

### 『がんより 怖いがん治療』

近藤 誠 (こんどうまこと) 著  
小学館 定価：本体 1,200 円 (税別)

今、日本で行われている「がん治療」の多くは不要なものである。慶応義塾大学病院で医療歴 40 年の著者が、今こそ明かす現実。不要な手術、不要な化学療法や不要な放射線治療は研修医のトレーニングのためであり、各診療科の縄張りを守るためであり、つまるところ、お金のためということになる。医療産業のお得意様にならないよう、患者さん自身が学んでほしいと願う。がん治療の変革を助け、患者と家族の役に立ちたいという著者の集大成です。

がんより  
怖い  
がん治療



# あいクラブ通信

Vol.12  
Winter

### 目次

- P-1 ごあいさつ
- P-2 今を大切に生きるための  
終活生前準備講座  
(8) 樹木葬や散骨について
- P-3 心にのこった…ご葬儀 ⑧
- P-4 おすすめ BOOK  
『がんより 怖いがん治療』  
スタッフ・つぶやき  
お知らせ



写真：ギンリョウソウ (銀竜草)  
花言葉 / はにかみ・そっと見守る  
撮影：市川雅清  
DATE  
カメラ：オリンパス Tough-2  
絞り：F2.3 スーパーマクロ  
ホワイトバランス：AUTO  
シャッタースピード：1/160  
ISO 感度：100  
補正：0

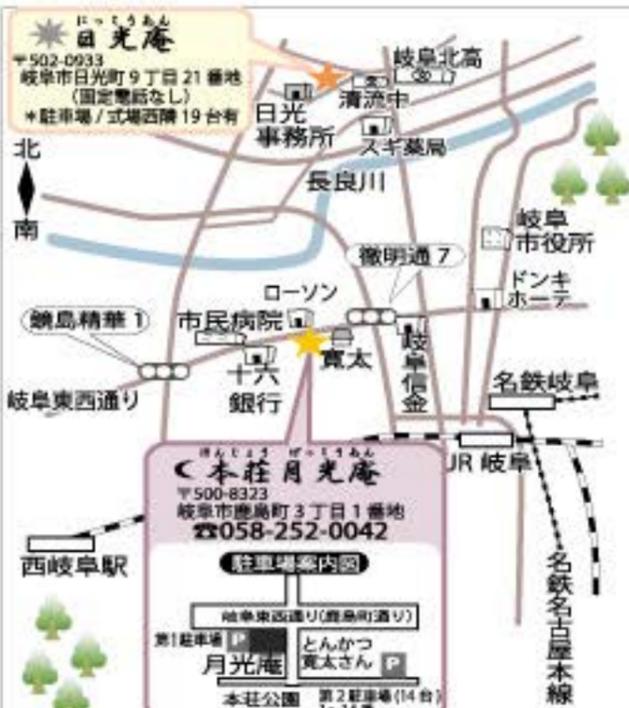
### スタッフ・つぶやき

◆果物屋さんで買い物をしたら、お店のカレンダーを頂きました。最近自分の好みの物を買って飾る人が多く誰も欲しがらないそうで、欲しいと言うと喜ばれました。自分で選ぶカレンダーも素敵ですが、こうして外で頂けるカレンダーも個性があっていいものです。新しいカレンダーに予定を書き込み 2015 年も皆が健康で安全に過ごせますようにと願いながら飾りました。  
上原由美子

◆私たち、「葬祭ディレクター」は、想いの違う方々の話を聞き、同じ方向へと進んでゆくためのアドバイスや軌道修正をすることが多々あります。同じ方向とは、「葬儀・その先にある供養」。その為には、「さりげなく聞き、さりげなくアドバイスをして、さりげなく軌道修正をする」ことが大切。担当者としての私は…「ご遺族様の故人様に対する想い」を引き出すことが出来るのか?…と考えてしまいます。私都合の判断や押しつけをしていないか?日々反省しております。毎日が、修行でございます。  
中嶋嘉隆

