

長寿高齢時代のライフデザイン

(株)ニッセイ基礎研究所 土堤内 昭雄

人生の「棚卸」

□60歳からのリスタート

人生80年時代になり、60歳で迎える還暦は人生の「第4コーナー」です。昔に比べるとここからゴールまでの時間が大幅に長くなりました。この節目に自分の能力や社会・人間関係を再確認する人生の「棚卸」を行い、実り多い高齢期にするための人生のリスタートについて考えましょう。

村上龍さんの「55歳からのハローライフ」(幻冬社、2012年12月)という本があります。60歳前後の男女の日常生活を描いた5つの中編小説をまとめたものです。1つは妻と一緒に全国をキャンピングカーで旅する夢を実現しようと早期退職した夫が、妻の同意を得られずに再就職を試みるのですが、どこにも雇ってくれる会社はなく、退職後の自らの市場価値を知るという話です。

ビジネスパーソンは定年を間近に控えると、退職するのか、再就職するのか大きな選択を迫られます。特に転職を考える場合は、自己能力の時価評価が必要です。同一企業で長く働いていると、社内でしか通用しない能力を社会でも通用すると勘違いしていることがあります。

もう1つは夫が定年退職した後に熟年離婚した妻が、新しいパートナーを求めて幾度か見合いをした結果、新たな生き方をみつけていくというものです。東日本大震災以降は、人生後半のパートナーを探す中高年の婚活が活発だそうです。結婚相談所では自分の収入や趣味、性格、相手に望むことなどを自己申告します。それはこれまでの人生で大切にしてきたこと、今後の生き方など、従来の人生観や価値観を再評価することにほかなりません。

配偶者がいてもいなくても、人生をいつまでもいきいきと暮らすうえで、異性への関心をもちつづけ、異性からの視線を意識することは重要です。年齢にかかわらず夫も妻も魅力ある1人の人間としての「自分磨き」が必要です。また、退職後は夫婦の向き合う時間が長くなり、お互いの生活を尊重しながら依存・干渉しすぎない暮らし方も大切になるでしょう。

長寿時代の人生は「第4コーナー」からのホームストレッチがとも長く、その間の世帯構成、定年や雇用期間、年金受給状況、健康状態など、個々人の状況はさまざまです。還暦を機に人生の「棚卸」を行い、新たな働き方、夫婦の距離感、地域社会との関係

性など考えた“60歳からのリスタート”が今後、1人ひとりオーダーメイドの幸齢社会を生きるために一層重要になるのではないのでしょうか。

□上手な「ストック暮らし」

還暦が近づくと、定年後の生活設計を考える機会がふえます。先日、資産投資セミナーを受講した友人から資料を見せてもらったところ、『毎月収入のある「フローの生活」から、資産を使う「ストックの生活」へ』という言葉がありました。高齢期の暮らしには、資産活用による“上手な「ストック暮らし」”が大事になると思われます。

資産活用の第1は、やはり「お金」です。これまでの仕事による毎月の収入中心の生活から、今後は年金や預貯金を中心に生活を維持しなくてはなりません。少しでも長く安心して暮すためには、これまで蓄えてきた預貯金などの資産活用が重要になります。フローからストックに移行するのはお金だけではなくありません。第2に、60歳をすぎると「健康」という資産が大切です。ウォーキングや水泳などで持続的に無理なく身体を動かし、体力の目減りを食い止めることが重要です。日本の男性の健康寿命はわずか70年ほどで、それをいかに延ばすかが今後の課題です。第3は、「友だち」という交友関係資産の活用です。以前に高齢期には「きょうよう(今日すべき用事)」と「きょういく(今日行くべき所)」のための地域の居場所づくりが重要だと書きましたが、その実現には地域や趣味の友人の存在が欠かせません。高齢期に新たな人間関係を築くことはむずかしく、これまで培った交友関係から仕事を超えてつきあえる友だちとの関係を大切にしたいものです。

2013年4月から改正高齢者雇用安定法が施行され、段階的に希望者全員が65歳まで継続雇用を保障されるようになりました。60～65歳の間は、「フロー」から「ストック」の暮らしへの移行期間であり、本格的な退職後の高齢期に向けた暮らし方や新たな家族・地域との関係性を再構築する時期です。今後の長寿時代を幸せに過ごすために、現役時代に「お金」「健康」「友だち」という資産をバランスよく形成し、これらの3つの資産活用をもとに、「上手な「ストック暮らし」”を実践してみたいかがでしょう。

