



滋賀県守山市  
湖岸緑地木浜

## まっくす通心

2021 / 2

No. 2

あずま ゆうき  
**東 勇紀**

〒520-0248  
滋賀県大津市仰木の里東7丁目21-7



滋賀県大津市  
おごと温泉駅前 / 足湯



**今月のお仕事紹介コーナーは  
滋賀県大津市の  
体質改善整体サロン「ことれ」  
の秋山さん！！**

本の紹介：思考は現実化する～ナポレオン・ヒル～

知ってほしいお金の情報コーナー：  
単利と複利について

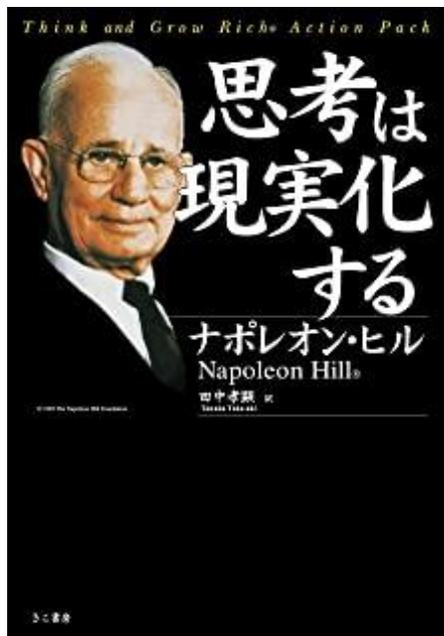
## 今月のごあいさつ

こんにちはいつも有難うございます。  
足湯に使ってほっこりしている東 勇紀です。  
これは地元の人には知っている、おごと温泉駅前に足湯ができる場所があります（無料）  
私の自宅の最寄駅はここですので、疲れた時やバスを待っている時（笑）などにも時間があればつかっています。足を温めると疲れとれますよね～  
なんて贅沢なところに住めたんだあ～ってことでこんな顔してます。



## 今月の一冊

アマゾンサイト



今月の本はこれ！知ってる人も多いと思いますが、初版はもう2005年にだされたものです。これ約600ページあります一気に読んでしまった～6時間くらいかかったかなあ（笑）でも万人に共通すること書いてるんですよ。願望は実現するんです！！強く、リアルにイメージするんですよ。その為にはまずはすぐに行動することが大切なんですよね～ってことが書かれています。準備はどうしよう？とかそんな知識ないよ。。とか関係ないんですよ、もう実現したい願望をもつことが叶いかけてること！武器はもう既にあなたが持っています。皆がそれぞれ武器・特徴をもっています。今の時代情報はそこら辺に溢れてるので、あとは知識をどうやって使うか？だけです（^^♪  
ここには書ききれない前向きな言葉やひらめきがいっぱい書いてあります。決して根性論ではない、強く願望して、楽しく行動していける！  
そんな本です☆ぜひよんでくださ～い

**おごと温泉の由来**  
おごと温泉は、天台宗の開祖・最澄（伝教大師：767～822）が開湯した霊泉と言われています。  
また、温泉の由来として、「首鹿の近く、八つの頭を持つ大蛇が住む谷のそばにある念仏池から地下水が絶え間なく湧き出し、飲めば病気が治り、浴すれば外傷に効いた。また、念仏してさい銭を投げ入れれば泡が出て願いを叶えた」という伝説が残っています。

**六角足湯の由来**  
この六角足湯は、比叡山延暦寺の門前町・坂本にある早尾地蔵の建物を模して作ったものです。  
比叡山麓、坂本の地で、最澄は六地蔵を刻んで安置したと伝えられており、それが現在、日吉大社参道の上にある早尾地蔵です。六体を一緒に安置していたためか、この建物は六角堂（左下写真）という形になっています。その後、円仁（感覚大師：794～864）の時代に、この六地蔵を坂本やその周辺に分散してまつようになりました。その一体が「首鹿地蔵」で、かつて雄琴温泉の源泉近くに安置されていましたが、現在は法光寺境内に祀られています。  
六地蔵は、六道（地獄・鬼・畜生・修羅・人・天）で人々に救いの手を差し伸べる菩薩。最澄は、全ての人々が救われることを願ってこの尊像を刻んだのでしょうか。地蔵の題字は、早尾地蔵のある求法寺住職・武 覚超僧正によります。

