

三商レポート

第四十七話「遺言ノート」

(株) 三商 内藤 雄

「遺言が大切なことを知りました。書いたほうがいいことも分かりました。でも、まだ書く気になれません。だって、まだ元気だし人生まだまだこれからだと思っていますから。それに、相続財産といっても遺言にするほどないし、もしもの時は家族が適当にやってくれると思う。」

セミナーや講演会で「遺言」の話を聞いた人の多くがこのように考えています。

確かに「遺言」は、「自分が死んだら」を考えることになるので気が重くなります。先送りしたくもなります。本気で書こうとしたら、いろいろな想いがこみあげてきて涙で書けなくなります。そこで、いきなり「遺言」を書くのではなく、「遺言」を書く準備のつもりで「遺言ノート」を書き始めてみませんか。これまでの人生をふり返り、現在を見つめなおし、これからの人生を思いながら書きます。「遺言」と違い法的な効力はありません。しかし、形式や内容は全く事由です。なにより、書いた人の想いが伝わります。

参考までに3つの柱となる項目をあげてみます。

①残された家族が判断に困らないように「思いやり」を伝える。

例えば、病名（ガンなど）の告知を望むか・延命治療を希望するか否か・葬儀の規模や方法など・誰に連絡するか・お墓のことなど。生前の会話だけでなく、書き記してあれば残された家族は親戚や世間の目に振り回されることなく決断できます。悲しみの中にも「本人の希望通りにしてあげられた」充実感が得られます。延命治療を望まない場合には、「尊厳死宣言公正証書」や日本尊厳死協会の「尊厳死の宣言」があります。他に、遺言書や各種証券類の保管場所・貸金庫・パソコンのパスワード・借金や保証債務に関することも記載してあると遺族は慌てずにすみます。

②自分の「生きざま」を伝える。

（過去）名前の由来・両親のこと・生い立ち・進学・就職・配偶者との出会いと結婚・子育て・うれしかったこと・つらかったこと・転機・業績など。

（現在）信念・人生観・価値観・座右の銘・仕事・趣味・特技・資格など。

（未来）これからの夢・希望・やりたいことなど。

③家族への「感謝と励まし」のメッセージを伝える。

配偶者へ「ありがとう」の感謝の気持ちを伝える。特別なラブレターとして。

一人ひとりの子供達へエピソードと励ましの言葉を記す。

「こういうオヤジ（おふくろ）だったのか」「こんな苦勞をしながら育ててくれたんだ」「これを読むたびに勇氣をもらおう」「私も頑張ろうと思う」

子供達がこう感じてくれたらうれしいですね。

財産の多少にかかわらず、人にはそれぞれの人生があります。目に見えない財産が必ずあります。それを「思いやり」の心と共に、大切なひとに「遺言ノート」として伝えませんか。これからの自分の人生を大切に生きることにもなります。長生きに感謝しながら、書き直すこともできます。「遺言」とセットになれば、残された人たちの何よりの「宝物」になります。

(2008年5月5日)