FUNERAL BUSINESS 2015年6月号 より

STAFF VOICE わたしたちが、皆様のご葬儀をお手伝いいたします。



YASUTAKA kaneda

営業課 営業係 兼田 康敬

この度、入社致しました新入社員の兼田康敬です。私は、胎内市出身ということもあり江南区の地名や道が全く分からない状態でした。また、前職では、葬儀はもちろんのこと接客に関しましても無縁の業種で働いておりましたので、すべてゼロからのスタートでした。入社してからは、日々先輩方から葬儀の知識や接客マナー等のご指導をいただき、まだ覚えることはたくさんありますが、少しずつ自分の身に付いていると実感しております。これからも、多くの知識とこの先経験し学ぶことを身に付けられるよう頑張ります。そして、何よりもお客様が安心してご利用いただけるよう日々頑張っていきたいと思っております。

営業課 営業係 齋藤 清仁

今年の4月から入社して、初めての社会人生活を送らせていただいております。葬祭ということに関して全く無知のまま入社し、入社したばかりの頃はサービス業としての仕事をやっていけるのか自信もなく不安の毎日でした。まだまだ覚えなくてはならないことも沢山あり失敗を繰り返す日々ですが、先輩方にご指導ご鞭撻していただける環境に感謝し、失敗を成功に変えられるように努めていきます。



SATORU hasegawa

営業課 営業係 長谷川 聖

『悔いの残らないお別れのお手伝いを』大切な人との別れは誰もが経験すると思っておりますが、いざ直面すると葬儀の準備や手続きに追われ、なくなった方に思いを馳せる時間がとれないことがあります。葬儀後に「もっとしっかり顔を見ればよかった」「手紙や写真、思い出の品を入れてあげれば良かった」など心残りのあるお別れになってしまいがちです。私たちの仕事はご遺族や残された方々が最後の別れに何をしておきたいか、考える時間を一分一秒でも長く作って差し上げることだと思います。悲しみを消すことは出来ませんが傍に寄り添い、後悔のないお別れをしていただけるための最大限のお手伝いをしたいと思っております。

営業課 営業係 巳亦 昭江

葬祭業という職務に籍を置き奮闘し続け12年。あっという間に時間が過ぎていったように思います。1年4ヶ月前から、こちらの会社に籍を置かせていただき、地域の皆様に喜んでいただけるサービスを心がけ、毎日精進しております。これからの時代、昔からの風習や習わし、葬儀式に対しての考え方など変化があるのではないかと思います。私自身どのような状況も対応できる葬祭スタッフを目指して頑張りたいと思っております。



AYAKA sugiyama

営業課 F.H.S係 杉山 彩香

F.H.S係(飲食サービス係)の杉山です。まだ葬儀の知識も少なければ、不安や緊張感からお客様の前ではいつもごちない笑顔の私ではありますが、どのような場面でもお客様への心配りを忘れずに、全力でお手伝いさせていただきます。よろしく願いたします。

営業課 営業係 福島 正仁

縁あって、つたえに入社させていただき1年が経ちました。私は前職も葬祭業に携わっておりましたが、納棺をメインにお手伝いさせていただいておりました。つたえに入社してから司会業や江南区の風習など毎日勉強させていただいております。葬祭業を志したきっかけは、大切な人を亡くされて何をしたいか分からない方のお力になりたいと思ったことが大きな理由です。もちろんご葬儀にお詳しい方も全力でお手伝いさせていただいておりますが、根本の思いは今も変わりません。今後も精進を重ね地域密着型の強みを活かし、よりきめ細やかなサービスをご提供出来るように努力して参りますのでよろしく願いたします。

▶ 無料相談・式場見学随時受付中お気軽にご来館下さい。

有限会社 八百傳商店 0120-404949 24時間365日対応しております

発行/有限会社 八百傳商店 〒950-0134 新潟県新潟市江南区曙町1丁目9番35号
フューネラルサービス本部(江南曙ホール内) TEL 025-382-8050(代) FAX 025-382-8051 E-mail info@yaoden.co.jp

セレモニーテークつたえ 検索
http://www.yaoden.co.jp

Tsutae 2015.08 広報誌/つたえレトル lettre Vol.17



暑い日が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

Index [目次]

1. つたえバスツアーのご報告
2. 長寿高齢時代のライフデザイン
3. 暮らしのアイデア/つたえレシピ
4. 暮らしのセミナーレポート
5. 八百傳商店(食品販売事業部)のご案内
6. STAFF VOICE わたしたちが、皆様のご葬儀をお手伝いいたします。

ご報告 1 2015年春の「バスツアー」が無事終了しました!