◆昔から仏事、神事は旧暦の暦に合わせて行われる事が一般的でした。しかし、最近都心部では「平日では休みが取りにくい!」と言った意見から、土日に行なう事も珍しくはないようです。その一方で都心部においては昔ながらの旧暦の日時に合せ、小中学校は休校、大人は会社を休み町内総出で仏事、神事を行っている地域もあります。煩わしい、急かされた毎日を送る私たちにとって、このような心の余裕を持つ事も大切なのかも知れません。先人たちの知恵、仏事や神事には是非とも参加しましょう。  
坂上一己

◆夏に大好きだった祖父が亡くなりました。葬儀の時は手を合わせる度に号泣していました。色々と教えてくれたり遊んでくれたりしたなと思い出します。以前、法話のなかで「合掌をすれば、念仏を唱えればそこに故人様が仏様として来てくれている」と聞いたことがあります。未だに祖父が亡くなった気がしないのは、仏様として自分のところに来てくれているからなのかなと思います。これを書いている時も傍にいてくれたら嬉しいですね。  
岩淵智康



【タクシー】JR岐阜駅・名鉄岐阜駅より、距離 2km、所要時間約 5 分です。  
【バス】JR岐阜駅前 7 番のりば (G 錦島ルート) 乗車、  
『本荘』バス停下車東へ徒歩 1 分です。

**謹賀新年** お知らせ  
年末・年始の営業案内  
茶房「日光庵」・茶房「本荘月光庵」  
12月27日～1月6日お休みを頂きます。  
平成27年もどうぞ、よろしくお願い致します。

あいクラブ  
編集事務局 岐阜県岐阜市本町3丁目18番地  
0120-00-4243  
<http://www.ichikawa-souten.jp>  
☆【岐阜市家族葬】で検索!

「やわらぎの家族葬」貸切型セレモニーハウス

**FUNTEAM**  
市川フューネアム

心にのこるご葬儀を……

**株式会社市川葬典**  
〒500-8034 岐阜市本町3丁目18番地  
TEL 058-262-0042 FAX 058-265-3644

平成27年 謹賀新年 乙未 (きのとひつじ)  
本年が良い一年になりますように 心よりお祈り致します。

牛乳を飲むと、骨が弱くなる!? 牛乳が健康的な飲み物の代表格であることは「常識」です。日本全国の学校給食に牛乳は欠かせません。「飲まない大きくなれないよ!」と親や先生に言われて育ち、子どもにもそう注意してきた人は多いはず。ところが、そうした「牛乳信仰」が揺らいでいます。昨年 10 月末、イギリスの医学誌「ブリティッシュ・メディカル・ジャーナル」に「牛乳による健康リスク」を調べた研究論文が掲載されました。スウェーデンのウプサラ大学のカール・ミケルソン教授によって発表されました。研究では、スウェーデン人の男女 10 万人を牛乳摂取量によってグループ分けして、20 年間追跡観察、記録した大規模な調査がされました。その内訳を分析すると、思わぬ結果が見えてきたそうです。牛乳 1 日コップ 3 杯以上摂取する女性では、骨折率が 40% 以上・死亡率が 60% 以上、男性では、死亡率が 10% 以上増えた研究結果が示されました。死亡率を調べたものは今回が初めてで、世界中で驚きをもって受け止められています。もちろん牛乳と乳製品の栄養素濃度は国によって異なり、家畜の飼料などに依存するため、汎用性に影響します。今回の研究結果は、乳糖不耐症の発生率が高い、日本人を含む農耕民族には適用できないと反論している団体もあります。そもそも、牛乳自体が日本人の体質には合わないとも言われています。そういう新説があることを知ったうえで、自分にあった食生活を慎重に探っていくことが重要です。

平成27年 元旦 株式会社市川葬典 代表取締役 市川雅清

# 自分の人生を自分らしく、美しく完成させるための…終活「生前準備」講座 市川雅清

## 実践講座 第2章

### 今を大切に生きるために…

#### (8) 樹木葬や散骨について

「樹木葬」とは、近年見られるようになった遺骨の埋葬形態のひとつです。

火葬・土葬・水葬・風葬・鳥葬などの遺体の処理を行う葬法とは違います。また、「〇〇葬」という言葉で表される言葉がすべて葬法を示しているわけではありません。たとえば、「直葬」「家族葬」「自由葬」「音楽葬」などは葬儀のスタイルであって、それ自体が遺体の処理の形態を示しているわけではありません。

