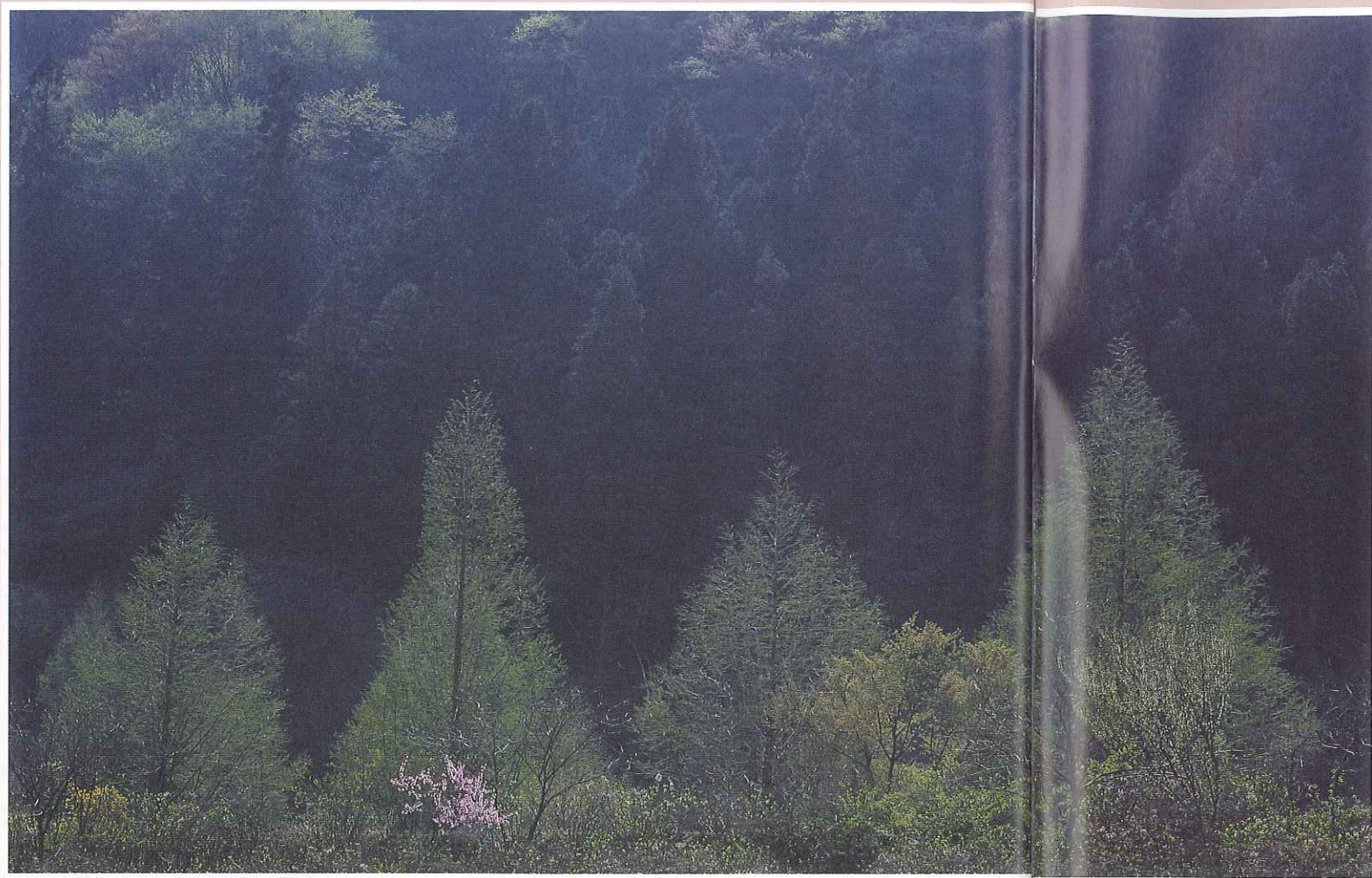


if 共濟會





C O N T E N T S

詩・子どもの声	1
保存版 マイ・エンディング・プラン	2
1. 家系図をかいてみよう	4
2. 家族へのメッセージ	6
3. 私の人生の記録	7
4. 私のこれから	8
5. ターミナルライフへの希望	9
6. あなたのお葬式のタイプは?	10
簡単チェックシート	
7. お葬式・お墓への希望	12
8. お金・財産の始末	14
暮らしのアイディア	16
詩・祖母と最期の夜	18
知っていますか? お墓の引越し	20
if共済会 保険プラン	24
if共済会の会員特典	26
平野典子の「葬儀なんでも相談」	
1. 参列はお通夜か葬儀か?	28
2. お別れの会に着ていく服装は?	29
3. 四十九日の法事のお包みは?	30
4. 戒名を自分で着けて言いか?	31
全葬連加盟組合一覧	

子どもには親の声が聴こえないときがある。

「いい子」とは所詮は親にとってのことだ

子どもである自分にとってのことではないのではないか。

私だって苦しいときも悲しいときもある

でも親の前では何事もないかのように振舞っている。

でも親はいつも言う「がんばれ」「しっかりしろ」と。

もう聞きたくない。うざい!

親には子どもの声が聴こえないときがある。

自分の子どものことは親である自分が全て知っていると思い、

自分は愛情を全て子どもに注ぎ込んでいると思い

なのになぜ子どもは自分の言うことを聴こうとしないのか。

「親の心子知らず」と嘆き、情けなくなる。

子どもにはいい人生を、幸せを掴んでほしいと願っている

しかし、子は聴かず、どこに行こうとしているのか。

愛情とは期待ではない。

あるがままに正面から向き合い

しっかり胸を抱きしめるというシンプルなものだ。

お互いにしっかり触れ合い、愛情を確認するとき

親も子どもも心を通わせることができるのではないか。

マイ・エンディング・プラン

保存版

誰もがいずれ迎える人生の終末

その終末を自分らしく迎えたい。

人生の最期を考えることは、

いま生きている人生を考えることです。

いままでどう生きてきたか

これからどのように生きていこうとしているか。

家族との関係

友人や知人との関係

を考えることです。

あなたは次の世代に何を受け渡したいですか？

1. 家系図をかいてみよう……………4
2. 家族へのメッセージ……………6
3. 私の人生の記録……………7
4. 私のこれから……………8
5. ターミナルライフへの希望……………9
6. あなたのお葬式のタイプは？……………10
― 簡単チェックシート
7. お葬式・お墓への希望……………12
8. お金・財産の始末……………14