**ご利用時間**  
午前10時から午後5時まで  
休業日 点検日等、年末年始

**ご利用の注意**  
・清潔にご利用ください。  
・飲用ではありません。  
・長時間のご利用はお控えください。

平成20年3月

**東 勇紀** (あずま ゆうき)

携帯電話 090-6908-1769

メールアドレス [azumaazuma0520@gmail.com](mailto:azumaazuma0520@gmail.com)

住所 滋賀県大津市仰木の里東7丁目21-7

「まっくす通心」は東に関わりのある方や、ご縁のあった方に不定期でお送り

、またはお渡ししています。送付を希望されない方は、その旨お申し出ください。

感想をいただくと  
すごく嬉しいです！！



滋賀読書会



LINE



Facebook

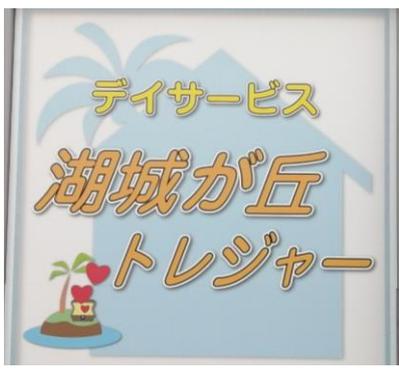
☆お仕事紹介コーナー

あずまっくすがお世話になっている方やご縁のあった方のお仕事をインタビューさせていただき紹介コーナーです。



今回インタビューさせていただくのは、

体質改善整体サロン『ここれ』の秋山さんです。滋賀県大津市のJR膳所駅から徒歩5分のところにあります、



こちらの施設内で現在されてます。島でも遊園地でもありません(笑)秋山さんは共通の友人を通じて通いだしたのが始まり。ドシッとした体格の良いのが秋山さん。

最初はおそろおそろ大丈夫かな？なんて感じでうけてみました。当時は腰が痛く、歩行にも支障が出ていました。しっかりヒアリングしてもらい体を触ることで、多くを伝えなくても原因や習慣を見抜いてしまいました(驚)そんな笑うと可愛い秋山さんにインタビュー！！

あずまっくす：今日は宜しくお願ひします。まずはどういったお仕事をされていますか？

秋山さん：体質改善の整体サロンをしています。体を根本から治していく、表面的で一時的なものではなく中身から治していきます。痛みにくい体づくりを目指しています。中から変えていかないと痛みは戻ります。頻繁に行かなくてもいい様にする。月一回とか。単なる痛いところをマッサージしてしまうのは余計に悪化させたり、もみほぐしの原因になります。

あずまっくす：整体屋さんを選ぶ基準は難しくないですか？何かポイントはありますか？

秋山さん：マッサージや整体は免許が必要ありません。選び方を間違えないように、まずは話を聞いてくれるところが大切。どういう症状が出ている、どこが痛い、どんな仕事をしているかなどヒアリングを大切にします。だいたいは痛いところに痛みはないんです。

あずまっくす：なぜこの仕事をしようと思ったのですか？

秋山さん：自分がヘルニアを患った時に腰が痛くて・・・仕事ができないこともあった。当時は仕事をしながらリハビリに通ったこともあったが、整体やマッサージにも通ったが悪くなる一方。。自分で治す方が早いと思った。それから自分で勉強を始めた。勉強をしていくうちに必要のないところに行く人を減らしたいと、思ったのもきっかけ。それから自分の妻が体が痛いと言っていたのも治してあげたいと思った。本業は作業療法士で訪問の仕事をしているが、病気や脳卒中、ケガをした人が家でリハビリをする人に対して、この仕事は健康を考えることが重要視されるので、おさえるべきポイントやベクトルが違う。80、90歳の方をみてこうならない為にはどうすれば良いのだろうか？と考える勉強をしたのも大きかった。



