

# You & Me ありがとうの言葉でつなく たまゆら終活応援レポート

第054号

平成30年5月1日

## この世とあの世を 行き来することなんてできるの？ 我が輩は霊である！

私の母は霊能力者でした。母を頼って遠路はるばる訪ねてくる人は、1時間もするとスッキリした顔立ちになって帰って行くのだ。居間に残った母は動けないほどぐったりとしていることがどうにも気になってならなかった。

それでも体調を整えて、次の来客に臨んでいる姿は、今でも鮮明に脳に残る。来る人のほとんどが、重いものを背負って訪ねてきていたのだから何とかしてあげたいと思っても、それが私に与えられた使命なのだからと死ぬ直前まで、相談を止めることはなかった。



凡人の陥る落とし穴…、汽水の枯れはどのような起こるのか？

- ・雑念妄想が疲れの第一原因
- ・身体と気の使いすぎが消耗の因
- ・駄弁は気力を枯らす
- ・セックスのやりすぎはへばる元
- ・寝だめ食いだめで汽水の枯れにチャレンジ
- ・気負いすぎると必ず疲れる
- ・呆けるくらいなら何でも頭を使え
- ・自分を鼓舞してやる気をかき立てよ
- ・退職したら何でもいいから生きがいをつくれ

本書には、先祖を大切にしろというところが、様々な言葉に代えて書かれていました。

お墓参りをする人も、神社に初詣に行く人も、神様や仏様を敬う日本人としての文化を正面から否定する人は決して多くないと感じる。

「あの世とこの世」の境目は、田舎の小高い山の端を見上げたときの緩やかな稜線のようにも思います。

(健康生きがいがづくりアドバイザー・細野孟士)

## 30年4月の資産形成塾／終活応援セミナーの活動報告

### ■ たまゆら資産形成塾 ◆講師 富永てつ也氏 (富永てつ也税理士事務所 税理士)

4月20日(金)／第18回・資産形成塾 in 文京区民センター

元・国税庁特別調査官が見た！

### 必殺！ あなたの悩み晴らします？ 親が貸したお金と借りたお金の相続トラブル解決術

親が亡くなって相続財産を分け合って、その後8年が経った頃、裁判所から支払命令書が送達されてきた。

突然のことで驚愕した二女からの相談でした。父が、生前親しくしていた同業者の会社の連帯保証人となっていた時の保証債務で、金額はなんと1200万円だった。

父が亡くなったときは、法定相続割合で遺産を受け取っていたが、まさか、保証債務があるとはつゆ知らず、相続で受け取った現金は700万円で、自宅を購入するときの頭金の一部として繰り入れ、その相続財産は1円も残ってはいない。



し合った手形の貸し借りや、連帯保証人欄への署名は、

税理士や妻には必ず話しておき、自分に相続が発生したときは、それを計上漏れがないように、書面にして書き残しておくべきなのです。

青天の霹靂で動転した二女を弁護士に紹介し、債権者との和解により、減額と分割弁済という和解案に従って現在に至っています。

家族全員で気をつけよう。見えない負の相続債務は辛い終活を迎えることになりますよ。



相続が発生したとき、遺産の棚卸しをしているときに負の相続財産があったことに、母も税理士も気づいていなかったのだ。

経営者は、親しい経営者仲間との間で融通

平成30年4月20日(金)

第18回 ホロニクス資産形成塾  
おもしろ(税)ミナール

◆講師 富永てつ也氏 (富永てつ也税理士事務所 税理士)  
◆会場 カウゼンリングサロンたまゆら (文京区民センター4-15-14 文京区民センター 3C会議室)

相続チェックシートで抱えている問題がわかる！最新の税に関するニュースを解説！  
必殺！あなたの相続の悩み晴らします！シリーズ第3弾！！

親(被相続人)が貸したお金と借りたお金の  
相続・返済トラブル解決事例

株式会社ホロニクス税理士 (一般社団法人 終活専門家協会・たまゆら)  
〒113-0033 東京都文京区本郷4-2-5 1F レッテフィールド本郷四丁目ビル7階  
TEL.03-5804-0021 FAX.03-5804-0031 http://www.horonic.jp/