マイ・エンディング・プランの書き方

「マイ・エンディング・プラン」とは自分の人生をどのように決着させたいかを考えることです。

もちろん人生は人それぞれです。それぞれで死生観も価値観も異なります。

また人生は計画どおりに進むとはかぎりません。突然の災害に襲われることもあります。

しかし、自分の死は避けることはできません。自分の死後を考えることはこれからの人生をどう送るかの指針となるでしょう。

また、元気なうちに自分のエンディングを考えることにより、ご家族で十分に話し合う契機になるでしょう。

これはプランです。正式な遺言証書ではありません。自由にご自分の意思を書きとめておくものです。

順序にしたがって書いていくことにより、あなたが人生で大切にしていきたいこと、ご家族との関係が浮き彫りになるよう構成されています。

自由記入方式ですから、改まった文

章にすることはありません。

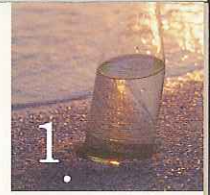
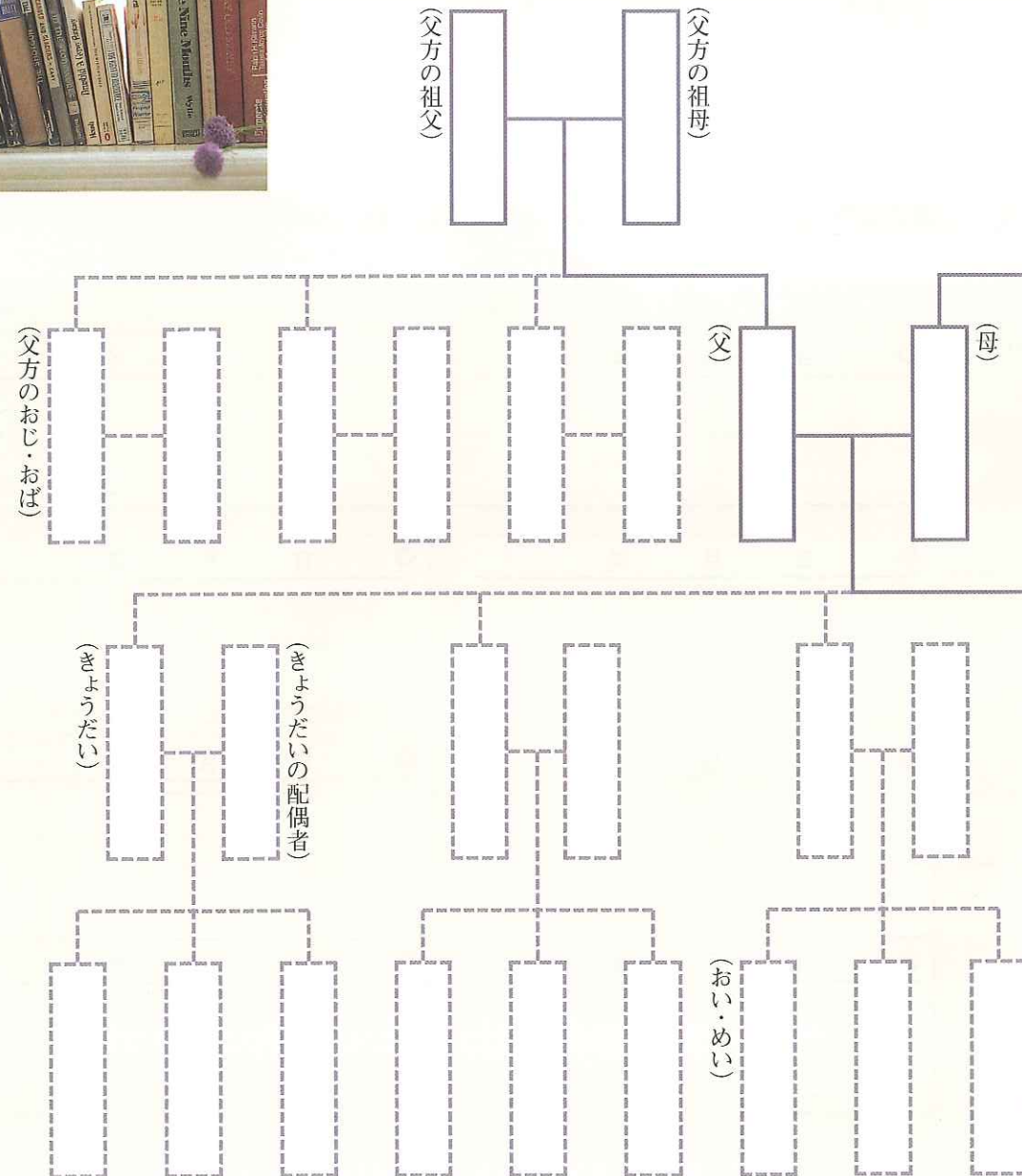
できれば鉛筆で書いて、後からいつでも修正できるようにするとよいでしょう。

