

# 萬

B A N K I

# 亀

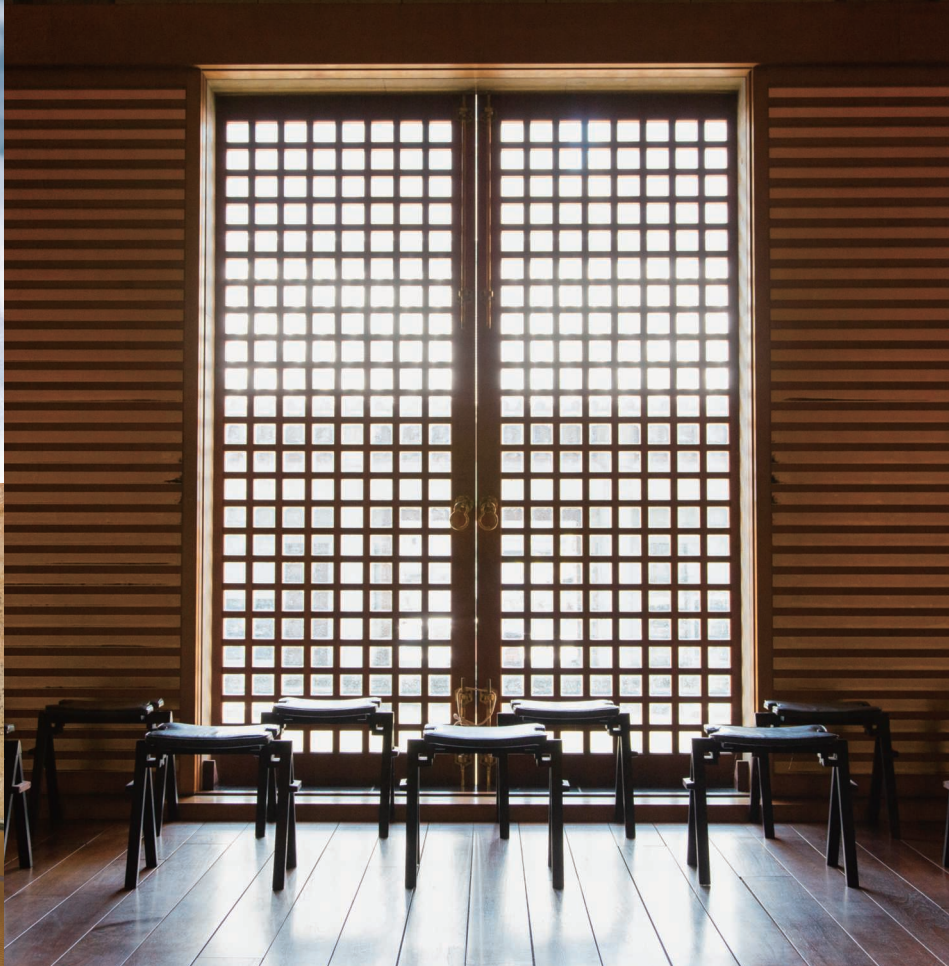
2023年6月

vol. 142



[特集]

## これから始める お寺の集い



## もくじ

- 1 住職挨拶
- 3 [特集]  
これから始める  
お寺の集い
- 8 「結」を訪ねて
- 11 暮らしをととのえる  
お寺のおはなし
- 12 東長寺こども食堂
- 13 お知らせ
- 15 山内行事
- 17 東長寺基本情報
- 18 結の会のご案内

※今号の特集は、前号にて告知した内容から変更になりました。

## 住職挨拶

雨に濡れた桜の匂いが感じられるのも、慣れてしまっていたマスクを外しているせいでと気づいたそんな頃、海外からお客様を迎えて食事に行ってきました。

東長寺を会場に催した講演会が縁となり、親交を続けているその紳士は、昨年九月に誕生した第二子の名付けに助言を頂いた方であり、私が密かに憧れている男性の一人です。五ヶ国語以上を自在に操り、世界中のあらゆる場

所を訪れながら、各地の文化や知恵を獲得してきたその知性に敵わないと感じる瞬間があり、久しぶりの食事を楽しみながら、何かを盗みたいと感じました。

アリとキリギリスという話があります。寒い冬を乗り越えるために準備をしたアリは冬を越せたが、夏を謳歌したキリギリスは冬が越えられなかったという話ですが、私は氏の生き方を見ると、羽の生えたキリギリスのように感





じるのです。キリギリスは冬が来る前に暖かい場所に、夏が訪れる国を見つけてそこに飛んでいけば良かったのかもしれませんが。苦しい環境に無理に居座るのではなく、常に自分が自分らしくいられる場所へ自ら環境を変えていく。その勇気と対応力がキリギリスにあつたならば、アリの健気な努力と同様に尊いように思います。子供の名前の由来を話しながら、私は子供たちにも羽の生えたキリギリスになつてもらいたいと感じているのだと改めて気づかされました。

私がそんなことを伝えると、氏は「フ・フォンテーヌのクラスと狐という話を知っていますか？ あなたはきっと狐でないが、私はクラスにはなりたくないですよ」とお話しされました。知性とはつくづくこういうことですね。