サービスメニュー  
①痛み根本改善コース 1回45~60分 6,000円  
11回 60,000円

②リラクゼーションケアコース  
機械のみ 45分 4,000円  
30分 3,000円

③体質改善ダイエットメニュー  
寝ているだけでトータル -10cm以上！  
3か月24回 200,000円+15,000円相当のサプリメントを1本プレゼント

3か月12回100,000円  
3か月 8回 70,000円  
単発 1回 10,000円

④脳卒中改善コース  
12回 120,000円

**あずまっくす**：このお腹に挟んで置いている機械と足に取り付けている機械について教えてください。



**秋山さん**：足に取り付けている長靴みたいなものをメドマーといいます。これはメドマーよりいいもので、空気を波動で送って体の血流をよくするもの。15分するだけ1万歩の歩行したことになります。血流が流れることによって筋肉も収縮するし、やわらかくなる、且つ代謝もよくなる。実はダイエットにもなります。痛みの物質を流すのにも使える。それができるのはこの機械だけになります。お客様からは足が細くなった、軽くなったとの感想をいただき長く通っていただいています。女性の利用者も多いです。

**あずまっくす**：僕もこの足の機械をつけて体験させていただきましたけど、程よい強さで圧縮を繰り返してくれるんですね、暖かくもなりましたし、何より軽くなりました！

**秋山さん**：それからお腹の機械は電気で体を温めています。高周波70,000Hzの振動が1秒間に70,000回と流れています。電気は体感では感じませんが、手と手が触れると体内に電気がたまっていますので、バチッと静電気がきたときみたいに痛いんです（笑）  
特徴は表面を温めるだけではなく体内・内臓から温めてくれます。そして体温があがります。体温があがると代謝がよくなります。人間の体は体温、血流、腸をよくすると良いのですが、メリットは体温が1%あがるだけで代謝が13%向上し、普段の生活でもエネルギー消費が多くなり痩せやすくなる。体温が低いと内臓系の活動や免疫が弱くなり病気になりやすい。健康な体を維持するためには必要なんですね。

腸内環境が悪いと病気にすぐなりやすい。ガンや皮膚病などの万病の元と言われています。

**あずまっくす**：サプリの選定・提供もされているんですよね？

**秋山さん**：はい、普通の乳酸菌では体内に居る悪玉菌に負けてしまいます、または腸まで届かないため、特許を取った乳酸菌生産物質というサプリーで乳酸菌を強くし、腸内環境を良くすることで痩せやすくさらに病気になりにくくなる、現状最先端のバイオジェニクスという考え方を体現しています。

これらの機械が基本的には全て対応してくれます。普通では市販されていない機械です。有名な選手でいうとプロ野球の大谷 翔平選手も使用されています。

秋山さんはこの機械と手を使って徹底的に内面から整体をしていくのがコンセプトとされています。機械が届かないところを手でサポートしてあげる。

人にもよりますが初回45分寝てるだけでお腹・お尻・脚を含めて-10cm~-20cm痩せた方もいました。



その方のやる気次第で写真のような方もいました。

【半年間頑張られました】  
ダイエットメニューもあります。

**あずまっくす**：ちょっと体が重たいな、変だなと思ったら秋山さんへ！こんな情報もたくさん教えてくれる（笑）

もちろん質問した人だけ（笑）リラックスしたい人、治療に専念したい人も一度体験してみたいかがでしょうか？

本日インタビューさせていただきました  
体質改善整体サロン『ことれ』の秋山さんはこちら！！



秋山 孝文（あきやま たかふみ）  
作業療法士/脳卒中専門セラピスト  
体質改善整体師  
趣味/愛犬と過ごす。野球、アニメが好き。

住所  
滋賀県大津市湖城が丘1-16  
デイサービス施設内

**電話番号：080-5339-2887**

営業時間  
火・水) 18:30～21:30  
金) 18:30～22:00  
土) 9:00～12:00・15:00～22:00  
日) 9:00～22:00

