



家族の一員であるペットに寄りそうコンシェルジュと
生前整理の普及を目指すプロフェッショナル。

根底に流れていた共通項は、よりよく生き切ることに対する熱い想い。
二人が語るのは、かけがえのない「今」を考えることの大切さです。

大津たまみさん(以下敬称略)：私が代表を務める「生前整理普及協会」は生きることを前提に、物・心・情報の整理をするということを行っている協会です。

遺品整理の現場に赴く一業者として感じていた「生きているうちにやらなければいけないことがある」ということ、それが「物・心・情報の整理をしておく」ということでした。ものだけではダメなんです。心や、情報の整理をすることが大切なのです。ですから「生前整理」ではなく「生前整理を普及していく」ということを目的としています。

2013年に立ち上げ、今7年目に向かっていきます。生前整理アドバイザーと呼ばれる方が3000人以上所属し、そして、指導するもの、生前整理を伝えることができる人が340人所属している、そんな協会に育てることができました。

生前整理アドバイザーというライセンス講座を中心として、他にも介護、葬儀すべて含めて診断ができる診断士や相談士、そして「物の出口」として非常に注目を集めているエステートセール、さらに相続関係のアドバイザー等、このような学びの場の提供も行っていきます。

藤本仁美さん(以下敬称略)：有限会社ポッケの代表を務めながら「日本ペットコンシェルジュ協会」を立ち上げたいとずっと願ってきました。

個人では「ペットコンシェルジュ」という商標登録をとり今までずっと活動を続けています。その活動内容は「飼い主に寄りそう」ということ。

日本では、ペットを家に連れてきたら、ショップとのつながりはおしまいという関係性が一般的です。困ったときにすぐに聞けるところがありません。閉鎖的な環境で飼っているのが家で何が起こっているのか、どうなっているのかということは、外からはわか

らないのです。

今までは、最初だけ、ペットを飼い主に渡すところだけを一生懸命行ってきました。ペットショップにしても、保護犬を譲渡するところも同様です。でも「渡して終わり」ではなく、困ったことが起きた時すぐに聞ける人がそばにいてくれたらいいのではないだろうか、と思ったことが「ペットコンシェルジュ」の始まりでした。

ペットの高齢化が進む現代、 二極化する飼い主たち



藤本：そんな中で、介護のこと、亡くなってしまったときはどうしよう、といった話が最近よく聞かれるようになってきました。

浮き彫りになっていることの一つに、ペットの高齢化があります。日本では、老犬老猫率が全体の半分以上になっており、業界でも取り沙汰されています。

それに伴い、老犬・老猫が捨てられてしまう問題もあります。メディアでも取り上げられることがあるほど最近多くなってきています。

家族としてずっと暮らしてきたのに、なぜ「捨てる」という選択肢があるのだろう、と憤りを感じますが、現実にはそういったことが起こっているのです。

こうした問題を目の当たりにして、私が感じるのは「二極化している」ということ。一つは「もう飼いきれない」というパターン。もう一つは「子ども以上です」と言ってしまうほどの溺愛です。

まず、前者の「飼いきれない」とペットを捨ててしまう方は、辛い人生を送ってきてしまっています。「この子を飼うんじゃなかった、うちに入れるんじゃなかった、大変だった」と。だから自分を肯定するかのように「ここまで面倒を見てきたのだから、もう、いいかな」という気持ちで捨てることを選んでしまいます。

逆に、家族みたいに大切に溺愛して過ごしている方からは、ペットがまだまだ元気なうちから「ああ、この方、ペトロスになってしまうな…」という雰囲気がすごく伝わってきます。

どちらも、ペットと飼い主さんの間に他者の手が入ることで困りごとや不安を解消して、みんなが幸せに「生きる」ことができ、最後に「死」がやってくるということを受け止められると思うのです。

大津：今ひとみさんがおっしゃったことは、まさに私たちが提言している「生前整理」と同じ考え方です。老犬、老猫が増えている、これは今の超高齢化が進んでいる日本の社会構造と全く同じなんですよね。

