

正光寺通信

おりん

o r i n



本通信のご案内

- ・寺報の趣旨
- ・正光寺読物《内観念仏》
- ・行事案内
- ・御盆供養
- ・施餓鬼会
- ・写経会
- ・月例供養会
- ・行事の卒塔婆について
- ・施餓鬼会について
- ・盆供養について

-
- ・水子供養ということ
 - ・人形供養ということ
 - ・正光寺への相談は内観そのもの
 - ・御膳衆の活動
 - ・内観衆の活動
 - ・春彼岸会の報告
 - ・祈念会の報告
 - ・なぜ保育園を運営するのか
 - ・「しゅりる」と共に
 - ・新しい寺報づくり
 - ・職員 PICK UP 杉本

- ・ 正光寺保育園の花まつり
- ・ 内観く清掃活動く
- ・ 正光寺職員総会
- ・ お勧めの産物
- ・ 後見ということ
- ・ メールアドレス登録のお願い
- ・ 各種振込先
- ・ 「内観のひとつしずく」
- ・ 編集委員メンバー・ボランティアの募集
- ・ 保育士・調理員募集
- ・ 編集後記



寺報の趣旨

正光寺の寺報は、内観と念仏を通じて「いまどうあるか、これからどうするか」を考え、行動するための道標となるよう、必要な情報を発信していくことを目的としています。

これらの情報が、皆さまの心を静め、穏やかな毎日を過ごすための一助となれば幸いです。

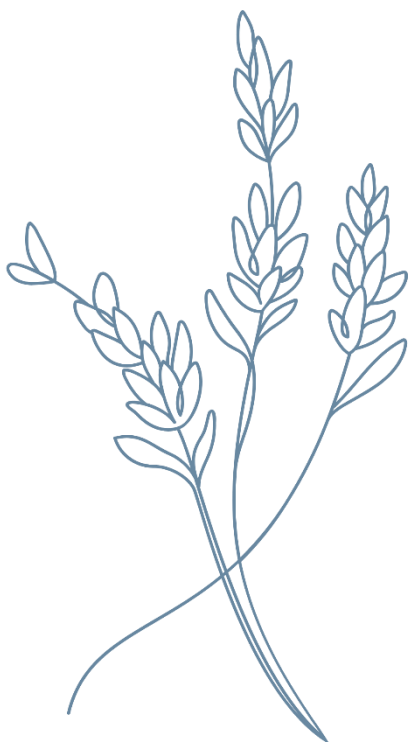
正光寺の寺報は、お檀家さんはもちろん、浄苑や永代（エータイ）墓地をご利用の方、保育園を利用されている方、さらには一般の皆さまにもご覧いただけます。

どなたが手に取ってくださいても、心穏やかな毎日を送るための一助となるよう、これからも情報を発信してまいります。

【Orin】 おりん

お寺で読経する際に、音を鳴らして音程やリズムを合わせる行為と、正光寺に関わる人たちが気持ちを合わせる（揃える）という意味を込め、おしやれに英語表記にしてみました。

また、おりんが響かせる音色は邪気を払うと聞いています。なので、今後正光寺に関わる人たちがより良く成長できるようにとの願いを込めて考えました。命名者は正光寺保育園の園長をしていた山下先生です。



正光寺読物《内観念仏》

ここでは、内観するきっかけとなるテーマを気ままに書いてまいります。ここに書いてある事を価値あるものにするかどうかは読み手である皆さま次第です。なぜなら、読んで考え行動するのはどこまでも皆さま自身だからです。知っているだけでは無価値です。行動して初めてそれは価値あるものとなるのです。

「戒律」は二文字でひとつの要語のように扱われていますが、別々の語をふたつまとめたものなのです。

「戒」・・・いちはやく悟り（心の寂靜）にいたるため、主体的に守ろうと決めた事に

で罰則規定はない。

「律」・・・悟り（心の寂靜）にいたるため、あるいは悟りにいたるための修行生活上、してはならない決まり事で罰則規定がある。

「戒」と「律」の大きな違いのひとつは主体性の有無です。「律」を守ることもし、いことですが、自主性を抛り所とした「戒」を守るとはさらに難しいのではないかと私は考えています。

現代を生きる我々の状況と照らし合わせて考えたとき、破戒の理由には大きく分けてふたつあります。

ひとつめは、周囲の環境に逆らえない場

合です。どんなに優秀な人でも集団内での評価や風土が自分の向かうべき心の寂靜（善）と相反する場合、逆らうことは極めて困難です。立場を失ったり集団に所属できなくなったりして、日常生活を維持していくことが難しくなるからです。

ふたつめは、周囲の環境に逆らわない場合です。これは単に楽だからです。逆らったとしても自分の立場や生活を失うわけではないのにも関わらず、流されるままに自分の向かうべき心の寂靜（善）と相反する方向へ進んでいってしまいます。

どちらの場合も、放っておくと次第に自責の念すらも無くなっていき、それが当たり前の状態になってしまいます。

そうならないためにも折に触れて内觀し、如何ともしがたい人間の性（凡夫）に対する懺悔と、少しでも心の寂靜へと向かえるようにするための本質の再確認が必要です。

皆様はもともと自分が一生懸命生きていくために何を自戒することが必要だと考えていたのでしょうか。改めてそのことに目を向けて日々を過ごしてみようではありませんか。

称号十念（住職）

行事案内

盆供養のご案内

日時…七月一三日（日）～七月一五日

場所…正光寺 本堂 または 墓地 納骨堂

新盆供養布施…三〇、〇〇〇円

新盆以外布施…一〇、〇〇〇円

盆供養厳修に併せた卒塔婆供養…

五、〇〇〇円／本

卒塔婆供養のみ（不参加）…

七、〇〇〇円／本

申込方法…

同封の申込書にご記入の上、お電話、FAX、郵送、メール、寺務所へお持ちください。

卒塔婆供養のみをご希望された方は、一日一〇時以降にお渡しできます。寺務棟のところに置いておきますので各自お取りになってお墓参りをしてください。

正光寺のお盆参りは、本堂か墓前（納骨堂前）で、個別供養（家族単位、縁者単位）となります。新盆の方はもちろん、そうでないお家の方も、共にご供養したいという方は、別紙の申込書にてお申し込みください。なお、申込書は希望日時に加え、

