

生前整理はじめてみませんか？ 2019.9.19

県央ブロック福祉事業準備チームでは、自分らしく生きるために知っておきたいことをテーマに2回目の講座を開催しました。

講師の藤田さんは家事セラピストの資格をお持ちの組合員。いつも心地よい暮らしのヒントをくれる方です。

私の人生は経験したことと持っているモノで語れる

経験したことは思い出に言い換えられ

モノは、私は何が好きでどうして選んで持っているのか

価値観の現れ

そして必要な量なのか

「もったいない」とはモノの本質・価値を生かしきれていない

ということ 無駄になっているということ

探す時間や置きっぱなしの空間がもったいない

全くその通り。

気持ちとモノを整理し、捨てるのではなく何をとっておくか、何に囲まれて暮らしたいか。

参加者アンケートより

- ・家族の「どうしたいか」を大切にしたい。
- ・自分の基準を決めること
- ・生前整理は「人生の棚卸し」
- ・さっそく手を動かします。

