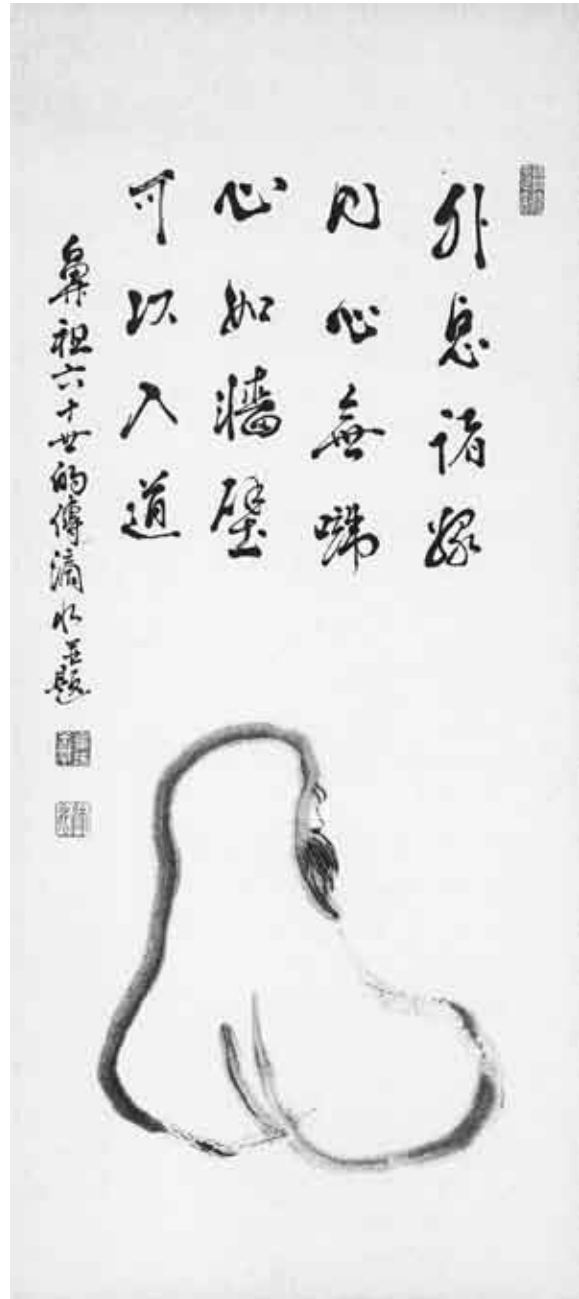

慈 恵



平成26年 冬季号

No.45

宗教法人 慈 恵 院 付属 多磨犬猫霊園



達磨自画賛

外諸縁を息め
 内心喘ぐこと無し
 心牆壁の如く
 以って道に入るべし

鼻祖六十世的傳滴水
 並びに題す

達磨図は、青墨でさらりと描き、必ずしも洗練はされていないが味わい深く、この賛も落款もいい。

明るく冴えたエネルギーは、柔らかな画仙紙に穂先を深くくい込ませ、筆路は明快、実にあざやかな墨気を呈す。

ここにも、最早気負いや豪毅さはない。ただ明澄なエネルギーが宇宙にとけこみ、滞ることなく、すべることなく、自由^{はた}に用いた。

この図や落款からして「ダルマ」とは「菩提達磨」に相違ないが、それは同時に「法」の意味をも含む。この「はたらき」こそ、それである。

「禅画報」より

天満大自在々天神

長造は百姓だったが、床屋もやっていた。ある日、良寛の頭を剃っていたが、途中で天神様の軸を書いてほしいと頼んだ。良寛もやむを得ないので、半剃りの頭で、

「天満大自天神」

と書いて与えた。あとで人びとが「在」の字が落ちていると指摘したので、さっそく長造がそのことを和尚にいうと、

「ははは、お前にも分かったか。お前が意地悪をしたから、わざとそう書いたのさ。だが、隣のお婆には一字おまけをしてあるよ。同じ天神さんでも格が違うよ」

果たして、婆さんには「天満大自在々天神」としてあった。

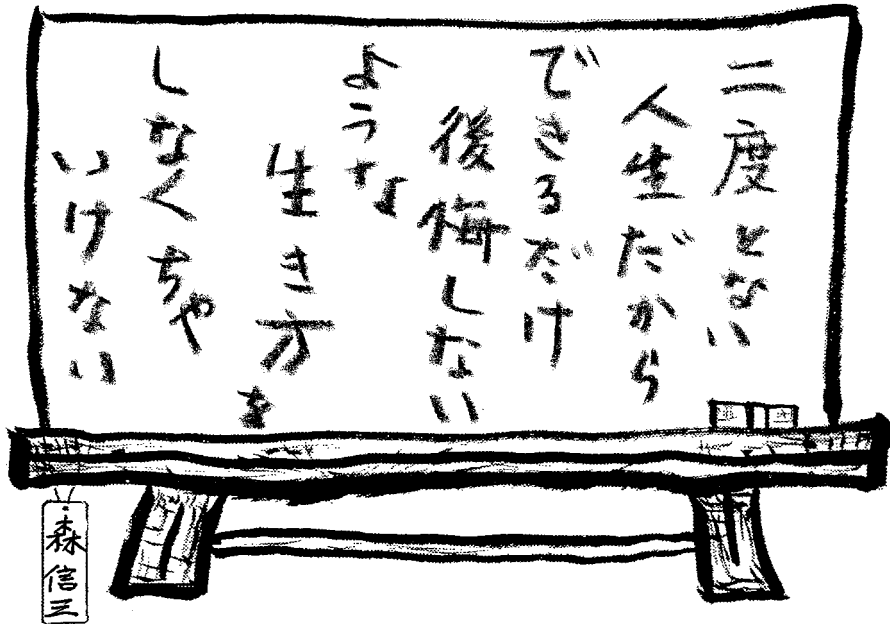
「禅門逸話集成」より

大愚良寛

(一七五八〜一八三二)

越後の人。諸国を行脚の後、帰郷して国上山の五合庵に住。性恬淡、村童を友とし、高潔の人格を敬仰された。書を以て知られ、また漢詩・和歌にすぐれた。

掲示板





私の家族

調布市

ペンネーム DISNEY (14)

「つらい」を漢字で書いてみて下さい。なにかの漢字に似ていませんか。そう、「幸せ」という漢字に。辛いという字に一本線を加えれば、幸せという漢字に変わります。私はこのことに初めて気がついた時、辛いことは必ず幸せに続くという気がしました。ここに来た皆さんは、ペットを亡くされた方々がほとんどだと思えます。自分の愛猫や愛犬を失うという辛さを、私は14才になって初めて経験しました。

私の家は、叔母、父、祖母、祖父、兄、私、そして、飼ひ猫が2匹の計8人で暮らしています。私は正直、小学生に入学するまでは、動物が苦手でした。そんな中、小学4年生のある日、私は「犬と私の10の約束」という本に出会います。本の途中にこんな場面があります。

「犬を飼うにはね、犬と10の約束をしないとイケないのよ」

①私と気長につきあって下さい
②私を信じて下さい③私にも心があることを忘れないで下さい