お勤めをする場所、卒塔婆供養希望の有無が、ご記入頂けるようになっております。必要に応じてご記入ください。

申込は六月末までにお願いたします。

七月一日に皆様の希望日時から日程を確定いたします。以降の申込に関してはご希望の日程に添えない可能性が高くなりますのでご注意ください。確定しました日程は、お電話か郵送にてお知らせいたします。万が一、七月五日を過ぎても日程確定のお知らせが来ない場合には、お手数ですがその旨お問い合わせ願います。

施餓鬼会のご案内

日時…七月一七日（木）

法話…午前一一時より

法要…午後一二時より

※去年と開催時間が違いますので

ご注意ください。

場所…正光寺 本堂

卒塔婆＋参加（家族全員まで）…

五、〇〇〇円／家

卒塔婆のみ（一本につき）…

七、〇〇〇円／本

参加のみ（一名につき）…二、〇〇〇円／人

申込方法・・

同封の申込書にご記入の上、お電話、
FAX、郵送、メール、寺務所へお持ちください。

卒塔婆供養のみをご希望された方は、一
七日一三時以降にお渡しできます。寺務棟
のところに置いておきますので各自お取り
になってお墓参りをしてください。

写経会のご案内

正光寺の写経会は書道教室ではありません。
ん。したがって、字をうまく書くこと自体

を目的としていません。写経を通じて、
日々の生活を穏やかで豊かなものにするた
めに必要な「ものごとの本質」を再確認す
る内観（内省）を目的としており、さらに
念仏を称えることで、最期に敬愛すべき先
人たちと同じ極楽浄土へお迎えいただくこ
とを目指しています。

日時・・毎月第一日曜日 午後二時より

場所・・正光寺 本堂

参加費・・一、〇〇〇円

申込方法・・

お電話、メールでお申し込みください。

月例供養会のご案内

正光寺の月例供養会は、その名の通り、あらゆる供養を合同でお勤めするための定期的な儀式です。

正光寺は念仏道場として、「何をするにもまずは念仏を称える」ことを大切にしています。そして、念仏を称えながら日々を心穏やかに過ごすために内観（内省）することを重視しています。

この月例供養会は、供養を希望される方だけでなく、念仏や内観（内省）に関心をお持ちの檀家様や一般の方も参加できる開かれた儀式です。幅広い目的や想いをお持ちの方が参加できるのです。

日時…毎月第一日曜日 午前九時より

場所…正光寺 本堂

申込方法…

供養の対象がある場合のみ、お電話、メールでお申し込みください。参加のみの場合は申し込み不要です。（住職）



■ 行事予定 ■

盆供養
七月一三日(日)

施餓鬼会
七月一七日(木)

写経会
月例供養会
毎月第一日曜日

行事の卒塔婆について

このたびの施餓鬼会より、行事で建立する卒塔婆につきましては、従来六尺と五尺の二種類をご用意しておりましたが、今後は五尺のみの一種類とします。

行事（供養）に参加した場合の卒塔婆料…

五、〇〇〇円／本

行事（供養）に参加せず、卒塔婆のみの場合の卒塔婆料…

七、〇〇〇円／本（卒塔婆＋供養料）

しかしながら、混乱して分からなくなってしまうことも有ろうかと思えます。各行事の案内に卒塔婆に関して詳細を記載する

ようにしますので都度ご確認ください。

卒塔婆のルーツは、お釈迦様のお骨を納めた「ストウパー」にあります。ストウパーは当時、それを大切にする人々にとってお釈迦様そのものとして深く尊ばれていました。お釈迦様は偶像崇拜をよしとせず、「自らを抛り所とし、教えを抛り所として生きる」ことを勧められましたが、その一方でお釈迦様が入滅された後に生じた喪失感を補うため、人々はお釈迦様を感じられる何かを求めました。そこで教えを象徴する法輪や仏足石を崇拜するようになり、ストウパーも同様に祈りの対象とされたのです。そして紀元前後、西北インドでついに仏像が建立されるに至りました。

このストウパーを起源とする卒塔婆は、私たちにとっても大切な人そのものを象徴するといえます。卒塔婆を建立することは、簡易的に内省の環境を整える一つの手段であり、亡き方々への思いとともに自らの心を見つめ、静かな時間を過ごしながら念仏を称えるためのよい機会となります。

日々を心静かに、そして大切な方への思いを大事にしながら過ごすために、積極的に卒塔婆供養をいたしましょう。（住職）

正光寺の施餓鬼会

あるとき、お釈迦様の弟子のひとりである阿難は、「すべての餓鬼に食事の供養をすることができなければ、三日後に餓鬼道に堕ちるだろう」と突然現れた餓鬼に脅されてしまいます。阿難がお釈迦様に助けを求めると、お釈迦様は阿難に施餓鬼供養法を授けました。阿難は施餓鬼供養法を修したることによって、餓鬼を苦界から救うとともに自身も長寿を得ることができたのです。