書き進めるうちに、いままで考えていなかったことが出てくることでしょう。それは家族関係を見直し、これからの人生をどう送るかの課題になると

思います。

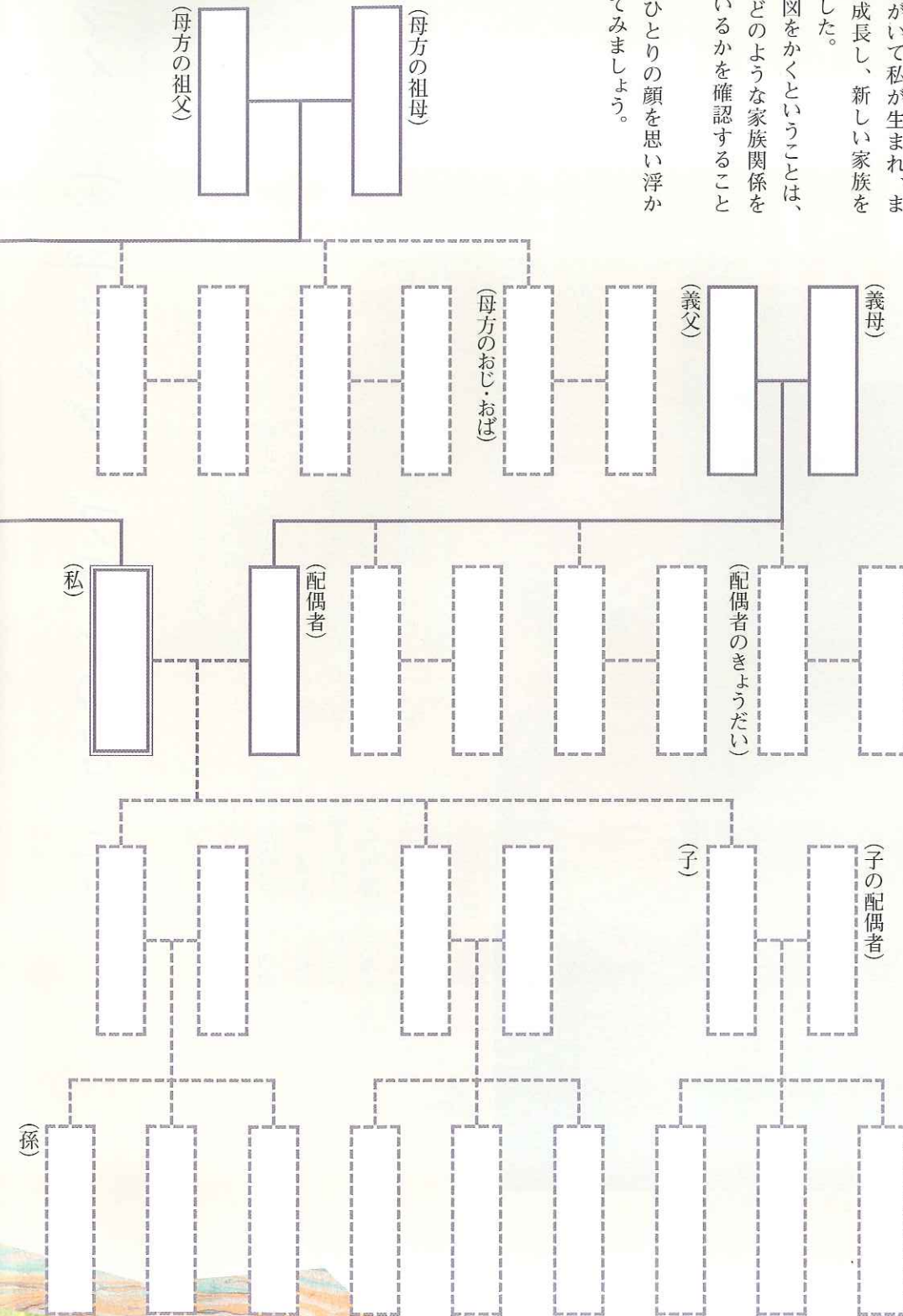
このエンディング・プランは、ご自分の秘密の覚書としてご利用なさってもかまいません。でも、できたら、ご家族でよく話し合うための素材としてご利用いただければいい、と考えています。いいエンディングを迎えるにはご家族の協力が大切だと考えるからです。





1. 家系図をかいてみよう

私たちには家族がいます。両親がいて私が生まれ、また私は成長し、新しい家族をもちました。家系図をかくということは、自分がどのような家族関係をもっているかを確認することです。一人ひとりの顔を思い浮かべ書いてみましょう。



年 月 日

年 月 日

年 月 日

年 月 日

年 月 日

年 月 日

年 月 日

年 月 日

これまでの人生の記録を書いてみましょう。
誕生、入学、卒業、就職、結婚、
子どもの誕生、それに悲しかった
家族との死別、楽しかった旅行の
思い出、記憶に残る大きな出来
事…。
マイ・ヒストリー（私の歴史）を
コメントをつけながら書いて見ま
しょう。



3. 私の人生の記録



2. 家族へのメッセージ

あなたがこの世を去ったとし
ても、残される家族がいます。
あなたは自分の家族にどんな
言葉を残しますか？
もし、あなたが死んだならば、
ご家族は深く悲しみ、傷つくで
しょう。そんな状況にあるご家
族へ、あなたが贈る愛のメッセー
ジです。
率直にご自分の想いを書いて
みましょう。



Blank lines for writing a message to family.





誰でもが老いを迎え、場合によっては介護される事態になり、あるいは判断力が不十分になることがあります。そのようなときあなたはこうされたいですか？

または治療のすべがない不治の病に陥ったとしたら、あなたはどのような治療を希望しますか？

5. ターミナルライフへの希望

■ 介護が必要になったとき私はこうされたい

■ 仮に老いて判断力が充分ではなくなった場合には私はこうしてほしい

■ 治療のすべがない不治の病気になったときには

- ☐ 正直に告知してほしい
- ☐ ほんとうのことは言わないでほしい

■ 治療のすべがない不治の病気にかかったときには

- ☐ できるだけ長く生きられるように積極的に治療してほしい
- ☐ いたずらに死期を延ばすための延命治療はしないでほしい

■ 自分の最期のときにしてほしいこと、あるいはしてほしくないこと

4. 私のこれから

まだまだ人生は残されています。これからの人生をどのように送るかは、とても大切なことです。

旅行に行きたい、新しい語学をマスターしたい、ダンスを楽しみたい、ジョギングを毎朝続ける……どんなことでもかまいません。これからしておきたいことを書いてみましょう。



■ 大切にしたい言葉

■ 守りたい信念

■ 是非、しておきたいこと

■ できればしておきたいこと

採点

Aは各5点、Bは各4点、Cは各3点、Dは各2点、Eは各1点

あなたの点数

点

あなたにふさわしい葬儀は？

● 50～40点

あなたは「伝統型」です。

※但し、⑥(宗教)がEは「自由葬型」です。

● 39～30点

あなたは「改革型」です。

※但し、⑥(宗教)がEは「自由葬型」、⑧(葬儀規模)がEは「家族葬型」です。

● 29～20点

あなたは「自由葬型」です。

但し、⑥(宗教)がAかBは「改革型」です。

● 19～10点

あなたは「家族葬型」です。

但し、⑧(葬儀規模)がAかBは「改革型」です。

(解説)