④言うことを聞かない時は理由があります⑤私にたくさん話しかけてください⑥私をたたかないで、本気になったら私の方が強いことを忘れないで⑦私が年を取っても仲良くして下さい⑧私は十年くらいしか生きられません、だからできるだけ私と一緒にいて下さい⑨あなたには学

校もあるし友達もいます、でも私にはあなたしかいません⑩私が死ぬ時そばにいて下さい、そして覚えていてください、私がずっとあなたを愛していたことを。この約束は、犬以外でも動物を飼う時は必ず約束しないとイケないのかなと思いました。

私が中学生になったある日、飼ひ猫の一匹が失明しました。

その日から徐々に弱っていき飼ひ猫ミニーが大晦日の午前10時26分に亡くなりました。私は驚きを超えて自分の部屋で嘔然と立ち尽くしていました。現実を受け入れることができなかつた私は、必死に猫に話しかけました。が、ミニーが反応することはありませんでした。

家族の死から2ヶ月経つた今、私はとても幸せな生活をおくっています。ミニーは骨となってしまいました。が、ミニーは骨となつて

らしています。

皆さんは辛い事から逃げたいませんか。辛い事を恐れていませんか。辛いことをやり通せば、いつか必ず幸せに変わります。辛い顔は、いつか幸せな顔になれるのではないのでしょうか。ミニーは私にとっても大切なことを教えてくれました。

本当にありがとう。

私はあなたと過ごした日々を忘れることはないでしょう。そしてあなたはこれからも一生、我が家の一員です。かけがえのない家族です。

募集

ペットとの思い出などを書いてみませんか……お待ちしてあります。

練馬区 櫻井守人

拝啓 初夏の候

我家のワンちゃんが何回も
大夜に世話を焼く感謝です
早々に夏に成りては暑かぬ
結露も、お物も送付致さ
ずりかるとの御座います。

我家に付三匹犬が又三
匹増え、お世話に御座います
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで

命は神に任かう
命はいつか神様に

命は天にまかす

命は天にまかす

我家のワンちゃん、毎日
で、お世話に御座います
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで

練馬区、お世話に御座います
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで

確かに甲斐は、お世話に御座います
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで

守業の伝統というも
外に子

ただ定まる事
あるまじきこと

名曰くすぬ。

練馬区、お世話に御座います
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで
おかげで、おかげで、おかげで