私たちは常に安穩と生きていくことはできません。人間は不完全であり、世の中は思い通りにいかないからです。だから、不測の事態が常態化して息つく暇もありません。皆忙しい毎日を過ごしています。だか

からこそ、私たちには心を静めて内観をし、念仏を称える時間が必要です。施餓鬼会もそうした時間を提供してくれる貴重な行事の一つです。

卒塔婆だけ建立して、お墓の前で静かに内観することもよいです。最も良いことは行事に参加して内観することです。最も高い効果が期待されるからです。

施餓鬼会では、お茶をご用意いたします。これはただのお茶ではなく、お檀家さまから布施として提供いただいた品です。この布施の志を社会に還元すべく、ささやかではありますが施餓鬼会にて振る舞わせていただきます。

このお茶を口にされ、皆さまが笑顔になり、穏やかな気持ちになれたならば、布施をしてくださった方も役に立たせてもらえた感謝の気持ちを持つことができる事でしょう。

私たちも同様に感謝の心をもって、ありがたく頂戴いたしましょう。

今回は、原点回帰で法話をお願いしております。それに伴い、開催時間が一時から法話、一二時から儀式となっております。お時間を間違えないようにご注意ください。（住職）

盆供養について

あるとき、お釈迦様の弟子のひとりである目連は、先に亡くなった母の生まれ変わった世界がどこであるか気になり、神通力を使って探すことにしました。すると驚いたことに母は餓鬼道に堕ちて苦しんでいることを目の当たりにしたのです。母を助きたい一心でお釈迦さまに相談すると、お釈迦さまは夏安居（げあんご）という修行を終えた修行者たちに供養をすることを目連に説きます。言われたとおりにした目連は、無事に母を救うことができたのです。

供養している方との関係は皆違います。その人に対してどのような想いを抱いているのかも皆違います。心から感謝している人

もいれば、反面教師として見ている人もいることでしょう。祭っている人がどのようなタイプの人であっても、その人と向き合ってこれから生きるのは私たち自身です。

自分自身が今どうあるか、これからどうするかを考えて、健やかな毎日を生きていくために、盆供養を通じて先祖と向き合い内観し、日々を弛むことなく生きていく決意表明として念仏を称えましょう。暑い夏を迎えて、年の後半を最後まで駆け抜けるために、盆供養の時間は皆様に価値のある時間を提供してくれるはずです。（住職）

水子供養ということ

正光寺の水子供養は、内観（内省）と念仏を目的としています。水子供養という意図に反する状況に際して、心を静めて自身を内観し「大切にすべきこと」「物事の本質」といったことを再確認します。内観したことを抛り所として、これからの人生を前向きに生きていくことを目指すのが正光寺の水子供養です。一生懸命に生き抜いた暁には水子さんを含めた敬愛する多くの人たちが待つ極楽浄土へお迎えいただけるように念仏を称えます。

水子供養の際には、嘘偽りのない心情の吐露をされる方が後を絶ちません。お寺が、ひいては仏さまが唯一、それを受け止

めてくれることを本能的に感覚的に理解されるからでしょう。

そのような心情の吐露、内観、そして念仏は、心の安定、思考の安定をもたらしてくれます。

しかし、残念なことに世の中は思い通りにいくものではなく、その中に生きる我々人間は不完全です。その上、毎日忙しいとくる。せっかく内観と念仏をして心の安定、思考の安定を図ってもしばらくするとまた心が揺らぎ始めてしまう。

そんな時はまたお参りに来ればいい。

風邪を引けば病院に行く。髪が伸びれば美容院に行く。腹がすけば飯を食う。

心の安定、思考の安定が図れなくなった
ら寺に来て内観と念仏をすればよいので
す。

いつでもご連絡ください。正光寺は、あ
なたの未来に寄り添うお寺です。（住職）

人形供養ということ

昔から人形には魂が宿ると言われていま
す。本当に宿るかどうか、私には分かりま
せん。しかし、もし人形に魂が宿るのであ
れば、それは「人形の」魂ではなく、それ
を大切にしている人の心（記憶）が宿るの
だと思います。

人形には楽しい時も辛い時も人形と関わ
った子供の頃の心が宿っているのです。大
人になって実家に置かれたままになってい
た人形は、その人に当時のたくさんの思い
出や感情を思い起こさせてくれます。人形
を抛り所のひとつとして大人になった今、
人形は役目を終えて供養されていきます。
人形供養は、「人形」を供養しているのでは
ありません。人形に宿った自分自身の心を
供養しているのです。人形供養を通じて過
去の自分と向き合って内観し、これからの
人生の質を高めていきます。人生の質を高
めるとは、穏やかな毎日を過ごすというこ
とです。その決意表明として、念仏を称え
る。

これが正光寺の人形供養です。

供養の場に立ち会うのが叶わない事情も
多々あるうかと思いますが、人形供養には
できる限り同席されることをお勧めいたし
ます。（住職）

正光寺への相談は内観そのもの

嘘偽りのない心情の吐露というものは、
何と残酷で美しいものなのでしょう。選
択の連続で構成された人生の終盤に差し掛
かり、たった一つの選択に対する後悔が今
もなお鮮明に蘇り、蓮の花のごとき美しさを
増していきます。

蓮の花のような美しい思い出の下に隠れ
る泥土がごとき汚くも醜い本性。その醜さを
自覚しつつ涙ながらに語られる言葉の一
つ一つを、誰が非難できるでしょうか。

過去を振り返っても仕方がない。後悔先に
立たず。言わずと知れたことです。それ
でも後悔するのが人間です。もし人間が後
悔をすることがなければ、「後悔」という言
葉は生まれてこなかったでしょう。そして
この言葉は未来永劫、死語になることは絶
対にありません。

