

浦安でもっと豊かな人生をおくるためのマガジン

VOL.

09

2018 年  
6 月 1 日 (金) 発行

無料

# ゆうゆう手帖

by. 浦安に住みたい!



ゆのゆの Contents

心豊かな

老後を生きる！

● 水彩画で切り取る

浦安の風景

● 浦安のインストラクター

今話題の「シニアヨガ」  
心と体を支える

ヨガインストラクター

● Professional in URAYASU

フランス音楽と  
文化を広める

パトリック・ヌジェさん

● ゆうゆうリフォームで

快適LIFE

耐震・断熱リフォームにプラス  
アルファ。ご夫婦で作り上げた  
『暮らしの楽しみ方』





7年前に起こった震災の時期に様々な事が重なりヨガへの道を決めたという。ヨガを習ってから肩こりがすっかり治ったそうです。『鎧を身にまとっているようなストレス』から『心と体の自由』を手に入れ今では年齢問わず女性のための『ヨガ』を広めていらっしゃいます。



老人ホームにて「シニアヨガ」のレッスン風景。



両手を広げるだけでも体の強張りが解れていくのを感じます。



背骨のゆがみも整う座位のポーズ。

「本当のことを言うとはじめはあまり興味なくて…。ヨガ学校の先生から『シニアヨガ』の引き継ぎを受けたことがきっかけなんです。老人ホームで『シニアヨガ』を教えた当初は、病気をされた方や認知症の方等、初めての環境に入ることへの戸惑いを隠せませんでした。『ヨガを教えられるのか？自分の親のことも考えたり…』当初は不安な要素ばかりでしたが、実は振り返ってみると私自身が皆さんに学ばせて頂いていることが多くあるということに気づいたんです」と、正直にお話ししてくれたのは、浦安でヨガを教えて7年になるヨガインストラクターの開沼美樹さん。以前は会社務めをされていて毎日鎖を身にまとっているようなストレスを抱えていたそう。『自由になった！』と心と体の解放と同時に、ヨガインストラクターの道へ。そこからは周りの方に褒められるということが増えていったそうです。「私にはもったいないくらい褒めら



## 「シニアヨガ」を浦安で広めたい！ 周りの方に支えられて、ここまで来れた 「ヨガ人生」今度は私がサポートします！

### 出張プライベートレッスン

「プラン樹」さんに来れない方、車椅子生活で外に行くことが難しい方に適したプライベートマンツーマンレッスン90分コース。自宅に居ながら安心してヨガを受けられます。※詳しい内容は

■ <https://ameblo.jp/inumiki0114/entry-12216418024.html>

又は、  
■ 090-8461-6474  
(開沼) まで。



を体験してみたいかがですか？  
現在市内での活動は猫実の「プラン樹」にて、月に3回のレッスンを開講しています。車椅子や歩行が困難な方の為にはご自宅まで伺い、出張プライベートレッスンをしております。運動不足を感じている方、一度『シニアヨガ』

「ヨガを教えられるのか？自分の親のことも考えたり…」当初は不安な要素ばかりでしたが、実は振り返ってみると私自身が皆さんに学ばせて頂いていることが多くあるということに気づいたんです」と、正直にお話ししてくれたのは、浦安でヨガを教えて7年になるヨガインストラクターの開沼美樹さん。以前は会社務めをされていて毎日鎖を身にまとっているようなストレスを抱えていたそう。『自由になった！』と心と体の解放と同時に、ヨガインストラクターの道へ。そこからは周りの方に褒められるということが増えていったそうです。「私にはもったいないくらい褒めら

れる！」と明るく元気にお話するまっすぐな姿は、一緒に話をしていただけでもパワーを貰えました！  
そもそも『シニアヨガ』とはなんで

すか？「足腰の筋力低下、車いすで過

されている方に適したヨガです。座つ

た状態で足を上げたり、上体にねじり

を加えたり、呼吸法・手首のストレッチ

チ等。病院の先生や家族に『運動した

ほうがいいよ』と言われても『足腰痛

いのはどうやって運動すればいいのか

分からない！』という方にお勧めです。

『シニアヨガ』なら運動不足のお手伝

ができますよ。

現在市内での活動は猫実の「プラン

樹」にて、月に3回のレッスンを開講し

ています。車椅子や歩行が困難な方の

為にはご自宅まで伺い、出張プライベート

レッスンをしております。運動不足を感じ

ている方、一度『シニアヨガ』

を体験してみたいかがですか？

現在市内での活動は猫実の「プラン

樹」にて、月に3回のレッスンを開講し

ています。車椅子や歩行が困難な方の

為にはご自宅まで伺い、出張プライベート

レッスンをしております。運動不足を感じ

ている方、一度『シニアヨガ』

を体験してみたいかがですか？

## 水彩画で切り取る 浦安の風景



今月の表紙

### 「初夏の清瀧神社夕景」

場所：清瀧神社

日差しを逃れ、高い木々に囲まれた境内の中に歩を進めると、涼やかな風とともに静寂が訪れ、正面には美しい拝殿が現れます。日が落ちる頃には、提灯が灯り始めます。なんとも魅力的な銅板葺きの屋根の勾配とその色合いをスケッチブックに描き留めたく、何回か足を運びました。静かに手を合わせる人の姿をみては、浦安の奥深い歴史をも感じさせてくれます。(今井弘)

### 「清瀧神社って…？」

清瀧神社の創建は1196年、鎌倉時代に建てられた浦安市最古の神社だと言われています。「大綿積神（おおわたづみのみこと）」と称される海の神様が祀られていて、本殿には「浦島太郎と竜宮城」等、立派な彫刻が施されています。日本最古の水準標石があり歴史を感じ場所です。今も昔も変わらない、「地域の人々を守り、地域の人々が神社を守る」浦安三神社のひとつ。