春の日帰り温泉

2015年 5月17日(日)・24日(日)

人気の水族館でクラゲ観賞に、老舗旅館の温泉で、癒しが満載の旅。

今年もセミナーテークつたえ企画「日帰り温泉バスツアー」が無事開催されました。今回の行き先は(山形県)。話題のクラゲドリーム館で美しいクラゲを観賞し、あつみ温泉たちばなやでは温泉とご昼食、お土産のお買い物には庄内観光物産館と、山形の人気スポットを巡りました。

2016年春もご期待下さい! 2016年春のバスツアーは現在計画中です。決定次第お知らせいたしますので、お楽しみに!

山形県 あつみ温泉

クラゲドリーム館(鶴岡市立加茂水族館)
あつみ温泉 たちばなや/庄内観光物産館

- 1 2 3 今回の観光の目玉は、2014年にリニューアルオープンした、クラゲ展示数世界一でギネス認定の「クラゲドリーム館」の見学。美しいクラゲの姿とその数に驚かばかりでした。
- 4 5 6 旅の楽しみ温泉はあつみ温泉「たちばなや」で。温泉のほかに、モダンなダイニングでのご昼食や情緒溢れる日本庭園の眺めで、ゆったりとしたひと時を過ごしました。
- 7 8 もちろん旅の最後はお土産のお買い物。地元の逸品揃いの「庄内観光物産館」へ! お菓子や地酒、海の幸など豊富な品揃えでお買い物も満喫できました。

ご参加いただいた皆様、お疲れまでした!!

暮らしのアイデア

IDEA of LIFE

エアコンで効率よくお部屋を冷やすために...
押し入れやクローゼットの扉を開けてこもった熱を逃がしましょう。
夜を出来るだけ涼しく過ごすには...日よけや遮光カーテンで日中の日差しを室内に入れないようにすると、夜のエアコン効率を上げます。
寝苦しい夜を少しでも快適に...い草の敷きマットを使って下さい。シーツと違いジットリしにくく、い草の香りでリラックス。
昔ながらの方法で涼を得る...寢室がお庭やベランダに面している場合は、打ち水をする事で涼しい空気がお部屋に入ります。
夏の暑さに効くひと工夫をご紹介します!

TSUTAE RECIPE つたえレシピ

枝豆のビシソワーズ

《材料/4人分》
・枝豆(節で薄皮をむく)1カップ
・ジャガイモ 1個
・長ネギ 1本
・水 1カップ
・牛乳 1カップ
・固形スープの素 1個
・塩コショウ 適宜

《作り方》
ジャガイモは皮をむいてスライス、長ネギは適当な大きさに切る。それらを、ジャガイモに火が通るくらまで炒める。
水を加えて沸騰したら固形スープを入れて煮込む。ジャガイモが柔らかくなったら枝豆を入れて、さらに2~3分加熱する。
少し冷ましてからミキサーにかける。牛乳を加えて混ぜ、塩コショウで味付けする。
器に盛り、冷蔵庫で冷やして完成!!

夏にぴったり! 枝豆の冷たいスープ

《ワンポイント》
甘い味付けが好きな方は、長ネギのかわりに玉ネギを使って作ってみて下さい。

レシピ提供: 旬香旬菜 和花

ご報告 2 つたえスタッフによるセミナーを開催!



くらしのセミナーレポート

つたえスタッフによるセミナーの様子をご紹介します!

第22回 通常セミナー「納得できる葬儀、後悔のないお見送りのために。」

最近の葬儀事情や葬儀に関する疑問を、「葬儀」のプロである、つたえのベテランスタッフが解説!