今持てたすえ長く
言くとお願ひ申す

俳壇

府中市
ペンネーム

佐倉 廣海(38)

府中市 中村 芳治(80)

○墓守の

ネコ撫でていく

僧侶かな

○春近し

水量多き

瀬音かな

○梅の花

ひとすじの香に

猫の寺

○冬 苗

遠く遠くへ

雲の果て

○八度めの

梅に招かれ


猫の寺

○苗運ぶ

北風の中

農夫あり

「戒名」って？



◎ (Q)

（答えは10ページ）

動物達が教えてくれること

上目黒ペットクリニック

院長 近藤 孝江

先日、病院の近所の公園で一匹の猫が亡くなりました。彼女は十四年もの間、公園とその周囲で過ごし、多くの人に愛されてきました。

の片眼の悪い猫と同一個体だということが分かりました。また、彼らの他にも、公園で猫の面倒を見ている人達がいるということも分かりました。

私と彼女の出会いには二年程前になります。一人の男性が片眼の悪い猫を連れて病院にやってきました。「野良猫ですが、診察してもらえますか？」

悪かった片眼は白く濁り、視力を失ってしまいました。それでも彼女が大きな事故に合うこともなく、大病をすることもなく過ごしてこられたのは、多くの人々の支えがあったからだと思います。

女が行きそうなところ、猫が隠れられそうなところをいくら探しても見つからず、半ば諦めていたところに、彼女が見つかったと連絡が入ったそうです。その翌日、彼女は永い眠りにつきました。

まるで彼女の死を悲しんでいるかのように冷たい雨の降る中、彼女のお葬式が行われました。傘を片手に人が集まって来ました。人々の中心には、白い箱があり、その中には色とりどりの花に囲まれた彼女が眠っていました。皆それぞれに彼女との思い出を語り、別れを惜しんでいました。

多くの出会いを経験するのでしよう。

公園でのお葬式はとても不思議な光景でした。彼女と出会っていなければ、私はその場に居合わせることもなかったでしょう。獣医という仕事をしている、時々、不思議な出来事に遭遇します。それは動物達からのメッセージであり、私を動かす大きな力になってくれます。これからも彼らの為に、私の出来る少しばかりの事を頑張っていきたいと思えます。



冬ごよみ

2 月	1 月	12 月	
涅槃会 2/9	修正会 1/1	除夜の鐘 12/31 成道会 12/8	当山行事
●2/18 雨 水 薩埵富士雪縞あらし 雨水かな(富安風生)	●1/5 小寒 小寒や池に黒髪の一握(井上静川) ●1/20 大寒 大寒の入日野の池を見失ふ(水原秋櫻子)	●12/7 大雪 大雪や茎ばかり掃く藤落葉(涙人) ●12/22 冬至 門前の小家もあそぶ冬至かな(凡兆)	二十四節気
2/11 建国記念の日 2/3 節分	1/7 人日の節句(七草) 1/13 成人の日	12/23 天皇誕生日	祝日等

「こよみ事典」東京美術 参考



長引く咳に 注意しましょう

咳が2週間以上続き高熱・痰を伴うときは要注意

心配いらない咳と 注意すべき咳

咳とは気道(空気の通り道)に異物や痰が詰まったとき、それを出すために起こる生体の防御反応です。気道に何も詰まっていないのに咳が出るのは、何らかの原因により、気道に炎症が起こっているからです。

煙を吸い込んだり、喉に何か詰まったりしたときに咳が出ることはよくあります。また、咳は風邪の代表的な症状でもあります。このため、咳の症状を軽く考えてしまいがちですが、咳はぜん息やCOPD、肺結核、肺がんなどの主な症状の1つでもあるので、咳が長引き、いつまでも治まらない場合には注意が必要です。

長引く咳を特徴とする疾患はいくつかありますが、ここではCOPDと咳ぜん息を中心に紹介します。

気道の炎症は、風邪をひいても起こります。風邪をひくと喉が痛くなったり、咳が出たりするのは、気道に炎症が起こっているためです。しかし、風邪の場合の炎症は、長くても2週間ほどで徐々によくなつていき、咳も風邪が治るのに合わせて出なくなりします。