### ゆうゆう手帖 表紙絵



### 今井弘 hiroschi imai

新潟県長岡市出身。大学では教育学部美術科に進み、油絵や木炭デッサンを学ぶ。現在は浦安市内小学校の先生を勤め、その間もずっと絵を描き続けている。力強い鉛筆の線画と水彩絵の具の鮮やかな色彩…その場所を感じたことを大胆に描き、見ている側にもその場の雰囲気を伝えてくれる水彩画は、“感じる”ことの大切さを教えてくれる。都内や市内で、定期的に個展も開催。

今月の「浦安の風景」を見に行ってみよう。



住所：浦安市堀江4丁目1-5 付近

境内に植えられた木々の色も香りも季節によって変わり、一年を通して色んな表情を見られるのも楽しみのひとつですね。



## 浦安駅前にある音楽事務所に潜入取材！ フランス音楽と文化を広める パトリック・ヌジェさん



シンガー・ミュージシャン  
パトリック・ヌジェさん  
Patrick Nugier

キングレコードより「パリの休日」をリリースし、以降リーダーアルバムは8枚を数える。CMの出演や作詞、歌唱も多く、KDDI、ワインカフェ、エリオ、等のCMに出演。ドラマ「おいしい関係」のアルバムにアコーディオンで参加し、「ピストロスマップ」のテーマソングに使われていた。故・加藤和彦&坂崎幸之助のユニット「KAZUKOH」のバンドリーダーを務め「イムジン河」をフランス語で歌い、好評を博す。「乃木坂46」の舞台では音楽監督を務めた。NHKホールでのパリ祭コンサートには毎年レギュラー出演をしている。



浦安にある音楽事務所「株式会社 Time Office(タイムオフィス)」フランスと日本との音楽交流を深めることを目指した、音楽に関するエンターテインメント事業を行うタイムオフィス。代表兼看板ミュージシャンのパトリックさん(左下)と、公私ともにパートナーであり代表を務める宮崎さん(右下)。社員の方にもご協力いただきました。ありがとうございました！パトリックさんは浦安に住んで約30年だそうです。「私の仕事はシャンソン歌手30%、ミュージシャン30%、レッスンの先生30%、プロデュース業が10%、全部で100%!!」

パトリック・ヌジェさんの歌声や音楽は、おそらく誰もが耳にしたことがあるでしょう。NHKフランス語講座やCMのバックミュージックを担当・出演するなど、メディアなどでも活動が多いミュージシャンです。フランス人の彼は、幼い頃からラジオで流れてくるシャンソンを聞いて育ったそう。

「今までずっとミュージシャンをしてきましたが、一時は日本でサラリーマンとして仕事をしていました！」と意外なお話もしてくれたパトリックさん。なぜ、ここ浦安に事務所をかまえたのか？素朴な疑問もありいろいろなお話を聞いてきました。

「日本に来る前は何をされていたのですか？」

ミュージシャンをしながら、世界的リゾートクラブ『クラブメッド』のホテルの支配人として各国のリゾートを回っていました。36歳くらいの時に新プロジェクトに携わることになり、

ます。後から「当時フォークソングが流行っていた時代で、あえてギターを使わなかったんじゃないのかな」と話を聞きました。90年頃から日本での音楽活動を再開して、その頃に日本のシャンソン歌手、石井好子先生のラジオ番組で私の最初のアルバムが紹介され、パリオランピア1周年コンサートのゲストとして出演することになりました。そこからシャンソン歌手やミュージシャンとしてたくさんさんのメディアにも出るようになりました。

「なぜ、事務所に浦安を選んだのですか？」



都内でフランス人のパーティーがあり、そこで知り合った友人が、同じ故郷フォンテンヌブロー出身ということで意気投合しました。彼は新浦安に住んでいたで「品川よりも住みやすいからおいでよ！」って。新浦安に来てみたら、とてもスペースが広い街で電柱もないから景色が良い。たまたま彼の隣の部屋が空いていたのでレンタルしました。そこから2・3回新浦安内で引っ越しをしています。当時はまだイトーヨーカドーもなくて、電車は新木場までしか行けなかった。だけどすごく良い街並みで、昔も今もと

ても気に入っています。当時は事務所と住まいを兼用していましたが、仕事が大きくなってきた、事務所のみをここに移しました。

「浦安に住んでいて気に入っている場所がありますか？」

私のお気に入りには赤レンガのある川沿いです。

「境川」ですね？」

あそこはすごく綺麗で気に入っています！新浦安からまっすぐ来られるので、これからの時期に自転車で行く通ります。暑すぎても駄目、寒すぎても駄目、これからが一番良い時期ですね。あとは新浦安の海沿いも綺麗だからよく散歩します。それと僕が疑問に思うことがあります。地震があつたら新浦安は綺麗に舗装されたけど、浦安駅の方はいまだに地面がぼこぼこしている。どうして工事をしないのだろう。同じ街なのにちよつと変だよ。確かにそうですね。同感です！今後の活動で決まっているものがあるれば教えてください。

それは秘密！このプロジェクトはまだ言えません(笑)。けど近いうちに私の歌声をお聞かせできると思います。6月3日には、東陽町で私のコンサートとフレンチ・マルシェの『江戸東フレンチ祭』を開催します。また、