先ほどの「飼いきれない」というお話。これには心がグューッと痛くなりました。「親の面倒見きれない」というのと重なります。



幸せをつなぐのは、やっぱり人の輪

藤本：私のお客さんでこんなエピソードがあります。お母さんが老人ホームに入ることになり、それまで飼っていたペットを誰かに見てもらえないかと探していました。ところがお父さんが突然倒れて亡くなられてしまった。犬は独りぼっちになってしまったのです。お父さんがとてもかわいがっていたのを知っていたので、何とかしてあげたいと思い、みんなに話したんです。飼います、飼いますと手を挙げてくれて、今は幸せに生きています。

大津：よかった！

藤本：人の輪ができることで、そうしたことが可能になってきますよね。

逆パターンもあります。ペットが先に死んでしまって、自分たちが残されたときに、どう心の整理をするのか、という。

私が販売した子でね、4歳くらいでした。良くない物を食べたらしくて急に亡くなってしまったのです。その飼い主が「死んじゃった！」と駆け込んできました。その子はうちで生まれた子だったから、私にも思い出があって「思い出すね、その子のことだけ考えて一週間を過ごすから、お父さんもそんなに泣かないでね」と話したんです。ところが、お父さんは悲しすぎて、おもちゃから何からすべて捨ててしまっていたんです。忘れたいと思っていたのです。そんな風に思っていると私は知らなくて「お父さん、この子が生まれた時のこと、こんなことがあった、あんなことがあった、と全部思い出して過ごすね」と。

そうしたら「そうか！」って。「あの子は生きていたんだからみんなに死んでしまったことを知らせてあげなきゃいけないんだ」と、仏壇まで作ってしまいました。

そうしたら、いつも来ていた宅急便のお兄さんとか、泣いてお参りしてくれたんだそうです。それを見ていたお父さんの心が落ち着いていったのです。「そうか、この子はやっぱりうちに来てよかったんだ」って。

大津：そういうこともあるね。そんな風に思えるように生前に教えてほしいですね。コンシェルジュの人たちにやってもらいたいね。

藤本：私が、思い出すよって話したことで、お父さんは心の整理ができたんだと思います。もっと前に知っていれば、「これはとっておく、これは思い出の写真にする」などの整理ができたはずで、思い出の品を捨てなくて済んだんですよね。

思い出の品を残すためのアドバイスもコンシェルジュの役目



大津：そう、私がペットコンシェルジュを必要だと思ったのは、私のうちの猫のリコは捨て猫で、困ったときに相談するところが全くなかったからです。

だから、これでいいのかな、と常に手さぐりで…。もちろん、そうして手探りで育てていくのも一つなのだけれど、やっぱり相談ができる人がいるかないかで、最後の過ごし方も変わるんじゃないかと思います。

藤本：私自身の経験の中でも、一番かわいがっていたパフという犬が4歳で死んでしまっ
て…。病気であつという間に。4歳なんて、まだまだ死ぬとは思ってもいないから、その時
に、こういうことってあるんだと痛感しました。

私はその時、毛と、お気に入りの洋服も残したんです。自分に元気がないときに、触る
ために。気持ちが落ち着きます。

きついつか終わりがくる、でも自分たちは生きていかなければならない。でも、その
子がいたこと、見ていてくれると思えることで頑張れるよね、と、そういう風が変わって
いく。

急に亡くなってしまうと、冷静な判断ができなくなってしまうから、まだ生きているけれ
ど、形見を用意しておくのもひとつ。

例えば、首輪をちょっと使ってもらってとっておくとかね。においがついて思い出にな
ればいいよねって。そういったことを教えてあげられる人になりたいなと思ったのです。
そして、その先にはペットコンシェルジュという人が大勢育ってくれて、飼い主さんたち
の相談に乗ったり、飼い方を教えたり…。全国に広まってくれたらいいな、と思います。

終活ではなく、生き活・共活。

大津：日本には「終活」という言葉があります。人生の終わりに向けての活動のことです。
でも、私は、「生き活」という言葉を作ったの。生前整理は早ければ早いほどいい。遺品整
理の現場を見てきて思ったのは、いつになるかわからない、「いつかやろう」、ではなくて、
最後の最後まで、最後の1秒まで思いっきり生き切ろう、ということ。生前整理は「生き活」
だと私は思っています。