葬儀にはどれがいいというスタイルが決まっているわけではありません。それぞれに合ったスタイルを選ぶことができます。

■伝統型

これまでの葬儀のしきたり、宗教、地域社会との関係を大切にしている葬儀です。

■改革型

伝統型の葬儀の良さを活かし、これに自分らしさと新しい感覚を加えた葬儀です。

■自由葬型

宗教儀礼をなくして、故人とのお別れを重視した新しい感覚の葬儀です。

■家族葬型

あくまで近親者だけで営む葬儀です。

(この項は碑文谷創『自分らしい葬儀』を一部修正しました。)

⑧葬儀の規模への考え

- A 多数の人に来てほしい
- B 適当な規模で行いたい
- C わからない
- D 近親者を中心にしたい
- E 葬儀はしなくていい

⑨葬儀費用への考え

- A それなりにかけてもいい
- B 適当な費用なら仕方がない
- C わからない
- D できるだけ節約したい
- E かけたくない

⑩墓に対する考え

- A 墓はとても大切なものだ
- B まあ大切だ
- C わからない
- D 墓は特にこだわらない
- E 墓は無用だ

⑤社会的なつきあい

- A とても大切だ
- B まあ大切だ
- C わからない
- D あまり大切ではない
- E 大切ではない

⑥宗教に対する考え

- A 信じている宗教がある
- B 大事だと思う
- C わからない
- D こだわりはない
- E 信じていない

⑦葬儀に対する考え

- A とても大切だ
- B まあ大切だ
- C わからない
- D あまり大切ではない
- E 大切ではない

①自分らしさへのこだわり

- A 自分らしさへのこだわりはない
- B 個性にはあまりこだわらない
- C わからない
- D 個性は大切だと思う
- E 最後まで自分らしさを貫きたい

②世間体や常識

- A とても大切にしている
- B 人並みに大切だと思っている
- C わからない
- D あまり大切だとは思わない
- E 大切ではない

③家族への想い

- A とても大切だ
- B まあ大切だ
- C わからない
- D あまり大切ではない
- E 大切ではない

④友人・知人への想い

- A とても大切だ
- B まあ大切だ
- C わからない
- D あまり大切ではない
- E 大切ではない

簡単チェックシート

6.

あなたのお葬式のタイプは？

これからあなたにふさわしいお葬式のタイプを診断します。10項目について答えて採点してみましょう。





7. お葬式・お墓への希望

あなたはどんな葬られ方をしたいでしょうか？自分の意思を明らかにすることにより、家族があなたの希望を生かした葬りをする事ができます。

1 自分のお葬式ではこだわりたいことがありますか？こだわりたいところがあつたらそれは何でしょうか？

2 あなたのお葬式ではほしくないことがありますか？あつたらそれは何でしょうか？

3 あなたのお葬式をする宗教は決まっていますか？決まっていいたらそれは何ですか？

4 遺影写真にしたい写真がありますか？

5 葬儀で流してほしい音楽がありますか？あつたらそれは何ですか？

6 あなたはどんな祭壇にしてほしいと思っていますか？

7 あなたは葬儀で飾ってほしい花がありますか？あつたらそれは何の花ですか？

8 あなたは棺の中に入るとき、どんな服装がよいと思いますか？

9 あなたが臨終のとき誰に看取ってほしいと思っていますか？

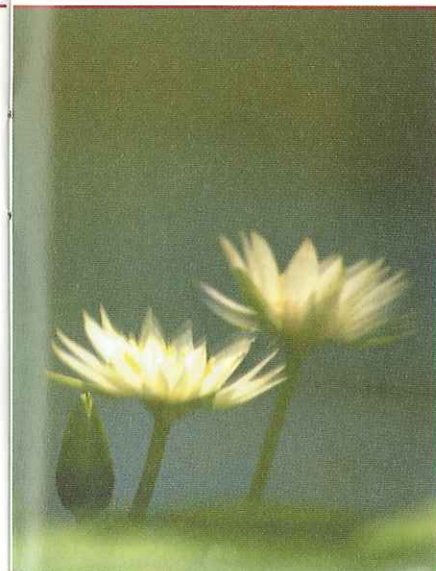
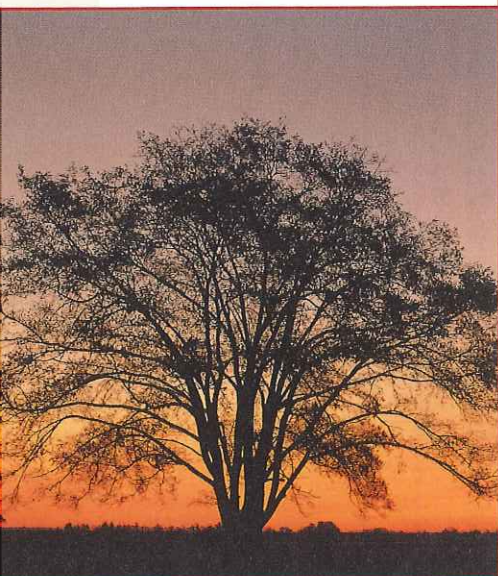
10 あなたの葬儀で弔辞を読んでもらいたい人がいますか？いるとしたらそれは誰ですか？

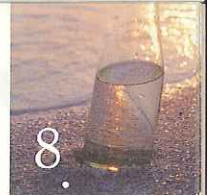
11 あなたの葬儀はどこでしてほしいですか？

12 あなたのお葬式には何人くらい参列してほしいと思いますか？

13 あなたは戒名について希望がありますか？もしあなたの好きな一字を入れることができるとしたら、その字は何ですか？

14 あなたは遺骨が葬られるお墓に希望がありますか？





8.