樹木葬は、自然を志向して樹木を基盤として故人を弔う方法です。遺骨を埋葬するたびに新しい苗木を一本植えるケースや、墓地の中央にシンボルとなる樹木を植え、その周辺の区画にご遺骨を埋葬するケースなど様々な方法があります。

樹木葬とは、遺骨を墓地以外に埋めてはいけなくと規定する「墓地・埋葬等に関する法律」（以降、「墓地埋葬法」と略す。）に沿って、墓地として許可を受けた区域に樹木葬という形式のお墓をつくるという方法です。家族がお墓を継承したければ継承することも自由ですが、一般的に家族による管理を必要としないところも特徴です。

一方、同じ自然志向の「散骨」とは、遺骨を細かく砕いて灰状にして、その遺灰を海や自然地に撒くことです。散骨では、お墓をつくらず、墓地埋葬法の範疇外で行っているのが現状です。

1991年10月法務省から「散骨」について「刑法190条の規定は社会的習俗として宗教的感情などを保護するのが目的だから葬送のための祭祀（さいし）で節度をもって行われる限り、問題ない。」との見解が非公式に出されました。

散骨の容認ではありませんが、厚生省もここに至って態度がだいぶ軟化しています。

しかしながら、特定の地域（北海道長沼町・北海道七飯町・長野県諏訪市・北海道岩見沢市・埼玉県秩父市・静岡県御殿場市）では、散骨規制（禁止）条例が制定されていますし、ハワイでは法律での規定（一年以下の懲役又は罰金5,000\$）があります。



樹木葬（イラストはイメージです）

散骨を避けるべき場所としては、①公共と個人に迷惑がかかる場所 ②橋の上から ③船の定期便から ④河川（渓谷） ⑤港内・海岸などがあります。

散骨を行うには、「相当の節度」を守って行うことが肝要です。

この散骨を「自然葬」と呼ぶこともあります。

インドでは遺体を茶毘に付して、河に流しています。遺骨を流さずお墓をつくるのは、悟りを開いた聖者の場合と7歳以下の子どもの場合のみです。それは、子どもは「神の子」だという考えがあるからです。日本でも、7歳以下

で亡くなった子どもを「神の子」という呼び方をすることがあります。

たぶん、お釈迦さまに相談したら「自然葬がいちばん自然だね。」と言われたらどう思います。

しかし、この自然葬も先祖供養のような意識を卒業して行わないと、かえって大変な問題を引き起こすことになります。

長男が自然葬に踏み切れても、次男や三男が反対するか、おじさんおばさんが出てきて「なにやってるの…」などと言ひ合い、骨肉の争いになることもたくさんあるようです。

結局は、私たち日本人が習俗を乗り越え、ほんとうの宗教、ほんものの宗教を身につけなければならないということだと思います。

#### 次回、第13号（春4月号）の予告

##### 教養講座

##### (1) 仏教とお葬式の関係

お楽しみに…



●自己紹介（いちかわまさきよ）  
1955年生・B型・おうし座  
一般葬祭ディレクター  
技能審査協会審査官  
ライフ終活アドバイザー  
趣味/写真・登山・心学研究  
座右の銘/単純、明快、矛盾なし  
大切にしているもの-/見えないもの、見えないところを大切に

## 心にのこった…ご葬儀 ⑫

### 見えない絆の大切さを、教えていただきました。

Aさんのお家は、「〇〇一統」あるいは「苗字親戚」と呼ばれる同じ名字の親戚が近くに集る地域にあります。ひと昔前のお葬式では、この親戚の方々が葬儀を取り仕切ったり、町内の方がお手伝いされていました。今でこそ、「家族葬」が世間で認められるようになってきましたが、まだまだ、葬儀は助け合うという風習が残っている地域はたくさんあります。