**休み 不定休  
完全予約制**



OT\_TAKAFUMI  
インスタ 個人用



LINE 個人



KOTORE.SEITAIN

インスタ  
整体院用



Youtube  
治療家あきやまさん

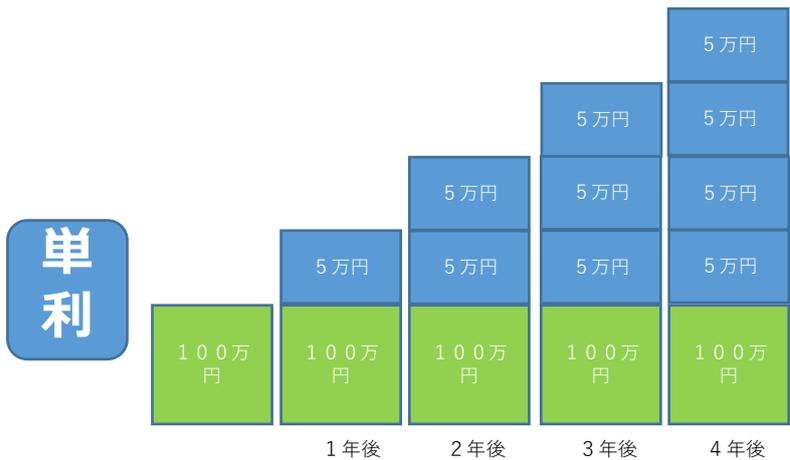


ホームページ

このコーナーはお金に無関心だった私が、皆に届けたい！知ってほしい！役に立ってほしいと願って企画しました。できる限りわかりやすく自分の言葉で伝えていきたいと思ひます。疑問点はお連絡ください。

**単利と複利って何？知っていると知らないでは大きな差に！理解して利用すると大きな力になります！**

前号では、将来見据えて投資を真剣に考えていきましょうよ！！っていう話だったんですけど、投資をする前にこれを理解しておいてほしいなというのがあります。利息の計算方法（付き方）は2つあります。単利と複利（5%）で計算した場合、単利とは例えば100万円を投資した場合、



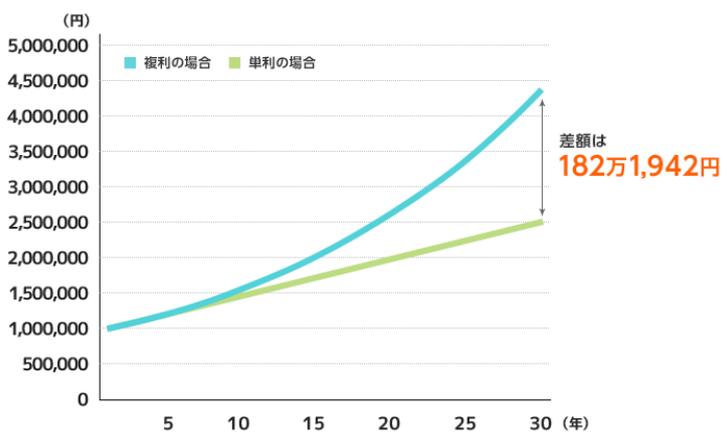
利息を元本に組み入れずに、元本に対し（ここでは100万円）に対して利息がつきます。



預金から得られた利息を元本に組み入れて利息がつきます。こうすることで元本が増えていきます。**複利効果**とは運用で得た収益や利息を再び投資することで利息が利息を生んでふくらんでいく効果のことを言ひます。時間をかける程、**お金自身が働いて増えていく**わけです。ここでたかが増えたの4年で1万1500円だけかよ！！と思ひませんでした？