お金・財産の始末

人生を閉じるにあたり大切なことの
一つはお金の始末です。これにつ
いて心づもりを書いておきましょ
う。

2

あなたは自分のお葬式の費用を準備して
いますか？それは何によってですか？
(貯金、生命保険など)



6

あなたの財産はどのくらいありますか？
(不動産、証券、貯蓄など)

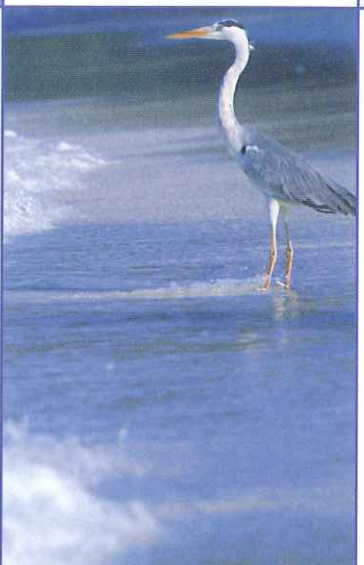
8

あなたは自分の遺産を誰にどのように
譲りたいと考えていますか？



1

あなたは自分のお葬式の費用としていく
くらいかけてもいいと思っていますか？



4

あなたは老後の資金として何にどのくら
い用意していますか？(年金、貯金など)



9

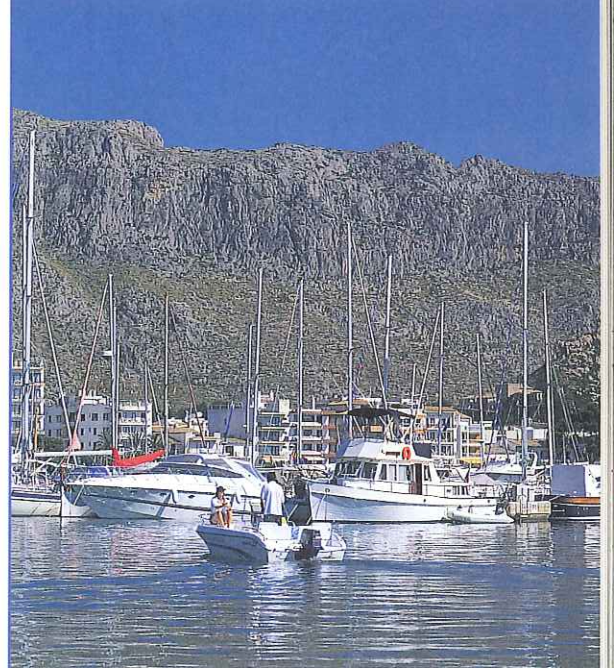
あなたは遺言(公正証書・自筆証書)を書く
用意をしていますか？

10

あなたは死後、仏壇や墓は誰に守って
ほしいと思っていますか？

3

あなたは生命保険に入っていますか？
それはどの保険会社にどのくらいですか？



5

あなたはいま住んでいる家屋を誰に譲
りたいと考えていますか？

7

あなたは負債がありますか？あるとしたら
どこに、どのくらいありますか？



食器の洗い方上手に

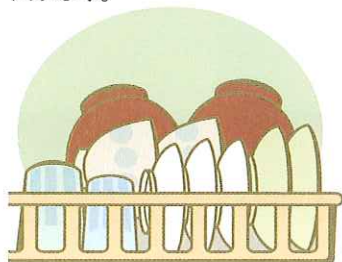
4 洗い桶の湯を新しくして湯を流しながらすすぎます。



5 最後に蛇口から流れる湯にくぐらせます。



6 水きりカゴに立てるようにして入れます。



1 洗い桶に湯を貯め台所用中性洗剤を入れ、よくかき混ぜます。



2 油汚れのあるものは新聞紙や古布でふきとっておきます。



3 油汚れのないものから順番に洗います。



(『家内安心暮らしの便利事典』小学館を参考にしました)

暮らしのアイディア



買い物のパッキング上手に



1 袋の底を大きく広げます。



2 ウーロン茶や牛乳箱、ニンジン、タマネギなどの重い、丈夫な物で土台を作ります。



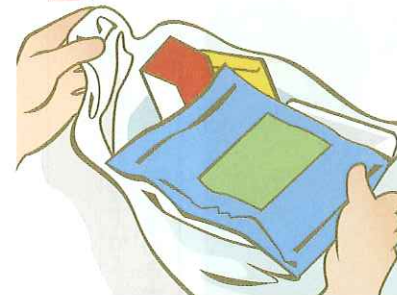
3 菓子箱などで側面に壁を作ります。



4 隙間がないように、形や重さを考えて積み上げます。



5 壊れやすいもの、軽いものを上部に入れます。



(『NHK生活ほっとモーニング』2004年9・10月号を参考にしました)

祖母との最期の夜

「洋子、しっかり聞いてよ。今朝お祖母ちゃまが亡くなったの」

母からの早朝の電話。顔を洗い、出勤するために化粧にとりかかっていたときのことだ。

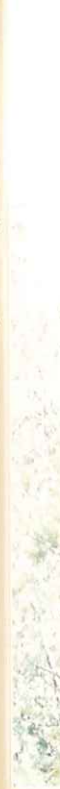
「ウソ！このあいだ家に帰ったときはあんなに元気だったじゃない」

「夕べは風邪のようだからと早めに布団に入ったの。さっき様子を見に部屋に行ったら息をしていないの。これから田中先生が往診してくれることになっているけど、おまえだけに教えておこうと」

膝がぐくぐくと鳴った。祖母の「洋子、はい、この飴おいしいよ。メロンの味が絶品なんだから」と言ったときの顔がクローズアップされた。信じられない。それでもいつの間にか口紅をひいていた。

