

# こうみょう

第26号

この如来にょらいは光明こうみょうなり。光明こうみょうは智慧ちえなり。

智慧ちえはひかりのかたちなり。

親鸞しんらん聖人しょうにん著作しよく『一念多念文意いちねんたねんもんい』

ひと足もふた足も先に夏がやってきました。

みなさま、熱中症には十分気をつけてお過ごしください。

さて、内館牧子さんという作家が書かれた「高齢者3部作」をご存知でしょうか。「終活3部作」とも言われているようですが、文字通り、高齢者をメインテーマに書かれた作品です。

『終わった人』『すぐ死ぬんだから』『今度生まれたら』の3作品のことを言うようです。すでに映画やドラマになっていきますので、ご存知の方も多いことと思います。

『終わった人』は、定年を迎えた男性の物語です。映画では、館ひろしさんが演じていました。頑張って生きてきた「のに」という悲哀を感じました。でも、誰にでもあることなんですよね。『すぐ死ぬんだから』と『今度生まれたら』は、女性を中心とした物語です。3作とも、日常の生活の中にある誰かの物語なのですが、なぜだか他人事のようにには思えないエピソードが展開されていて、とても面白かったです。

猛暑の夏がやってきます。涼しいところで、静かに読書をするのもいいかもしれませんね。

第26号

2022年7月1日発行

発行責任者

〒135-0013

東京都江東区千田9-7

真宗大谷派 光明寺

住職 小林尚樹

電話：03-3644-3043

ホームページ：

<http://koumyouji-fukagawa.or.jp/>

ベランダで収穫しました、きゅうりです。甘みがあり美味しいです。



きゅうり、ゴーヤ、大葉、ミニトマト、バジルなど、育てています！

# 第13回終活セミナー報告

2022年5月21日(土)、第13回目となる「終活セミナー」を開催いたしました。

参加者は、お寺に14名、インターネットで12名の方にご参加いただきました。

今回のテーマは「今からできる在宅介護への備え」とし、ご講師に、江東区の海辺長寿サポートセンター(地域包括支援センター)の村川泰司さんと、同じく江東区の訪問介護事業所の株式会社サンライフ代表取締役の上月伸一さんにお越しいただきました。

多くの方々は、介護が必要になってから慌てて手続きを行う、という現状にあるようです。その際、何から手をつければ良いかわからないという方がほとんどでしょう。

もちろん保険制度なので、困っていない方には必要のないことかもしれませんが、ケガや病気になる方以外、ほとんどのの方が介護保険を利用すると考えて良いと思います。

その時に備え、「在宅介護」の現状、そしてその制度についてお聞きいたしました。

村川さんからは、介護保険サービスの申請から利用まで、というところで、基礎的なご説明をいただきました。多くの方は介護保険を受けられるのですが、利用にあたっては申請が必要です。江東区ですと長寿サポートセンターになります。地域によっては名前が違います。地域包括支援センターにまずはご相談いただくことから始まります。

そして、認定結果(介護度)が届き次第、介護支援専門員(ケアマネジャー)さんと介護サービスの計画を相談し、介護サービスの利用が始まります。

上月さんからは、たくさん資料をご用意いただき、訪問介護で受けることができるサービスや、介護支援専門員さんのお仕事についてお聞きしました。

いろいろなサービスが受けられること、また、安心して相談できることが分かりました。

ケアマネさんは、大変なお仕事ですが、私たちにとっては、とても心強い存在です。



今回も17人の方々にアンケートにお答えいただきましたので、ご紹介いたします。

## ◆参加の動機を教えてください

- ・母の介護に関わる中で、よりよい介護にあたるため
- ・介護についてあまり知らなかったため
- ・終活や介護、医療について興味があった
- ・毎回、終活セミナーで多くの学びを頂いているため継続的に参加しています

## ◆新たな気付きはありましたか？

- ・介護保険の実際について知れた
- ・まず、長寿サポートセンターに相談する
- ・確かに、お寺に行くとなると、どうしてもお葬式やお墓参りを想像してしまいます。お寺が日常の場となり、ふらっとお茶を飲みに行けたり、ヨガをしに行ったり、地域のコミュニティスペースとして使われている事が新鮮で素敵だなあ、と思いました

## ◆全体を通しての感想

- ・母と一緒に参加できてよかった
- ・初めての参加でしたが、自由に聞きたいことが聞けたのでよかったと思います
- ・介護サービスの内容など、細かい説明がとても参考になりました

## ◆次回に向けて

みなさん、葬儀やお墓に興味があるようですので、近いうちに取り上げますが、次回は「**成年後見制度と家族信託**」です！



## 帰敬式を執り行いました

4月3日(日)花まつり法要前の午前中に、帰敬式(おかみそり)を執り行いました。今年2名、新たな仏弟子が誕生いたしました。法名をいただき、仏の教えをよりどころとする生活を始めていただくことになりました。