感染症に振り回された日常も

少しずつ落ち着きを取り戻しているように感じます。今号萬亀にも紹介させていただいています通り、東長寺も心新たに変化し、皆様との日常を作っていきたいと考えております。長かった冬が明けける予感、はたまたまだ続く冬に備えた新たな季節の到来なのかわかりませんが、マスクを外すと少しは利くようになった鼻が、五月の雨に混じった微かな匂いを感じているように思います。

この三年ほどの間、お参り日と呼べる日は世界のどこにも存在しなかったわけです。天気はともかく皆様が安心安全な気持ちでお参りできる本当のお参り日和が近くに来ているように感じます。このお盆にはそんな日が来ることを信じ、山内一同皆様のご参詣を心よりお待ちしております。

合 掌

東長寺住職 瀧澤遥風



[ 特集 ]


# これから始める お寺の集い


この3年間、世界には大きな変化と沢山の我慢が溢れました。  
暮らしとふれあいの制限がつづき、  
人と直に交流すること、人が集うことは、あらゆる面で影を潜めてしまいました。  
大切な人との別れや葬儀に際しても、思いのままに行動することは  
控えなければいけないということも。


いまようやく、困難はその結び目をほどこうとしているかのようです。  
暗く長いトンネルを抜けつつある人のように、わたしたちは  
こわごわと手探りで新しい暮らし方を探っている最中といえましょう。  
恐れすぎず、油断せず、  
東長寺でも様々な集いの場を再開することといたします。


「無常」という言葉が示すとおり  
常に同じものはこの世には無く、移り変わり変化していくもの。  
「元に戻る」のではなく、いまだからこそその在り方へ。  
今後のお寺での集いについて、特集でお届けします。


## 東長寺内 6月からの 基本的な感染症対策


 受付にアルコール消毒液をご用意しています。どなたも任意でご利用いただけます。

 随時、山内各所の清掃・消毒に努めています。

 職員は全員マスクを着用し、手洗い消毒を徹底しています。マスク着用は個人の判断が基本となり、参詣の方のマスク着用は任意です。

 山内は十分に換気をし、本堂でのおつとめの際は、窓を開放して行っています。

 来山の際は、重症化しやすいとされる高齢の方へ配慮し、風邪や季節性インフルエンザ対策と同様に手洗い、咳エチケットの実施をこころがけましょう。

 発熱(37.5℃以上)や風邪の諸症状がある方は、来山を控えましょう。



いずれも  
6月から  
再開



# 萬燈供養 を再開します

数年前に行われていた萬燈供養の様子。  
この再開を機に、少しご無沙汰となっている  
知り合いを参列にお誘いしてみてもいかがで  
しょうか。萬燈供養が故人と縁のある者同士  
の再会や集いのきっかけとなれば幸いです。

ながらく昼間の開催が続いていたついで  
ち法要ですが、かつての夕刻開催に戻し、  
萬燈供養を再開いたします。人数制限や  
事前の予約も不要となります。燈明が水  
面を揺らす以前の情景が記憶にある方  
も、未だついでに法要に参列したことが  
ないという方も、「亡き人を偲ぶ」という  
共通の思いで集い、祈るひとときを共  
にしましょう。

## 葬儀・個別法要の 人数制限を解除し、 お食事も再開いたします

この数年の間、参列の方に様々なお願  
いを続けてきた葬儀・個別法要の制約も無  
くします。食堂じきどうを利用した後席のお食事  
や、書院の控室利用も可能となります。  
亡き人を偲び、不在の悲しみや思い出を  
共有し語り合う大切な時間を、本来の  
かたちに戻してまいります。

### 書院に椅子席を導入しました

法要のお控室としてご利用いただいている書院。以前は畳  
にお座布団をご用意していましたが「座ることが難しくて…」  
というお声も多く、どなた  
様にもやさしく利用できる  
椅子席に模様替えをいたし  
ました。静かな気持ちで法  
要に臨めますよう、心を落  
ち着けて一服ください。



椅子とテーブルを一新した書院

### 授戒式への参加もご検討ください

授戒式はお釈迦様より伝えられた戒律を授かり、仏弟子と  
なる儀式です。東長寺では年に2回、ついでに法要を行う日、  
法要の前に開催していま  
す。自らの行いを懺悔し戒  
名を生前に授かる授戒式  
は、以後の人生を気持ち新  
たにする大切な節目です。  
今回は10月1日に行います。今年4月の授戒式の様子



[特集]

これから始める  
お寺の集い

新たな交流をはぐくむ

「文由閣サロン」を始めます

大きな窓と周囲に植えられたもみじの木漏れ日を感じながら、文化と体験の交流をしてみませんか。文由閣を拠点とした様々な内容を計画しております。スペースの都合上、定員を設け、電話による予約制とさせていただきます。たくさんの方のご参加をお待ちしております。

開催場所：いずれも文由閣1階

会話を楽しむ点茶とお菓子

## テーブル茶道

流派にとらわれず、自分のためにゆっくりお茶をたてて、皆さんとおしゃべりしましょう。お道具のご用意もごさいます。お持ちの方はご愛用のお道具をご持参ください。



【定員】10名

※参加者3名より催行(人数が集まらない場合は中止)

【参加費】3,000円(お茶、季節のお菓子付)

【開催日時】原則、月に1回・火曜日の開催を予定しております。

6月20日(火)

7月18日(火)

8月・9月 休み

【時間】14:30~16:00

※袱紗、懐紙、お気に入りの器があればどうぞお持ちください。

**事前予約制**

(お電話にて1週間前までにご予約ください)