「洋子の目と鼻は私譲りだね」と祖母が言っていたつけ。鏡に向かい目と鼻をそつとなぞってみた。

家に帰る支度に切り替えアパートを出た。駅から会社には電話をし、事情を手短に話し、



数日休むことの許可を得た。

自宅はまだ静まりかえっていた。父と母が茶の間にぼんやり座っていた。

座らず祖母の部屋に行った。閉じられた障子を開けると、いつものように祖母は横たわり、ただ顔に白い布がかけられていた。

穏やかな顔だった。眠っているようだが、息をしない。化粧が施されたらしく、頬は白くなり、唇には紅がさされている。

座って顔を撫でた。耳もつまんでみた。確かに祖母なのだが、祖母とは違う。私にとつての祖母は生きている祖母であって、死んだ祖母ではない。だから不思議な感覚だった。

祖母の顔を見たらきつと泣くだろうと思っていたが、不思議に涙はない。

葬式の準備は粛々と進んだ。地味にとの父の希望に、祖父の葬式も段取りした葬儀社の及川さんが全て心得てやってくれた。

通夜で添い寝をするという話になったとき、私が手を挙げた。父も「洋子はお祖母ちゃまっ子だったから」と許してくれた。

柩の横に布団を敷いた。天井に向かい「お祖母ちゃま、長いことありがとう」と呟いた瞬間だった。目から涙が突然溢れ、心に隙間風が冷たく吹きつけた。



知っていますか？

お墓の引越

家代々守っていくもの…

と考えられていたお墓ですが、

最近、お墓の引越しのケースが

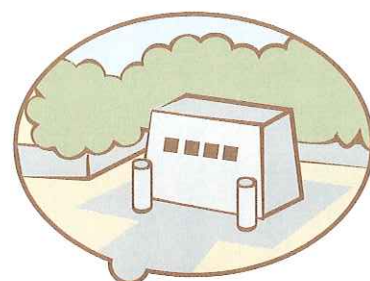
見られるようになりました。

こういった事情でお墓を引越しなくては

いけないのかという事情と、

お墓の引越しにかかる手続き、

費用についてまとめてみました。



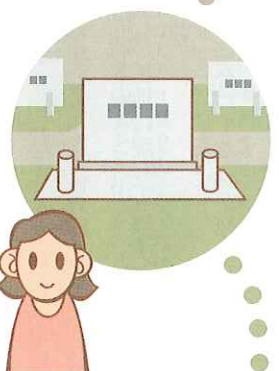
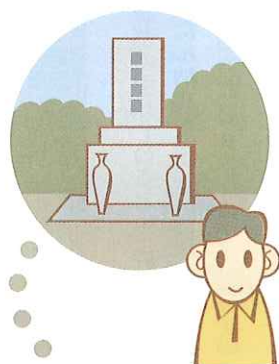
お墓の引越し事情

case 1 田舎のお墓を自宅近くに

山田さんは東京近郊に住む62歳、家は5年前にローンを返し終わった持ち家。山田さんは青森県出身。長男で、祖父母、両親が眠る青森のお寺のお墓を守ってきました。老後は青森に帰ろうかなとも思いましたが、東京近郊に住み続けることを決めた。子どもも東京で就職しています。山田さんは墓参りがたいへんなので自宅の近くの公園墓地を購入し、青森の代々のお墓を引越しようと思いました。

case 2 夫婦の実家のお墓を一つに

名古屋に住む加藤さんは夫婦二人住まい



です。子どもは長女一人で結婚して加藤さんの家から車で15分のところに住んでいます。娘さんは夫婦共働きで子どもは男の子一人です。加藤さん夫婦は長男・長女同士の結婚のため名古屋にある加藤家のお墓と、三重県にある奥さんの吉田家のお墓を守ってきました。

加藤家の墓石が古くなったため建て替えることになり、ついでに奥さんの実家の吉田家の墓を一緒にすることにしました。

case 3 宗派に自由なお墓に

大阪に住む佐藤さんは2つのお墓を管理しています。1つは浄土真宗のお寺にある佐藤家のお墓、もう一つは亡くなったお母さ

んの実家の天台宗のお寺にあるお墓です。子どもは長女一人。佐藤さんは2つのお寺との付き合いがたいへんでもうやめたいと考えていました。宗旨が違う2つのお墓を一つにするのも難しい。そこで新たに公営墓地を入手し、お寺との関係を絶とうと思いましたが、これまでのお寺のお墓を撤去し、新しく公営墓地に一緒にすることにしました。

case 4 納骨堂から墓地へ

福岡に住む鈴木さんは両親の遺骨を納骨堂に納めていました。しかし自分たちの死後を考え、新しく近所のお寺の墓地を購入し、両親の遺骨を、納骨堂から新しいお寺の墓地に移すことになりました。

お墓の引越しに必要な手続き

お墓の引越しのことを「改葬」といいます。いったん納めたお墓または納骨堂から、遺骨を他のお墓または納骨堂に移動させることです。

step 1 改葬許可証を得る

この改葬には許可証が必要です。引越した元のお墓(納骨堂)のある地の市区町村から「改葬許可証」を得る必要があります。

この改葬許可証を得るには現に遺骨のある墓地の管理者から「埋蔵証明書」(納骨堂のときは「収蔵証明書」)を得て添付しなければなりません。また、場合により引越した墓地(納骨堂)からの「受け入れ証明書」の添付を求められることがあります。

埋蔵証明書や改葬許可証は遺骨一つひとつに1枚求められますから手続きは煩瑣なものになります。場合によっては行政書士に依頼するとよいでしょう。

元のお墓(納骨堂)に管理費の未払いがあればそれを支払う必要があります。

step 2 元の墓所を更地にする

元の墓所は遺骨を出し、墓石や外柵を

撤去し、更地さらちに戻して墓地の管理者に返還します。この場合に工事が発生しますし、墓石を新しい墓地に運ぶときには輸送費が必要になります。

お墓の引越しにかかる費用

お墓の引越しには、元の墓地に返還する際に更地にする費用と、引越しが新しく作るお墓の場合にはその建築費用がかかります。

■元のお墓を更地にする費用

元のお墓を墓石を撤去し、更地にするための工事費用は、墓石の処分料を含め1平方メートルあたり約10万円かかります。お墓が3平方メートル(約1坪)であれば約30万円ほどかかります。

■新しくお墓を作る費用

新しくお墓を入手し、建築するには、使用料と工事費がかかります。使用料は墓地の種類や地域によって異なります。

step 3 遺骨を新しい墓地に納骨する
引越しが新しい墓地の場合には外柵の工事、墓石の建立が必要になります。新しい墓地(納骨堂)に元の墓地(納骨堂)にあった遺骨を納骨する際には、ステップ1で得た改葬許可証を引越した先の墓地(納骨堂)の管理者に提出します。