### ■事務所に併設されたシャンソンスタジオ【STUDIO DE PATO】



こちらのレッスンはフランス語で歌うシャンソンのボーカルレッスンです。フランス語で歌う歌詞の発音を主に、パトリックさんご本人が教えます。生徒さんの中にはアマチュアの方もいれば、プロの方もいらっします。(お問い合わせは TIMEoffice 047-350-6781)

#### 【スタジオレッスン風景】



こちらの生徒さんは山形から通われているそう！「私はシャンソンを始めて10年位、まだまだです！それまでは音楽の『お』の字も知らなかったけど、シャンソンに出会ってからは夢中になりました。フランス語も勉強して今ではレッスン中でもフランス語でパトリック先生とやり取りをしています」と、とても楽しげにお話をしてくれました。なんと4月に行われたシャンソンコンクールで賞を受賞されたそうです！

### 第56回 巴里のジャポニスム 『パリ祭』 シャンソンの祭典

2018年7月7日(土)8日(日) 開場 16:15 開演 17:00

日本でシャンソンを広めたと言われる、石井好子さんが立ち上げた『パリ祭』は今年で56回目。歴史あるシャンソンコンサートにパトリックさんも両日出演が決定！

会場：NHKホール

お問い合わせ：パリ祭実行委員会 TEL 03-3533-1300

料金：全席指定 S席 10,000円 A席 7,000円 B席 4,000円 / チケットのお申し込み：ジェイステータナビ / 03-5912-0840 / 他プレイガイド / 主催：パリ実行委員会・一般社団法人日本シャンソン協会 / 後援：在日フランス大使館 / アンスティチュ・フランセ日本 / 公益財団法人日仏会館  
詳細はこちらから→ <http://www.paris-sai.com/>





# ゆうゆうリフォームで快適LIFE

No.3

耐震断熱リフォームにプラスアルファ。  
ご夫婦で作り上げた「暮らしの楽しみ方」



ゆうゆうリフォームで快適 LIFE をおくる入船在住のNさんご夫妻。  
2013年に耐震・断熱リフォームを行って以来、アールデザインの田中さんと家族のようなお付き合いをされているそうです。当初はリフォームに反対の田中さんでしたが「古い物は残したい」とご夫妻たつての希望を受け入れ、耐震・断熱工事を実施されました。

今回お邪魔したのは入船在住のN様宅。37年前にご自宅を購入されてから2013年まで本格的なリフォームは行わず、東日本大震災を機に耐震リフォームをされました。

ご自宅が『旧耐震基準』ということを知り、市からの補助金もあったため耐震診断をされたそうです。診断結果は新基準の1という数値に対して、N様宅は0.15。阪神淡路大震災並みの地震が起きた時に、4秒で倒壊するというレベルと診断されました。

奥様からは耐震リフォームの他に『寒さ対策』を施す断熱工事の希望もあったそうです。その際に担当したのがアールデザインの田中さん。

田中さんは「30年以上も前のお宅だったし、耐震・断熱リフォームをするよりも建て直しを検討した方が金額的に安く済むよ」と伝えられたそうです。しかし、N様ご夫妻は建て直しに

は反対でリフォームを希望されました。

「私たち古い物が好きなのよ。もちろん新しい物もすごく素敵だし、それはそれで好きんだけど…古い家でもリフォームできるなら壊す必要がないと思っていて。前にリフォームした時に出的カンナくずがとっても綺麗で、それを少し頂いてガラスの置物の中に飾っていたわね！それと至る所に主人が手作りしたものがあつたのよ。これも、あれも…」と明るく楽しそうに教えて下さったのは奥様。



ご主人様が余った障子紙と木材で手作りした装飾。お部屋の雰囲気にもぴったり！

の余り物で何か作れないかな』と考えるんだよ。『これ、どこかに使えないかな？』って』と作った物を見せて下さったご主人。余った障子紙や木材、いわゆるゴミとして出た物を『何かに使おう』という発想はなかなか浮かばないですよ。そして断熱工事後の生活についても奥様に伺いました。

「とにかく私はずっと寒いのが苦手。断熱材を床や壁、天井に入れて、ペアガラスで二重窓。床暖房も入れてもらったら、温かい空気が逃げて行かないのよね、前は隙間風もすごくて『よく生活していたな！』と思うほど。年をとればとるほど寒さにも弱くなっている気がしています。今はこの断熱工事に満足していますよ。寒がりの方に断熱工事はお勧めです！」

「そういえば面白い話があつて…。と、アールデザインの田中さん。以前、メーカーさんから種類の違うユニットバスが届いてしまい、普通だったらクレームを入れるところなのに、Nさんご夫妻はこのユニットバスを『どこで使うか、何に使うか』を考え始めて、半日くらいそのユニットバスについて話し合っていましたよ（笑）」「そうそう！思い出した。あれはね、考えているだけでもすごく楽しかった

わ。思ってみてもない、不運なことは突然やつてくるじゃない？それってチャンスだと思ふのよね。『いかにその問題を乗り越えるか！』と考えるの。人にすがつても何にもならないし、謝つてもらうことが終わりとはいえないじゃない？…まずはそれ自体を受け止める。『こんなチャンスは逃さない！』と考えていくうちに楽しんでるのよね（笑）人はどうにかして生き抜こうとするところがあると思うのよ。それってプラスの方向にもマイナスの方向にも行けるけれど、どうせだったらプラスに行つたほうがいいじゃない？何でも素材から楽しむ、出来事や物も、私は自分で『究極のケチ』だと思っています（笑）」

