

「感謝の気持ちを大切に」

アールポトアイ

(株)R.I.(遺品整理・生前整理COM) 代表取締役

いたくら

板倉 リナ



住 所: 加古川市東神吉町神吉651-98

T E L: 079-451-5695

営業内容: 遺品整理・生前整理

私は、小学5年生の娘と1年生の息子を育てる二児の母です。最近、家族と過ごす日々の中で、当たり前と思っていることが実はとてもありがたいことだと気づく瞬間があります。

息子が1歳の頃、宅建資格を取得しました。この事がきっかけで、空き家や孤独死の問題を知り、さらには親戚のおじが孤独死をしたことで「私の身近にも起こったことなら世の中にももっと困っている方がいるのではないか」と思い、遺品整理士の資格を取得しました。その後、兵庫県

創業支援事業の助成を受け、2023年11月に開業しました。

孤独死は誰にも気づかれずに亡くなるので、発見が遅れると家族に大きな負担がかかります。最近では、高齢者世帯がゴミを出せず「ゴミ屋敷化」の問題も増えていきます。こうした問題の背景には、高齢者の孤立や支援不足があると感じます。

昨年の秋、知識をさらに深めたいと思い、生前整理アドバイザーの講座を受講しました。この講座は、自分の生い立ちから現在までを振り返り、「これから自分らしく、前向きに生きるためにはどうすればよいか」を考えます。生前整理というと高齢者をイメージしますが、実際には30代や40代の受講者も多いそうです。

生前整理とは、物の整理にとどまらず、自分の人生を振り返り、これからどう生きるかを考えることです。大切な物や思いを整理し家族に伝え、万が一の時に負担を減らし、心の準備にもつながります。

私は講座を通じ、自分が両親から愛情を受けながら育ったこと、夫や子どもたち、友人、職場の仲間など、周りの方々に支えられて今の自分があることに改めて気づきました。普段、日本人は感情や考えをオープンにすることを恥ずかしいと感じることが多いよう

に思います。しかし、地震などの災害や突然の事故、病気など、予期せぬ出来事で生活が一変することもあります。当たり前だと思っている日々の生活が実は当たり前ではないことに気づくのは、いつも後からです。

そのことに気づいてからは、自然と周りに感謝する気持ちが湧いてきて、以前よりも心が穏やかになったように感じます。普段は「ありがとう」と言うのが照れくさい方もいるかもしれませんが、ちょっとしたことで感謝の言葉を伝えると、相手は意外なほど受け入れてくれるものです。

世の中には絶対ということはありませんが、「死」というものだけは避けられません。だからこそ、生きている間に両親や家族、周りの方々に感謝の気持ちを伝え、自分がやりたいことを精一杯やっていくことが大切だと感じます。

私のやりたいことのひとつとして、今年には生前整理の大切さをもっと知っていただくため、セミナーを開催し、啓発活動に力を入れていく予定です。家族と話し合いをせず遺品整理になると、故人の意思が反映されにくく、遺された家族が苦勞することも多々あります。遺品整理ではなく、生前整理が当たり前となる文化を広げていきたいと考えています。