も生前整理も、どちらも基本は家財の整理だと言われています。

今回のセミナーでは、「生前整理」について一緒に考えてみたいと思っております。親のこと、自分のこと、それぞれの立場で、これからの人生を本人が暮らしやすいように、そして遺される方たちが困ることのないような家財整理のヒントをお聞きしたいと思います。

きっと、帰ってすぐに取り掛かれる身近なお話もお聞きできることと思います。

**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、お寺での参加定員は24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6月10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」**

**光明寺住職 小林尚樹**

**14時30分 セミナー②**

**「終活としての生前整理**

**～物の片づけは、心の片づけ～**

**株式会社ワンスライフ**

**代表取締役 うわのたかこ 上野貴子さん**

## 上野貴子さんプロフィール

遺品整理士、遺品査定士。(一社)終活カウンセラー協会認定終活講師。遺品整理・生前整理を終活の一つとして社会に広く認知する活動や行政との協力を積極的な取り組みが評価され、家財整理のプロとしてNHK「あさイチ」をはじめ多くのメディアに取り上げられている。最近では、松本明子さんの『実家じまい終わらせました!』に松本さんとの対談が掲載されている。

**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: 24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」ミーティンググループのURL及びミーティングID、パスワードをお送りいたします。

**※換気をし、消毒・除菌に十分配慮いたしますので、マスクの着用につきましてはそれぞれのご判断で結構です。  
お出かけ前には検温し、無理をせずご参加ください。**