1平方メートルあたり公営墓地で10~30万円、民営墓地で首都圏近郊で約60万円ほどかかります。

永代供養墓(合葬式墓地)の場合には10~80万円と幅があります(こちらは工事費はかかりません)。

工事費は和型の墓石か洋型の墓石であるかで大きく変わります。芝生の洋型の墓石の場合には外柵の工事費が不要になるからです。

また石材によっても大きく変わります。国産の有名銘柄の石であれば高く、輸入石材であれば約半額で済みます。

1平方メートルの和型のお墓を作るとした場合、墓石代を含めた工事費は150~

200万円が目安になるでしょう。芝生墓地に洋型の墓石を作る場合には石をあまり使用しないので60~80万円が目安になるでしょう。

お墓の引越しの宗教儀礼

お墓の引越しをする場合、仏教であれば宗教儀礼を行います。

■開眼供養

元のお墓を閉じるときに開眼供養(お魂抜き)をしていただきます。

この場合のお布施は特に相場はありませんが、それぞれのお寺とのこれまでの関

係により3~10万円の範囲となるでしょう。

■開眼供養

新しいお墓を使用するときには開眼供養(お魂入れ)をしていただきます。

この場合のお布施にも特に相場はありませんが3~5万円の範囲となるでしょう。

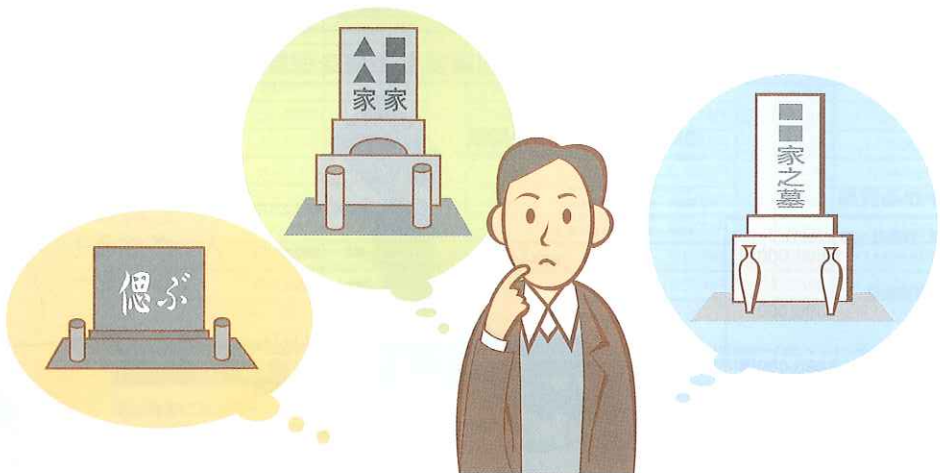
お墓に入れる文字

お墓に入れる文字は「山田家之墓」というように家名を入れるのが一般的です(「家墓」といいます)。

しかしケース2のような加藤さんの例では、加藤家の墓と吉田家の墓を一緒にするので、このような場合には「加藤家・吉田家」と家名を二つ併記することがあります(「両家墓」といいます)。

しかし、承継者が娘さんと結婚して名前が変わるかもしれないときには家名を彫りません(「無家名墓」といいます)。

無家名墓には「南無阿彌陀仏」(浄土宗・浄土真宗)、「南無大師遍照金剛」(真言宗)、「南無妙法蓮華経」(日蓮宗)と宗旨を刻印するもののほか「夢」「安らぎ」「偲ぶ」「愛」などの好きな文字を刻印する例があります。



if共済会の会員特典を 活用していますか？

——上手に会員特典を使いこなそう——

if共済会の会員には大きく4つの特典があります。
上手に会員特典を使いこなしてください。利用すれば利用するだけ役に立つ特典です。

1 登録した2親等までが弔慰金サービスを利用できる

サービスの基本

CHECK 1

2親等以内の親族の葬儀で利用できます。

会員ご本人・配偶者はもちろん、同居の有無に関係なく、本人と配偶者にとつての両親、祖父母、兄弟姉妹、子供、孫の方の葬儀において利用できます。

CHECK 2

if共済会の加盟店は全国にありますから、もしものときには、その地の加盟店に申し込んだ場合には弔慰金を受け取ることができます。会員証を提示するか、会員番号を示してください。
他の地域で2親等以内の親族の方が亡くなった場合、入会取扱店にご相談いただければ、その地の優良加盟店をご紹介します。

2 葬儀や死後の手続き等さまざまな不安や疑問にお答えする相談サービスをいつでも利用できる

サービスの基本

CHECK 1

国民健康保険の葬祭料はどのようにしたら受け取ることができるか、安心な遺言の作り方はどうしたら、相続税の相談につてくれる税理士さんはどこに、など心配になつていいることはありませんか。ご相談いただければ加盟店では適切なアドバイスを提供します。

CHECK 2

専門家のアドバイスが必要なときにはご紹介いたします。有料相談もありますが、事前に有料かどうか提示しますので、安心してご相談ください。



3 葬儀の内容を指定し、見積を得ておく生前予約制度が利用できる

サービスの基本

CHECK 1

本人が自由に考えた葬儀のデザインをすることがあります。この仕様書を家族に示すことにより、具体的に自分の意思を家族に伝えておくことができます。

CHECK 2

本人だけでなく、家族の葬儀についても予め決めておくことができます。いざというときに精神的に動揺して冷静な判断力を欠くことになつても、慌てることも、準備不足もなく、しつかりとした葬儀を執り行うことができます。

CHECK 3

予め考えた葬儀の仕様書に基づき、事前のお見積もりを無料でいたします。金額のめどがついていれば、いざというときいくら資金を準備したらよいか迷う必要がありません。また、見積金額を見て仕様の変更を行うことができますので、内容・費用とも満足できる仕様書を作っておくことができます。

CHECK 4

仕様書作りには加盟店がお手伝いします。葬儀やそれにまつわることに知識不足があつても、安心して納得いただける仕様書作りができます。また、これを通じて葬儀の手順等が把握できますので、もしものときに安心して取り組むことができます。

