

**セカンドライフ
ファクトリー通信**

発行者
矢富直美
一般社団法人
セカンドライフ
ファクトリー

第68回SLF講演会の案内

「相続法改正に伴い、子や孫に迷惑をかけないために」

「このくらいは知っておきたい相続のいろは」

講師 ファイナンシャル・プランナー

菱田 雅生 氏

内容 昨年7月、約40年ぶりに「民法」の相続に関する部分いわゆる「相続法」の改正が行われました。

これを機会に、相続について最低限知っておくべきポイントを整理しておきましょう。家族が争う「争族」にしないようにするための「相続開始から相続税納税までの流れ」、「遺言書やエンディングノートの活用

セカンドライフファクトリー (SLF) 紹介

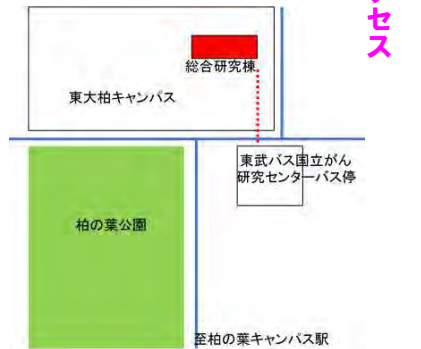
い参加が加作
きにアが参
の研シニで
大労した法
東就った人
地域づくの
間のつくり
のたために
会、講座、サ
な、の活動
って行い
ます。

アクセス



柏駅東口より徒歩8分 アミュゼ柏と同じ並び市役所寄り、当ビル1階赤い看板の「はんこ屋さん 21」が目印
住所・電話は下部青帯

柏の葉キャンパス駅からバス6分「国立がん研究センター」下車徒歩2分



会場アクセス

申し込み：〒277-0005 柏市柏6-4-24 柏ビルディング7階 SLF講演会係宛

はがき：〒277-0005 柏市柏6-4-24 柏ビルディング7階 SLF講演会係宛
WEB (セカンドライフファクトリーで検索)
ファックス：04-7100-0158
電話：04-7100-8023
Home.ne.jp (件名：第68回講演会申込)

日時 8月23日(金) 10時～11時30分
場所 東京大学柏キャンパス 柏市柏の葉5-1-15 総合研究棟6階大会議室
費用 資料代500円
主催 一般社団法人セカンドライフファクトリー (SLF)
申込 メール：info-slf@jcom.home.ne.jp (件名：第68回講演会申込)

のポイント」等も解説します。

連載 セカンドライフをどう生きる (第14回)

人生100年時代の人生設計を考えるにあたって、NHKの「AIに聞いてみた、どうすんのよ!? ニッポン」でAIが示した健康長寿の要因と、4つの生きる重要な基盤をクロスして考えている。今回は、その第2弾として、健康長寿の「一人暮らし」と生活の基盤の関連をみよう。



AIがはじき出した健康長寿の要因の一つが「一人暮らし」であった。一人暮らしは、基本的には、様々なことを自分自身で判断し、自分で何もかも行動する場面に立たされることが多い。このことが心身の機能や認知的機能を衰えさせないことになっている。たとえば、自分の資産を家族の思惑に囚われず、自由に自分の生活に投資したり、消費したりすることができる。退職して農業にあこがれた人が、農地を借りて農あるセカンドライフ

フを享受しようとしても、家族の反対があると実現しない。また、運転や登山など、危険度の高い活動は、家族から制限されることもあるであろう。一人暮らしは、こうした活動の制約から解放され、より生きがいの持てる活動を楽しむことができる。

	一人暮らし	地域をすくよくなる	の治安よる
健康的自立	①	②	③
経済的自立	④	⑤	⑥
共感関係	⑦	⑧	⑨
生きがい	⑩	⑪	⑫

しかし、AIの分析では、「一人暮らし」の要因は両刃の刃で、健康長寿の方向と、その反対で不健康の方向にも向くという要因であった。そこを分けているのは、対人的積極性である。うつつで、対人的に内向きな人は、一人暮らしがかえって悪影響を及ぼす。しかし、(次ページに続く)

プチカル講座 参加者募集

・フリー麻雀クラブ (健康麻雀) 《予約制1名から》
平日 午前 10:00～13:00、午後 14:00～17:00
半日1000円、一日1500円、水曜は女性半日半額 土曜はグループ利用のみ

