

## 第 45 回 死生観について（広報まつぎ 令和 7 年 9 月号掲載）

最愛の家族、お世話になった恩人、仲が良かった友人など、つらい別れを経験された方が増えているように感じます。自分の年齢を考えると相応なのかもしれません。自分も母を 4 年前に亡くしました。自宅で看取ることができたのは幸せだったのかもしれません。目の前で人の命のともしびが消えゆくのは何度経験してもつらく悲しいものです。そのような経験から、死生観を改めて考えてみることにしました。

「死生観」とは、生きることと死ぬことに対する考え方、または判断や行動の基盤となる生死に関する考え方のことです。

かつては、死をタブー視するような考えが一般的でした。しかし近年では、「終活」など「人生の終わりをどのような形で迎えたいか」について考え、準備することは、決して後ろ向きな行動ではなく、「今をどう生きるか」につながる前向きな行動と捉えられるようになってきています。ただ、前述の親愛なる人との別れや喪失感には、寄り添い、支え合える環境が必要です。松崎町が掲げる「コンパッションタウン松崎」では、まさにその環境を整備し、「ここでは誇り高く穏やかに豊かに生きられる」まちづくりを目指していきます。