と時おり冗談を混ぜるなど、人生を楽しまれている姿がとても魅力的なご夫妻でした。今回はリフォームの取材でしたが、Nさんご夫妻に『家と共に暮らしを楽しむ』という生き方のヒントも一緒に教えていただいたような気がします。



持ち手の補強に余ったデニム生地を縫いつけたご主人様お手製のトートバック。



鎧箱をコーヒーテーブル代わりに！古い物がお好きなご夫婦ならではの、センスの良さが光ります！



ご夫妻が大好きなお庭に続く竹のカーテンが立派な外観。こだわって選んだ外壁の色は古き良き日本の姿をイメージさせます。

## リフォーム担当



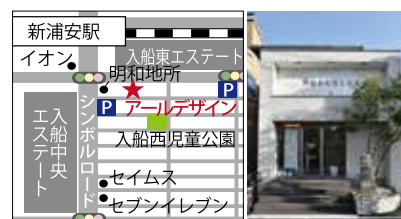
一級建築施工管理技士  
田中 利幸

建築業界で27年、ゼネコン現場で培った技術を活かし、様々なライフステージのお手伝いをさせていただきます。「将来の子ども達の為に持続可能な社会を創る」ことが夢です。

介護保険住宅改修もご相談ください！

リフォーム・新築  
株式会社アールデザイン R\*DESIGN  
☎ 047-380-8819

住 浦安市入船 4-1-6  
営 9:00 ~ 18:00  
休 無休（年末年始等を除く）  
駐 近隣にコインP有り





豊かな第二の人生をおくるためのレシピ

これからの人生を、もっと豊かなものにするために…。  
誰もが安心して暮らせる第二の人生へのレシピを、ご紹介します。

「明治神宮の杜」と「本多静六の蓄財法」  
（日本人の知恵の痕跡を知ろう！）



1. 「明治神宮の杜」は、武蔵野の自然林か？日本人が創った人工の杜か？

明治神宮の杜は武蔵野の雑木林ではありません！1920年（大正9年）に明治天皇を祀る神社を囲む杜として全国の国民から集った10万本の献木と、11万人の若者の造成ボランティア等多数の民間の人々の尽力で創られた、2020年で丁度100年になる人工の杜なのです。

そしてこの杜を監修したのが東大農学部の本多静六教授なのです。本多静六は神宮の杜を創る時、全国津々浦々から献木された10万本の木の特性を活かして、日向には大きくなる針葉樹を、その下には日陰を好む木を配し、まず松や檜等の針葉樹が繁茂し、いずれクヌギやケヤキや楠等の広葉樹が生い茂る杜になることを見越して、120年先に自然林になるように木々を配置しました。その結果「今まで1本の木も抜かずに」100年になろうとする現在でも既に「想定通りに誰もが武蔵野の自然林と思える杜」となっています。現今の不動産・建築業者が造成した宅地やマンションの庭に植えた木々が、如何に売る時の見栄えを良くする為とは言え、年月を経ると木々が大きく繁茂し過ぎて間伐しないとどうにもならない状態になると比較した時、

| 鎮座百年記念事業予算総括表（収入の部） |           |                     |
|---------------------|-----------|---------------------|
| 科目                  | 予算額（千円）   | 摘 要                 |
| 1. 奉賛金              | 2,500,000 |                     |
| 一般奉賛募金              | 1,500,000 | 崇敬会会員、参拝者、崇敬者よりの奉賛金 |
| 産業経済界奉賛金            | 1,000,000 | 法人会社よりの奉賛金          |
| 2. 神宮資金             | 6,956,000 | 明治神宮の自己資金           |
| 3. 国庫補助金（宝物殿修理）     | 366,000   | 宝物殿修理に対する補助金        |
| 合計                  | 9,822,000 |                     |

| 鎮座百年記念事業予算総括表（支出の部） |           |                          |
|---------------------|-----------|--------------------------|
| 科目                  | 予算額（千円）   | 摘 要                      |
| 1. 宮繕事業関係費          | 7,812,100 |                          |
|                     | 3,816,600 | 御社殿群修復等 境内施設整備工事費        |
|                     | 2,290,000 | 宝物展示新施設「明治神宮ミュージアム」建設工事費 |
|                     | 310,800   | 鳥居建替え工事費                 |
|                     | 895,700   | 付帯施設改修工事費                |
|                     | 499,000   | 宝物殿保存修復工事（国庫補助事業）        |
| 2. 文化事業関係費          | 1,186,200 |                          |
|                     | 986,200   | 記念催事・出版等事業費              |
|                     | 100,000   | 御神宝類新調・修繕費               |
|                     | 100,000   | 第二次境内総合調査費               |
| 3. 奉賛事業関係費          | 823,700   | 募金諸経費・事務所費・予備費           |
| 合計                  | 9,822,000 |                          |

● ご奉賛に対する待遇

| 奉賛額  | 5千円以上 | 1万円以上 | 3万円以上 | 5万円以上 | 10万円以上 | 30万円以上            | 50万円以上 | 100万円以上                 | 300万円以上 | 500万円以上 | 1,000万円以上 |
|------|-------|-------|-------|-------|--------|-------------------|--------|-------------------------|---------|---------|-----------|
| 記念品  | 記念品贈呈 |       |       |       |        |                   |        |                         | 特別記念品贈呈 |         |           |
| 記念式典 |       |       |       |       |        | 招 待               |        |                         |         |         |           |
| 感謝状  |       |       |       | 感謝状   |        | 特別感謝状             |        | 特別表彰牌<br>小   中   大   特大 |         |         |           |
| 芳名掲載 |       |       |       |       |        | 「代々木」誌に芳名を掲載いたします |        |                         |         |         |           |
| 芳名掲出 |       |       |       |       |        | 境内に芳名を掲載いたします     |        |                         |         |         |           |

