

6/20

【金曜日】

# 洋風祭壇

函館東シティホール

## リニューアル内覧会!!

### 葬儀相談コーナー



相談  
された方に



ベルコ「さんちゃく」プレゼント!!

### 家族葬セミナー&知っ得セミナー

要予約

先着  
各20名様

【①回目】10:00~

【②回目】11:30~

【③回目】13:00~

◎0円葬儀について

葬儀の精算時の

お支払い

ゼロ

6月18日(水)までにお申し込みください。  
お申し込み時に何時のセミナーに参加出来るかお知らせ下さい。

※ご葬儀費用が「互助会の積立」および「みどり生命保険金」を上回る場合、追加の費用が発生することがあります。

ご来場プレゼント!!

ベルコオリジナル

ポケットティッシュ+ラップ  
プレゼント!!

さらに  
ご希望の  
方に



エンディングノートプレゼント!!

セミナー参加の方

是非、この機会に  
お気軽にご参加下さい!

## 野菜詰め放題!!

モリモリっめてお得にGETしよう!!



さらに、合計60名様に当たる!!

ハズレなし!!

1等

選べる  
お肉ギフト(1本)  
10,000円相当



2等

カタログギフト(2本)  
5,000円相当



3等 しぐれ煮  
詰め合わせ(4本)

4等 BOX  
ティッシュ(多数)



日時 2025 6/20 金 10:00~14:00

株式会社 株式会社 株式会社  
ベルコ函館支社 ルコス代理店 お電話にてご予約をお願い致します。  
6月18日(水)までにお申し込みください。

☎0138-42-6496 要予約【無料】  
(担当/小助川)

場所 函館東シティホール 函館市花園町12-1



6/20  
【金曜日】

# 函館東シティホール



## 洋風祭壇 ～見学会開催～

この機会に是非、お越しください。お待ちしております。



食堂



メインロビー



控え室

## ご存知ですか？

函館東シティホールは  
会員様だけでなく  
どなた様でもご利用になれます。

一般葬

社葬

家族葬

あらゆる葬儀に対応いたします。

全道に広がるネットワークで  
会員様をサポート。



ベルコ85拠点のネットワーク!! 会員様の大切な日をサポートしていきます。

（株）ベルコは令和5年5月19日に函館市と  
「地域見守り活動に関する協定」を締結しました

### 目的

高齢者の孤立を防ぎ、住み慣れた地域で安心して在宅生活が継続できるよう、地域住民と事業所、行政など関係機関が相互に連携・協力し、高齢者の見守り体制を構築するとともに、支援が必要な高齢者を早期に把握し、適切な支援につなげることを目的として実施しています。

## お葬式コラム Funeral Column

### テーマ

## 身辺整理のコツは？

### 1. 身辺整理の内容はエンディングノートにまとめよう

#### エンディングノートとは？

エンディングノートとは、自分の人生の終わりに向けての希望や必要な情報をまとめたノートです。終活の取り組みを通してまとめたあらゆる情報を記載するもので、自分の死後は親族がその内容を確認します。そのため、自分にとって家族にとっても重要なノートといえます。

#### エンディングノートの書き方

エンディングノートは自由に書いてOKですが、以下のような内容を書くのが一般的です。

- ・財産について：銀行口座や証券・保険・不動産などの財産に関する情報
- ・遺言について：遺言書の所在やその内容
- ・葬儀について：葬儀の形式や場所・参列してほしい人の希望・使用する写真や音楽など
- ・医療や介護について：病気になった際の治療方針や介護施設の希望
- ・万一の際の連絡先リスト
- ・自分自身に関すること（生い立ちや人生について）、自分について伝えたいこと
- ・家族や親しい人へのメッセージ

なお、市販のエンディングノートは、書くべき内容があらかじめフォーマット化されているので便利です。一方、自作のノートは自由度が高く、自分に必要な情報だけを記載できます。また、状況や心境が変わることもあるので、エンディングノートは内容を定期的に見直し、更新することも大事です。

### 2. 期限を決めて少しずつ行う

身辺整理は一度に全てを行うのではなく、期限を決めて少しずつ進めることが大切です。例えば、1年間で全ての身辺整理を終わらせると決めて、その上で「1月は衣類の整理」「2月は書籍の整理」など、月ごとに整理する対象を決めます。さらに、「1月の第1週は冬物の衣類を整理しよう」「第2週は夏物の衣類を整理しよう」など、週ごとに具体的なタスクを設定するのも良いでしょう。

### 3. 完璧主義は禁物!

身辺整理を完璧にするのはとても難しいものです。まずは自分にとって最も重要なものから整理を始めると良いでしょう。例えば、財産に関する整理を優先し、その後に衣類や書籍の整理を行うなど。完璧を目指さず、少しずつでも進んでいることを評価しながら、自分のペースで行うことが大事です。

### まとめ

終活の身辺整理は、自分の人生を見つめ直し、最後まで自分らしく生きるための大切な準備です。早めに始めることで、心の負担を軽減し、家族への負担を減らすことができます。身辺整理って何からはじめていいの?とお悩みの方は、今回ご紹介した内容を参考に、ぜひ計画的に身辺整理を進めてみてください。



ベルコ函館シティホール館長 飯村 智大

ホテルや飲食業などサービス業界で接客やコミュニケーション力を10年以上学び、その経験を活かして株式会社ベルコの葬祭業に転身して20年以上。  
持ち前の粘り強さや明るさで室長、小樽の各拠点で館長として葬祭責任者を歴任。  
現在函館にて館長兼現場教育者として多くのスタッフにホスピタリティを伝え、心からのおもてなしができる会館を目指しています。  
培ってきた葬儀の知識を全てお伝えしたく、コラムの掲載を始めました。地域活動の一環となれば幸いです。

【資格】  
葬祭ディレクター1級  
終活カウンセラー  
グリーンケアース



身辺整理と  
やり方を解説!

