

実際に書いてみた方の声



実際に書いてみて、今ある自分自身の人生の背景を感じられた。

一年ごとのトピックスから、人生の五大出来事を選んだら、必ず入ると思っていた出来事が入ってこなかったことに自分で驚いた。



人生について考え、語り合う場がお寺だと思うと、若いうちから書いた方が良いのではないかと思った。

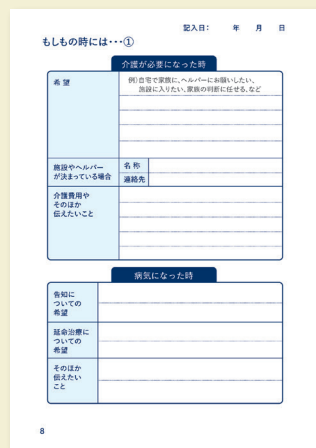
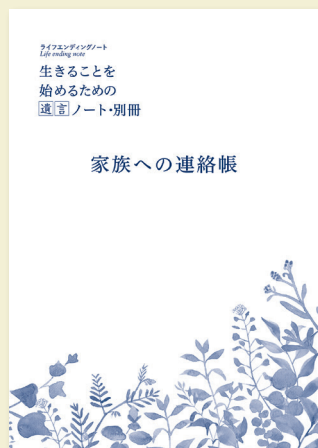
新刊書
2025年
1月発刊

終えてゆく事実を
見ることを通して「生」が始まる

ライフエンディングノート

別冊 家族への連絡帳

遺された家族のために財産・医療保険などの個人情報を入力する一般的なエンディングノートにあたる小冊子(別冊)です。



「ライフエンディングノート 生きることを始めるための遺言ノート」

B5版60頁(別冊 B5版17頁) 価格:税込300円(別冊含む)

ご注文のご案内

- ホームページでのご注文
真宗会館ホームページ内の「書籍紹介」お申込みフォームよりご注文ください。スマートフォンの場合は下記QRコードからもご注文いただけます。
- 電話またはメール・FAXでのご注文
①希望部数 ②お名前 ③郵便番号 ④ご住所 ⑤電話番号
を下記連絡先までお知らせください。

注意事項

- 本誌・別冊セットでのお取り扱いとなります。
- 書籍代他、別途送料500円(少数の場合は120円)を申し受けします。
- お支払いは、書籍同封の「郵便振替用紙」にてお願いいたします。
なお、振込手数料は無料です(発送者負担)。

ご注文・お問合せ先

真宗大谷派 東本願寺真宗会館 書籍担当
〒177-0032 東京都練馬区谷原1-3-7

TEL 03-5393-0810 FAX 03-5393-0814 MAIL info@shinshu-kaikan.jp

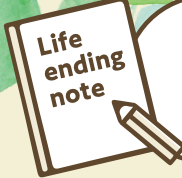
ご注文・試し読みはこちら



編集・発行 真宗大谷派首都圏教化推進本部

自身の人生を見つめ、新しい「今」を生きるためのきっかけづくりとなることを願い、東本願寺真宗会館版『ライフエンディングノート』を発刊しました。是非お寺の同朋会や各種講座でご活用ください。





ライフエンディングノートを活用して…



“終活”をテーマとした 学びの場(同朋の会)を開いてみませんか

お釈迦さまは「老・病・死」の問題を通して、
人生のほんとうの依りどころ(宗)を明らかにされました。
まさに、「終活」から「宗活」です。
真宗のお寺が、まさに「宗活」の場であることを
“終活”を通して確かめてみませんか。



使用事例

- 第1回目** 最初から順に読み確かめながら、
第1章から第3章までを**参加者とともに**書き進めていく。
- 第2回目** 各自持ち帰って書き足し(書き直し)、それをもって書いた感想を語り合う。

ペンではなく鉛筆で書くと、
書き足したり、書き直したり
できるので、その時々自分の
移ろいを表しやすくなります。

※講座の回数や内容は、それぞれのご事情に合わせてお決めください。

帰敬式受式に向けた 学びの場を開いてみませんか

帰敬式を受式される方は、
みな色々な思いや背景をもっています。
一緒にその思いを確かめながら、帰敬式に臨みませんか。
これまでの人生をともに確かめて歩み始めることが、
帰敬式を受けていただく大切な意味でもありましょう。

使用事例

- 第1回目** 帰敬式の意味を確かめつつ、
受式希望者とともに書いてみる。
- 第2回目** 書いた内容をもとに、自分の人生への思いを語る。

自身の人生の受け止めを
お聞きすることで、
法名をお付けするときの
手掛かりにもなります。



※講座の回数や内容は、それぞれのご事情に合わせてお決めください。

掲載内容

第1章

現在 どう生きているか
名は願い
自分を取り巻く縁
私の宝もの
今を漢字で表わすと
コラム「集活ということ」
(立教大学大学院兼任講師・
立教大学社会デザイン研究所
研究員 星野 哲)



第2章

過去 どう生きてきたか
一年ごとのトピックス
私の五大出来事
これまでを漢字で表わすと
コラム「遺言ということ」
(弁護士法人ダーウィン法律事務所
代表弁護士 荒川 香遥)



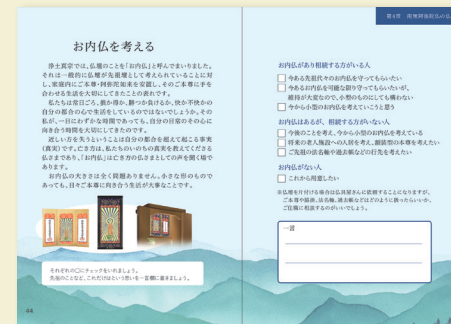
第3章

未来 どのように生きたいか
これからやりたいこと
後世に残したいこと、残したくないこと
これからを漢字で表わすと
コラム「遺贈寄付ということ」
(一般社団法人全国レガシーギフト協会
共同代表 山北 洋二)



第4章

仏事 南無阿彌陀仏の仏事
浄土真宗の仏事
あなたにとっての別れと出会い
葬儀を考える
墓を考える
お内仏を考える
法名を名告ろう-帰敬式-
大切な人への言葉
コラム「葬儀について」
(株式会社オリハラ代表取締役社長・
東京都葬祭業協同組合
理事長 濱名 雅一)



第5章

念仏 念仏の教えに生きる
念仏の教え
お寺という場



試し読みはホームページより

真宗会館 書籍紹介 検索

<https://shinshu-kaikan.jp/learn/book>

様々なシーンで自由に活用できるライフエンディングノートです