

響

ひびき

第71号(通刊94号)

平成26年9月発行

「響」とは「郷」の「音」と書きます。
私ども東京福祉会では、この温かなものを
大切に「心に響く葬儀」を目指しております。



東京福祉会だより

今号のエッセイ

『治すのは自分です』

— 君子医者に近寄らず —

《医師》松本 光正 氏

創立100周年に向けた、東京福祉会の5か年計画事業
平成25年度 事業活動報告・決算(財務)報告
読者の皆様の作品発表／ご挨拶・資料請求

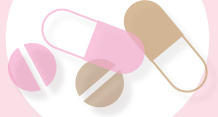
「東京福祉会だより(響)」は、個人会友、
団体会友の皆様をはじめ都内の各福祉事
務所・施設などに、配布しております。

大正8年創立



社会福祉法人 **東京福祉会**

道灌山会館 江古田斎場 ホール多摩国立



治すのは自分です

—— 君子医者に近寄らず ——

〈医師〉
松本 光正

み

なさん自然治癒力という言葉をご存知だと思えます。言葉は知っておられませんがその正確な意味をご存知ないようです。「ご存じないから身体に一寸でも異常を感じる」とすぐに薬や医者にたよろうとします。自然治癒力の本当の言葉の意味・力を知っているならばそう無闇に薬に手を出すはずがないし医師にかかろうとしないはずで。本当の言葉の意味をご存じないから薬や医者にたよるので。自然治癒力、読んで字のごとく、身体は自然に壊れた自分を治してくれませ。壊れた機械はほうっておいたら自然に修理されていたなどと言つことはありません。生物は、壊れたら自然に自分で治す力を持っています。人間も生物です。だから人間にも自然に治す力が備わっています。薬や医者は皆さんが考えているほど力はありません。薬や医療が治す

のではありません。自然に自分で治しているのです。薬や医療は、むしろその自然治癒力を邪魔していることも多々あるのです。それなのに何か薬や医療に素晴らしい力があると思ひ込んでいます。そこで自然治癒力についてお話しします。

身

現象はすべて意味があります。その意味は命を守ると言う意味です。どの生物も、それは猫でも犬でも、植物でも、もちろん人間でも命を守る事が最優先課題です。風邪を引いた時に熱が出ます。熱は自分の命を守るために出たのです。熱を出して風邪の元のウイルスをやっつける為に身体が頑張つて熱を上げているのです。これが熱の正体です。体力があるから熱が出るのです。体力のない人は熱を上げる力がないから、風邪が風邪ですまなくなり肺炎になつてしまいます、これが無

熱性肺炎です。これが分かれば熱が出たからといってすぐに熱冷ましをのまないでしよう。分からないから熱冷ましを飲むのです。分からないから医師も熱冷ましを出すのです。熱という反応は自然治癒力の現れです。痢はどつでしよう。悪いものが身体に入ったから身体は命を守るために肛門から水と一緒に出している姿が下痢です。下痢するから身体に悪いものが残らないで、命が守られるのです。これが分からないとすぐに下痢止めを欲しくなつて医療機関に行くのです。医師も慌てて下痢止めを出します。これでは悪いものが体内に残つて大変なことになるてしまします。熱や下痢が病なのであります。熱や下痢は、病が治つていく過程の反応なのです。熱や下痢があるから死なないでいるのです。だから熱や下痢は感謝するものであつて、憎

むものではないのです。植物でも自分の個体の命を守るために懸命に努力をしています。松の木に松ヤニが出ます。松はなんのためにヤニをだしているのでしょうか。面白がつて出しているのでしょうか？面白がつて出しているのはありません。松は松という個体の命を守るためにヤニを出しているのです。風が吹いたか、鳥がつついたか、とにかく松の樹皮が剥がれた時に、そのままにしておいたら根から吸い上げた水は樹皮がないところから漏れていってしまいます。漏れているのをそのままにしておいたら松は枯れてしまいます。枯れる即ち死んでしまいます。そこで松はヤニを出して剥がれた樹皮の部分修復したのです。これが松ヤニがでる目的です。このように生物の反応、結果は全て目的があるのです。植物だつて自分の命を守ろうと懸命に