第22回も大勢の皆様からご参加いただき「ありがたいな」という思い、「皆様の関心の高さ」を改めて感じるセミナーになりました。既に定番となりつつある葬儀費用・御布施・家族葬のメリットとデメリットという内容が主のセミナーになりますが、毎回皆様が集中して聞いて下さり、メモをとられる姿が非常に印象的です。皆様の積極的な姿勢を拝見しているからか、セミナー終了後の個別相談では私たちにも熱が入ります。

当社は提携の料理店が何社ありますが、料理の印象のみで御指名をいただくこともございます。今回、セミナー終了後に通夜振舞のお料理をお弁当形式で特別にお召し上がりいただきました。初の試みでしたが、皆様から大変好評の声をいただきました。今後もこのように関心を持たれた皆様のご参考になるようなセミナーが開催出来ればと考えております。皆様の素直なご意見をいつでもお聞かせ下さい。

こちらも定期開催中!

相続のプロを講師に招いた「特別セミナー」最近の相続事情を「相続」のプロがわかりやすく解説!

FUN税理士法人より特別講師をお招きして、「最近の相続事情」や「国が定めた相続のルール」をご説明するとともに、「遺産分割対策」「相続税対策」などをわかりやすく解説していただきます。「相続って誰がなるんだ?」「相続放棄ってなんだ?」「相続税ってどれくらいかかるんだ?」「節税対策は?」「遺言書ってどう書けばいいんだろう?」など、めったに聞かれないプロによる解説と、図解やチェックシートを用いた冊子で「相続」への理解を深めていただけます。

次回は、2015年9月13日(日)に「特別セミナー」を開催予定です! **参加費無料** **個別相談あり** **どなたも参加OK**

ご希望の方には個別相談、見積りのご依頼も承っております。ご家族、お友達をお誘い合わせの上、お気軽にご参加下さい。



セミナーはモニターと資料を使って行っています。



今回も講師を務めた松田(左)と斉藤(右)



今回は初の試みとして(参加費500円+昼食付)といたしましたが、大変ご好評をいただきました!

季節の青果 八百傳 からのご案内 創業130年 新鮮青果・贈答用果物・慶弔用盛かご等の販売ならびに卸売

お彼岸 八百傳の「盛かご」をどうぞ。

ご先祖様やお世話になった方へのお参りに...

お客様のご希望やご予算に合わせてお作りする果物や缶詰がたっぷりの「盛かご」はいかがですか?
お彼岸の季節には手頃なサイズがとても便利な「平かご」がお客様よりご好評をいただいております。

お彼岸参りにオススメ!
果物でも缶詰でもお作りします。

- ・果物平かご (2,160円~)
- ・缶詰平かご (3,240円~)

手頃なサイズの平かごは、慶弔やお見舞いなど様々な用途で便利にお使いいただけます。盛かご同様、季節の果物、缶詰のどちらでもお作りしております。

内容充実! 大きな「盛かご」

- ・果物かご (10,800円~)
- ・缶詰かご (10,800円~)

八百傳ならではの美味しい果物をたっぷり詰め込んだ充実の内容が好評です。果物の内容は季節によって変わります。

- ・缶詰かご (10,800円~)

日持ちのする缶詰やジュースなどでお作りします。ご希望に合わせてビールやお酒でお作りすることも可能です。

八百傳の「盛かご」をご用命の際は...

ご予算・ご用途に合わせてお作りします。
お気軽にご相談下さい。

つたえ ライフサポートクラブ 会員様限定 **5%OFF**

※写真は一例です。※季節、相場などの影響で内容が変わります。※価格はすべて税込です。(平成27年2月 現在)



(有)八百傳商店 食品販売事業部 までお気軽にお問い合わせ下さい。
TEL 025-382-2201 FAX 025-381-6134 HPもご覧下さい http://www.yaoden.net

〒950-0164 新潟市江南区亀田本町3-3-8(車で越しの際は商店街の無料駐車場をご利用下さい) | 営業時間 午前8:15~午後6:30 | 定休日 なし(無休)
《江南区》無料配達いたします! つたえライフサポートクラブ会員の方は、店頭価格より5%OFF ※配達エリア外の場合はご相談下さい。 ※会員割引をご利用の際は、必ず会員カードをご提示下さい。