＊「明治神宮鎮座百年記念事 奉賛金趣意書より引用」



コラム執筆  
株式会社明和地所 取締役会長

今泉 浩一 Kouichi Imaizumi

早稲田大学法学部卒業。79年、有限会社明和地所を創立し代表取締役社長となる。近年は「不動産賃貸経営セミナー」などの講師を行い、不動産関連の本を多数執筆。06年には、浦安市内4年連続不動産売買シェア NO.1となる。07年、株式会社明和地所取締役会長に就任。執筆・・・「息子への手紙」「社員への手紙」「社員成功塾」「豊かに生きる為の賃貸経営」「不動産でお金持ちになり、幸せになる！」「豊かな老後を過ごし、子供たちが相続で争わない為に！」「日本一学（浦安編）・共著」その他多数。/資格・・・相続アドバイザー協議会認定の上級相続アドバイザー・宅建物取引士・ファイナンシャルプランナー2級・損害保険代理業普通資格・危険物取扱資格者・株式会社明和地所創業以来の不動産経験、現在は会長職。



本多静六監修の神宮の杜の計画性の素晴らしさと凄さが分かります。そして丁度今、2020年で明治神宮100年行事として修復作業の計画がありますので、この神宮の杜を監修した本多静六が考案した蓄財法「1/4天引き貯金法」で豊かな人生を築けた私ですので100万円の寄付をしようと思っています。

## 2. 本多静六が考案した蓄財法「1/4天引き貯金法」について

### (1) 本多静六の略歴

11歳で父を亡くした本多静六は苦学して東京山林学校に入学し、第一期の試験に落第したことを悲観して古井戸に身を投げたが死にきれず、思い直して決死的勉強の末、好成績で銀時計を賞与されました。これで「落第したほど愚鈍な生まれつきでも、努力次第では何事にも成功するものだ」という自信を得て、働学併進で苦学することが趣味となり、25歳で日本とドイツの両大学を卒業し東京帝大の農学部助教教授になったそうです。この時本多は考えました。妻や義母の他に転げ込んできた寄宿生を入れた9人を抱えて、「58円の給料だけではいつ

まで経っても貧乏生活から抜け出せない。まず貧乏をこちらから進んでやっつけなければならぬ」と。そこで決断して実行したのが本多式「1/4天引き貯金法」だったのです。「苦しい、苦しいで普通の暮らしを続けていては、金輪際余裕の出てくるはずがない!」「収入の1/4を天引き貯金してしまえば、その余りの3/4で一層苦しい生活を覚悟の上で押し通すことである!」と。これは大いなる決心と勇気が必要であり、妻を説得して実行したのですが、この1ヶ月14円50銭の天引き貯金が、後に数百円の資産(現在の価値で言えば、40歳の時に40億円、60歳の定年の時100億円)の資産を積むことになったのです。そして「人生即努力、努力則幸福」の下、働学併進の簡素生活が続け、370冊の著作を残していますし、日比谷公園、国立公園、水源林、街路樹、鉄道防雪林等の設計改良に当たり、関東大震災後の復興院参与、都市計画委員等でも尽力してきました。更に凄いくことに、本多静六はこの100億の資産(主に山林)のほぼ全額を匿名で埼玉県に育英資金として提供し、退職後は晴耕雨読の生活を過ごし、尋ね来た人の人生相談に生涯を捧げて、1952年1月

85歳で生涯を終えたのです。本多静六が監修した今も生い茂る神宮の杜を見る度に、120年先を見越した神宮の杜植林計画を考案監修した本多静六だからこそ、人生100年を見越した「1/4天引き貯金法」が私には益々輝いて見えるわけです。

### (2) 「1/4天引き貯金法」

(誰にでもできるが、誰もがやらないお金を貯める法則)

お金は貯めようと思ってもなかなか貯まるものではありません。どうしたら貯金できるでしょうか？その為の法則があります。

1/4天引き貯金＝通常収入×1/4＋臨時収入×10/10  
月給その他の月々決まった収入は1/4を、副業その他の臨時収入は全部を貯金に繰り込む。こうして次の年度に入ってくる貯金利子は、通常収入とみなしてその1/4を貯金に廻す、という方法です。これを実行できるかどうかが大問題です。「今でもギリギリの苦しさなのに、これ以上できない」「子供達が可哀相」「世間体が悪い」「今までのお付き合いは落とせない」「そこまで無理する必要もない」等いろいろあるでしょう。しかしそこを我慢して

すのは難しい。最初から決めてかかるのが一番楽で一番効果的です。この本多式「1/4天引き貯金法」を始めることに能力は関係ありません。ただ「収入の1/4」を「生活費から切り離して貯め続け、増やし続ける決心をすればいい」だけです。それでも「お金持ちへの階段」を上り始めることができるのです。

## 3. 貯金から投資へ

① 財産を作ることの根幹はやはり勤儉貯蓄です。これなしにはどんなに小さくとも財産と名の付くものは造れない、その貯金がある程度の額に達したら、他の有利な事業に投資するのがいいと思います。

※ 例えば、初任給20万円で給料は徐々に上がる、金利は1%と仮定して、「1/4天引き貯金」をやり続けると、以下の貯金ができる計算になります。



3年後には、 $5万 \times 12月 \times 3年 \times 1.01$  (金利1%) = 約181万  
10年後には  $(181.8万 + 7万 \times 12月 \times 5年) \times 1.01$  = 約607万  
20年後には  $(607.8万 + 10万 \times 12月 \times 10年) \times 1.01$  = 約1,825万  
30年後には  $(1,825.9万 + 15万 \times 12月 \times 10年) \times 1.01$  = 約3,662万  
40年後には  $(3,662万 + 15万 \times 12月 \times 10年) \times 1.01$  = 約5,516万



※ 更に、23歳から40年間、5万円又は10万円の「天引き貯金」を続けるだけで左記の金額になる。(金利が1%、5%、7%の場合を想定) 目標は利回り7%!

