

# こもれび

2025 (令和 7) 年 10 月 No.169

## それには意味がある

二人の男子生徒の職場体験を葬社の仏壇店で受け入れた。中学二年の彼らにとって、おそらく生活の中で関わるものが少ないであろう、お線香やローソク、または仏壇や位牌、仏具などは、彼らが興味を引くかどうかは別として、未知のものに等しかったと思う。

二日間の内の少しの時間だったが、彼らに商品の数々を説明する中で、仏具をはじめこの世の中で意味のないものは存在しないことを強調した。それは、現在行われている葬儀が形式的なものに捉えられている傾向であることを意識しながらの指導となった。

そんな中、九月の最終週で朝のNHKニュースが葬儀関連のことを採り上げていた。「葬儀費用が高すぎる」というタイトルの内容は、遺族の承諾を得ないで勝手に見積りを加算していく葬祭業者があることを報道していた。また、都内の民間火葬場の火葬費用高騰の問題や、ご僧侶が葬儀の一切を取り仕切る様子もあった。三回に亘るほんの数分の報道を、私は少なからず違和感を覚えながら見ていた。

そもそもご葬儀の意義はなんだろう？どうして葬儀をするのだろうか？

この質問を同業者に向けても、不思議と同じ回答は無い。自戒を含めていうと、先ず葬儀担当者自身が葬儀の本来の意味を理解していなければならぬであろう。理解がないから形式的な葬儀が社会から軽視され、業界内の過激な競争と目減的な効率化につながってしまったように思える。

「ご葬儀は、故人と遺族が受け入れ難い死を認める」ことを念頭に、私たちは葬儀を担当するご縁を得ている。看取りから始まる葬儀の一つひとつの節目にはそれぞれの意味があつて、徐々に双方に死を認めさせるようにできている。

葬儀を行わないで「火葬だけ」、家族親族で行う「家族葬」、通夜を行わない「一日葬」などが、昨今の葬儀の新しい形であるが、きちんと通夜葬儀をする家もたくさんある。いずれの形においても、そこには必ず意味がある。

この世に生まれてきた意味、そして今ここを去ること、そのかわりなどを考えることも葬送の意義かもしれない。

厳然たる死の前においては、いずれも謙虚で、心も柔軟にならざるを得ないのである。

株式会社 満口祭典 満口勝巳



満口 由香利 / みぞぐち ゆかり 平成4年 結婚と同時に(株)満口祭典役員となる  
平成10年より 八王子市民生委員・児童委員、八王子市社会福祉委員  
令和4年より 八王子市社会福祉協議会評議員 二児の母



## 食の思い出



### 第2回 パン



満口 由香利



ストレス社会と言われる昨今、子ども用だけでなく、自分自身のために絵本を買い求める大人が増えているそうです。短い文章と目に飛び込んでくる「絵」に癒されるからだそうです。

私にも大好きな一冊があります。娘たちが小さい頃に繰り返し読み聞かせてあげた「からすのパンやさん(かこさとし文・絵)」。

話の内容が面白いのはもちろんですが、何より見開きいっぱい描かれたたくさん種類の本物そっくりの「パン」は娘たちだけではなく私の心も虜にしました。絵を見せながら「どのパンが食べたかった?」と聞くと、満面の笑みで目を輝かせながら、まるでパン屋さんにいるかのように時間をかけて悩みに悩む娘たち。「これ!」とやっと指をさす子供の純粋な心と可愛さを思い出すと目頭が熱くなります。パンというのは食べるだけではなく見るだけでもこんなに夢を与えてくれるものだと感じたのはその時からです。