光明寺では、なるべく毎年、帰敬式を執り行っております。それは、法名は生きているうちにいただく名前だからです。

「真宗門徒入門講座」として、全4回の講座になっており、毎月1回お寺にお越しいただけます。真宗門徒の生活の基本的なことを1回から3回のところで学び合っていたいただき、4回目に帰敬式(おかみそり)を受式していただきます。

来年も、1月から始めたいと思います。



## 東日本大震災

### チャリティライブ 報告

5月30日(日)、BON craze(ボン・クレイズ)のライブを開催いたしました。

BON crazeのボーカルは、私の友人で、岩手県花巻市の円徳寺のご住職です。ライブハウスやお寺でライブを開催し、その売り上げを被災地支援として届けておられます。

住職ですから声がいい! 歌もうまい! また、ギタリストの「ゴーゴウ木村」さんも熱く魂のこもった演奏で、素敵なお方でした。

当日は、事前にいただいた寄付、投げ銭、CDの売り上げなど、¥84,782をお渡しすることができました。

楽しかったので、また企画したいです!



## 合葬墓「光明廟」について

たくさんのご寄付をいただき、誠にありがとうございました。おかげさまで、工事を進めることができいております。

コロナ禍ゆえ、少し遅れておりますが、夏の間には完成する予定ですので、完成次第、写真を添えて皆さまにご報告いたします。

寄付をいただいた方への記念品は、全ての工事が完了した後にお送りさせていただきます。

## ボイスサイズ「LIVE&体験会

8月21日(日) 15時から16時、ボイスサイズ講師陣「好声年」のCDデビューライブとボイスサイズの無料体験会を開催します。

「好声年」は、アーティストである、川原光貴さん・森下邦太さん・村治亜斗夢さんによるユニットで、ライブではデビュー曲2曲を披露していただきます。

一度、体験してみてください!

### ワンポイントレッスン



お集まりください!

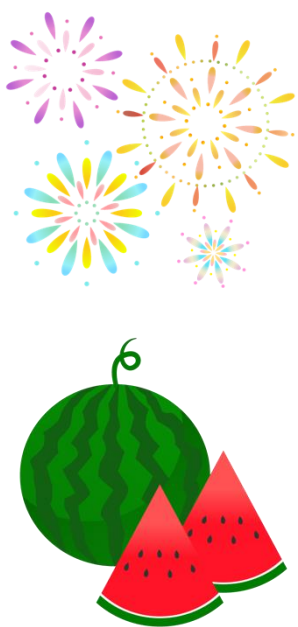
## お盆とお彼岸のお参りについて

お盆やお彼岸に、「ご自宅のお内仏（お仏壇）で、一緒に「正信偈」のお勤めをいたしまし  
よう。亡くなったお身内を「ご縁として、今を  
生きる私が、ご本尊（本当に尊いこと）に手  
を合わせることは、とても大切なことです。  
お内仏（お仏壇）を整え、静かに手を合わせ  
るひと時を持つことは、自身の生活を整える  
ことにつながります。

- ・お仏壇を見直すことは、生活を見直すこと
- ・いつから始めても結構です
- ・お仏壇が整っているか不安でも結構です

「ご自宅のお内仏（お仏壇）を、私にとって  
かけがえのないものに整えていきましよう。

「ご自宅へお伺いいたしますので、日時など、  
お寺にご相談ください。



## 写教の会

教への言葉を書き写す「写教」の会です。

開催日：7月20日・8月17日・9月14日

水曜日の14時～17時まで開けて  
いますので、出入り自由です。

参加費：無料

「正信偈」を书写しますので、筆ペン又は書  
道道具をご持参ください。

## 光明寺同朋の会（法話の会）

親鸞聖人が書かれた「正信偈」には、どの  
ような教えが記されているのでしょうか。  
少しずつですが、学んでまいります。

開催日：7月23日・8月27日・9月17日

土曜日の14時～16時半まで

法話：光明寺住職

参加費：500円（テキスト代別600円）

Zoom：会議ID：953 5707 6868

パスワード：684089

※Zoomを利用することにより、今まで通り  
お寺で参加する場合と、自宅からインター  
ネットを利用しての参加が可能になりま  
した。詳細はお問い合わせください。

## 第14回終活セミナー

「終活」とは、やがて終わりを迎える私の  
人生に向き合い、心配なことを整理し、今の  
いのちを安心して生きて往くための活動で  
す。お寺で、ご一緒に考えましよう。

開催日：9月10日（土）14時～16時

テーマ：「成年後見制度と家族信託

～我が家にとっての対策への備え～」

講師：遠山敏子さん

合同会社福祉ネット

（遠山行政書士事務所）

参加費：無料

遠山敏子さんプロフィール

夫である遠山行政書士事務所代表遠山眞人  
さんと共に相続業務に携わる。コロナ禍以前  
は首都圏や愛知県においてセミナー講師を  
務め、現在は施設入所支援のための身元保証  
サービスと併せて、お客様に寄り添った家族  
信託や任意後見の提案をおこなっている。

※お寺では三密を避け、除菌・消毒などの  
対策をいたしますが、お一人お一人におか  
れましては、体調には十分ご留意いただ  
き、無理をせずにお出かけください。