5万×12月×40年×0.01 (年利1%複利) = 2,951万円  
10万×12月×40年×0.01 (年利1%複利) = 5,903万円  
5万×12月×40年×0.05 (年利5%複利) = 7,661万円  
10万×12月×40年×0.05 (年利5%複利) = 15,323万円  
5万×12月×40年×0.07 (年利7%複利) = 13,200万円  
10万×12月×40年×0.07 (年利7%複利) = 26,401万円

継続は力なり!

※ ただ、現在の貯金の利子は国債でも1%と低いし、1%以下の貯金を貯金のままにしておいては知れたものです。

実行するしか方法はありません。この計画は、あくまでしっかりした理性の上に成り立ちます。気の毒だとか、可哀相だとかは、単に一時的なつまらぬ感情の問題です。この際この感情に負けないで、1/4天引き貯金法を続ければ、3年目にはこれこれ、5年目にはこれこれになるように、今の苦しさは苦しいのを逃れるための苦しさだから、暫く我慢してくれと家族を説得するしかないでしょう。このやり方は、無理のようでは無い。給料を40万円もらったら、30万円しか貰わなかったとして10万円は貯金すればいい。給料は頑張っていれば少しずつは増えるし、増えるように精を出さねばいけません。2年も辛抱すれば、月給は上がるし、利子も入ってくるので、月給と利子との共稼ぎになり、天引き生活はいよいよ楽に続けられるようになります。考えてみれば給料が30万円の人はいっぱい居るので、今までの生活から出発点を1段下げた所から始めるとさえ決めればいいのです。ことにこの考え方は経済生活が行き詰った人の打開策にも応用できる方法です。ほんの最初の1回を1/4の生活の引き下げを断行するただそれだけで済むのです。何事も途中でやり直

そこで、5%以上7%位の高利回りの投資法を考えなければなりません。② まず「本多式株式投資の法」を見てみます。

株式は比較的小額で可能である上に、その所有と管理が簡単であり、利回りが銀行金利よりはるかに優位だからです。「でも株式は儲かる人もあるし、損する人も多いので難しい」「ハイリスク・ハイリターンだから株式投資には法則を持つ必要である」と言うのです。

③ 本多静六の株式投資の法則が「二割利食い、十割益出し半分手放しの法」です。

ある株を買おうとした場合、何時もその全部の買い受け金を用意して、先物買いします。その取引期限が来る前に思いがけない値上がりをした場合は、買値の二割益できつぱりと利食い売りをしてしまい、それ以上は決して求めず、その二割の益金を元本に加えて銀行定期に戻すことです。これが「二割利食いの法」です。

次に、買ってしまっただけの株が長い年月の間に二倍以上に値上がりすることがあり、この時は手持ちの半分を必ず売り放ちます。つまり投資の元金は貯金に戻しておく、従って残った株は全く



タダという事になります。タダの株ならその後どんなに値下がりしても損することは絶対に無いので。こうして持ち続けた株が20倍・30倍と大化けして驚くほどの財産になるのです。これが「十割益出し半分手放しの法」です。

「二割利食い、十割益出し半分手放しの法」で大事なことは、この法則を守り、確実に利益を上げ、その元金と利益の1/4を「1/4貯金」に戻すことです。株で儲かるのは、あくまで貯金を殖やす為であり株式投資にのめり込む為ではありません。株式投資にのめり込むとほとんどの人が自分の本業を忘れて株式投資が本業になり、調子に乗りすぎて大きく損することが多いのからです。

④ 株式投資で大きく利益を出す為には、何時も景気の循環を静かに洞察し「好景気の時代には勤儉貯蓄を、不景気の時代に思い切った投資を時機を逸せずに行うこと」です。バブル崩壊や震災で日本中が傷ついているような時に、大きく値下がりしている将来性のある企業に投資することは株式投資のチャンスかもしれません。

⑤ ここで述べてきたことをもう一度思い出していただければ分かります

不動産に三分割して持つことは原則です。本多静六の時代と違い今では山林では稼げませんので、今面白いのは、安くなっている不動産であり、中でも特に面白いのは賃料を産み出す賃貸マンション・賃貸ビル等の収益物件です。バブル崩壊後、収益物件の焦げ付きが一番大きく、銀行の不良資産になってしまい、アメリカ企業に年間利回り15%くらいで買ってもらったくらいです。バブル期には年間利回り3%で飛ぶ様に売れたので、それらはほとんどが不良資産化したわけです。そして今は、ワンルームマンションだと利回り7%〜8%以上、2DK以上の賃貸マンションでも6%〜7%の利回りで買えます。昔からお金持ちの老後の生活は借家を持つことだったことから判るように、賃貸物件は購入時に大きなお金が出ますが、その後は管理さえしっかりした会社に頼めば、貸主はほとんど何もしないでお金が入ってくる仕事なのです。今時、必死で頑張っても7%の純益の上がる仕事はなかなかありません。物件の買い方は、古くて汚い中古物件は安く買えるので、それをリフォームと掃除で磨き上げて、何とか使えるものに仕上げて、人に貸せば、利回りが7%〜8%になります。