いくら心を静めても、蘇る記憶とどう向
き合っていくのか。すべての助言は自分自
身で内観し再確認をし尽くしておられま
す。何度蘇ろうとも、そのたびに内観と念

仏を最期の瞬間まで繰り返し続けるしかありません。

内観と念仏を繰り返し、最初で最後の嘘偽りのない心情を浄土まで持って往くだけです。（住職）

御膳衆の活動

「寺カフェ」「いわぶち茶寮」始動！

この夏、正光寺境内にて寺カフェを開始いたします！

カフェの名前は——「いわぶち茶寮」に決定いたしました。

地域の方々の憩いの場として、お寺の静寂とともにゆったりとしたひとときをお過ごしいただける場所を目指しています。メニューや開始日などの詳細が決まり次第、正光寺の公式SNSにて発信予定です。ぜひチェックしてください。

「環境整備進行中」

カフェ開設に向けて、境内の環境整備も着々と進行中です。

新たにドアの設置や作業場の整備を行い、より快適で使いやすい空間づくりを進めています。

ー 保健所の営業許可を取得 ー

北区保健所より、カフェ営業に必要な許可を正式に取得いたしました。

「いわぶち茶寮」は七月より本格始動いたします。どうぞお楽しみに！

ー ボランティア第一号、現る！ ー

嬉しいことに、正光寺公式Instagramをご覧になった方から、初のボランティア応募をいただきました！ 現在は、境内の畑で野菜の栽培を手伝っていただいております。

正光寺はまだまだボランティア募集中！

・畑の作業

・ いわぶち茶寮の運営補助

ご興味のある方は、ぜひお気軽にご連絡ください。

ー 六月・七月イベントのご案内 ー

○ 梅収穫祭 ○

六月一三日（金）一〇：〇〇～／正光寺境内

参加無料！ ご参加の皆さまには、収穫した梅を一袋プレゼント！

○ 梅ジュースふるまい会 ○

七月一三日（日）／正光寺&大満寺

（コラボ開催）

六月に収穫した梅を使用した「梅ジュー

ス」をふるまいます。

大満寺さんでは、同じ梅を使った「梅酒」の提供も予定しています。

※七月一三日のみのご参加も可能です。ぜひご家族、ご友人とご一緒にどうぞ。

協賛・協力者を募集中

正光寺では今後、カフェ・イベントをはじめとしたさまざまな活動を通して、地域とのつながりを大切にしながら「居心地の良いお寺」「人が集まるお寺」を目指していきます。

この活動にご賛同・ご協力いただける方を広く募集しております。

少しでもご興味を持っていただけましたら、どうぞお気軽にご連絡ください。

本格的な夏の訪れとともに、正光寺の新たな挑戦も始まります。

皆さまのご来訪、ご参加を心よりお待ちしております。（桑原）



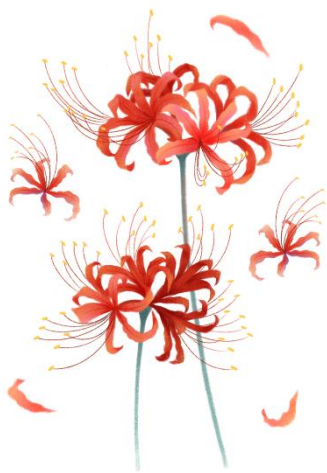
内観衆の活動

― 祈念会にて ―

去る二〇二五年四月二〇日の祈念会では儀式の終了後、秋彼岸の訪れを告げる花として知られる「彼岸花（ひがんばん）」の球根を用意し、皆で丁寧に植える時間を持ちました。静かなひとときの中、それぞれが祈りを込め、一球一球を大切に植えていきました。

彼岸花には、「思い出」「独立」「情熱」といった花言葉があり、色によっても異なる意味を持ちます。たとえば、白い彼岸花には「また会う日を楽しみに」、黄色の彼岸花には「深い思いやりの心」という意味が込

められています。咲く花々が語る深い意味に思いを寄せながら、私たちは静かに心を整え、このひとときを共にしました。（桑原）



春彼岸会の報告

三月二〇日、正光寺にて春彼岸の法要が厳かに執り行われました。

前日の三月一九日には予想外の大雪が降り、境内は一面の雪景色となりましたが、春彼岸当日の三月二〇日には打って変わって晴天に恵まれ、澄み渡る青空が広がりました。このような清らかな環境の中、多くの参拝者をご先祖様の供養に訪れ、心穏やかなひとときを過ごされました。

彼岸は、先祖供養を通じて彼らと心の対話をし、「今、自分はどうあるべきか」「これからどのように生きていくか」を深く内観する大切な機会です。日常の忙しさに追

われ、つい忘れがちな心の在り方を再確認し、それを実践することが求められます。

春の彼岸を通じて、思考（心）の安定を保ち、より豊かで穏やかな人生を歩むことができるのです。

参拝された方からは「心穏やかに過ごせたのでよかったです」といったお言葉が寄せられ、厳しい寒さの翌日に訪れた温かな春の日差しの下、心温まるひとときを共有することができました。

今年の正光寺での春彼岸は、自然の移ろいを感じながら、心静かに祈りと感謝の間を持つことができた特別な日となりました。（安達）

祈念会の報告

四月二〇日、正光寺にて祈念会を執り行いました。

どんよりとした空模様ではありませんが、かえって心の灯りを輝かす内観をするには丁度良い一日となりました。二〇名程の方々にご参列いただき、静謐で研ぎ澄まされた時間を共に過ごすことができました。曇天の空とは対照的に、私たちの心は晴れ渡る空から差し込む光に包まれたかのような清々しさに満ち溢れ、参加した皆さまの顔が自然と穏やかになっていく素敵な空間となっております。