植

なつていのです。植物にも自然治癒力があるということです。圧を考えてみましょう。血圧はなぜ上がるのでしょうか。面白がつて理由もなく上がつていのでしょうか。熱や下痢や松ヤニでみたように血圧だつてなんの理由もなしに面白がつて上がることは絶対にありません。自分の命を守るために血圧を上げていのです。頭が痛いときに血圧を測つたら200あつたとします。自然治癒力を知らない人は血圧が200になつたから頭が痛いと思つてしまいます。なんで、なんのために血圧が上がつたのかを考えようと思いません。身体は理由もなく血圧を上げません。頭が痛くなるような何かの頭の中で起こつたのです。それは頭の中の血管が詰まつたからかもしれない、とにかく血圧を上げて命を守ろうとしたから血圧が上がつたのです。原因が

血



松本 光正 (まつもと みつまさ)

略 歴

- 1943年 大阪生まれ。東京育ち。
- 1962年 駒場東邦高校卒業
- 1969年 北海道大学医学部卒業。
- 1972年 医療生協さいたま入職
- 2010年 関東医療クリニック院長

内科医師。笑い学会講師。NPO「シニア大楽」講師。彩の国いきがい大学講師。中村天風研究家。天風会講師。
趣味は落語、神社仏閣名所旧跡・温泉巡り、ただいま450湯。

高血圧は「症」のつく病ではないから血圧の薬はのんではいけない、コレステロールも薬を飲むような「症」のつく病ではない、「癌」は手術するな、抗ガン剤は飲むな等、医療を患者さんの立場に立つて科学的に、分かりやすく、そして面白く話すために年間数十回、全国を講演して回っている。

認知症の予防、笑いと健康などの話には笑いが多く好評である。

著 書

- 「血圧はほっとくのが一番」
／講談社プラスα新書=ベストセラー
 - 「癌は治さなくていい」／長崎出版
 - 「人生いきいき笑いは病を防ぐ特効薬」
／芽ばえ社
 - 「飲み方をかえれば漢方は効く」
 - 「笑いと健康・君子医者に近寄らず」
 - 「血圧心配症ですよ!」
 - 「呆けない人の15の習慣」／本の泉社
 - 「『健診病』なんかに負けるな!」
 - 「『健診病』にならないために」
／日新報道社
 - 「お金いらずのダイエット」／地涌社
他共著多数。
- 文藝春秋、週刊文春、週刊現代、雑誌仕快等々マスメディアにも多数の記事あり。

あつて結果があるのです。血圧が上がったという結果が悪いのではありません。こういう時に血圧を下げる薬をのんだらどうなるでしょう。必要な血圧が急に下がると血管が詰まって脳梗塞が起きてしまいます。だから現在は血圧を急に下げないのが医学の常識になっています。肩がこつたときに血圧を測つたら200あつたとします。医者でさえも血圧が上がつたから肩がこつたと言います。そうではありません、肩がこつたから身体は血圧を上げて肩こりを治そうとしているのです。歳をとつたら血圧上がるのも、歳をとつて動脈硬化を起こした血管の中を血液が流れるために

血圧を上げていっているのです。上げないと頭の隅々まで血液が流れないからです。上げて命を守っているのです。ちゃんと目的があつて上げているのです。これも自然治癒力の現れなのです。汗が出るのも震えるのも、体温を一定に保つための自然治癒力の現れです。身体の反応は全て意味がある、命を守るための反応だということをしつかり学んで下さい。



でも痰でも、痛みもかゆみも、全て意味があります。コレステロールが高いのも自分の命を守るためです。これが分かつたら、血圧が高いからといって血圧を下げる薬をのまないはずで、コレステロール

が高くても薬も飲まないはずで、この命を守る素晴らしい仕組みの自然治癒力に逆らうから大変な事が起こるのです。血圧の薬をのんでいる人は、飲まない人に比べて脳梗塞が2倍多く発生するというのも、必要な血液の圧力を下げるからです。コレステロールを薬で下げるから、気分が落ち込んで自殺したくなるし、免疫が落ちて肺炎になりやすくなるのです。転んで膝小僧を擦りむいたらかさぶたを作つて血液が外に出て行かないようにしてくれませう。ばい菌が身体の奥深くに入らないように闘ってくれませう。そして元の皮膚を再生してくれませう。すこいですね。これが地球38億

年、生命の歴史です。自然治癒力、命を守るために、進化向上してきたのです。一つとして無駄はありません。でもまだ完全ではありませんからエイズや癌やアルツハイマー等々にはかなわないのです。



「こ」の自然治癒力を最大限に発揮するためには心を積極的にプラス思考することが大切です。病気という字、病は気から起こることを表しています。風邪を引くのも引いたら困るといふマイナス思考が風邪を呼び込みませう。血圧が上がつたら困るといふマイナス思考が血圧を上げませう。身体を支配しているのは心です。心が自律神経を通して肉体に命令し