☎ 03-3341-9746 (代表)

気軽に学ぶ花いけの勘どころ

## テーブル華道

四季折々の草花で、暮らしに彩りを添えましょう。剣山のかわりにオアシスを使います。使い慣れた生花鋏をお持ちの方はご持参ください。



【定員】10名

※参加者3名より催行(人数が集まらない場合は中止)

【参加費】3,000円(花材費込み)

【開催日時】原則、季節ごとに1回の開催を予定しております。

9月12日(火)

【時間】14:30~16:00

**事前予約制**

(お電話にて1週間前までにご予約ください)

☎ 03-3341-9746 (代表)



## 他にも山内で 様々な活動を 開催・再開します

### ☕ [開催] お坊さんと話せる 寺カフェ

お茶やコーヒーをいただきながら、東長寺におつとめしているお坊さんとのんびりお話しできる「寺カフェ」。お坊さんも皆さんとの交流を楽しみにしています。参加の方に文由閣の御朱印をお授けしております。  
※開催日時など、詳しくは13ページを御覧ください

### 🍽️ [再開] 東長寺子ども食堂を食堂形式に

感染症対策のため、お惣菜の持ち帰り形式を続けていた子ども食堂ですが、皆で食事をする食堂形式を再開します。これに伴いボランティアも大募集中! お料理好きな方、子ども達から元気をもらいたい方、ぜひご協力ください。  
※ボランティアの募集や開催日など、詳しくは12ページを御覧ください

### 🎵 [再開予定] 仏教讃歌を歌う会

歌を通して仏教の教えを知る「仏教讃歌」を、皆で声を揃えて歌う合唱形式の同好会です。感染症対策のため、ながらく中止していましたが、再開にむけて準備しております。ご興味のある方は電話にてお問い合わせください。

### 📅 [再開予定] 檀信徒参拝旅行

「檀信徒参拝旅行」は東長寺や仏教にゆかりのある場所を訪ねて、檀信徒の皆様で行く少人数の団体旅行です。これまで国内や海外のツアーを催行してきました。感染症対策のため、企画自体を自粛していましたが、「観音巡り」など国内の身近な旅から再開します。参加募集や告知は主に山内掲示物などで行う予定です。

## ☕ コーヒー券を ご用意しました

文由閣1階で利用できる美味しいホットコーヒー券をおつけしました。お出しするのに少々お時間がかかってしまいますので、2名様までの少人数でご訪問の際にご利用ください。皆さまのお越しをお待ちしております!

### 🍵 文由閣ホットコーヒー券

※ご利用は開門時間内、2名様まで  
※利用期限：2024年3月31日まで

### 🍵 文由閣ホットコーヒー券

※ご利用は開門時間内、2名様まで  
※利用期限：2024年3月31日まで



【定員】12名  
参加費：3,850円(お食事代実費分)  
【開催日時】6月17日(土)  
7月5日(水)・22日(土)  
【時間】12:00~14:00(受付11:45より)  
※檀信徒以外の方をお誘いいただいても結構です。  
※お席は相席になります。アクリル板のご用意はございません。  
※アルコール類のご提供はございません。お飲み物はお水、温かいお茶のみ。

事前予約制  
(お電話にて1週間前までにご予約ください)

☎ 03-3341-9746 (代表)



【定員】10名  
【参加費】無料  
【開催日時】原則、毎月第2・4火曜日の開催を予定しております。  
勉強会のテーマは、月毎に異なります。  
6月13日(火)・27日(火) テーマ：認知症について  
7月11日(火)・25日(火) テーマ：エンディングノートについて  
8月 8日(火)・22日(火) テーマ：遺言について  
【時間】10:00~12:00  
(勉強会1時間+質疑応答・個別相談1時間)

事前予約制  
(結の会事務局までお電話にてご予約ください)

☎ 03-5315-4015 (結の会事務局)



## 法要のお食事 試食会

事前の試食で、おもてなしも安心  
法事の際のお食事が6月から再開されます。ご家族やご友人と集まってのお食事ですから、「どんなお料理なのかしら?」と気になる方もいらっしやるはず。法事のご予約の前に試食をしてみませんか。

## 「たれになる」と大好評! リブウェル・サロン

これまで文由閣で不定期開催していた「終活セミナー」を、毎月テーマを変えて定期開催します。司法書士など専門家による勉強会のあと、個別相談が可能です。



## 新任僧侶のご紹介

# はじめまして

しお わき かん と  
塩脇完人



大本山での2年間にわたる修行は、その殆どがコロナの影響下でした。人の交流が戻りつつあるいま、東長寺でたくさんの方と出会い、ご縁をつなげますように。



山梨県中央市の法久寺からまいりました、塩脇完人と申します。私は、駒澤大学仏教学科を卒業後、神奈川県にございます大本山總持寺で二年間修行をさせていただきました。その折に、ご縁があり本年三月十八日より東長寺様につとめさせていただくことになりました。この場をお借りして、東長寺檀信徒の皆様にご挨拶をさせていただきます。私の実家はお寺で、三人兄弟の長男として山梨県西八代郡市川三郷町の昌壽院で生まれ育ちました。私が僧侶になろうと思ったきっかけは、二つございます。