儀式の後には、彼岸花の球根を皆さまと

一緒に植える時間を設けました。小さな手のひらに包まれた命のかけらが、土の中で静かに季節の訪れを待っています。早ければ今年の秋、遅くとも来年の秋には、あの赤く美しい花が咲いてくれることでしょう。

花が咲くころ、今日の祈りとともに皆様
の心にも、この尊い時間が思い出されるこ
とを願っております。（安達）



なぜ保育園を運営するのか

正光寺は遥か昔から教育福祉に力を入れてきたお寺だからです。なぜ教育福祉に力を入れてきたかというと、すべての世代が健やかな毎日を過ごすことができるようにするためです。なぜそのために保育園を運営し始めたかというと、乳幼児期は人間のスタート地点に最も近い世代だからです。ゆりかごから墓場まで、すべての世代が健やかな毎日を過ごすことができるように活動し続けるのが正光寺の使命であると考えているからです。

徐々にご存じの方が少なくなってきたように思いますが、正確に創立年月日を知ることがかなわないものの、明治から昭和初

期にかけて正光寺は女学校を運営していました。併設されていたのが、今も残る明照幼稚園です。明照幼稚園の周辺が正光寺の女学校の敷地だったのです。ただ、残念なことにはそれを知る術は、当時の写真と古い地籍図のようなものだけです。

女学校閉校以降も、児童公園などを設置するなど、事の大小にかかわらず教育福祉の灯を消すことなく活動してきた正光寺のバトンを受け取り、私は住職になったのです。

教育福祉は、社会の土台を成す最も重要な活動のひとつです。教育福祉なくして、社会の未来はありません。

そのスタート地点にある乳幼児に対する主体的な教育福祉を起点として、ゆりかごから墓場まで、すべての世代が健やかな毎日を過ごすことができるように活動し続けるのが正光寺の使命であると考えています。

だから、保育園を運営しているのです。
(住職)



「しゅりる」と共に

― 元氣な朝の挨拶から

はじまる地域づくり ―

現代社会では核家族化が進み、「無縁社会」という言葉が聞かれるようになりました。

地域や家庭とのつながりが希薄になる中、孤立する方々が増え、孤独死といった深刻な問題も生じています。

一方で、「生涯現役」を目指し、学び続けることに意欲的な方も多くいらっしゃいます。そうした方々がより豊かに、そして元気に日々を過ごしていただけるように始まったのが「しゅりる」です。「しゅりる」は

地域蒼生舎 HIDDEN によって運営されています。

「しゅりる」では、パパ・ママ・じい・ばあばなど、世代を超えた地域の皆さんが定期的に集まり、朝一番に元氣よく挨拶を交わし、わずかな時間ですが一緒に掃除を共にします。このシンプルな行動を通じて、自然と笑顔や会話が生まれ、人と人とのつながりが育まれていきます。

さらに、社会教育活動に造詣が深い方々をお招きし、趣味や生涯学習の紹介・案内も行っております。

こうした活動を通じて、関わる方の生きがい増進を図り、心身ともに健康な日々を

過ごすことに繋がればこの上ない喜びです。

将来的には、住民の皆さんが主体となつて、「しゅりる」の輪を町全体に広げ、地域活性化の中心的な役割を担っていただけるようなイベントや活動へと発展して行くことを主催者と共に考えております。

皆さまのご参加を心よりお待ちしております。
(桑原)

職員 PICK UP vol.1

先日、吉田町園の杉本園長が都内の高校

にて講演会を行い、その様子を取材してまいりました。杉本園長は、青年海外協力隊として、ガボン共和国で活動した経験を持つております。

今回の講演は「人間と社会」という授業の一環で、杉本園長が過去にガボン共和国で行ったボランティア活動についてお話しいただきました。これは、生徒たちがボランティア活動や自身のキャリアについて考えるきっかけを提供することを目的とした、意義深い時間となりました。

講演の冒頭、杉本園長は現地で仕立ててもらった正装を身にまとい登場。その堂々とした姿は、生徒たちに大きなインパクトを与え、会場が一瞬にして静まり返りました。

た。

講演が進むにつれ、生徒たちはその真摯な言葉に耳を傾け、時折驚きの声上がる場面もありました。

例えば、

「傘がないから雨が降ると休校?」「運動会の文化がない?」「うさぎを食べることがある?」といった、日本とは異なる文化や習慣に対する発見があり、教室全体が活気に満ちた時間でした。

特に、「自分の当たり前は、他の人にとっては当たり前ではない」という杉本園長の言葉は、多くの生徒たちに深く響き、日常を見つめ直す貴重な気づきを与えていまし

た。

私自身もこの講演を通じて、日々の生活や仕事に対する新たな視点を得ることができました。

この素晴らしい講演の様子は、後日、インスタグラムなどのSNSでも発信を行っております。是非ご覧ください。(安達)



新しい寺報づくり

今春から、寺報の充実を目指したりニューアルを進めております。

寺報のデジタル化…寺報をWebで確認できるようにし、郵送物や紙の使用を抑え環境に配慮していきます。

参加型寺報…お寺からの一方通行であった寺報を参加型の寺報へと転換していきます。

公開された寺報へ…会報誌であった寺報を一般の方にも公開し自由に参加できるようにしていきます。

いきなり変えていくのではなく、徐々に変えていきますのでご理解とご協力をお願いします。

いたします。

今回の成果は

- ① 寺報を正光寺Webサイトで確認できるようになりました。
- ② メールアドレスを共有いただいた方にはPDF版の寺報を送信しました。

③ 項目ごとに執筆担当を決め文責を明確にしました。

④ 活動に共感するボランティアさんが参加してくれるようになりました。

今回の課題は

① 双方向型寺報のやり取りについて具体性を欠き、思うように機能しませんでした。

次回に向けて

① 双方向型寺報への参加促進

② 活動の積極PR

引き続きご協力をよろしくお願いします。

(住職)