ながた内科クリニック
院長 永田 宏

風邪の場合のように、少しずつでも自然によくなつていく咳や、煙を吸いこんだり、唾液が流れこんだりしたときに出る一時的な咳は、心配いらない咳です。

一方、注意が必要な咳とは、長引いて、いっこうに改善しない（2週間以上）場合や、高い熱が出る、痰が出る（黄色い痰、または血痰）など、長引く咳と一緒にほかの症状も現れている場合です。

このような注意すべき咳は、ぜん息、COPD、肺結核などの呼吸器疾患で起こりますが、心不全などの心臓疾患、慢性副鼻腔炎などの耳鼻科疾患、胃食道逆流症などの消化器疾患の場合でも起こります。また、咳だけしか症状のない咳ぜん息のような疾患もあります。

咳の症状だけでどの病気かを見分けるのは難しいため、医療機関では胸部X線検査を行い、問診などでほかの症状の有無を確認しながら鑑別します（次頁の図）。

呼吸ができないほどのひどい咳がいつまでも続いていたら、多くの人が医療機関を受診するでしょうが、軽い咳の場合は、「咳が長引いているけど、それほど苦しくない。軽い咳だから大丈夫」などと見過ごしてしまいがちです。軽い咳でも長引

ているときは、まずはかかりつけ医に、咳がどのくらい前から続いているか、ほかに症状はないか、などを相談してみてください。

痰のでる咳と痰の出ない空咳

気道には、杯細胞という粘り気の強い分泌物を出している細胞があります。この分泌物は、気道を乾燥から防ぐ働きのほか、空気と一緒にほこりや微生物などの異物を吸いこんだとき、その異物を吸着し、痰として外に出す働きもしています。

痰は、健康なときには少量で、白く透明であり、無意識のうちに飲みこんでしまうために「痰」として出てくることはありません。しかし、炎症などの異常があると量が増え、また、細菌などの感染が起ると黄色くなります。さらに、気道の粘膜が傷ついたり、肺で出血が起こつていたりすると、痰に血が混じる血痰が出る場合があります。咳と一緒に痰が出ている場合には、痰の量や色調を見ておくことも大切です。

なお、痰を伴わない空咳と、痰を伴う咳では治療が異なります。痰が出ない空咳の場合、咳が出ないようにする治療になります。

一方、痰が出る場合には、痰の分泌を減らす、痰を出やすくするといった治療が行われます。

咳の症状があると、市販されている咳止め薬を使う人がいますが、痰が出ている場合、咳止め薬を使うのは望ましくありません。かかりつけ医に相談するようにしましょう。

咳と痰、息切れがCOPDの主な症状

長引く咳を特徴とする主な疾患に、COPD（慢性閉塞性肺疾患）があります。COPDとは、有害物質の長期にわたる吸入により肺に慢性の炎症が起こり、呼吸機能が低下し、息がしにくくなってしまう病気です。

COPDには、2つのタイプがあります。1つは、気道に炎症が起こつて気管支の粘膜が厚くなり、痰などの分泌物が詰まってさらに狭くなる「気道病変タイプ」です。もう1つは、気管支の奥にあり、酸素と二酸化炭素の交換を行う肺胞が壊れる「気腫タイプ」です。以前は、「気道病変タイプ」を「慢性気管支炎」、「気腫タイプ」を「肺気腫」と呼んで2つに分けていましたが、現在は合わせてCOPDと呼び、治療を行っています。



COPDの主な症状は、咳以外に、ちよつとした動作で息切れがする、ひんぱんに痰が出る、などがあります。ゆつくりと悪化するため、気づかないうちに進行し、命に関わることもあるので注意が必要です。

COPDの原因は、日本人の場合、ほとんどがタバコです。長年の喫煙習慣がある人が、50〜60歳を過ぎてから発症するケースが多いです。

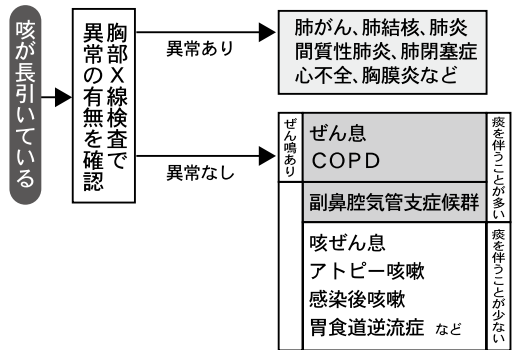
10年以上の喫煙歴のある人や、ヘビースモーカーの人、特に10代から吸っている人は、発症のリスクが高いと言われています。