私は、クロワッサンやバターロールのような柔らかいものよりも、硬くて少し酸味のあるライ麦のパンが好きで、スライスしてクリームチーズをたっぷり塗ると私の中の最高の贅沢、正に「ごちそう!」になります。そう書くと、ちよっと私がお洒落?に聞こえがちですが、実は今は亡き、とても素敵な年配のご婦人から伝授したものです。もう三十年も前になりますが、新百合ヶ丘の駅から少し坂を登ったところにあるとても小さなパン屋さんがそのご婦人のお気に入りです。私も連れて行ってもらいました。並んでいたのはすべて茶色っぽい硬そうなパンのみ。それがライ麦の色であることさえ知らなかった素人の私に店主がとても丁寧に説明してくれて、「先ずはこちらから始めてみてください!」と少しだけ柔らかくて薄い茶色のものを勧めてくれました。新しく習い事を始めたようなワクワク感があり、それからというもの、どのパン屋さんに行っても必ずライ麦パンを探し、今では上級

者になったつもりで!必ず濃い茶色の硬い方を好んで選びます。

そのパン屋さんを知るよりもっと昔、ドイツの片田舎を旅行中に夜遅くにやっと見つけて泊まった民宿での出来事です。朝起きると、朝食用の「硬い」パンをおじいさんがわざわざ早起きをして買に行ってくれたことを知りました。ドイツではお客さんに柔らかいパンを出すのはとても失礼で、できるだけ硬いパンを求めてわざわざ山を下って買いに行ってくれたのだそう。柔らかい方がよかったのになあなどとは、思うだけでも失礼な気がしたので覚えていました。

フランコ・ゼフィレッツリ監督の「ブラザーサン、シスタームーン」という映画を学生時代に観ました。進んで観たというよりは、修道女会経営の学生寮の生活の中で観させられたというのが正しい表現です。アッシジの裕福な青年フランチェスコが何もかもを捨て

て聖人となり、貧しい人や、病人の救済に生涯を捧げる半生を描いた作品です。映画の内容はともかくとして、ライ麦パンとは違い、また別の意味で見た目にも硬そうな乾ききったようなひとつのパンを分けあって食べるシーンがありました。『食べる』ということよりも『分け合う』ということで身体と心の両方の空腹を満たしていたのが強烈な印象でした。

時代や年齢、国籍、生活環境を超えて、パンはたくさんの人々に愛されているのだと思います。

高校生の時の英語の授業で教わったことですが、日本語のパンという言葉はポルトガル語の「パオ」が語源だけれど、英語圏の「bread」には「生活の基本、生活の糧」という意味もあるそうです。わかるような気がします。

#### 【パン冷凍保存】

お米同様小麦の価格の影響でパンの値段高騰も続いています。そんな中、冷凍保存で無駄なく出来立ての味を楽しめるのがパンのうれしいところです。サランラップやジップロックよりも、アルミ

ホイルでしっかりと包むのがお勧め。解凍はアルミホイルをはがして常温でトーストにするときも少し手間がかかりますが、冷凍されたものをそのままトースターで焼くよりも常温で元に戻してから焼いた方がさらに美味しいです。……と私は思います。

※ 食の思い出 第3回は「じゃがいも」です。これが最終回となります。もう少しお付き合ってください!





# 鎌倉萌え散歩

## 第6回 常楽寺の龍

また昔話になるのをお許し願いたい。今度は私の中学時代の話である。今は無き市立第三中学校に入学して最初の担任がN先生だった。体育の先生で、厳しい指導で知られていた。要するに体罰である。私は優等生の部類だったので、一度しか叩かれたことがない。今の時代だと相当な非難を浴びるが、熱心な教育姿勢を信ずる生徒も多かった。最後には校長先生にまでなられたが、もうお亡くなりになってしまった。このN先生のお名前が龍蔵で、私は龍という漢字をここで覚えた。

と言う訳で、今回のお話は龍である。

ご存知の通り、龍とは神話や伝説に登場する架空の生き物で、もう弥生時代には中国から伝わってきていたらしい。雨や雷をもたらすことから、人にとって無くてはならない存在であった。

鎌倉の神社やお寺にも数多くの龍の姿が見られる。調べてみたら予想通り数多く存在し、彫刻であればお寺の本堂や神社の本殿の向拝、手水舎、その他木魚に彫られている龍もいるという。ちよつと紹介すると、比企ヶ谷にある日蓮宗の巨剎妙本寺には、二天門に龍の彫刻があるのと、手水舎の蛇口が龍である。二天門の龍は、その前で手を打つと龍が鳴き声をあげるという「鳴龍」伝説があるそう。私もやってみたが、鳴いてはくれない。

