

contents

- ・余活リストで楽しい余活
- ・グリーンサポート
- ・個別相談
- ・旅行のススメ・ボランティア
- ・編集後記

フューネラルハウス 彩苑

余活茶論

よ かつ さ ろん

VOL.01

創刊号

2018年 12月1日 土曜日
(平成30年)

TEL:0120-56-3100

<http://www.saien-ffines.jp>

彩苑 検索

発行人:株式会社 彩苑 福岡市東区若宮4-1-30

余活リストで

ますます楽しい余活

余活リストを作り、世界中を旅して余活をエンジョイしているデビーさん。「余命半年の2人の男性が人生最後の旅に出るという映画『最高の人生の見つけ方』を観たのがきっかけ。アメリカでは私を含め、多くの人が余活リストを作っています」。

デビーさんは旅行先でユニークな体験を積極的に行うなどチャレンジ精神旺盛です。「アマゾンに行った時はアマゾン川を下り、ボートのホテルに泊まりました。ブラジルでは友人と一緒に結婚式に参列したこともありまして。朝鮮半島の南北境界線まで出向いたことも、とてもいい経験になりました」。余活リストに入れた各国の世界遺産、ペルーのマチュピチ

ユヤチリのイースター島などへの旅も、着々と達成しているそうです。

大きな目標を

生きがいにする

「余活リストの中でも最大の目標は、マダガスカル島に行くこと。南極大陸にも訪れて、全大陸制覇したいですね。世界には195の国があり、すべてを訪問するのは難しいですが、ベストを尽くします。私の死後は家族と友人に別れとお礼のセレモニーである葬儀をあげてもら

い、火葬を希望する予定。灰の一部を可能であれば大地に還してもらえたらと思っています」。

楽しむほどに自然と長生き、

余活リストは敷居が高いと感じる方は、身近なところからはじめてはいかがでしょうか。『ダンスを整理する』『ボランティアに参加する』『家族にありがとうと伝える』など、どんなことでもいいのです。「あなたの人生を、あなたの色で、あなたのタッチで描きましょう。難しく考えず、まずは紙と鉛筆を用意して。それだけでもひとつ達成します。それから、やってみたいことを書き出し、達成したらさらに新しい目標を書き加えましょう。余活リストが皆さんのこれからの人生の羅針盤となりますよ。余活リストがたくさんあるので、まだまだ天国へは行けません。元気に長生きしましょう。皆さん頑張ってください。アメリカからエールを送っています。応援していますよ」。

デボラ・リン・ストロッドさん(通称デビー)
アメリカ・アイオワ州生まれ。現在70才。
旅行好きで、これまでに世界各国での暮らしや旅を経験。1993年に来日し、語学指導者として4年間を兵庫や福岡で過ごす。友人を訪ね、今でも2年に1度は来福している。



ご遺族に寄り添う グリーンサポート

大切な人を亡くすという経験は、人生の中でもっともストレスを感じるものと言われていきます。死別によって湧き上がる思いや気持ちを押しさへこんでしまふ状態を、グリーンフ、といひ、ご遺族が悲しみと折り合いをつけられるように、周囲の人々が温かく見守って支えていくことをグリーンサポートといひます。気持ちの折り合いをつけるには、亡くなった現実を受け入れることが大切であるとされています。彩苑では、ご遺族が大切な人とのお別れに心置きなく向き合えるよう、お手伝いさせていただきます。