一つ目は、高校一年生の頃に社会の授業でお寺の跡継ぎ問題について習ったことでした。その頃から数十年後にはお寺の数が三分の一なくなるであろうといわれていました。当時の私はお寺の行事のお手伝いなど一切やっておらず大学卒業後は会社に就職しようと考えていました。しかし、たくさんさんの問題を抱えている現状を知り、実家の跡継ぎについて関心を持ちはじめました。

それから夏の棚経や年始のお札配りなど少しずつお手伝いをするようにしました。すると次第に興味が湧き、「この法要はどんなことをするのだろう」「どんな意味があるのだろう」と考えるようになりしました。例えばお盆という行事は先祖御霊を偲び、供養をする日として日本では欠かせない行事のひとつです。その意味を理解してこそはじめて供養ができるのではないかと思えます。私はまだまだ未熟なのでこの東長寺で勉強に励み知識を深めていきたいと考えています。

二つ目は、父の影響です。私の父は元々在家で、東京都杉並区出身であり、父の祖父の後を継ぎ、前述の昌壽院で住職をしていました。現在は私の弟が継いでおります。普段の父はいつも笑顔で、おちゃめな部分もあり面白く周りを笑顔にするひとです。しかし、僧侶としての姿は違いました。行事などでは決して妥協せず、細かな作法を正しく行い、時には厳しい一面もありました。その反面、檀家さんたちと優しく真剣に向き合い、説法をする姿がありました。私もこうなりたいと思い、父の背中を追いかけて今日まで至ります。私が思い描く僧侶、父みたいな立派な僧侶になるために日々精進していく所存です。

私は学生時代、山梨県・北海道・東京都といういろいろな場所で生活していました。新宿という都心での生活は初めてなので不安ですが、住職をはじめ、住職のお母さまや事務員の皆様、先輩の僧侶の方たちから様々なサポートと教をいただいております。また、私は子供時代、少林寺拳法をしていて武術に興味があるので文由閣の太極拳の会に参加しております。体を動かすのが好きなので東京での生活に慣れたら水泳もやりたいと思っています。おすすめの場所があればぜひ教えていただければと思います。

私は東長寺様や檀信徒の方々とのお付き合いのなかでいろいろなことを学び、師寮寺に帰った時は東長寺で培った経験を活かしていこうと考えております。皆様にはたくさんさんのご迷惑をおかけすると思いますが、何卒よろしくお願いたします。



# 「結」を訪ねて

[連載]

東京・宮城・千葉  
「結の会」の  
お寺に集う人



文由閣の納骨堂「龍樹堂」にお祀りしている地藏菩薩。その御前にお位牌がたくさん並ぶ様子から「皆さんが一緒だから、寂しくないね」と亡き人に語りかける参詣の方も。

## 忘れられない訪問者

お寺では日々様々な思いを抱いた方々の訪問をお受けしています。結の会にまつわる3つのお寺にはどんな方が訪ねてきているのでしょうか。

### 東京 新宿区 東長寺

#### 納骨堂の名が示す 縁を絆いだ人々の物語

縁の会創成期から支えてくださったスタッフがいいます。その人の名は本間龍二さん、戒名は大孫龍樹信士といます。文由閣の完成を見ず、病に倒れ永眠されました。どれだけ会員の皆さまからの信頼が厚かったことか。檀信徒の皆様が計報を伝えると縁の会を中心にお参りの方は尽きず、千本以上の花とうばが上がりました。縁の会のために尽くしたその人々、まさに縁の会の皆様が供養なさる。当時のお一人お一人の姿が、忘れ得ぬ訪問者として記憶されています。その中には、今はすでに亡くなられ、お参りを受ける側となっている方も。氏の功績と、人柄を偲ぶ皆様の思い

は、文由閣の納骨堂に「龍樹堂」という名で受け継がれています。

#### 出会は、こども食堂 保育士を目指した高校生

以前、こども食堂のボランティアには、地域の高校から校外活動として生徒さんを受け入れていました。コロナ前のこども食堂は遊び場も用意していたので、生徒さん達の担当は見守り役。ある日、ひとりの生徒さんを担任する先生から「生徒の入学願書の動画撮影に協力してほしい」と連絡が。聞けば、こども食堂のボランティアをきっかけに、保育士への進路を決めたとのこと。撮影の当日は、日が暮れるまでやり直しながら、カメラに呼びかける元気な声が寺務所まで聞こえたものです。何月か経った冬の頃。笑顔でやってきた生徒さんから頂いたのは合格の報告。思わず寺務所の皆が大歓声をあげることになりました。

### 文由閣 みなさまがご訪問なさる理由

#### カラーお位牌の申し込み

今年の1月から受付を開始したカラーお位牌。「どんな色かしら」と文由閣の1階で新色の見本をご覧になる方、申込みなさる方をお迎えしております。人気の色は、明るい洗朱や鶯色。龍樹堂では既に塗り替えを済ませたお位牌も並びつつあり、様々な方が集う多様性を納骨堂から感じることができます。



#### ペット共葬のご相談

ペットを愛する方が「詳しく知りたい」とお見えになるきっかけが「ペット共葬」。山内に張ってある「ペットと入れるお墓」のポスターに目を留めて、その足で文由閣へ相談に見えた縁の会の方も。ペットの存在がいかにその方を支えてきたのか伺うことが多く、今後もたくさんの方に知っていただきたいと感じています。