正光寺保育園の花まつり

四月二二日正光寺本堂にて赤羽岩淵園の「花まつり」が行われました。地域の方々にもご参加いただき、春のやわらかな陽ざしの中、穏やかな雰囲気での開催となりました。

花まつりは、お釈迦さまのご誕生をお祝する仏教行事です。色とりどりの花で飾られた「花御堂（はなみどう）」の中に立つ誕生仏に、甘茶を注いでお参りします。この慣習は、お釈迦さまが生まれたとき、天から清らかな水が降り注いだというお話に由来しています。

当日は、子どもたちが「花まつりのうた」を元気に歌い、会場はやさしい声とあたたかな空気に包まれました。そして、職員にそつと手を添えてもらいながら、一人ひとりが誕生仏に甘茶を注いでお祝いする姿は、とてもほほえましく、見守る人々の心を和ませてくれました。

行事のあとは、参加者みんなで甘茶をい

ただき、心も体もやさしく満たされるひとときとなりました。

子どもたちがこの一年も元気いっぱい、そして心豊かに過ごしていけますように。皆さまのお力添えのもと、今後もうこうした仏教の行事を大切に続けてまいりたいと思います。

次回開催時は皆様にもお声がけしていきますので、お気軽にご参加ください。（新井）



内観く清掃活動く

春のやわらかな陽気が過ぎ、木々の緑が一段と濃くなってきた頃、自然の生命力がぐんと勢いを増していき、雑草たちが元気いっぱい伸び始めました。

そこで私たち職員は、二三人の日替わりチームで、草むしり、除草剤まきに取りかかりました。

雑草を手で引き抜いたり、鎌で刈ったりして、あっという間に汗がにじんできます。集めた草の山を見て、「けっこう頑張ったね」と思わず笑顔に。せつかなので落ちていたゴミも一緒に拾い、最後に除草剤をまいて、その日は作業終了です。

一週間後、もう一度現場を見に行くと、あの元気すぎた雑草たちがだいぶおとなしくなっていました。「これは効いてるかも?」と、ちよつとした達成感。ただ、完全に枯らすにはもう少し時間がかかりそうです。

今回、初めて除草剤を本格的に使ってみて感じたのは、「自然と向き合うのは根氣がある」ということ。そして、薬剤を使うからこそ、まくタイミングや天候、周囲の植物への配慮も大切なんだなと実感しました。

来年は、草が元気になる前の「早めの対策」が鍵かもしれません。除草剤だけに頼らず、マルチングやこまめな草取りなど、

少しずつ工夫を重ねていきたいと思います。

草むしりはちよつと地味ですが、終わった後のすっきりした景色は格別です。みなさんも、日々の暮らしの中で、ちよつとした“自然との対話”を楽しんでみてはいかがでしょうか。(新井)



四月二十九日に正光寺職員総会が開催されました。

今年のテーマは「交流」。正光寺保育園の各園から職員が一堂に会し、お互いの理解を深め合う時間となりました。

当日までには、段取りの調整や会場の準備など、陰で支えてくれた職員も多く、無事に当日を迎えることができました。

また今年は、完全ペーパーレス化を実施。法人携帯を活用して資料を共有し、環境への配慮や効率化をはかり、よりスツキリとした運営を目指しました。

会のはじめには、新しく仲間に加わった新入職員の紹介が行われ、場が一気にあたたかい雰囲気になりました。保育園の方針「和顔愛語（わげんあいご）——柔和な表情と優しい言葉づかい——」を大切にしたい保育の姿勢について、改めて皆で確認するひとときもありました。今年度は、新しいプロジェクトも始動。未来を見据えた保育のあり方についての共有がありました。

各園の紹介コーナーでは、クイズ形式で笑いを交えて紹介する園、資料を使って発表する園、実際に保育現場で使っている手作りのおもちゃを披露する園など、スタイルはさまざま。それぞれの園らしさがあら

われ、職員同士の距離が自然と縮まる時間となりました。

また、永年勤務者や功労者への表彰式も行われ、日々の働きを讃える場として大きな拍手が送られました。住職からの特別表彰もあり、受賞者の表情には喜びと誇りにじんできました。

そして午後からは、正光寺の境内でバーベキューを行いました。買い出しや準備を担当してくれた職員たちのおかげで、園ごとに集まりながらも、自然と園の垣根を越えた交流が生まれ、にぎやかで笑顔あふれ

る時間となりました。途中で行われた正光寺に纏わるクイズ大会では大いに盛り上がり、職員同士の新たな一面を知るきっかけにもなりました。

総会では真面目に話し合い、バーベキューでは楽しく笑い合う——そんな“メリハリ”ある一日を通して、「交流」というテーマが自然と形になったように思います。

職員総会後のアンケートでは、八五%以上の職員から満足と回答いただきました！

「本堂での交流会は新鮮でとてもよかったです！」「テーマの〈交流〉という事が十分に達成されていた内容だったと思います」「他の園の方々と、交流することや関わる事が少ないので良い機会になりました」「園紹介では各園の持ち味や色がよく出ており、皆様が普段どのような保育をなさっているのかを知ることができて良かったです」「とても楽しかった！」などという感想をいただきました。