# えっ?!? わたしが「ガン」に?...⑥

株式会社ホロニックス総研 津川典久

## 運動不足?生活習慣病など考えてみました。

ガンの発生原因はよくわからないようです。

普通の人でも1日に5000個のガン細胞が発生するそうです。それをナチュラルキラー細胞という免疫細胞が100%殺していることで、ガンの発生を阻止しているとのこと。

免疫力が低下すると、ナチュラルキラー細胞の活動が低下し、ガン細胞を殺し切れなくなり、その一部が体内のある部位に定着し少しずつ成長してガン化するようです。

今後、ガンの再発や別部位で発生しないようにするためには、免疫力を強化しなくてはと思います。その手段として、ストレスの排除とテンションの高揚があげられます。

また、適度な運動は大切だと言われています。よく健康診断などで、「定期的に運動してくださいね」といわれ、思わず「はい」と返事をしたとしても、はて、何をしたら運動をしたことになるのかわからず、結局何もしないということになってしまいます。

最近フレイル予防で知ったポール・ウォーキングは、指導された通り実施すると大汗をかきます。これは良いものを見つけたと思ってこれから続けて行きたいと思っています。

しかし、街中でポールを持って歩くと危険なので、エア・ポール・ウォーキングをしています。

さて、私のガン対策について、定期検査は部位の検査なので、前立腺部分は検査で一生調べていただくとして、その他部位に新たなガンが発生している可能性

が無いとは言えません。

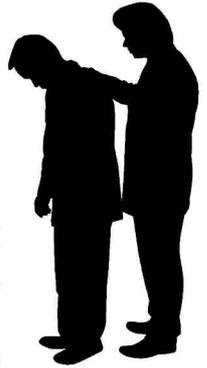
それこそ、年に1回は「まも〜る」を受診し、全身のどこかでガンが発生していないかを確認したいと思います。

世の中には、様々な情報が氾濫しています。ガン予防や治療もどんどん新しいものが発表されています。その中から、自己判断で自分に適したものを選んで進むことになります。

私は、キャンサー・サバイバーとして、生きていることを大切にしたいと思います。

大きく寄り道する時間は無いですが、かといって「白鳥の歌」を耳をそばだてながら待つこともできません。それこそ時間の無駄です。

私は今回の体験を境に、今まで漠然と生きてきたことを反省し、生まれ変わった気分で、残り人生を「ピンピンコロリ」と全うしたいと思っています。



半年にわたり、拙い私の体験記録をお読みいただきありがとうございました。

(最終回)

このコラムは、当社・津川典久氏が「ガン」早期発見の大切さを一人でも多くの方々に知って欲しいという想いで綴られた実体験の内容です。現在も治療を継続中ですが、ガン予防メディカル倶楽部の会員となり、普及活動に参加しています。

家族のために、  
がん予防  
していますか?

山口もえ 39歳、がん予防はじめます。

カンタン・低コストで、がんの早期発見をサポートする  
がん予防メディカルクラブ「まも〜る」誕生。

表1 米国人のがんの原因  
-確立したがんの要因のがん死亡への推定寄与割合(%)-

要因	寄与割合
喫煙	30
成人期の食事・肥満	30
座業の生活様式	5
職業要因	5
がんの家族歴	5
ウイルス・他の生物因子	5
周産期要因・成長	5
生殖要因	3
飲酒	3
社会経済的状況	3
環境汚染	2
電離放射線・紫外線	2
医薬品・医療行為	1
塩蔵品・他の食品添加物・汚染物	1

Harvard Center for Cancer Prevention: Harvard Report on Cancer Prevention, Volume 1:  
Causes of Human Cancer, Cancer Causes Control 1996 :7-53-559.

### ④ がんドック受診サービス

がんドックが無料で受けられます。

### ④ リスク評価の実施

指定医療機関が実施するリスク評価を無料で受けられます。

### ④ 健康サポートダイヤル

経験豊かな医師や看護師が24時間体制で健康相談に応じます。

### ④ セカンドオピニオンサービス

ご相談に応じて総合相談医の手配をいたします。

## 認知症…治療までの闘病レポート？ 高純度プラズマローゲン（鶏ムネ肉エキス）で 「好きなこと・嫌なことを区別する能…」

アルツハイマー型認知症 妻と二人暮らしの60代男性の場合

### ●初診までの経過

約7年前（60歳前）、会社の鞆から物を繰返し出し入れしたり、会話が減るなどの異変に家族が気づく。大学病院の精神科でうつ病と診断され薬を飲み始める。MRIでは脳萎縮は見られなかった。しかし1年後、脳萎縮が認められ、アルツハイマー型認知症と診断。アリセプト投与が開始された。4年前にはMMS Eは11点になった。要介護2。MRI左優位の両側海馬萎縮中等度。