が「普通の人間が蓄財する為に大事ななのは株で儲かることではなく、株から益を出して手持ちの貯金（お金）を確実に増やし続けること」が基本なのです。ちなみに、株式投資で年間利益が平均して7%を超えることが目標です。1/4貯金で月10万円の貯金を40年続けられ、年間5%の金利で複利計算して10万×7%×480月＝2億6401万2480円になります。しかし、今は、グローバル経済となつて、企業の先行きを見抜くことが難しい時代となりましたので、株式投資で年間平均利回りが5%を切るようなら「株式投資の才がないと諦める」のが賢明です。

⑥ 「子供には何を残すべきか」わが子が可愛ければ可愛いほど、しつかり独りで世の中に立っていけるように、分相応な教育を施し、事業とか、仕事とか、または学問、技芸の習得で食っていけるように心配してやるべきで、従来のような古い考えで、金を残すとか、財産をくれてやるとか、そんなことばかり考えてはいけません。これからは金や財産は、子孫にとってむしろマイナスでしかありません。お金はどうしても「自分で作った努力の結晶で無ければ意味が無い」と。

（拙著「年収1億を達成したおばちゃんの話」「本業に励み、副業の不動産投資でお金持ちになる」参照）

世界第3位の経済大国の日本で、今純資産として「1億円以上のお金を持っている人は約130万人超」しか居ません！残念ながら、「如何に日本人はお金の貯め方と増やし方を知らないか」ということです。そこで、「1/4天引き貯金法」による、お金の貯め方と増やし方を世の中に広めて「500万人位の人を『お金持ち』にできたらいいな」というのが今の私の望みです。（詳しくは、拙著「副業の不動産投資でお金持ちになり、幸せになる」参照）（<http://www.meiwajisho.co.jp/>で会長ブログをご覧ください。）

＊「副業の不動産投資でお金持ちになり、幸せになる！」無料セミナーと会長個別相談を毎月第3日曜日、9時30分〜12時（株）明和地所・管理センター2Fのセミナー室にて開催していますので、関心のある方はどうぞご参加下さい。と一緒に豊かになりましょう！

セミナーの申込先  
TEL 047-316-8872  
2018年 5月 13日 記

⑦ 貯まったお金の使い方「1/4使用法」

1/4天引き貯金法の著者である本多静六は東大農学部教授でしたが、25歳で1/4貯金法を始め、40歳の時すでに20億円の資産が、60歳ではなんと100億円の資産であったが、60歳の時定年退職と同時に1億5千万円くらいの生活費を残して、この全てを埼玉県の育英資金として寄付してしまった人です。この人が言います。「1/4天引き貯金法を続けたら、普通の人がお金を貯められる。そしてその最初の芯を作ったら、後は雪だるまのように、独りでに面白い様に大きくなる。そしてその内お金を使い切れなくなるので、その使い方も工夫し」と。

自分の確実に得られる年収を4分割し、「1つは貯金に」「1つは生活費に」「1つは自分をさらに磨く交際費に」「最後の1つは人を成功させる手助けに」使うことにした、と言うのである。微力

な者に力を貸してやり、有意義な仕事に資金を出してやることは成功者の責務である、と言うのです。なんと素晴らしい生き方ではありませんか。以上のように、本多静六の教えは、平凡で、誰にでもできる「お金と人生の法則」であり、広く日本中に広げる必要のある教えです。（本多静六著「私の財産告白」実業之日本社刊 参照）

4. もっと確実な安定投資として不動産投資（ここからは私見）

昔からお金ができたら、現金と株と



「ヘアーメイク&フォトスタジオ」

Hair and makeup Photo studio  
**Best Scene**  
TEL : 047-307-9888

【JR 新浦安駅徒歩3分】

- 浦安市美浜 1-9-2 パシフィックマークス新浦安 2F
- 営業時間 9時～17時
- 年中無休（夏季休暇・年末年始を除く）

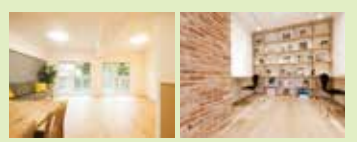
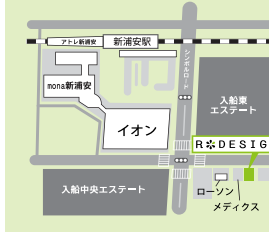


健康で快適に暮らせる住まいの為に。

【新築・リフォーム・リノベーション】

株式会社アールデザイン  
**R \* DESIGN**  
☎ **047-380-8819**  
【JR新浦安駅から徒歩4分】浦安市入船 4-1-6

- 営業時間 9:00～18:00
- 駐車場 有り
- 年中無休（お盆・年末年始等を除く）



老後の住まい、不動産相続の対策なら…

創業30余年、浦安一筋、上級相続アドバイザー在籍の

**株式会社 明和地所**

お気軽にご相談ください。

【JR 新浦安駅から徒歩4分】  
**浦安市入船 4-1-1**  
(入船4丁目交差点、医療ビル1F)