4 保険プランを利用して葬儀費用を事前に準備できる

サービスの基本

CHECK 1

遺された家族が葬儀費用のことで心配する必要がなくなります。

CHECK 2

生涯保障ですので、いつ亡くなるがあつても保障がなかったということはありません。





厚生労働省認定1級葬祭ディレクター
全葬連消費者相談員

——平野さんは葬儀にたずさわって24年のベテラン。
よろしくお願いします。

私も厚生労働省認定1級葬祭ディレクターの名誉
にかけて、親切、ていねいに、新しい情報も加え
てお答えしたいと思います。

お別れの会に着ていく服装は？

——次の質問は
東京都の福原栄一さん(58)
からいただきました。



最近「お別れの会」とか「偲ぶ会」という形式のお葬式が多くなりました。こうい
うときはどうい服装で出かけたらいいのでしょうか？



近年、亡くなった直後は近親者だけで密葬をされて、2～4週間後に関係者にご案内して「お
別れ(の)会」あるいは「偲ぶ会」をされる形式が見られるようになりました。密葬では僧侶など
を招いて宗教儀礼を行うことが多いのですが、「お別れの会」「偲ぶ会」では特定の宗教儀礼
を行わないことが多いようですね。

——普通のお葬式では黒を着ていくことが多いのですが…



普通のお葬式でも黒のいわゆる喪服を着なければいけないのは、喪に服す親族だけなので
す。親族以外はあまりにカジュアルすぎなければ平服でかまわないのです。しかし戦後の昭和
40年代以降に会葬者も黒を着る風潮になっています。

——では「お別れの会」とか「偲ぶ会」という形式のお葬式ではどうなのですか？



ご案内状に「平服でお越しください」という一文が入ることが多いです。黒を着ていってはい
けないというわけではありませんが、一般に平服で来られることを想定しています。
「お別れ会」「偲ぶ会」では、ご遺族も黒を着用しないで平服で、というケースが多く見られる
ようになっています。
一種の「お葬式の自由化」という流れの中で生まれてきた新しい形式です。

平野典子の

葬儀なんでも相談

参列はお通夜か葬儀か？

——最初の質問は
福島県の及川田鶴子さん(38)
からいただきました。



友人のお母様がお亡くなりになったという連絡がありました。お焼香に行きたいと
思っているのですが、お通夜に行ったらよいのか、ご葬儀に行ったらいいのか迷っ
ています。どちらにうかがったらいいのでしょうか？



本来のことで言えば、ごく親しいケースは別として、通夜ではなく、葬儀・告別式に行くのが正
解となります。

——でも、最近では葬儀・告別式よりも通夜に参列する方が多く見られます。



かつては通夜に参列するのは親族に加えてごく親しい方だけでした。ご家族は深い悲しみに
あるので葬儀・告別式まではそっとしておいて差し上げたものです。しかし近年は夜のほうが
仕事を休まないで行けるので便利だということで、お通夜に参列される方が多いという現象が
起きています。お通夜が夜の告別式のようになっていました。

——するといまではお通夜に参列することもかまわないということですか？



葬儀・告別式は昼間行われますから、どうしても都合がつかないときにはお通夜に参列しても
かまいませんが、ご遺族の気持ちも考えて、早めに辞するようにしたいものです。葬儀・告別式
にうかがえるようであれば、そちらに参列してお別れするのがいいと思います。
参列される方もご遺族のお気持ちを考えることが大切です。まだ火葬も済んでいない場合
にはお通夜はご遺族にとって最後のお別れをする時間ですから、ご遺族によけいな気をつか
わせない配慮が必要になります。

戒名を自分でつけていいか？

——大阪府の高本啓二さん(72)からの質問です。

Q

戒名は自分の死後にずっと残るものなので、できれば愛着のある名前がいいと思います。私は美しいことが好きなので、それに姓と名から1字ずつとって「愛美院高啓居士」としたいのですがいいのでしょうか？知らないお坊さんに適当につけてもらってもうれしくありません。



高本さんがお考えになった戒名、なかなか素敵ですね。でもご自分でつけるものではないのですね。そもそも戒名というのは「仏の弟子」にさせていただくときに授かる名前なのです。

——でも愛着あるものにしたいということはありますね。



そのためには生前にお寺さんと仲良しになって、よくご自分の気持ちを伝えて、生前にいただいくことがいいですね。生前お寺さんとお付き合いがなく、信心もないのに死後に戒名をいただくというもおかしなことです。

——生前からお寺さんと仲良くなっていればいいですね。



生前戒名が本来的ですが、注意しなくてはいけないのは生前戒名を商売にしている業者を相手にしてはいけないことです。やはり檀那寺(菩提寺)のご住職につけていただくかなくてはけません。よく広告で「生前戒名が〇万円」というのを見かけますが、相手にしてはいけません。そうしたところで戒名を買っても、葬儀のときに改めて檀那寺(菩提寺)のご住職につけていただくことになりますから、むしろ無駄な出費になります。

——それにしても戒名は高いという噂があります。



戒名に料金があるわけではないのです。仏弟子にさせていただいたお礼、お布施なのです。その点は誤解を招いてきたと仏教界も反省しているようです。



ご質問・ご意見をお寄せください。

四十九日の法事のお包みは？

——宮城県の高橋よね子さん(49)からの質問です。

Q

遠い親戚なのですが四十九日の法事に呼ばれました。どのくらい包んでいったらいいのか、また、その表書きは何て書いたらいいのか教えてください。



法事にどのくらいの金額を包むのかは地域によっても、関係によっても違います。法要の後に会食(お斎)となりますが、食事代に飲み物、そして引き物が出る、というのが多いと思います。そうすると、その費用分は包んだほうが良いとなります。

——金額的には？



関係にもよりますが、実費分はとなると約1万円となります。4~5千円の食事に飲み物が1千円、それに引き物が2~4千円が一般的ですから、1人分7千円~1万円になる勘定です。縁が深いようでしたら実費分に1万円をプラスして2万円、一般的な関係な場合には実費分1万円ということが相場になるでしょう。夫婦で招かれたならば2人分で3万円というところでしょうか。

——表書きはどう書くのがいいですか？



仏教の場合でしたら四十九日以降の法事は「ご香奠(香典)」または「ご仏前」とするのが一般的です。「ご霊前」とはしないことに注意しましょう。

——お葬式の場合には「ご霊前」が一般的なようですが…



お葬式の場合には、仏教でも浄土真宗を除いては「ご霊前」が一般的です。浄土真宗ではお葬式でも「ご仏前」となります。お葬式でも四十九日以降の法事でも、そして宗派に関係なく使用できるのが「ご香典」です。昔は「香奠」と書きました。「香を供える」という意味です。似たような言葉で「ご香資」という言葉も使用できます。



経済産業大臣認可

全 葬 連

if共済会会報

NO.6