Aさんご夫婦は、お母様の「身内だけで…」との生前のご意向とご町内の方にご負担をかけないようにと、家族葬を希望されました。

ただ、長年地域の方々と深いつながりを持って生活してきたこと、また家族葬が浸透していない地域であることを考えると、「身内だけで送ります…」と、はっきり伝えることはたいへん勇気のいることだったようです。

それでも、なんとか皆さんにご理解をいただき「家族葬」を実現されたのです。ご自宅から葬儀会館へ出棺される時には、ご近所の方々が大勢お送りにみえました。

お母様はお花が大好きで、「お花いっぱい送りたい…」という喪主の奥様（お嫁さん）の強い希望で、祭壇の周りに10個の色々なアレンジ花をお供えされ、親戚の方にお好きなお花を一つずつお持ち帰りいただきました。一般的には「枕花」と言い、同じようなデザインでお作りすることが多いのですが、今回はひとつひとつ違った雰囲気のアレンジでお作りしました。喪主様、奥様からは、とても華やかで、お母様らしい祭壇だとたいへん喜んでいただきました。



遺影の写真も、きちんと正面を向いているものと決まっていたのですが、最近は帽子を被ったり、ピースをしたり、横向きであったり…と「そうそう、これが一番故人らしく、きっとこの写真を選んだことを喜んでくれる」というものが増えてきました。

お母様の遺影に使われるお写真も、故人を中心にするを持っていらっしゃる花束が写真に入りません。「花束を是非入れてほしい」というご希望で、故人のお姿は少し小さくなりましたが、花束を持って微笑んでいらっしゃるお母様の写真はとても嬉しそうでした。

何よりも今回のご葬儀で強く心に残ったことは、故人様のことを想うお嫁さん（喪主様の奥様）のお気持ちがいへん強かったことです。お嫁さんというよりも、実の娘さんのように感じました。

お話を伺いますと、お嫁にきたときから介護生活…お母様を含め三人の方を介護され、見送られています。それを苦勞と思わず一生懸命、前向きに取り組んでいらしたからこそその想いが本当に伝わってきました。それは、奥様を支えてこられた優しいご主人（喪主）がいらしたこと、またお二人のお子様の理解と協力があつたからこそだと感謝の気持ちを深ながらお話下さいました。

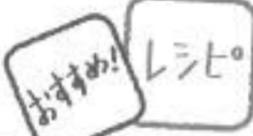
悲しいお別れではありませんでしたが、何かすがすがしい気持ちで、お手伝いできましたことに感謝の気持ちでいっぱいです。

私も主人の母、実家の両親とのこれからの関わり方、そしてお別れのときの見送り方を、また新たに考えるきっかけをいただきました。

本当にありがとうございました。

久美子

## 暮らしにアイデア



ポリポリとした歯ざわりとごまの香りが食欲をそそります。「ごぼうスティックの甘辛揚げ」

### 材料（2~3人分）

- ・ごぼう…1本
- ・片栗粉…適量（約大2）
- ・揚げ油…適量
- ・いりごま（白）…小2
- \*ビニール袋

### A（調味料）

- しょうゆ…大1
- みりん…大1
- 砂糖…小1
- 水…大1

### 作り方

- ①- 下準備：フライパンにAの調味料を入れておく。
- ②- ごぼうは皮をこそげて6~7cm長さに切り分ける。太い部分は4等分に切り、細い部分は2等分に切ってスティック状にし、水にさらしてアクを抜く。
- ③- ②のごぼうをザルにあげ、キッチンペーパーで全体の水気をしっかりと拭く。ビニール袋に片栗粉とごぼうを入れ、袋の口を手で閉じて振り、全体にまぶす。
- ④- 揚げ油を中温（170~180℃）に熱し、③を適量ずつ入れてカラリと揚げる。油をよくきって取り出す。
- ⑤- フライパンに入れた①を中火にかけ、煮立ってきたら揚げたての④を加えてタレを全体に絡め、いりごまをまぶして出来上がり！