# 忘れられない訪問者



田植えの後も様々な作業があるのが米作り。真光寺のお米づくりも沢山の方の協力によって続いています。



東長寺碁縁の会の皆様。真光寺碁縁の会も懇親会を楽しんでいます。



## 千葉袖ヶ浦 真光寺

### 真光寺と東長寺を結ぶ 2つの「碁縁の会」

東長寺には「東長寺碁縁の会」があります。真光寺にも「真光寺碁縁の会」があり、真光寺碁縁の会の皆さんが所属し、年に3回程度泊りがけで碁の会を開催しています。この会には毎回「東長寺碁縁の会」の皆さんも参加され、互いに研鑽を深め、夜は一杯やりながら懇親を深めています。長らくコロナのため開催していませんでしたが、今年から再開しています。参加者の皆さんはひたすら囲碁に打ち込まれますが、朝は早く起きて、境内を散策したり、花々を楽しんだり、それぞれ思い思いに過ごしておられるようです。

### 亡き児の悲しみを供養に きっかけは田植えイベント

そのお母さんはご長男と自然学校の田植えイベントに参加されていました。腰には瓶のようなものを下げて

おられました。その方とお話すると、2番目のお子さんが生まれてまもなく亡くなられ、そのお骨をどうしても手元から離せないと云われます。それから何度かお話をし、また自然学校のイベントにも参加されていくうちに、このお寺ならお子さんを預けられると思われたのでしょうか、その3年後に真光寺縁の会に入会され、納骨法要を営みました。そもそも縁の会のお位牌は大人にお授けする信士、信女しか想定していませんでした。この時初めて童子という戒名をお授けしました。

爾来ご家族で自然学校のイベントや、お正月のご祈祷、春秋のお彼岸にお盆の法要など、真光寺の行事に欠かさずご参加いただいています。

おはなしを伺ったのは…  
岡本和幸師



真光寺住職。長きに渡り東長寺におつとめした後、無人だった真光寺に移り復興。2004年よりお寺の周囲で里山再生を開始。甦った美しい棚田では毎年米作りのイベントに多くの参加者が集まる。

## 宮城と千葉「結の会」のお寺へ訪ねてみませんか？

結の会の特徴は、都会にある参り墓と、自然に包まれた樹林葬による祀り墓を組み合わせた「両墓制」にあります。当山では、皆様にこの2つの生前墓を積極的に行き来していただきたいと考えています。ぜひ実際に現地を訪れて、ご縁を育んでください。そこで生まれる環境への慈しみ、地域の活性化が個人の中に留まらないエネルギーになると信じています。

## 東長寺が地方寺とコラボする理由

「死後は自然に還りたい」という人々の思いを受け止めつつ、樹林葬によって地方寺院と人の交流が生まれることで周囲の山林や自然環境が保全・再生されていくことを理念にスタートしました。







◀三浦住職(左)とニシャントさん(中央)。明るい人柄に、誰も笑顔あふれる滞在になります。

▼ニシャントさんは浜わらす達とも仲良しです。



▲海での出張授業を行う天澤さん。自らも海のことを学び続ける浜わらすみんなのリーダーです。



## 宮城 気仙沼 清涼院

### 海の向こうからやって来たお寺と気仙沼の親善大使

気仙沼観光協会の職員だったアメリカ人のニシャント・アンヌさんと初めてお会いしたのは清涼院で開催したBBQでした。人の交流が大好きな住職の思いもあり宗派・宗教関係なくお寺でみんなで盛り上がりましてようという一席。最初はビックリした様子だったニシャントさんも「フレンドリーな禅寺！」と大感激。以来、驚くような熱意で国内外へ清涼院情報を発信してくださり、国籍を問わず沢山の方がお寺を訪れ続けています。彼と家族のような交流を続ける中、震災と復興、仏教のお話しを多くの方へと絆ぐご縁が生まれています。

### 海に学び、海に生きる「浜わらす」の体現者

NPO法人浜わらす事務局長の天澤寛子さんは、元々清涼院のお檀家さん。東日本大震災の際、救援に駆

けつけSVA※の事務所が開かれた場所(清涼院境内)を引き継ぎ、浜わらすを運営しています。小中学校への出張授業や、ビーチクリーン、海の活動の発表などその精力的な活動には目を見張ります。津波が押し寄せた震災当時、幼子のお母さんであり妊婦でもあった天澤さん。その記憶が「抜け落ちる」ほどに困難な日々を過ごしました。それでも「自分にはやっぱり海が大事。地元の人たちと一緒に海で暮らす子どもたちを育てていく」と語ります。私も共に活動していますが、すぐくまっすぐな心の方。大人も子どもも浜わらすをきつかけに、ぜひ会ってみてほしい。きつと、訪問の皆さんにとっても忘れられない出会いと体験になると思います。

おはなしを伺ったのは…  
三浦正道師

兄上の光雄住職、清涼院を護る一方、副理事をつとめる浜わらすの活動にも積極的に参加。数々の山内イベントの企画も行っており、自身のFacebookで情報を発信中。



※SVA=公益社団法人 シャンティ国際ボランティア会

## 2つのお寺のイベントに参加するには

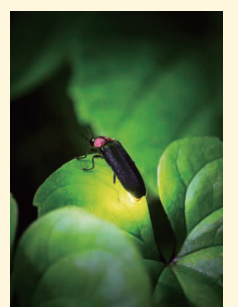
### 清涼院 定期イベント 「坐禅×YOGA」を開始予定

清涼院では開催されるイベントの最新情報は三浦正道師のFacebookで配信されるので、ぜひチェックを。今後は坐禅とYOGAの会、お盆とハロウィーンを組み合わせたハロお盆を計画中。浜わらすのイベントは公式HPからLINEまたはFacebookにて確認&ご予約を。