ているのです。そして自然治癒力を通して命を守る最良の状態に身体を保っているのです。さあそこで、いつでも笑いだ小躍りだ、感謝だと明るく朗らかに颯爽と生きていきませう。一寸したことでは医者にかからない、治すのは自分だと思ひませう。



「自」分の中には100人の名医が居るといふ西洋の言葉もあります。その名医はあなたのもっている自然治癒力です。その名医が十分に力を発揮できるように体重の「コントロール」、運動、食事、休養に心を配りませう。さあ最後に名言を一つ。

「君子医者に近寄らず!!」

創立100周年 に向けた 東京福祉会の 5か年計画事業

■平成26年は、「東京福祉会」の前身、「助葬会」が誕生して95年目の年であり、あと5年で創立100周年を迎えます。

東京福祉会は、助葬事業を主たる事業として行う社会福祉法人として、東京の社会福祉のなかで独自の位置を占めてきましたが、来るべき100年間も、これまでの実績を踏まえて、社会福祉法人としての使命と社会的責任を着実に果たしていかなければならないと考えております。

当会は、更なる飛躍を期して、この5年間で成長軌道に反転し、地域に貢献する経営基盤を確立するため、5か年計画を策定いたしました。



当会の今後5年間は、以下の基本方針のもと、計画事業に重点的に取り組んでいきます。

基本方針

- 1 社会福祉法人としてのミッションを果たすため、高齢福祉ニーズの増大に積極的に対応し、サービスを拡充する。
- 2 地域へのコミットメントを強化する。
- 3 人材育成を強化する。

なお葬祭部門では、下記の2つの目標を掲げて職務を全うします。

①「わ」の精神…真心・安心・向上心

真心

良い聞き役に徹しながら、故人、遺族の想いに叶った葬儀を提案します。

安心

迅速な対応と的確な回答で遺族の不安を和らげます。

向上心

常に挑戦し続け、遺族の期待を上回る葬儀を実現します。

- ② ホスピタリティを追求し続け1世紀。
地域の葬儀アドバイザーとして、これからも、いつまでも…。



花祭壇のデザイン例です。ご家族のご要望によりアレンジが可能です。

計画事業

葬祭部門

5か年間での計画事業は、全21事業ありますが、そのうち主な計画事業は次のとおりです。

新しい葬儀プランの提案

お客様のご要望にお応えした商品のご提案を積極的に実施する。



プラスワンサービスの充実

ご利用者様のご要望に「もう一つ」工夫したサービスを提案し、充実を図る。

会友サービスの充実

ご利用者様にアンケート等を実施し、会友特典の充実を図る。

高齢福祉部門

医療依存度の高い利用者 に特化したデイサービスの実施

練馬高松園で実施しているデイサービスを、胃瘻や在宅酸素など医療依存度の高い利用者の特化していく。



地域支援事業 (生きがいデイ)の拡充

練馬区から受託している(現在2か所)生きがいデイの実施拠点を増やす。
江古田斎場近辺での実施を優先する。

介護職員初任者研修の拡大

現在、年1回開催している研修を年2回開催とする。

特別養護老人ホーム等の新設

公有地活用策を積極的に援用して、当会として3つ目の特別養護老人ホームを新設する。
都市型軽費老人ホームの併設を検討する。

練馬高松園等の大規模修繕 と一体的運営の促進

本部会計の繰り入れにより大規模修繕を計画的に行うほか、両施設の連絡通路を整備し避難経路を拡充する。
事務の一元化を図り、将来的には組織の統合を図る。

本部

本部機能の強化

本部の経営企画機能を強化するとともに、人材育成策を本部で一元的に企画し、実施する。



平成25年度 事業活動報告・ 決算（財務）報告

■平成25年、東京都の高齢者人口は280万4千人となり、対前年比9万7千人の増加となりました。

このうち、75歳以上の後期高齢者は133万6千人で、対前年比3万9千人増加しています。

認知症高齢者や虚弱な高齢者が急増しており、利用者一人ひとりのニーズにあったサービスの提供など、ケアの専門性や多様性が求められています。

他方、東京都内の年間死亡者数は増加の傾向にあるものの、葬祭に対する意識の変化は一段と小規模化、低価格化へと進むとともに葬祭業者が増加し、葬祭事業を取り巻く環境は厳しさを増しています。

