



No.381

## 自分力アップ応援プログラム第5回目

### 「ほっこりライフプラン ～相続とエンディングノート～」



12月18日、大野支所研修室にて自分力アップ応援プログラム第5回目を開催しました。

「相続とエンディングノート」をテーマに、「日本赤十字社広島県支部 相続診断士 湊 大輝さん」を講師に迎え、参加者51人と相続について学び、エンディングノートを実際に記入する体験をすることで今後の人生プランについて考える機会となりました。

#### 《相続とは…》

人が亡くなったとき、その人が持っていた財産の権利義務を受け継ぐこと  
土地・建物・現預金などのプラスの財産だけでなく、借入債務や損害賠償債務などのマイナスの財産も相続されます。



#### 《エンディングノートとは…》

自分のこれから的人生をどう生きるか考えるためのノート

- これまでの人生を振り返りながら身辺整理ができる
- 介護や終末期医療、葬儀などについて自分の希望を伝えることができる
- 相続の意思を伝えたり、財産などを把握できる
- 次世代への贈り物になる

完璧なものを作る必要はありません！  
まずは軽い気持ちで作ってみましょう！

財産だけでなく、自分の人生について書き記すのも大切なんですね！



#### 《参加者の声》

- 終活や相続について理解できた。さらに理解を深めるために詳しく聞きたい。
- キャッシュカードのコピーがあると良いことなど具体的な実務的ポイントも学べた。
- エンディングノートを書く体験をしたことで、自分自身の今後の人生について家族と話し合う良いきっかけになった。

### ☆サロン訪問記☆

「5区・郷万年青会でいいサロン」におじゃましてきました！



おにぎりや具だくさんの豚汁を皆さんでいただきました！



ジングルベル  
ジングルベル  
鈴が鳴る～♪

大野第5区コミュニティセンターで毎週水曜日(第2水曜日は会食あり)に開催している「5区・郷万年青会でいいサロン」に、12月10日訪問しました！

今回はクリスマス会ということで、会場には大きなツリーが飾られ、華やかな雰囲気に包まれていました。クリスマス会の催し物として、クリスマソングや手品を披露し、参加者の皆さんがあの失敗も温かく見守ってください…とても楽しかったです。

その後は、おにぎりや豚汁、ケーキの準備をみんなでわいわいと。笑い声が響く中で囲むお団子はんは、とてもおいしかったです。楽しい雰囲気で活動されているとても素敵なサロンでした！ありがとうございました！

「サロンに参加してみたいな…！」  
「サロンを作つてみたいけどどうすればいいの…？」  
などご興味がある方は、お気軽に市社協大野事務所までお問合せください！



## 「ボランティア体験日」 を開催します!!

主会場：大野支所3階ボランティアルーム

「ボランティア活動に関心はあるけど…きっかけがない」「実際にどんなことをしているのか知りたい」といった声をよく聞きます。

大野ボランティア連絡協議会と協働で『ボランティア体験日』を開催します。開催日はグループの例会日に充てています。この機会にぜひ参加してみてください。

要申込み！

※当日は「ボランティア行事保険」をかけますので、  
開催3日前までにお申込みください。

問合せ ☎ 55-3294 まで！お待ちしています♪

### 手話 かざぐるま 昼の部

3月4日(水) 10時～12時

手話の基礎をゲームや歌などを通して  
楽しく体験！みなさんが参加してください。



### 手話 かざぐるま 夜の部

2月25日(水) 19時30分～21時

手話の基礎から学びます。  
仕事をお持ちの人や学生さんもご参加ください。

### 点訳 てのひら

3月5日(木) 10時～12時

視覚障がい者に、「点字」で情報提供。  
パソコン点訳を体験してみませんか？



### 音訳 エコー

2月16日(月) 10時～12時

視覚障がい者に、「声」で情報提供。  
新聞コラムや本を録音してみましょう！



### 裁縫 かいせんえん 絡の会(洗心園訪問)

3月9日(月) 10時～15時

施設入所者の持ち物に名札を縫い付けるなどの  
作業をしています。



### おいらせ

## 令和8年度ボランティア活動保険

★3月2日受付開始 継続の方もお忘れなく！

ボランティア活動中の

ボランティア自身のケガ(損害事故)

対象者のケガや物品事故(賠償事故)を広く補償します。

保険料(年間)

350円(基本タイプ)

500円(天災タイプ)(基本タイプ+地震、津波、噴火を補償)

保証期間

令和8年4月1日(または加入日の翌日)～令和9年3月31日

窓口受付開始日

令和8年3月2日(月)から

市社協大野事務所(大野支所3階)で加入手続きを開始いたします。