ご自身の利息はいくらつきますか？・・・  
100万円を元に30年間運用した場合どうなるでしょう？（今回※税金及び金利の変化は考慮していません）

単利の場合と複利の場合の計算をよく見てみると、**単利の計算は、毎年5万円が増えていく足し算**ですが、**複利の計算は元本と利息を加えたものに掛け算**していきまひます。ですから、投資期間が長くなれば長くなるほど差が出てきます。お金の増え方についても単利の場合、元本の100万円が2倍になるのは20年後ですが、複利の場合は15年後と**5年も早く到達**してしまひます。さらに25年後には300万円、30年後には400万円を超えてきます。運用の期間が長ければ、



長いほど、この複利効果がより期待できることがおわかりいただけるでしょう。最後にお金が増える期間がわかる**「魔法の72の法則」**があります。複利の計算はむずかしそうだと感じる方に、複利で運用して**資産を倍にするために必要なおおよその年数**を計算するための法則があります。「72の法則」と呼ばれていまひます。計算式で表すと次のようになひます。

**【72の法則】 複利の場合**  
**72÷金利 = お金が2倍になる期間 (年)**

たとえば、100万円のお金を複利で運用した場合  
1%で運用した場合：72÷1=72 約72年必要  
3%で運用した場合：72÷3=24 約24年必要  
6%で運用した場合：72÷6=12 約12年必要  
8%で運用した場合：72÷8=9 約9年必要  
以上のようにお金が増える期間が求められます。運用のパフォーマンスが違えば、2倍になる年数に開きが出てくるのがおわかりになるでしょう。実はこの法則は応用も可能で、**ある期間で2倍にするのに必要な金利を計算**することもできます。例えば、20年で2倍にするにはいくらの金利で運用すべきかは、72÷20年=3.6%と出てきます。3.6%で運用すればいいとわかるわけですね。と計算できるんですね！ね！**楽しいでしょ！**（私だけ??笑）

身の周りのお金の流れ、もう一度見直してみまひょう  
「お金と水は流さないと腐る」っていいまひすからね～

毎日トイレはきれいにしまひます！  
今回は利息（金利）の付き方について書きました。少しでも将来に対して真剣に考えてほしいと思ひて始めていまひます。これから僕の勉強した知識が少しでも皆さんのお役に立ち、幸せになつてほしいと思ひていまひます。こんな事を教えてほしいと要望があれば、またそれについてもゆる～く情報発信していきたくと思ひまひます。



## 【東 勇紀（あずま ゆうき）の理念】

ご縁のある方がお金で苦労しない人生に。私の培った知識と情報を余すことなく伝え根拠ある安心をお届けすること。

「一家に一人の相談役」を目指す保険屋

それが私（あずまっくす）です！



## 「私の経験」

僕は過去にお金で苦労しました。幼少期の家庭には借金もありました。

そして家族はバラバラに。やりたいこともできず、両親も楽しくなさそう。

その様に周りの人がなあってほしくない、子どもにはやりたいことができるように居てほしいと思っています。当時を振り返ると相談したいけど、どうやって相談したら良いのかもわからないし、誰に相談すればいいのかもわからない。。そんな人もたくさんいたと思います。必要のない我慢なんてさせたくない。私のできる事は全力で家族のサポートをしていきます。お金で苦労したあずまっくすだからこそ、お金の教育セミナー（学生、主婦、老後向け）を開催したり、正しい生命保険の見直し方など個別相談を実施しています。

## 「生命保険の正しい見直し方」個別相談

こちらの本、生命保険の正しい見直し方は生命保険業界の第一人者である五十田三洞氏の著者です。会いにいきましたよ、関東まで。「知らないままだとホントにやばかった見直ししたら本当に2000万円得をした」という著者の営業、私もその様な家庭をたくさん見てきました。希望者にはこちらの本を無料で進呈しています。

生命保険の  
正しい  
見直し方

本当のプロが教える方法

サテファイブ  
ファイナンシャルプランナー®  
五十田 三洞

これが本当の  
プロの仕事

知らないままだと、  
ホントにヤバかった...