全職員同士で、保育のお話や手作りおもちゃのお話をして目を輝かせる職員の姿を見て、改めて本当に【保育】が好きなことが伝わり、正光寺の先生方の素晴らしさを

感じることができました。また卒園児さんや在園児さん、保護者様が正光寺に来てくださり、先生との再会を喜ぶ姿も見られ、とても微笑ましかったです。

これからも職員一人ひとりがつながりを大切にしながら、子どもたちや地域のためにより良い保育・活動を目指してまいります。(川崎・新井)



お勧めの産物

く 知床ウトロ温泉 北前屋

昆布専門店 のご紹介く

春の訪れとともに迎える彼岸のひとつ、皆さまへの感謝を込めて、北前屋さんの「ふりかけとろろ」をお土産としてご用意いたしました。

北海道羅臼産の高品質な昆布を使用した「ふりかけとろろ」は、ふんわりとした口だけの良さが特徴。まるで春風のように軽やかな食感で、さまざまなお料理に自然な旨みと深みを加えてくれます。

実は、今回お土産を選ぶにあたって、職員全員で北前屋さんの昆布商品を試食させ

ていただきました。その中で、圧倒的人気だったのが、この「ふりかけとろろ」！ご飯、お味噌汁、お茶漬け、おにぎりなど、どんな料理にも相性抜群。シンプルながらも豊かな味わいが支持を集めました。

季節を問わず、毎日の食事にさりげなく加えるだけで、心と体を豊かにしてくれる「ふりかけとろろ」。お土産としてお手元に届いた皆さまにも、その風味をお楽しみいただければ嬉しく思います。(安達)

店舗情報

〒〇九九-四三三五

北海道斜里郡斜里町ウトロ東一七二番地

北前屋 北くぶし知床 ホテル&リゾート内



後見活動ということ

世の中は望むと望まざるとに関わらず、「おひとり様時代」です。あらゆるものが便利になったことによって一人の方が気楽であると言う人が増えました。福祉医療の発展と充実によって健康で長生きできるようになり、人生の晩年で一人になる人が増えました。核家族化が進み、老後を一人で過ごす人が増えました。

その反動で地域コミュニティの重要性があらうこちらで叫ばれています。「おひとり様時代」の弊害を解決させることが目的です。

しかし、御多分に漏れず事は簡単にいき

ません。そのひとつが、「ひとりでどうやって死を迎えるか」という問題です。

近所づきあいを上手にこなし、話し相手に困らない生活をしていても、それは程よい距離感を前提として成り立っているため、自分が抱えるデリケートな問題について相談することを難しくしています。弱みを見せるような相談が情けなくみつともないからできないという、「一億総中流社会（最近は一億総下流社会ともいわれています）」ならではのプライドが邪魔をしていることも多いようです。

土業の方に相談するのが一番なのですが、年齢と共に自分で情報を収集することが困難になってくるなど、様々な理由によ

る猜疑心の高まりから、専門家への依頼を決めかねるケースが散見されます。

行政機関への相談も問題解決のために最も効果的な方法のひとつですが、行政はどうしてもルールに則って対応しなければならぬため、そこに冷たさを感じて相談を諦めてしまう方が見受けられます。

お寺への相談が増えている原因は、上記のいずれの問題にも当てはまらない立ち位置であるからだと思います。こころ、二年でこれほどまで多くの成年後見に関わる相談の対応を迫られるようになるとは思いませんでした。

言わずと知れたことですが、お寺は土業

ではありませんので代行はできません。共に歩む活動をしています。貢献活動に必要な諸々の手続き、法律、かかる費用など自力で調べながら、相談に来る人と共に歩みを進めています。

ひとつひとつの対応や活動が正解かどうかは分かりません。本当にその人のためになっているのかどうか自問自答の繰り返しです。ただただ正光寺としてできることは、選択した対応方法や活動が正解になるように不断の努力をしていくことだけだと考えています。(住職)

メールアドレス登録御礼

メールアドレスの登録にご協力いただきましてありがとうございました。登録フォームの不具合で大変な思いをさせてしまった方も多かったかと思いますが、それでも最後までお付き合いただいたことに心から感謝しております。ありがとうございます。登録フォームはすでに不具合が解消しております。登録がお済みでない方は引き続き手続きをお待ちしております。どうぞよろしくお願いいたします。

なお、メール登録してくださった方には、寺報のPDF版をお送りいたします。どうぞご覧くださいませ。（総務）



各種振込先

振込先は本年三月より「りそな銀行 王子支店」へ変更となっております。

○護持会費 振込先

りそな銀行 王子支店 普通 「二九六〇四七七」

しゅうきようほうじんしやうこうじ
宗 教 法 人 正 光 寺 だいひやうやくいんたかはしじゆこう
代 表 役 員 高 橋 寿 光

○行事・法要・卒塔婆代・お布施 振込先

りそな銀行 王子支店 普通 「二九六〇四五四」

しゅうきようほうじんしやうこうじ
宗 教 法 人 正 光 寺 だいひやうやくいんたかはしじゆこう
代 表 役 員 高 橋 寿 光

お振込の際には、**御当主様のお名前**と**行事名**(例:「キネンエ」など)を明記願います。
納骨堂利用料についても、同じ口座へお振込みをお願いします。

ミスのない合理的な会計管理のため、振込のご利用にご協力をお願いします。振込後は当寺より受取証を郵送いたしますのでご確認ください。（総務）

「内観のひとしずく」

皆様はラジオを聴きますか。ラジオ番組には様々なコーナーがあつて、そこには多くのリスナーが自分の主張や体験談を投稿していきます。しかし、新しいコーナーはどういう主張や体験談を投稿してよいかすぐに理解することができません。そこで、作家さんが投稿例を幾つか挙げて皆の理解を促進させ投稿しやすいように配慮しています。

