

書院・庫裡の完成を檀家の皆様と祝う（宗心寺様）

今年のゴールデンウィークは、天皇陛下が即位されるのに伴い、元号が平成から令和に変わり、これまでに例のない一〇連休となりました。日本中お祝いムードに沸いた一〇連休の最終日、五月六日に御前崎市の宗心寺様では書院、庫裡の落慶式と檀家の皆さんへのお披露目が行われました。

宗心寺様とは平成二五年の本堂屋根替え工事と耐震補強工事以来お付き合いをさせていただいています。書院・庫裡も老朽化や耐震において長年の懸案事項であったため、調査を含め耐震改修や修理等各種提案させていただき、総代様や建設委員会と協議した結果、皆様の総意のもと新築することに決定いたしました。

平成二九年の一〇月に契約を結び、解体工事が一月から始まり昨年の三月に上棟式を行いました。昨年の夏の異常な暑さの中、職人さんたちが仕事をすすめ、外構工事やその他追加の工事が今年の三月頃終了し引渡しをすることができました。

内部は天竜杉や天竜桧を中心に地元の木材をふんだんに使っており、木の香りが心地よい仕上がりになっています。そして玄関には築一〇〇年をこえる古民家から譲り受けた千本格子を修理して設置し、とてもいい雰囲気になります。また外部の腰板にも

赤身の天竜杉を使用し、漆喰の白と杉の柰目の調和がとれご住職をはじめ檀家の皆様にも喜んでいただきました。

庫裡に祀られる仏法守護の仏様である韋駄天様仏像は、欠損などありましたが、全て綺麗に修復され玄関へと祀られました。また新築に合わせて東司を守る烏枢沙摩明王を新調いたしました。彫ったのは澤元彫刻の仏師・澤元陽子氏で、高さは約二五cm位で桧造りになります。澤元陽子氏は京都にて長年修業を積み伝統工芸士でもあります。澤元彫刻では仏像の新調だけでなく修理なども行っており、お問い合わせは弊社でも承っています。

烏枢沙摩明王



後世に受け継がれる

日本古来の木造建築

龍津寺様（静岡市清水区・臨済宗妙心寺派）では以前より計画されていた隠齎の建築工事が始まり、六月四日に上棟式が行われました。上棟の作業は二日間にわたつての作業でしたが、梅雨入り前の貴重な晴天に恵まれ順調に作業を進めることができました。

平成一八年に龍津寺様の本堂を建築させていただき、その際に解体した丸太梁を使用しています。このように後世に受け継がれ残るのが、日本古来の木造建築の良さだと思います。



色が変わっている梁が旧本堂の解体材

桧の香りに包まれた位牌堂



昨年の一二月に上棟の法要を行った瑞龍寺様の位牌堂改修工事が終了いたしました。桧で作られた温かみがある位牌堂に出来上がり、お年忌などの法要でお参りする方も、ゆっくりと安らかな気持ちで手を合わせていただけたらと思います。仏具庫の収納スペースも確保でき、以前にくらべれば随分使い勝手がよくなりました。今後は本堂の屋根替え工事や耐震改修工事などと工事を進めてまいります。

台風・大雨対策に雨戸を

昨年の秋の台風は被害も大きく、年々台風が大きくなってきているのではと思う方も多いのではないのでしょうか。最近の台風の大規模化や大雨対策の一つとして、浜松市北区の延命寺様と浜松市西区の東光寺様では本堂の正面に木製の雨戸の取付をしました。既存の長押しに雨戸用の鴨居を増設し雨戸がスライドできるようにしました。そして戸箱鏡板も下見板で仕上げ、外観も損ねないように工夫いたしました。最近はこのような工事がご希望のご寺院様が増えていきます。

弊社では訪問させていただき調査し、お客様のご希望をお伺いしたうえで提案をさせていただいておりますので、お気軽にお問い合わせください。



「年金問題」

日本テンプレヴァン(株)井上拓郎

「公的年金」

六月に金融庁の金融審議会（作業部会）が作成した資料の内容について、国会で「老後に二千万円必要」などと問題になっている年金問題。六五歳夫と六〇歳妻の無職夫婦世帯で、収入（年金など）と支出（食費など必要な支出）の差額が毎月五万五千円不足し、老後三〇年の累計で約二千万円必要との報告書にあった為「二千万円必要」とだけ取り上げられ、大きな議論となりました。

年金には、二〇歳から六〇歳まで全ての国民が加入義務のある公的年金と、個々に契約することで、老後に備える個人年金とあります。また公的年金には、高齢で働けなくなったときに備える老齢年金。障害を負ってしまったときに受取ることが出来る障害年金。一家の働き手が亡くなってしまったときに残された家族が受取れる遺族年金があります。今回、議論の元となった年金は老齢年金といい、六五歳から受け取ることが出来る年金です。（繰上げ受給の手続きを行えば六〇歳から受給することも出来ます）