■このようななか、葬祭部門は施行件数、事業収入ともに前年度を上回り、増収となりました。

高齢福祉部門においても、利用者個々のニーズや心身の状況を踏まえた個別ケアの充実に努め、利用者の入院により空床が出

た場合にはこれをショートステイに積極的に活用し、目標の入所率を概ね達成することができました。

また、利用者及び職員等の安全を確保するため、前年度に引き続き震災対策に力を入れ25年度は非常用発電機の設置、防災用井戸の設置、AEDの設置を完了しました。

法人全体のサービス活動収益は

40億579万6千円、対前年度比4.5%の増、経常増減差額は4億588万6千円、対前年度比85.6%の増となりました。

1. 貸借対照表

平成26年3月31日現在

勘定科目		金額（千円）
資産の部	流動資産	2,367,340
	固定資産基本財産	6,312,293
	他の固定資産	3,193,683
資産の部 合計		11,873,316
負債の部	流動負債	600,318
	固定負債	999,712
	負債合計	1,600,030
純資産の部	基本金	77,214
	国庫補助金等特別積立金	2,628,803
	その他の積立金	396,423
	次期繰越活動増減差額	7,170,846
	（うち当期活動増減差額）	459,235
純資産合計		10,273,286
負債及び純資産の部 合計		11,873,316

2. 資金収支計算書

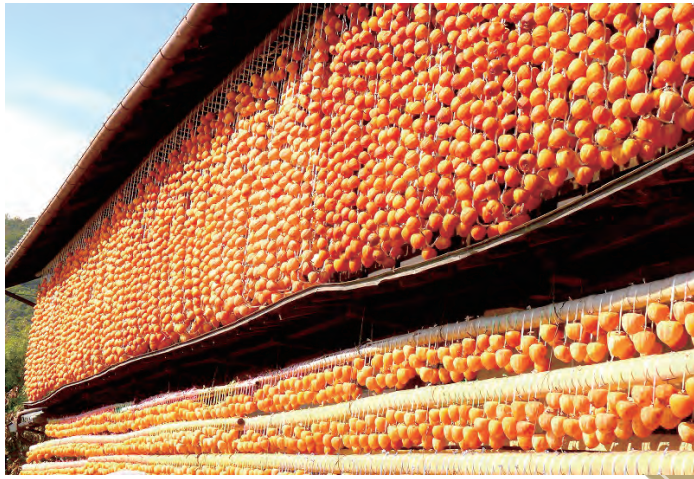
自 平成25年4月1日 至 平成26年3月31日

勘定科目		金額（千円）
事業活動による収支	事業活動収入 計 ①	4,047,109
	事業活動支出 計 ②	3,555,660
	事業活動資金収支差額 ③=①-②	491,449
設備整備等による収支	施設整備等収入 計 ④	13,530
	施設整備等支出 計 ⑤	182,808
	施設整備等資金収支差額 ⑥=④-⑤	△ 169,278
その他の活動による収支	その他の活動収入 計 ⑦	222,111
	その他の活動支出 計 ⑧	168,249
	その他の活動資金収支差額 ⑨=⑦-⑧	53,862
当期資金収支差額 合計 ⑩=③+⑥+⑨		376,033
前期末支払資金残高 ⑪		1,525,799
当期末支払資金残高 ⑫=⑩+⑪		1,901,832

3. 事業活動計算書

自 平成25年4月1日 至 平成26年3月31日

勘定科目		金額（千円）
サービス活動増減の部	サービス活動収益 計 ①	4,005,796
	サービス活動費用 計 ②	3,583,845
	サービス活動増減差額 ③=①-②	421,951
サービス活動外増減の部	サービス活動外収益 計 ④	51,324
	サービス活動外費用 計 ⑤	14,414
	サービス活動外増減差額 ⑥=④-⑤	36,910
経常増減差額 ⑦=③+⑥		458,861
特別増減の部	特別収益 計 ⑧	16,593
	特別費用 計 ⑨	16,219
	特別増減差額 ⑩=⑧-⑨	374
当期活動増減差額 合計 ⑪=⑦+⑩		459,235
前期繰越活動増減差額 ⑫		6,720,040
当期末繰越活動増減差額 ⑬=⑪+⑫		7,179,275
基本金取崩額 ⑭		0
その他の積立金取崩額 ⑮		0
その他の積立金積立額 ⑯		8,429
次期繰越活動増減差額 ⑰=⑬+⑭+⑮-⑯		7,170,846