■新浦安本店 営業時間 9:00～18:30 水曜日定休

 **0120-948-662**  
携帯電話・PHSからもご利用になれます。

自宅を売りたいが引越しをしたくない…そんな声から誕生した新サービス

いずれ老人ホームに入る  
ので、資金を  
用意したい。

老後

財産分与で  
売却しなければならないが、  
子どもの学区などを考え  
引越さなくても良い方法はないか。

離婚



相続

持ち家があるが、  
子どもが3人いるので、  
現金で贈与したい。

開業資金として自宅を売却し  
現金を得たいが、  
そのまま住み続けたい。

開業

解決

秘密厳守・無料相談・無料査定

# 自宅を売却して現金化

そのまま安心して賃貸で住み続けられる売却制度

明和地所から新サービスとして誕生いたしました。

例) 新浦安駅徒歩 13 分、66 m<sup>2</sup>、築 37 年のマンションの場合

2,500 万円の現金を確保できます。

※2015 年平均売却価格より仲介手数料を差し引いた金額 / ご売却と同時に賃貸借契約となります / 賃貸借契約に諸条件があります

お部屋が片付かなくても  
OK

そのまま住めるので  
引越し不要

ご近所にも内緒で  
売却できます

売買・賃貸不動産取扱い件数 年間約 1102 件の実績!  
浦安・行徳の不動産のことならお任せください。  
(2017 年実績)

株式会社 明和地所 ☎047-380-8888

お問い合わせフリーダイヤル 0120-948-659

新浦安本店：千葉県浦安市入船 4-1-1 (営業時間9時半～18時半・水曜定休)

千葉県知事 (11)5998 号 (公社) 全国宅地建物取引業保証協会会員 (社) 千葉県宅地建物取引業協会会員 (公社) 首都圏不動産公正取引協議会加盟

明和地所 浦安 検索



株式会社明和地所 取締役会長 今泉浩一による

## 不動産経済セミナー開催

参加  
無料

『これから』のことを  
考える機会にも・・・

副業の不動産投資で  
「お金持ち」になり  
幸せになる



セミナー参加者全員へ

セミナー関連本!!  
今泉浩一著書籍プレゼント!



### 副業の不動産投資で豊かで幸せになるセミナー

開催日が変更となりました 6月17日(日)・7月15日(日)

時間:9時半～12時(受付9時15分～)

【セミナー内容】①一億円～三億円のお金が貯まる、お金の貯め方 ②72の法則:72÷利回り7.2%=投資額が10年で倍になるという法則 ③利回りが7.2%以上になる投資はあるか? ④不動産動向の解説 ⑤具体的な不動産物件の紹介 ⑥豊かな老後と争わない相続

※個別相談も承っております。予約時にお問い合わせください

お申し込み・お問い合わせ 《定員 20 名の無料セミナーです》

ご予約ください。

Tel 047-316-8872

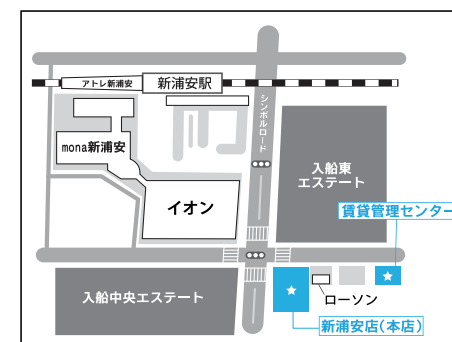
株式会社明和地所 賃貸管理センター (受付時間 9:30～18:30 毎週水曜日定休)

ホームページからのご予約も可能です。

明和地所 浦安 検索 www.meiwajisho.co.jp

【セミナー会場】 新浦安駅から徒歩 5 分  
浦安市入船 4-1-9 明和地所賃貸管理センター 2 F セミナー室

※駐車場はございません。公共の交通機関をご利用ください





介護付有料老人ホーム  
[入居時自立]

# 浦安エデンの園

お散歩がてらに「ふらっと」見学！

参加無料  
予約不要

## ふらっと見学会 6月10日(日)開催

開催時間 10:00 ~ 16:00

### 園内見学(約45分)

①10時～ ②11時～ ③13時～

浦安エデンの園は「お元気なうちに自分で決める終のすみか」です。マンション型のお部屋と様々な共用施設をご覧ください「高齢者の住まい」に必要な機能を、ご家族と一緒に、またご自身で、考えてみませんか。



スタッフ皆で  
お待ちしております！



### 当日開催の楽しいイベントをお忘れなく！！

「介護のよろず相談室」  
介護についてご相談承ります！

10:00 ~ 15:00

訪問介護ステーション浦安による  
「まちの保健室」

血圧測定、病気やからだについて  
何でもご相談ください。

10:00 ~ 15:00



「ミニセミナー」  
エデンの園で受けられる  
サービスを知ろう！

14:00 ~ 15:00

看護・介護・食事・体操など…  
浦安エデンの園専門職員が  
それぞれお話をさせていただきます。



「見て楽しい♪買って嬉しい♪」/  
出張販売会開催します！

11:00 ~ 14:00

市川レンコンの会

厳選素材にまごころを込めて…。愛情たっぷりに  
手作りされたケーキやクッキー、ジャムを販売します。



11:00 ~ 15:00

J A 静岡経済連

[美味しい新茶の試飲 + ホットケーキ試食コーナー]  
色・香・旨味のそろった美味しいお茶をお届けします。



※写真はイメージです

見学についての  
お問い合わせはこちら

0120-766-165

受付時間 9:00 ~ 17:00(土日祝を除く)

www.seirei.or.jp/eden/urayasu/

浦安エデンの園

検索

住所：浦安市日の出1丁目2-1

[新浦安駅南口より] 東京ベイシティバスC乗り場  
「日の出東行き(16・17系統)」乗車約5分、「明海大学  
前」バス停降車・徒歩1分 / おさんぽバス じゅんかい  
線「日の出保育園入口」バス停降車・徒歩1分



事業主体：社会福祉法人 聖隷福祉事業団



当日は入居申込の受付、及びセールス等は行っておりませんので、お気軽にご参加ください。