国民年金に加入されている方の老齢基礎年金は、年額七八万百円（満額）となっており、この金額と実際必要とする金額の差（不足分）を、事前に個人年金などで自努力しましょう。という報告書の内容なのですが、お寺で働く方々は、生涯現役でご住職をされるご予約の方もおり、老後に受取れる年金については、漠然とお考えの方が多いかもれません。公的年金に限らず、個人年金においても支払った保険料には所得控除などの税制メリットがあり、長生きのリスクに対応する為にも年金について考え、見識を広げることが重要なのだと思います。

「個人年金」

人口は減少し、超高齢化社会へ突入するこの先に、公的年金だけで老後の生活に不安がある方は、自助努力で事前に準備する他ありません。先の報告書でも個人の自助努力や、事前に分散投資などで資産を準備する重要性について訴えたのだと思います。分散投資と言っても、株式や債券、投資信託だけではありません。預貯金や保険、年金などもあります。それぞれにメリットとデメリットがありますが、ここでは個人年金についてお話し致します。

個人年金には、保険会社（生命保険・損害保険）で加入する年金や、証券会社で加入する個人型確定拠出年金（iDeCo）などがあります。確定拠出年金は、運用する商品を自分で選べます。元本確保のものから、ハイリスク・ハイリターンなものまであり、基本的に自己責任で運用します。その為、運用商品の選択次第では、受け取る年金の額が増えますが、減る場合（元本割れ）もあり、運用に際して管理手数料が発生します。定期的に運用結果をチェックし、運用指示（スイツチング）を行う必要があります。多少の知識が必要とされます。一方、保険会社で加入する年金は、受取れる年金額が契約締結時に確定しているものもあり、専門的な知識がなくても加入出来ます。一般的に保険会社の年金商品で受給金額が確定しているものは、利回りが低いものが多く、保険会社が倒産しない限り約束した年金を受け取ることが出来ます。しかし外貨建て個人年金は、受取るときに為替の影響を受ける可能性があるため注意が必要です。これらの年金商品に宗教法人が契約者となって加入する寺院も増えてきていますが、退職金規定や資産運用管理規定などは作成した方がよろしいと思いません。

カレーの話 知って得する

「嫌いな人はいない」と言われるほど、子供から大人まで年代・性別を問わず愛される国民食のカレー。インド料理を元にイギリスで生まれ日本に明治の初め頃に上陸し、独自に変化し今日のような様々なカレーができました。当初は洋食屋で提供され、庶民には敷居の高い料理でしたが、一九二三年頃にカレー粉が開発され、続いて板チョコ状のインスタントカレーが発売され、一般家庭でもおいしく食べられるようになりました。また、カレーは複数のスパイスから作られ、漢方薬として使われるものも多く、それぞれ健康への効果が期待できると言われているのでおすすめのカレーを紹介します。

- ・便秘とむくみ改善にグリーンカレー
グリーンカレーに入っているココナツミルクに多く含まれるミネラルのカリウムは、血圧を安定させたり、むくみを予防したり、筋肉の働きをコントロールする働きがあります。
- ・認知症の予防と改善に大豆カレー
ターメリックに含まれる「クルクミン」はアルツハイマー病の予防に効果があり、その吸収をよくしてくれるの

が、大豆に含まれる「レシチン」という成分です。レシチンは脳の働きを活発化させ、記憶力や集中力を高める効果があるとされ「脳の栄養素」とも呼ばれています。

- ・美肌効果、疲労回復、

- ・血流改善にトマトカレー

トマトに含まれる「リコピン」は生で食べるより、煮込むことでさらに吸収力がアップされます。「リコピン」は抗酸化作用など多くの健康効果が期待できます。

- ・美肌効果、便秘解消、

- ・辛味抑制にアボカドカレー

女性に嬉しいダイエット効果が期待できるトウガラシですが、辛いのが苦手という人はアボカドをトッピングすれば、トロリとした食感で辛味が抑えられます。そしてアボカドは女性ホルモンの一つ、黄体ホルモンの材料となり、ホルモン分泌の調整にも関わるビタミンEを豊富に含んでいるため、更年期症状の軽減も期待でき、食物繊維が豊富なので便秘解消にもおすすめです。

次に一晩寝かせたカレーは、時間が

経つことでコクや旨みが増して美味しくなることは皆さんご存知だと思います。でも寝かせている間にウェルシュ菌という食中毒を引き起こす菌が増殖することがあります。加熱すると死滅する菌が多いのに対し、ウェルシュ菌は熱に強いという特性を持っています。ウェルシュ菌は四三度〜四五度で最も繁殖しやすくなり、カレーのように粘り気があり、深い鍋で大量に作る料理は冷めにくく菌が増殖する環境が作られます。残ったカレーは常温保存をせず、酸素を嫌う性質を利用してよくかき混ぜながら、底の浅い容器に写し粗熱を素早くとり冷凍庫や冷蔵庫で保存するといよいです。冷蔵庫で冷やしても菌は増殖するので、早めに食べきってしまいましょう。これからの夏場は特に注意が必要です。