ころ柿すだれ

M.T
(草加市在住)

写真



日向ぼっこ



東京福祉会では、広報紙「東京福祉会だより(響)」に掲載する作品の募集を行っております。紙面の一部を俳句、和歌、詩、写真などご趣味をお持ちの皆様の作品発表の場としてご活用いただければ幸いです。多くのご応募をお待ちしております。

葬儀に関する詳しい資料(施設案内、料金表<仏式、神式、キリスト式、花祭壇など>)をご用意しております。お気軽にご請求ください。



- ① 仏式のご案内
- ② 花祭壇のご案内
- ③ 道灌山会館のご案内
- ④ 江古田斎場のご案内
- ⑤ ホール多摩国立のご案内
- ⑥ 会友制度のご案内
- ⑦ 葬祭のしおり

各種相談のお問い合わせ・資料のご請求はこちらまで

電話 **03-3823-8026**

東京福祉会 渉外部

(E-mail) info@fukushikai.com

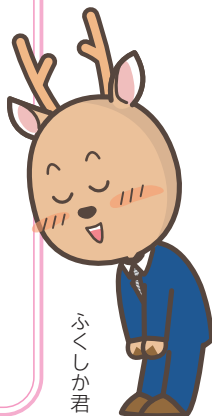
東京福祉会

検索

<http://www.fukushikai.com>

ご挨拶

東京福祉会は平成26年11月で創立95年を迎えます。これも皆様方のご理解とご支援のおかげでございます。役職員一同、皆様方の期待を上回るサービスの提供を継続し更なる発展をしていく所存でございます。今後ともご愛顧のほどよろしくお願いたします。



ふくしか君

発行所 社会福祉法人 東京福祉会

〒113-0022 東京都文京区千駄木3-52-1 電話03(3823)8026



「東京福祉会だより(響)」は再生紙を使用しています。

ホール多摩国立 限定プラン完成!

シルクフラワー祭壇

安らかな“空間”
家族で偲ぶ清楚な葬儀

ホール多摩国立限定プランが遂に完成!
皆さまの貴重なご意見をもとに誕生したオリジナルプランです。祭壇の飾りにシルクフラワーを使用することで抑えた価格設定を実現。また、オプションでビュッフェ形式(バイキング形式)の暖かなお料理もお出しできる、和やかな雰囲気のできる葬儀プランです。



※シルクフラワーを生花にすることも可能です。
お問い合わせください。

オリジナルプランに主に含まれる葬祭用品及び役務

- ◇ 祭壇(シルクフラワー)
- ◇ 遺影写真(中半切・キャビネ判)
- ◇ ドライアイス(10kg 1日分)
- ◇ 式場料金
- ◇ 後飾り祭壇(1式)
- ◇ 葬祭関連用品
(白木位牌・線香・抹香・ローソク等)
- ◇ ご遺体安置料(3日間まで)
- ◇ 会葬礼状(100枚)
- ◇ 葬儀執行管理
(進行・立ち合い・諸手続代行)
- ◇ ラストメイク
- ◇ お世話係(通夜・告別式1名づつ)
- ◇ 受付設備
- ◇ 霊柩車(指定車クラス10kmまで)
- ◇ 棺(白山ホワイト)
- ◇ 寝台車(20kmまで)

「展示相談会」にて実際に使用する祭壇など、
ご確認いただけます。お問い合わせください!

限定プラン、展示相談会のお問い合わせはこちら

ホール多摩国立 ☎ 0120-52-7833

〒186-0011 東京都国立市谷保892-1 TEL 042-572-7833



B
プラン

ご葬儀の際にお得な特典がある、
会友制度 **Bプラン** に加入しませんか。

《ご加入特典》

基本葬祭料金
30%割引

+

- ・生花1基サービス
- ・直営斎場利用料金50%割引
- ・貸し式場費用10%補填サービス
- ・オプション品10,000円分値引き
- ・生花10%割引(祭壇脇生花等)
- ・花とみどりのギフト券
10,000円分進呈
- ・オリジナルエンディングノート
進呈、その他

※Bプランは生前に加入する必要があります。

加入金 **10,000円**

- ◎加入金のみで、月々の掛金・年会費は一切不要です。
- ◎現在Aプランにご加入の方は、**加入金9,000円**で
会友Bプランに変更可能です。

ホームページからも加入手続きが行えます。

東京福祉会 **検索**

詳しくはホームページを
ご覧ください。

☎ **03-3823-8026**

社会福祉法人 東京福祉会 渉外部