### ●初診時

妻 「週に3日、デイサービスのマシンで体を動かしています。散歩中はしりとりゲームをしています」

本人 「デイサービスは楽しめます」

妻 「入浴はもともと好きだったのに、イライラして一人で入らなくなりました。私が世話をしているのですが、ストレスになっています。毎朝ポストから新聞を取って来てと分かりやすく説明すると取って来てくれます。いちばん多いのは物の名前を忘れてのことです」

### MMS E 7点

プラズマローゲン血中濃度7・0（リン脂質比）

### 1ヵ月後

妻 「入浴時に嫌がって、いつもイライラしていたのがなくなりました。もともと穏やかな性格ですが、世話をする私に『お願いします』と言うこともあります。以前は私の姿が2、3分見えないと捜していたのが、もう少し長く待てるようになり、先日は15分出かけていたのに捜しませんでした」

本人 「デイサービスの運動は好き。歌も好き」

担当医 「これからも好きなことをやりましょう」

### MMS E 7点

### ●2ヵ月後

妻 「自室で読書をするのが趣味でしたが、約1年前から自室に入らなくなっていました。それがこの1ヶ月の間に自室の机で本を開いて5回ほど座っていました。ひらがなは分かるけど漢字は読めないと思うのですが、いつも好きなページを開いているので感激しました。日時のデストを家ですると怒るのは変わりません」

担当医 「楽しいことはなんでしょうか？」

本人 「自分では分からない。最近散歩が好きだけど」

妻 「フォークソングや演歌が好きでよく聴いています。デイサービスの運動も好きです」

本人 （家族の言葉を聞いていて頷いている）

担当医 「好きな本のページや歌のメロディから記憶がよみがえってくるでしょう」

### MMS E 5点

### ●3ヵ月後

妻 「1ヵ月前から怒りっぽくなりました。入浴時に私が世話をするとイライラするようになりました」

担当医 「朝ごはんは食べましたか？」

本人 「食べていません。（正しい）」

妻 「家の中をくるぐる動き回って、私の姿を見つくと座ります。デイサービスの運動は週に3日楽しんでいます。新たに1ヶ月前から、デイサービスではカラオケ、言葉送りゲーム、ルーレットをするようになりましたが、私が別室から覗いたときは、楽しそうではありませんでした。言葉は分からないし賭け事も嫌いなので、だからイライラしているのだと思います」

担当医 「たとえデイサービスであっても嫌なことはしないことです。好きなことだけをやってください」

本人 「はあ。そうですか（笑顔）」

### MMS E 5点……判定「悪化」

プラズマローゲン血中濃度7・1（リン脂質比）

……判定「不変」

## 看取り士日記より…No.50 ～言葉にできない感動～

紅のつつじの花が鮮やかに美しい頃だった。先月、旅立ちのあった奥様を訪ねた。小さな仏壇のやさしい笑顔の健さん（享年66歳）にご挨拶をさせて頂く。

みんなの話の間中、健さんの大好きだった愛犬ふーたは奥様の腕の中だった。旅立ちの様子を淡々と語られる奥様の様子に安堵する。奥様がはじめてベッドで添い寝をなさってその早朝だった。眠っている間に奥様に抱きしめられたまま、健さんは旅立たれたと言う。「柴田さん、ここに主人がまだいるようです」と終始、笑顔で話される。

「大好きだったビール、毎日変えたほうが良いですか？」

「お花が痛むので、ブリザーブドフラワーです。大丈夫でしょうか？」

と、次々に質問をなさる。

「居間に置いていたベッドも片付けました。大きなテーブルも、もう私ひとりでは大きすぎて、処分しました。居間には何にもないんです。でも主人は変わらずにいてくれるんです」と。そして最後に「柴田さん、私は一人ぼっちになりました。私を看