藤本：どう生きるか、ですよね。ペットコンシェルジュ協会では、ペットと一緒に生きる、

共に生きる活動「共活」(ともかつ)です。

大津：早ければ早い方がいい。この思いは、私たち二つの協会が目指すところですね。

藤本：人間と大きく違うのは、ペットは絶対に自分の年齢を超すんですね。親、自分、子ども、人間はその順番、でもペットだけは抜かしていきます。それは絶対で、そしてみんな頭ではわかっているのに、でも、悲しいことだから、考えたくない。

大津：早ければ、明るくやれるっていうのがいいよね。もうね、切羽詰まったら、悲しすぎて何にもできない。

藤本：そう、まだこんなに元気なのに、と思うかもしれないけれど、元気だからこそ楽しく調べられます。元気な時に考えるからこそ、あとで悔いを残さない充実した今を大事にできます。時間があるから情報収集もできます。葬儀や供養の仕方一つとっても、地方で違うから、その地域に、つながれるコンシェルジュがいてほしい。

大津：私が指導員を1000人にしようと思っているのは、何かあったときにすぐに聞くことができる人がその土地その土地にちゃんといるということを目指しているから。仁美さんと同じです。

人生の階段に踊り場を。

立ち止まって考える時間が未来を変える。



大津：人生って、踊り場のない階段をずっと上がっている感じです。生前整理普及協会では講座の開催もしていますが、その人生の階段に踊り場を作るとというのが目的の一つでもあります。

私が最初に協会を作るときに思っていたのは、普通の人が一度立ち止まって、これからの人生のことにに関して、振り返りながら考えてもらいたいということ。

生前整理というと、どうしても介護や葬儀、相続のことばかりと思われがちなんですけれ

ども、全然そうではなくて、ね。モノの整理の仕方などはもちろんお教えしますが、人生の「やり残しリスト」を作りそれを「これからやりたいことリスト」に変える作業なども行います。そんなのないよ、という人もいます。でも家に帰って、ああ、これなんだ、と気付くことがあるかもしれない。講座は、未来をプランニングするというカリキュラムになっています。

こういう人生を歩みたいな、と意識すること、踊り場を作ったことで、その先の生き方が変わっていきます。「自分の人生、ちゃんと生きよう！」と。

藤本：そうですね。どう生きるかですね。ペットコンシェルジュでもセミナーを開催したり、「共活メソッド」を用いて考える講習会を行っています。

共活ノートの一つにはこんな項目もあります。「犬や猫からの手紙」。それは、その子になって書かなければいけないから、飼い主の心の「あぶりだし」になる。

例えば「ママ、お仕事ばかりしていつもいないよね」「おやつはいつも同じものばかりだったけれど、こちらのも食べたかったな」と書く人がいます。

つまり、悪いなとずっと思っている、そんなことが言葉になります。それがきっと「悔い」になる。やってあげればよかった、もっと一緒にいてあげればよかった。そうした心の底にあったものが、出てくるんだと思うのです。だったら、それをやってあげばいい。

その子になったつもりで自分にあてる「ごめんね」は、今の生き方、関わり方を変える気付きです。

大津：つまり、共活メソッドで、「やり残し」を明確にしていくのですね。

藤本：そして次は、介護のことが学べたり、供養のことに進んだり、と仲間と一緒に段階的に進んでいくと死に対する不安も減る。「終活」として最期だけにスポットを当てると、重すぎて辛くなりすぎてしまいます。

また、先ほど、ペットと人の関係が日本は独特だと言いました。私はイタリアに住んでいたことがあります。靴を脱ぐ文化がないから、どこでも一緒、日本みたいに制約、枠がない。人が亡くなると、四十九日など法事があり、集まって故人について話すでしょう、それって、残った人たちの心を癒していくものじゃない？ペットも同じだと思うのです。

この共活メソッドを用いた講習会を、例えば6人で行えば、うちの子が亡くなっても、あの時一緒にやった子ねって言ってもらえる。この子を知っている人がもう5人いる、それで救いがあります。