### 真光寺 6月は ホタル鑑賞のチャンス!

真光寺で開催される定期イベントは、坐禅会、YOGA、仏像彫刻の会など様々。気になる方はお寺の公式HPからお問い合わせを。お米づくりに関するイベント情報は「上総自然学校HP」をチェック。6月は「田んぼの草取りとホタル観賞」が3回開催予定です。



暮らしをととのえる

## お寺のおはなし

あなたの思いを装いに



ついたち法要の装いは、喪服である必要はございません。  
夏を迎えますが、お肌の大胆な露出は抑えること、本堂ではお帽子を脱ぐのをお忘れなく。

## 寺

の受付で、頻繁にいただくご相談があります。「お

寺で喪服に着替えてもいいでしょうか」「喪服は何回忌まで着るのでしょうか」というお尋ねです。そこで、お寺とはどういう場所

なのか、そして、なぜ喪服を着るのかを考えてみましょう。お寺は祈りと修行、学びの場所です。葬儀や法要のためだけの「会場」としてあるわけではありません。

一方、結婚式を行うホテルやレストランでは着替えが可能な場合もありますが、それは「会場」という役割だからこそ。祈りの場としてお寺を考えると、自宅から身支度を整えて行くのが本来といえます。それ故に東長寺でも、お着替えの場所をご用意しております。

\* \* \*

喪服は悲しみを表す装いで、元来は遺族だけの装いでしたが、弔意を表すために現代で

は参列者も着るようになりました。お葬式に比べ、明確な決まりが無い年忌法要の装いは迷う

方が多いようです。そこで「三回忌までは喪服を」とお薦めしております。これは深い悲しみにあつた遺族がその頃を境に徐々に「祥」即ち幸いに向けて歩みだすという三回忌の別名「大祥忌」に由来します。とはいえ、大切なのは慣習ではなく、供養のこころ。マナーや常識とされる情報が溢れ、正解を求めて迷ったときは、自分の中にある故人を偲び冥福を祈る心を見つめ直してみましょう。

\* \* \*

今年もお盆を迎えます。この数年はコロナの影響で法要の開催や参列を見送った方も、今年こそはとご準備されていることと思います。僧侶も絹や紗の薄物を纏う季節。皆様も無理のない装いで、ご参列くださいませ。





# とうちょうじ しょくどう 東長寺こども食堂



子連れの方ならどなたでもご利用いただける、食事の場と、遊び、学びの場を提供するためにボランティアスタッフが運営しています。

こども、そして保護者にとっての居心地のよい場所であることを大切にしています。

※詳しくはお電話またはInstagram、Facebookよりお問い合わせください。

Instagramは  
こちら！



Facebookは  
こちら！



## 食堂形式再開に向けて ボランティア大募集

2020年の3月以来、コロナ禍でのこども食堂は、本当にいろいろな手を打ってきたと今では懐かしく思います。外出自粛で持て余す時間の中、マスクが不足しているからと親子そろいの布マスクを作ってお配りしたり、絵本の読み聞かせの動画を作ったり、これまでのこども食堂の料理レシピを配信したり。

新宿こども食堂さんと協働で困窮家庭向けに宅急便で食料品を送ったり、フェローオーケストラの皆さんのご協力で、水の苑での野外ミニコンサートを開催したりもしました。利用者の皆さんとの縁が途切れませんようにと、こうした活動を細々と続けてきたおかげで、現在のお惣菜のお持ち帰りには新しい方もお馴染みの皆さんも来てくださっています。

一方で、スタッフは寺務職員を中心に人数を絞り込んで運営してきたため、こども食堂を支えてくださったボランティアの方々との縁は、残念なこと遠のいてしまいました。

6月以降の東長寺こども食堂は食

堂形式に戻し、皆で囲む食事を楽しめる、保護者の皆さんも安心してゆっくり食事がとれる場所を復興していきたいと思えます。

そこで、ボランティアスタッフを大募集いたします！以前のような遊び場の用意はまだ難しいので、食堂のみの開催です。主に配膳や食事中心の子さんの見守り、片付けや洗い物をお願いすることになるかと思えます。

夜ごはんの時間帯で食事を提供します。お手伝いいたたく時間帯は15時から19時くらいが中心です。また開催日は月に2回、火曜日と日曜日です。

私たちが久しぶりの食堂形式にまだまだハビリ中のような状況ではありますが、「ぜひやりたい」「興味がある」という方がいらつしやいましたら、ぜひお力をお貸しください！ご連絡お待ち申し上げます！

### ボランティア募集 ご連絡先

電話

03-3341-9746

メール

ayakot@tochoji.org

担当：金剛地(こんごうち)・松村

### こども食堂開催日

6月13日(火)・25日(日)

7月9日(日)・25日(火)

8月27日(日)