見直ししたら、  
本当に2,000万円  
得をした！

## サービスメニュー【お気軽にご相談ください】

- お金の教育セミナー（学生向け編・主婦向け編・老後向け編）
- 相続対策（相続は誰にでも関係ある、どこから考えたらいいの？編）
- まっくす通心お仕事紹介インタビュー
- うつ病にさせない為のアドバイザーとして無料カウンセリング
- 今後の家計無料診断！（1つずつ整理していきましょう編）
- まっくす通心書き方講座
- 元引越屋、一人では出来ない軽掃除、作業お手伝いします（1時間以内）
- 防犯設備相談
- 運ちゃん（トラックドライバー）の為の資産形成応援術  
(コツコツ貯めてボーナスをもらう方法とは?)
- びわ湖一周お酒めぐり旅🍷お供します！又はおススメ地酒お伝えします！

左耳難聴で年々聞こえにくくなって  
ますが、想いや悩みは聴けます。  
描いてもらいます、  
いっぱい教えてください  
それを解決するのが私、  
あずまっくすの仕事です



## 東 勇紀

(あずま ゆうき)

- 1987年5月20日生まれ  
(兎年 おうし座)
- 家族構成 4人家族  
(妻 43歳・長女 4歳・長男 2歳)
- ワンちゃん 3匹同居



- 血液型：B型
- 滋賀県大津市在住 (生まれは京都)

大型自動車免許/中型二輪免許  
電気工事士 2種免許  
整理収納アドバイザー 2級  
うつ病にさせないためのアドバイザー

## 学校

大原野保育園→京都市立新林小学校(小4まで)→久御山町立東角小学校(小4～)→久御山中学校→西城陽高校Ⅲ類(陸上部)→京都学園大学 法学部(現：京都先端科学技術大学)・二輪部所属(モトクロス)

## 職歴

父親の影響でトラックを運転するのが大好きだった、新卒入社では京都伏見の総合物流会社(株)五健堂へ入社。入社3年後、結婚を期に妻から営業してみたら?の一言で転職することに。なんとなく合同企業説明会へ参加したところ、防犯カメラを販売している珍しい会社があった為、興味を惹かれ転職。(株)ビデオセンシング(約7年在籍)のち33歳を前に自身の過去の経験を期にライフプランナーに転職。

## 好きなこと

- モトクロス  
(今年は乗りたい!)
- キャンプ
- ランニング
- 掃除
- 読書
- おしゃれな家の見学  
(将来のために)
- 旅行(国内・海外)
- 山登り
- お酒をのむこと  
日本酒・ビール・ワイン
- 滋賀読書会の開催(毎月1回土曜日)



## 苦手なこと

時間管理  
人前で話す事



LINE「友だち申請用」  
QRコードはこちら

## 好きな言葉

「盡己俟成」(じんきしせい)  
→目標が達成されるまで努力し続けること  
「ありがとう」

## 最近読んだ本

思考は現実化する ナポレオン・ヒル  
ファイトネス 大山 峻護  
営業の魔法 中村 信二  
仮想空間シフト 尾原 和啓/山口 周  
株で3億円稼いだサラリーマンが  
息子に教えた投資術 矢久 仁史

### 【お仕事紹介コーナーへの出演者募集!】

このコーナーへの出演をいつも募集しています。読者の皆さんはもちろんですが、皆さんの友人や知人の方の出演もOKです。今回コロナの影響で、何か自分にも発信できないかと思っています。「まっくす通心」への掲載はもちろんですが、出演者の方には広告用に活用できる冊子を無料で100部お渡ししています。ぜひ、ご活用くださいね～。最後までお読みいただき、ありがとうございます。