一方の円覚寺の白龍は、日本画家の前田青邨監修、守屋多々志揮毫で描かれた。前田青邨は平山郁夫の師匠だったらしい。東慶寺にお墓がある。円覚寺の白龍は三爪である。よく爪の数ばかり比較されるが、龍の顔も比べてみると面白い。円覚寺の龍の方がちよつとドヤ顔をしている。

今回、萌え散歩でお誘いしたいのは、常楽寺というお寺である。場所は太田駅から北鎌倉に向かう途中にあるが、周りは商店街、住宅地、工場などで、散歩道に趣は無い。山門は美しいが境内はそれほど広くなく、うっそうとした感がある。こじんまりしたお寺であるが、建長寺の開山蘭溪道隆が鎌倉に招かれた際、建長寺が出来たまでこの常楽寺の住持となっていたことから、「常楽は建長の根本なり」と尊敬の念を抱かれています。由緒は正しい。

また常楽寺は大河ドラマ「鎌倉殿の13人」で坂口健太郎君が演じた北条泰時ゆかりのお寺である。#俺たちの泰時としてネットも賑わっていた。境内には泰時の墓、裏山には木曾義仲の息子の義高の墓とその許嫁だった大姫の墓がある。義高と大姫はとも仲良く暮らしていたが、義仲と頼朝が争うことになり、人質だった義高は打たれてしまったのだ。大姫の悲しみは計り知れず、物を口に出来



常楽寺の基壇図



常楽寺山門



常楽寺仏殿



円覚寺の白龍図



建長寺の基壇図



妙本寺 二天門の龍



妙本寺 手水舎の龍

かった。このお寺は、春の桜や海棠が美しいことで知られている。よく結婚式の前撮りにも出くわすが、映えスポットを占拠して動かないので、我々のような一般カメラマンからするとほつきり言つて邪魔である。正直あまり祝福する気になれないのは残念か。

妙本寺の他にも約五十の寺社で龍の彫刻が見られるそうで、とても紹介しきれない。であるので、今回もう少し詳しく紹介したいのは、龍の天井画である。

龍の天井画には、「仏法の雨を降らす」「火災から護る」という意味があるらしい。有名なのは建長寺法堂の雲龍図と円覚寺仏殿の白龍図である。どちらのお寺も言わずと知れた鎌倉五山の第一位と第二位の巨剎。建長寺の雲龍図は、十二所に住む日本画家の小泉淳作によって描かれた。この龍の特徴は五爪にある。日本の龍の絵は一般的に三爪で描かれてきた。中国では五爪の龍は天子の象徴とされてきたため、描くことを許されなかったからだ。そこを小泉淳作はあえて本来の五爪で描いている。小泉は「龍は人類の理想的な空想動物であり、天空から地上を見下ろして災厄から庇護する存在」と語っている。五爪の龍はその理想像をより力強く、荘厳に表現するための選択だったと言える。

なくなつて衰弱死してしまう。こんな小さなお寺の中にも、多くの歴史が詰まっている。

山門から進んだところにある仏殿には本尊の阿彌陀三尊像があり、その天井に雲龍図が描かれている。

この雲龍図は江戸時代の狩野派の絵師、狩野雪信によって描かれた。狩野派ならではの伝統的な墨画を基盤としながら、精緻で迫力ある構図で知られている。天井板に直接描かれているから保存状態が良く、修復無しで現在まで残っているとのことである。

この雲龍には不思議な伝説があったそう。あるとき住職が夜な夜な仏殿脇の池で水を飲む音がするので不思議に思い、見に行くと、仏殿天井の龍が抜け出て、池の水を飲んでた。怖くなった住職は、絵師に頼んで天井の龍の目を塗りつぶしてしまった。そうするとその晩から池で水を飲む音がなくなったそう。そう言われて雲龍図を見ると、確かに目が白く塗りつぶされている。昔のアニメの白目キャラのような姿が愛らしい。