夏休みイベントも企画中！

こども食堂にご賛同いただき、ご寄附くださった方々

小野 良子様、渡邊 友子様、須田 早野江様、井田 大三様、瀧澤 紀雄様、前田 高雄様、斎藤 みを様、匿名ご希望 10名様 皆さまのご協力に心より感謝申し上げます



物が豊かに揃う日本ですが、大切に使う気持ちが育つよう願っています。

ご寄付いただいた  
文房具をこどもたちで  
分け合いました

ある日、お寺にたくさん届いたデッドストックの文房具。お店屋さんごっこのように並べ、ひとり5つまで自由に持ち帰れるようにしました。わくわくしながら、真剣に選ぶこどもたちの姿がかわいらしかったです。物が豊かに揃う日本ですが、大切に使う気持ちが育つよう願っています。

引き続き、お米や食品、またはお米券や余っている商品券などを募集しております。尚、ご送付の際は、お手数ですが、内容・日程等を、事前にご連絡いただけますようお願いいたします。また、「こども食堂宛に寄付金を送金したい」という有り難いお声を受けて、振込口座を開設しています。

#### ● ゆうちょ銀行(郵便局)から振り込む場合

[口座記号番号]00160-1-768735

[口座名称]トウチョウジコドモシヨクドウ

#### ● 他の銀行から振り込む場合

[銀行名]ゆうちょ銀行 [店名]〇一九(ゼロイチキュウ)

[店番]1019 [口座番号]当座0768735

[口座名称]トウチョウジコドモシヨクドウ

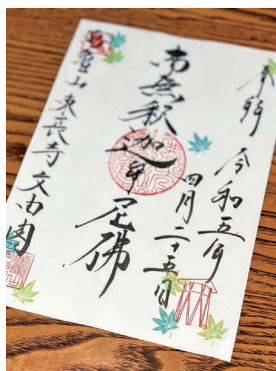
[問い合わせ] 03-3341-9746 東長寺(担当:金剛地)

東長寺では、持続可能でよりよい世界を目指しながら「誰一人取り残さない」という国際目標「SDGs」の実現に身近なことから取り組んでいます。このページでは、こども食堂の活動を中心に、その他のSDGsアクションをご紹介します。

# お知らせ



寺カフェ(一言写経)の様子



文由閣の御朱印

## 新旧様々なお寺の集いへ 皆様のご参加をお待ちしております

学びや体験、交流など、様々なふれあいの場が少しずつお寺に戻ってきています。皆様のご参加をお待ちしております。

### NEW お坊さんと話そう 「寺カフェ」のお誘い

文由閣でお茶とお菓子をいただきながら、東長寺につとめる若きお坊さんたちと交流しましょう。一言写経体験や文由閣オリジナル御朱印もご用意しております。

#### 開催予定日

7月3日(月)・26日(水)  
8月29日(火)  
9月4日(月)・27日(水)  
※各日15時より閉門まで

### NEW 少人数でゆったり開催 「リブウェル・サロン」

結の会事務局が文由閣で不定期開催していた「終活セミナー」を、



過去のセミナーの様子

好評につき毎月第2・4火曜日にテーマを変えて定期開催します。元気なうちに学んでおきたい未来のことを、司法書士など専門家から学びましょう。約1時間の勉強会のあと、個別相談が可能です。

#### 開催日

6月13日(火)・27日(火)  
7月11日(火)・25日(火)  
8月8日(火)・22日(火)  
「認知症について」  
「エンディングノートについて」  
「遺言について」

※各日午前10時～12時(勉強会1時間+質疑応答・個別相談1時間)

※定員：10名  
※問い合わせ先：結の会事務局

### ついでに法要の 「萬燈供養」が復活

詳しくは、今号の特集4ページと、17ページの基本情報をご覧ください。

#### 開催日

6月1日(木)・7月1日(土)  
8月1日(火)・9月1日(金)  
※各日18時30分より(予約不要)

### 添菜单

鈴木 国弘様(線香たくさん)  
伊藤 典子様(タオルたくさん)  
篠原 春美様(タオルたくさん)  
津陀 佳子様(タオルたくさん)  
横前 博文様(てぬぐいたくさん)  
匿名ご希望 3名様  
誌面をもって深くお礼申し上げます



## 開催済 山内行事のご報告

### ■春彼岸会法要(3月21日)

ちょうどお寺の枝垂れ桜が満開の中でおつとめいたしました。今年には各座共に大勢の皆様にご参列いただきました。僧侶の読経のみでなく、皆様がお唱えするお経の聲が本堂に響き、日常が戻りつつ



春彼岸会法要の様子

あることに感謝いたしました。

### ■釈尊降誕会・

### 花まつり法要(4月8日)

こちらは内献にておつとめいたしました。花御堂に安置された誕生仏に甘茶をかけてお釈迦様の誕生日を祝い、皆様のご長寿とご健康を御祈拝いたしました。また正午には梵鐘を鳴らし、世界の平和を祈りました。



花まつり法要の様子

## 各種教室・同好会のご案内(6月～9月)

新規参加ご希望の方はお電話にてお問い合わせください。

### ■写経の会 お経の会

第三金曜日 午前11時より

6月16日(金) 7月21日(金) 8月18日(金) 9月15日(金)

### ■碁縁の会(囲碁)

第2・第4木曜日 午後1時より

※6月は1回のみ、7月は変則的な開催となります

6月22日(木) 7月6日(木)・27日(木)

8月10日(木)・24日(木) 9月14日(木)・28日(木)