COPDの治療には禁煙が重要です。

喫煙習慣のある人は、咳をしても「タバコを吸っているから当然だろう」と考えてしまいがちですが、タバコを吸って咳が出るのは病的な状態です。タバコを吸う人で咳が出る、痰が出る、息切れがする、といった症状に心当たりがあれば、一度かかりつけ医に相談してみたほうがいいでしょう。一度壊れた肺胞が元に戻ることはないため、COPDを完全に治すことはできません。まず完全にタバコ

長引く咳から疑われる主な疾患



咳ぜん息の特徴は長く続く空咳

咳ぜん息は、長く続く空咳を特徴とする疾患で、咳が1ヶ月以上続きます。風邪をひいた後に発症するケースが多く、「風邪は治ったのに、咳だけちつとも治まらない」という場合には、咳ぜん息の可能性があります。咳ぜん息は、ぜん息と同じく、気道に炎症が起こり、狭くなって、ちよつとした刺激（冷たい空気を吸ったなど）に敏感に反応して咳が出ます。また、夜中から明け方にかけて激しい咳が出るという場合が多いです。

ただし、ぜん息のようなぜん鳴（呼吸のたびに「ヒューヒュー」「ゼーゼー」という苦しい音を発する）や呼吸困難はなく、多くの場合、痰もあまり出ません。

咳の発作は、主に次のようなときに起こります。

- ダニなどを含むホコリ（ハウスダスト）を吸いこんだとき
- 寒暖の差が激しいとき
- 雨天や台風が近づいてきたとき
- タバコの煙を吸ったとき
- 運動したとき
- 飲酒したとき
- ストレスが多いとき

などです。

また、気道の炎症はアレルギー反応によって引き起こされることが多いため、アレルギーのある人は発症しやすいとされています。毎年決まった季節に悪くなりやすいのが特徴です。治療では、気管支拡張薬や吸入ステロイド薬などが用いられます。また、風邪をひかないようにする、禁煙する、気温の変化に気をつけるといった日常生活の注意も重要です。咳ぜん息は、ぜん息の前段階とも言われていて、放置しておく、ぜん息に移行してしまうことがあるため、早めに気づいて治療することが大切になります。症状に心当たりのある人は、かかりつけ医に相談して検査を受けましょう。



風邪は治ったのに、咳だけ治らず続いている場合、咳ぜん息かもしれません。



新 発 行

不定期ですが、『通信だより』を発行することになりました。
(現在は檀家の方のみ送付しています。)

通信だより

平成25年

極楽は西にもあれば東にも
来た道さがせみんな身にあり

平成十八年四月 永田忠堂が新任職となり境内を整頓し建物も改装してきれいになりました。
祈願のご聖湯をお待ちしております。

（昭和23年頃）

（現在）

お寺の月例行事

一月	二月	三月	四月	五月	六月	七月	八月	九月	十月	十一月	十二月
修正会	涅槃会	春彼岸	花まつり			新盆	旧盆	秋彼岸			成道会

月々の供養をはじめ先代永代供養
入骨供養も行っております。

㊦ 戒名 かい みょう とは 普通、死者が菩提寺から葬儀のときに受けるものと考えられているが、元来、師から戒を受けて仏教者となった者に与えられるものである。戒はサンスクリット語「シーラ」の訳で、悪を除き善を行なうおきてという意味。戒名は天台、真言、浄土、禅の各宗の呼び名で、浄土真宗は法名、日蓮宗では法号という。

居士や信士は、在家の男の信心者、大姉や信女は在家の女の信心者、童子、童女は未成年の男女のことである。

●本山：東京都府中市浅間町2-15-1 〒183-0001
TEL.042-365-7676 FAX.042-336-3888
URL http://www.jikeiin.jp

●足立別院：東京都足立区加平1-14-3 〒121-0055
TEL.03-3628-7676 FAX.03-3628-7679

編集後記

降る雪や

明治は遠く

なりにけり (中村草田男)

生れ育った時代を振り返って、遠くになったものだ、という感慨を句にしたものと思われます。

「昭和を懐かしむ」テーマパークもあるようですが、いつか平成を懐かしむ時代が来るかもしれませぬ。

乍末筆、皆様のご自愛をお祈り申し上げます。併せて新年のご多幸をお祈り申し上げます。

合掌

慈 恵 冬季号 No.45

平成二十五年十二月一日 発行

発行者 永 田 恵 堂

編集者 長 岡 天 佑

発行所 一八三〇〇〇一

府中市浅間町二十五

一 宗教法人慈恵院 編集部

〇四二二三六五七七六

印刷所 山二印刷有限公司

府中市浅間町三十四一九

〇四二二三六一一五二二