



## 断捨離で終活を 認知症で「ごみ部屋」も急増

捨てることが苦手な高齢者を中心に、物の整理の方法を教える「断捨離（だんしゃり）」の講座が川崎市内で今月から来月にかけて相次いで開催される。「いつか使えそうだから」と捨てられない人や、介護中の親が抱え込んだ荷物の整理に悩む人などケースは多様だが、物の整理ができなくなった認知症の高齢者など、地域の支援が必要な事例もあると専門家は指摘する。

同市幸区の市産業振興会館で今月5日に開かれた「高齢者のための断・捨・離－整理術」（市高齢社会福祉総合センター主催）では、遺品整理の専門家の石見良教（よしのり）さんが講師を務め、約120人が聴講した。

石見さんは、高齢で亡くなる人の遺品は平均で3トンに上り、遺族が整理に困る実態を紹介。自分が亡くなる時や要介護状態になったときなどに備え、「荷物は1・5トンにまで減らす必要がある」と訴え、具体的な方法を伝授した。また1人暮らしの高齢者が認知症になり物の整理ができず、居室が「ごみ部屋」と化すケースが急増し、その整理業務の件数が遺品整理を上回ったと明かした。わが家の整理はもちろん、「近隣で部屋の汚れた人を見掛けたら、すぐに地域の福祉関係者に連絡を」と呼び掛けた。市内の主婦（67）は「人ごとではない。夫と一緒に、本気で整理に取り組みたい」。