今年の夏は異常に暑かった。常楽寺の龍が水分補給出来なくなつてしまいい、熱中症で白目をむいたのではないことを祈る。

文と画像 粗学 夢幻 (そがくむげん)

十代の頃から鎌倉に惹かれてもうすぐ半世紀。ぼけつつある頭を叱咤し、一昨年鎌倉検定三級を、昨年二級を取得。鎌倉に住みたいと思いつつも八王子から通い続ける写真が趣味の昭和男子。



# 車椅子で あるく

ハワイ  
Hawaii

伊藤 恵里子



昨年秋のこと、当時八十九歳の母と娘・妹の三代で久しぶりにハワイに行きました。  
母は、六年前に大腿骨折で人工関節を入れてから杖が離せない生活に。まして、海外旅行などは十五年以上縁がありませんでした。「車椅子だから、もうどこにも出かけられない」と残念に思っている方がいたら、その背中を押したいと思い、母と一緒に旅行した経験について書いてみます。

まずは提案です。

- ① 急な体調の変化に備えて、出発日前に対応できるキャンセル保険に入る。実際に母は一昨年、旅行直前に骨折し入院。その時はキャンセル保険に入っていなかったものでそれなりの金額を支払いました。その時にこの保険に入っていれば……でした。
- ② 現地での病気や怪我に備えて海外旅行保険にも必ず入る。海外では救急車を頼むだけでも高額です。疾病・傷害保険は無制限のものに入っておいた方が安心です。
- ③ 現地で車椅子が借りられるか、ホテルに備え付けがあるか、旅行代理店を通じて調べておく。
- ④ 日本から車椅子を持っていくことも可能です。飛行機への預け荷物は一人三個目から有料ですが、車椅子は無料で預けられるようです。

- ⑤ 機内では、なるべくトイレの近くの席を確保する。トイレの近くだと人の行き来が多く落ち着かないかもしれませんが、トイレに行く回数が多い人は近い方が楽だと思います。トイレのことを心配して水分を抑えるのは厳禁です。
- ⑥ 空港職員の親切な提案は遠慮せず利用させてもらおう。ホノルルの空港では車椅子一台に職員一人が張り付いてくれ、往復共に到着から介助してくれました。
- ⑦ 街中でもホテルでも親切な人は必ずいます。先方から声をかけてくれたら、ありがたく厚意を受けましょう。お礼は、笑顔で「サンキュー」で充分です。
- ⑧ 車椅子の人を含めて三人以上の旅がおすすすめ。車椅子の人と介助者の二人旅ではトイレに行くのも何をするのも不便です。一人は車椅子に付き添い、もう一人は荷物番などと役割分担ができると良いと思います。
- ⑨ 荷物は少なめに、が理想です。ホテルではチェックイン時は部屋まで荷物を運んでくれますがチェックアウト時は一人が車椅子の介助をしつつ、荷物を自分達でロビーまで運ばなければならず、荷物が多く大変でした。
- ⑩ できればホテルは一か所、多くても二か所滞在くらいが良いでしょう。ヨーロッパ周遊のように各地を転戦する旅は、荷ほどき・荷造りだけでも負担です。一か所の滞在でゆっくり過ごすのが理想的です。

こうしてみると、旅へのハードルは思ったほど高くないと思いませんか？

## アロマテラピーで 暮らしに彩りを 心と体をやさしく 癒す自然の香り

大谷 知久



現代の生活は忙しく、仕事や家事、人間関係などさまざまなストレスにさらされがちです。ふとした瞬間に感じる疲れや緊張をやわらげる方法のひとつとして、「アロマテラピー」が注目されています。

アロマテラピーとは、植物から抽出された精油（エッセンシャルオイル）の香りを使い、心身の健康や美容をサポートする自然療法のことです。香りは脳の感情や記憶をつかさどる部位に直接働きかけるため、気分の切り替えやリラクゼーション効果が期待できます。