「内観のひとしずく」でもそれに倣って幾つか例を挙げていきたいと思えます。

コーナー① 内観川柳

内観と念仏に関わる川柳を募集します。上手くできたことも上手くできない事も、苦悩も喜びも、面白おかしく川柳にしていただければと思います。

いざ内観

いつの間にやら 夢の中

内観し 先人たちの

苦労知る

十念が 数えられずに

九念に

手を合わせ

飯を食うのが ありがたい

などなど

皆様のご応募をお待ちしています。なお、こんなご時世ですから「内観ネーム（ペンネーム）」でのご応募のみとさせていただきます。

コーナー②

フリーメッセージ

長い文章や整った文章を書く必要は全くありません。なんとなく思った事、感じた事を気軽に寄せていただければ幸いです。

・お参りに行くといつも保育園の子どもたちが元気に遊んでいるところに遭遇します。子どもたちから元気をもらえるので、お墓参りが楽しくなりました。

・父に法事ではお世話になりました。牡丹の咲く時期なので、牡丹を見るたびに父の事を思い出しています。

・初めて行事に参加しました。仕事が忙しいので、たまにはこうして静かな時間を過ごすのも悪くないと思

いました。

などなど

趣旨

「内観のひとつしずく」で

は、日々の念仏や法事、内観の中で感じたささやかな気づきや、心静かに過ごすための一瞬の思いを、皆さまから募集します。

どんな小さな体験でも構いません。

たとえば、

- ・ 今日の念仏の中でふと感じたこと
- ・ 心静かに考えたこと
- ・ 内観を通して気づいた自分自身の変化や大切なこと
- ・ 季節の移ろいの中で感じた、生命の尊さに関する思い

投稿方法..

・ メール、郵送、ファックスまたは寺務所に設置して

ある「内観のひとしずく」ボックスに投函してください。投稿いただいたものは次号以降の寺報に掲載させていただきます。

・ 投稿は「内観ネーム（ペンネーム）」で承ります。

参加賞

参加された方には、もれなく月例供養会で使える「無料祥月命日卒塔婆供養券」を差し上げます。これを使って祥月命日に卒塔婆供養

をしましょう。

期待する効果

・ お互いの内観体験を共有することで、心静かな日常を過ごすためのヒントや励ましを得られるほか、寺報を通じて参加者同士がつながり、内観と念仏への理解や実践が広がると考えます。（住職）

編集委員メンバー・ボランティアの募集

○rimは、皆さまの心に響く情報を発信するために、編集委員メンバーやボランティアメンバーを募集しております。日々の気づきや思いを共有し、共に「rim」を作り上げていく熱意あるメンバーをお待ちしています！

募集内容

○ 編集委員メンバー

- ・記事の企画・構成
- ・原稿の執筆・編集
- ・校正・校閲

・rimのデザインやレイアウト

○ 御膳衆ボランティア

- ・野菜の栽培・収穫
- ・カフェの準備・運営サポート
- ・地域イベントでの活動支援
- ・仲間との交流と心豊かな時間づくり

○ こんな方を歓迎します

- ・お寺や仏教、内観に興味がある方
- ・地域社会に貢献したい方
- ・文章を書くことやデザインが好きな方
- ・新しいことに挑戦してみたい方
- ・自然や農作業に触れたい方

参加方法

- ・お電話またはメールでお気軽にお申し込みください。
- ・初めての方も大歓迎です！
- ・職員が丁寧にサポートいたしますので、安心してご参加ください。

お問い合わせ先

正光寺 総務

電話番号：〇三ー三九〇ー二〇一七

メールアドレス：houji@sk-j.or.jp

心温まるrimづくりや野菜栽培、カフェ運営に、ご興味がある方のご参加を心よりお待ちしております。ぜひ一緒に「rim」を育てていきましょう！

保育士・調理員募集

正光寺保育園・保育士・調理員 募集中！

募集職種：保育士、調理員

宛先：

メール：jinji@sk-j.or.jp

電話：〇九〇・八六八六・二〇一七

担当：川崎

勤務地：正光寺保育園（各園）

一緒に温かい環境で働いてくれる仲間を募集しています。
ご興味のある方は、ぜひお気軽にお問い合わせください！

※求人内容はHPより、ご確認お願いいたします。



編集後記

今回の寺報では、正光寺が大切にしている「内観」と「念仏」を中心に、さまざまな行事や活動をお届けしました。お読みいただいた皆さまが、ふと心静かに自身と向き合うきっかけを見つけていただければ幸いです。

日々の忙しさに流されると、自らの心の声に耳を傾ける時間が次第に失われていきます。しかし、どんなに慌ただしい日常の中でも、心の奥底にある自らの原点を再確認する瞬間が、私たちにとって大切なひとときです。その刹那的活動もまた、「いまどうあるか」「これからどうするか」を知る道標のひとつであり、未来への新たな一歩を踏み出す力になるのだと思います。

おりんの音が心に響くように、この寺報もまた、皆さまの琴線に触れる存在でありたいと願っております。読者一人ひとりの心が穏やかで満たされるよう、これからも心を込めて情報を発信してまいります。

どうぞ、日々の生活の中で心の寂靜を感じ、穏やかな時間をお過ごしください。

次号もお楽しみに。(安達)

編集委員

・主 幹：高橋 寿光
・編 集 長：安達 歌菜
・副編集長：川崎 双葉
・編集委員：桑原 史奈
新井 麻理奈

公式サイト



「内観のひとしずく」 投稿フォーム



メールアドレス 登録フォーム



公式 SNS

過去活動や情報をチェック



Instagram



X
(旧 Twitter)