点数を自動で計算できる卓を使用できますので、点数計算が苦手な方も安心です。

・「暮らしの中に生きる禅」座禅クラブ 第1・第3水曜 14:00～15:30 1回500円

お申込みは「プチカル柏の葉」 TEL 04-7100-8439 柏市柏の葉2-3-27

プチカル柏の葉 検索

対人的に積極的な人は、一人暮らしは、活動量を増し、社会参加を増す条件として、働くのである。

以前、首都大学東京の公衆衛生の教授で在られた星旦二先生の縦断的研究によると、連れ合いに死なれた男性は、余命が短くなるという。逆に連れ合いに死なれた女性の余命は、死別に影響を受けないというデータを示されていた。男性は、仕事をしているときは地域とつながりを持たず、退職しても地域での社会参加が下手である。女性は、子育てを経験していることが、否応なしに地域や近隣とかかわりながら、仕事以外での社会参加をしている。そこが、女性が、夫との死別後も、生き生きと生活し、余命を縮めないことになっているのだ。

これからの日本の長寿社会が進行していくとますます一人暮らしが増えてくる。そのメリットを享受して健康長寿をめざそうではないか？

(矢富直美)

「S L F農ある暮らし」活動紹介

「S L F農ある暮らし(あけぼの山)」は、S L F会員にお声をかけて2019年4月に活動を始めた農業グループです。

本会は、「援農に関する業務、農作

業に関する業務を通じて社会に貢献し、援農、農作業に関する活動で各自のセカンドライフの充実を図る」ことを目的としています。会員は、篠原会長以下現在16名の方が参加しています。

4月から、あけぼの山農業公園本館近くに農家の協力指導を得て、3反で野菜・果樹の植え付けを行っています。その3反をA面、B面、C面と分けて、A面ではいろいろな野菜を栽培する家庭菜園学校、B面では趣味の機能性野菜の大量栽培、C面ではイチジク・ブルーベリーのコンテナ栽培を行います。

A面は、夏野菜がだんだんと育ってきていますので今後の収穫が楽しみです。植え付けの済んだ区画があと5区画残っています。(先着順で受け付けます)。

B面では、ジャガイモの収穫体験会を篠原会長の手伝いで行いました。ジャガイモ試食まで



6月22日、23日に開催したところですが、会員のお孫さんたち、近くの布施新町内会の方々も参加されました。お孫さんたちもコロコロ掘り出したジャガイモを見て大興奮。みなさん大黒様よろしく大きな袋を引っぱってお帰りになりました。第2弾は、10月上旬のゆで落花生「おまさり」の収穫体験を予定しています。「おまさり」は、粒が大きく色白でゆでて食べる落花生です。昨年S L F事務所でも販売してこれも好評でしたので、今年も楽しみにお待ちください。



C面のイチジクは秋の移植のためにメンバーで春から挿し木をして準備をしています。ブルーベリーの苗木にも用意してあります。これらをコンテナに移植し、移動可能な形で矮性化させて栽培する予定です。

まだ「農ある暮らし」の活動は始まったばかりで手さぐりですが、新たな

わいわいサロン会員募集

趣味や学習活動を仲間と一緒に楽しむサロンです。時間の都合がつくときだけの参加も歓迎です。参加費無料。

《サロン一覧》

- ・楽しく終活を話そう！
- ・スマホを使おう！
- ・写真を楽しもう！
- ・いつまでも勉強しよう！
- ・投資を楽しもう！
- ・果樹園を運営しよう！



お申込みは「セカンドライフファクトリー」まで
詳細は

セカンドライフファクトリー

検索

参加者を募集していますので、詳細は s1f.nouarukurasi@gmail.com または 090-4752-2430 (内田)までご連絡ください。

スマホ・パソコン 無料相談会

スマホやパソコンに関して、どのような相談でも構いません。当日自分のパソコンを持参いただいても構いません。予約不要。

日時 8月9日(金) 10:00~16:00

場所 パレット柏 オープンスペース
問い合わせ先 セカンドライフファクトリー

広告



庭木のお手入れは SLFガーデン サポートへ お見積り無料

安価で丁寧な仕事 庭木の改作を提案

TEL 04-7100-2839 <http://s1f-gardensupport.com/>



暮らしの支援 えんがわ

生活のお手伝い

お掃除 お庭仕事 買い物代行 困りごと相談

TEL 04-7100-2839 <http://kurashi-engawa.com/>