たとえば、長時間のデスクワークで肩や首がこった夜、ラベンダーの香りを嗅ぐだけで自然と気持ちが落ち着き、深呼吸を促すことができます。朝の目覚めにはレモンやオレンジの香りを取り入れると、爽やかで前向きな気持ちになり、一日のスタートを気持ちよく切ることができます。香りは目に見えないものですが、私たちの気持ちや体に驚くほど大きな影響を与えてくれるのです。

### 精油の香りと効果

精油にはそれぞれ特有の香りと効能があります。代表的な精油とその作用を紹介します。

- \* ラベンダー……緊張をやわらげ、安眠をサポート
- \* ベーバミント……頭をすっきりさせ、集中力を高める
- \* セラニウム……ホルモンバランスを整える、気持ちを安定させる

香りの選び方は、その日の気分や目的に合わせて自由に楽しむことができます。また、季節や天候によっても香りの感じ方が変わるため、毎日少しずつ試してみることで、自分に合った香りの組み合わせを見つける楽しみもあります。

### アロマの使い方

アロマテラピーは、香りの楽しみ方もさまざまです。日常生活の中で気軽に取り入れられる方法をいくつか紹介します。

- \* ディフューザー  
お部屋全体に香りを広げ、リラクゼーション空間を作る
- \* マッサージ  
キャリアオイルで希釈して使い、血行を促進しながら香りを楽しむ
- \* ハンドクリームやスプレー  
手軽に香りを持ち歩き、気分転換に

※精油は高濃度のため、直接肌に塗布せず、必ず希釈してください。

### まとめ

アロマテラピーは、香りを通じて心と体を整える、自然のやさしい療法です。ライフスタイルや気分に合わせて取り入れることで、毎日の生活に彩りと安らぎをもたらします。

今日からでも、ディフューザーやバスソルト、ハンドクリームなど、身近なアイテムで香りのある暮らしを始めませんか。小さな香りの幸せが、あなたの毎日をより心地よいものにしてくれることでしょう。香りを楽しむことで、自分自身と向き合う時間を持つこと。それが、アロマテラピーの最大の魅力です。

○ 8頁でご案内のセミナーへの参加をお待ちしています



## セミナーのご案内

### 生と死について考える ― 肉体は滅んでも私たちは生き続ける

(講演者の言葉より) 私には、「死後の生」のことなど何もわからず何年も苦しんできた経験があるだけに、その霊的無知の恐ろしさを、多くの人々に訴えていきたいという気持ち強い。今回のセミナーは、出来るだけ多くの質疑応答の時間をとりながら、この重大で、幸せな生き方のためにも極めて大切な生と死の真実を、皆さんと共に親しく学んでいくことにしたい。 【別紙をご参照ください】

日 時	11月30日(日) 午前10時半～12時
講 師	跡見学園女子大学名誉教授 武本 昌三
会 費	無 料
定 員	30名

### 「手作りアロマバームで癒しのひとときを」

肩こりや頭痛のケア・乾燥肌対策にもお勧めのアロマバームを手作りしてみませんか。アロマの香りや感触を楽しみながら、好きな香りのアロマバームを作りましょう。作業の合間には、ハーブティーを楽しみ、五感でリラックスできます。初めての方でも安心。材料や器具はこちらでご用意いたします。(7頁の記事を是非お読みください。)

第1回	12月5日(金) 午後3時～4時
第2回	12月6日(土) 午前11時～12時
参加費	会員様 お一人1,000円・非会員 お一人2,000円 (当日入会も可能です)
定 員	6名
講 師	溝口祭典 大谷知久 (アロマセラピーアドバイザー)

### ご葬儀個別相談会

心配な人がいるけれど、何を相談したらいいのかわからない・・・そんな方のためにご葬儀の個別相談をお受けします。不安なこと・心配なことなんでも聞いてください。ご都合が合わない方は、別の日時でもお受けします。遠慮なくご連絡ください。

第1回	令和8年1月10日(土) 午前11～12時・午後1～2時
第2回	令和8年1月21日(水) 午前11～12時・午後1～2時
定 員	各回3組

### セミナーはお電話で、事前にお申込みください

会場：溝口祭典 こすもす斎場 (八王子市元横山町2-14-19)

Tel.042-642-0921 株式会社 溝口祭典