**お金のこと。目安を決めておくことで
家族の気持ちが揃うケアが可能になる。**

藤本：共活メソッドには、お金のことも書いてあります。どこまで医療費を使うのか。ここでけんかになるの。お母さんは際限なくやってあげたい。お父さんは5万なら5万と区切

りをつけたい。大学病院まで言って手術なんかしなくてもいいんじゃないか。って。それも、なっていないうちに決めておけばいい。その時に変わってもいいのです。「保険でできる分まで」などと、皆でラインを一つ決めておけば、「もうちょっと、足してもいい」ってその時の状況に応じて変わっても冷静に対処しやすい。

月々1千円でもいいから、積み立てていくことをすすめています。その子のために使ってもいいお金の目安になります。家族でいくりにするって、決めるということができていれば、積み立てたお金の中で、延命のことだって考えることができます。

つまり、**家族で話合っておくことが大切なのです**。その子のためにどうするかを家族で話合って決めたかどうかというのが、飼い主さんたちの心に必ず引っかかって人生を左右します。

大津：遺品整理の現場にいて知ったのは「サザエさん一家はない」ということ。現場は争いばかりなの。だから家族で話合うことって本当に大切。お盆、お正月、ゴールデンウィーク、みんなが集まるときに話し合ひましょう、そして見直しましょう。見直すタイミングも教えてあげたほうがいい。書き換えないと使えないノートになってしまいます。ペットたちだって好きな食べ物も変わっていくしね。

**最後の一秒までよりよく生きるために、
私たちが目指すこと。**



大津：生前整理普及協会の講座を学んでくれている40代50代の人たちは、高齢の親世代、そしてその孫世代両方に影響力があります。その方々の活躍で世の中が変わっていくと私は本気で思っています。私は「終活」の第一人者ではありません。でも「生き活」の第一人者です。生き活で、笑いながら人生の終末までを考えると時代にしていかなければ、

これからの超高齢化社会、辛くなってしまうばかり。

今、高齢者のうつ病や引きこもりがとても多いのです。年をとることが、日本はすごく辛い国になってしまっているの。人生を立ち止まるということは、なかば強制的にしないとできません。立ち止まることによって、自分が本当はどうしたいのかを考えてほしい。最後の一秒まで「思いっきり生き切った！」と言えるように。多くの高齢者のうつ病や引きこもりをなくしたい。

実は私は、階段を上っていく母に、ちょっと立ち止まろうよ、といえなかった。母がやることができなかった生前整理、今は生前整理アドバイザーとして私は知識をもって父に接することができました。

立ち止まることをこの年齢の人たちがやったら、日本は変わっていくと思う。そんな話をしていたら、今、アンテナの高い20代の人たちも講座を受けてくれるようになってきました。

藤本：そうやって次の世代につながっていくよね。

大津：そう、命はずっとつながっていく。もう終活だけを見るのはやめようって、若い人たちがそういった時代を作り上げていきます。この考え方は、日本だけではなくて世界に輸出ができるくらいになっていくと私は思っています。だから、生前整理普及協会は、アドバイザーを一万人に、指導員を千人にします！最終的には**一家に一人生前整理アドバイザーがいるという社会**を目指します！

藤本：私は、普通の人がコンシェルジュになって欲しいと思っています。トレーナーなどの特別な人ではなくて、「私、犬飼ったことがあります！だからペットコンシェルジュになりたい！私でも、助けられる、与えることができる」と思える人たちです。

今、5歳の子を飼ってれば、1歳の時にどうだったかという情報を与えてあげることができるでしょう？ ネットからの情報で何でもわかるような気がするけれど、その情報が、うちの子にあてはまるかどうかはそもそもわからない。でも、すぐそばで「丈夫だよ、こうしたらいいんじゃない？」と今まさに飼っているその子を知ってもらって寄り添ってもらえたら安心でしょう？

今後は**共活メソッドを活用するセミナーを開催していきます**。親身に相談に乗ることができ、コンシェルジュを育て、ペットを飼うことが大変と感じてしまう人を減らしていきます。これからの3年でペットコンシェルジュが1000人になったら、日本のペットライフもより良くなると思っています。