日本看取り士協会 会長  
柴田久美子さん

取って下さい」と言われる。

「主人が柴田さんを紹介した時、看取り士さんはもうひとりの家族だよと言いました。その言葉の意味を、主人が亡くなって初めてわかりました。主人は私が一人きりになることが分かっている、柴田さんを紹介したのですね」

健さんの言葉の深い意味を、そこにいた誰もが強く感じる。言葉にできない感動、あたたかいもので胸はいっぱいになり、皆で泣いた。健さんの深い愛がその場にいた皆の心に届き、幸せに包まれた。命は永遠であることを、また教えられる。

旅立たれて2ヵ月、奥様と健さんの交流は深まっていた。

「夜になると二人で長く話すんですよ」と言われたように、看取りは旅立ちの後もたくさんの方の導きをくれる。

看取りは熟成していくもの、命は永遠と教え導くお二人に感謝 合掌

### 【お問い合わせ先】

一般社団法人日本看取り士会  
一般社団法人 在宅ホスピス なごみの里  
〒701-1145 岡山市北区横井上1609-2-107  
TEL 086-728-5772 FAX 086-239-3992  
Twitter: @ShibataKumiko  
http://mitorishi.jp/  
http://nagominosato.org/

No.63

## 『第20回 ホロニックス資産形成塾』

### おもしろ(税)ミナール

相続チェックシートで抱えている問題がわかる！  
最新の税に関するニュースを解説！

**必殺！あなたの相続の悩み晴らします！シリーズ第5弾！**

### 相続でもめる人もめない人の差！？ 遺言・遺留分の落とし穴トラブル事例

例え仲が良かった家族でも、もめてしまうのが相続です。「うちはもめるほど財産がないから」いえいえ、家庭裁判所で扱われるもめ事の約7割が資産5,000万円以下の普通のご家庭なのです。いつからか知らぬ間に抱えてしまった、声に出せない不安と不満…

国税庁職員として40年以上勤務し、直近6年間は、特別国税調査官として現場で辣腕を振るわれていた富永氏が、相続チェックシートを使い、あなたの相続のもめ事の芽を診断！最新の税情報も踏まえ、わかりやすく解説、解決いたします！あなたの相続の悩み晴らします！

◆講師：一般社団法人 相続アドバンス倶楽部 主宰  
JICA一般社団法人 相続診断協会パートナー  
**富永 徹也 氏**

◆日時：平成30年6月15日(金曜日)  
午後14時00分～16時00分

◆会場：文京区民センター 3階 3C会議室  
(文京区本郷4-15-14)

◆会費：無料

No.64

## 『第21回 ホロニックス資産形成塾』

### おもしろ(税)ミナール

**必殺！あなたの相続の悩み晴らします！シリーズ第6弾！**

被相続人の気持ちを尊重する**相続の切り札！？**

家族信託の上手な**活用法(予定)**

◆講師：一般社団法人 相続アドバンス倶楽部 主宰  
JICA一般社団法人 相続診断協会パートナー  
**富永 徹也 氏**

◆日時：平成30年7月20日(金曜日)  
午後14時00分～16時30分

◆会場：文京区民センター 3階 3D会議室  
(文京区本郷4-15-14)

◆会費：無料

## たまゆら・茶話会(会場：たまゆらサロン)

平成30年6月16日(土)、6月19日(火) PM2時～4時

7歳若返る！佐藤ケイ流ガッテンメイク！

◆健康・素肌美メイク講座…(定員5名)

◆講師：佐藤ケイ氏(メイクプロデューサー)

◆会場：たまゆらサロン(文京区本郷4-25-8 7階)

◆参加費：3000円(たまゆら限定価格)



髪型、眉毛などトータルプロデュース

●NHK「ためしてガッテン」に出演。

「化粧の法則」制作協力及び出演、7才若返る体験を…

●男性向けの「身だしなみ」講座も開講しております。ご希望の方はご連絡ください。

## カウンセリング・サロン『たまゆら』

無料

- ・複雑な相続のご相談に
  - ・高齢者施設の入居相談
  - ・ご家族の認知症予防のご相談
  - ・不動産トラブルのご相談
  - ・事業承継・継続のご相談に…
  - ・専門家の勉強会・研究会の拠点に
- 皆様のご利用をお待ちしております！



リラックスしてお話しいただけます