### ■太極拳

水曜日(月3回) 午前10時半より

6月7日(水)・14日(水)・21日(水)

7月5日(水)・19日(水)・26日(水)

8月9日(水)・16日(水)・23日(水)

9月6日(水)・13日(水)・20日(水)

### ■坐禅会

土曜日(不定期) 午後6時より

6月10日(土)・24日(土) 7月8日(土)・22日(土)

8月 休み 9月2日(土)・16日(土)・30日(土)

### ■仏教讃歌を歌う会

時期は確定しておりませんが、次号発行より前の再開も視野に入れて準備を進めております。ご興味のある方はお電話にてお問い合わせください。

- そば打ち同好会
  - 水彩画同好会
  - 折り紙教室
  - お掃除ボランティア
- 以上は休会といたします





お盆の須弥壇(昨年の様子)

# 山内行事

2023.6月 — 8月

◆山内の感染症対策については17ページを御覧ください。

## この夏は、ぜひお盆供養を

### お盆供養とは

お盆は先祖の霊を家庭に迎えて供養する期間として、正月と並び日本の国民的行事となっており、正式には「盂蘭盆会(うらぼんえ)」といい、先祖のみならず、生きとし生けるものすべてに供養を施し、幸福を願う行事として、今年まで受け継がれています。また、四十九日を過ぎて初めて迎えるお盆を「新盆」といいます。したがって、5月26日以降(四十九日以内)にお亡くなりになった場合は、その翌年が「新盆」となります。

### お盆の個別法要のご案内

昔は、お盆になると盆棚を設け、さまざまなお供えをしたものです。ナスやキュウリで作った牛馬も懐かしい思い出です。自宅に精霊をお迎えし、まるで生きているかのように振る舞う習慣は、深い思いやりに満ちた尊い行事といえましょう。昨今はご自宅に盆棚を用意する

のは難しいという方も増えてまいりました。ご自宅に代わってお寺でお迎えし、個別に先祖供養をいたします。ご法要と同様に、お身内が集まり親しく交流する機会としていただければ幸いです。日程を調整の上、ご希望に沿っておつとめいたしますので、まずはお電話にてお申し込みください。

### ●御とうばについて

ご参列の有無にかかわらず、萬亀に同封の「申し込みはがき」にて、御とうばのお申し込みを承っております。盂蘭盆会法要にて、施主のお名前を読み上げ、ご供養させていただきます。詳細は下記の枠内をご確認ください。なお御とうばをお申し込みにならない場合は、「申し込みはがき」の返信は無用です。

●ご法要のお布施について  
 合同法要の際、受取済みのご連絡を個別に差し上げることができません。申し訳ございませんがどうかご容赦ください。

## 御とうばのお申し込み方法・ご注意

### 申し込みはがきについて

宛名の面に、ご住所・ご芳名・電話番号を必ずご記入ください。切手は不要です。施主氏名にはフリガナをふってください。

### 御とうば代金および回向料御志納方法

来山時にご持参いただくか「現金書留」又は「郵便振替」よりお選びください。

### 現金書留をご利用の場合

① 萬亀に同封の「申し込みはがき」に必要事項をご記入ください。

② 現金書留専用の封筒を郵便局窓口で購入いただき、「申し込みはがき」と代金を同封の上、発送してください。

※必ず「申し込みはがき」を現金書留封筒に同封ください。

### 郵便振替をご利用の場合

① 萬亀に同封の「申し込みはがき」に必要事項をご記入の上、投函ください。

② 萬亀に同封の「払込用紙」にお名前、連絡先をご記入の上、払込手続きを行ってください。

※必ず萬亀に同封の「払込用紙」をご利用ください。

### お申し込み締切日 7月5日(水) 必着

### その他

・花とうばの場合は、連名不可とさせていただきます。

・盂蘭盆会の塔婆を立てる月について、申し込みはがきに○印にて記入をお願いします。記入がない場合、7月の盂蘭盆会に立塔婆いたします。



## 七月盂蘭盆会法要

以前のように、七月盂蘭盆会合同法要は左記の日程にておつとめいたします。ご都合に合わせてご参列ください。

〔日時〕7月13日(木)

第一座…午前10時受付

10時半打ち出し

第二座…午前11時受付

11時半打ち出し

第三座…正午受付

12時半打ち出し

●参列のための電話予約は必要ございません。出欠は御とうぼの申し込みとともに、萬亀に同封の「申し込みはがき」にてお知らせください。

## 八月月遅れ 盂蘭盆会法要

東京に住んでいるけれど「7月盆はどうも馴染まない、8月にお盆を迎えたい」という方、また、ご家族と一緒にとなかなか外出できないので、休みの日にお参り

したいという方のご要望にお応えして、8月の盂蘭盆会合同法要をおつとめしております。

7月にいらっしやれない方は、ぜひご参列ください。

〔日時〕8月11日(金・祝)

午前の部…10時半受付

11時打ち出し

午後の部…13時半受付

14時打ち出し

●参列のための電話予約は必要ございません。出欠は御とうぼの申し込みとともに、萬亀に同封の「申し込みはがき」にてお知らせください。

## ご来山の皆様へ 靴下等着用をお願い

初夏を迎えいよいよ暑さ厳しくなる季節。普段は素足でお出かけになる方もいらっしやると存じます。山内でお履物を脱がれた際には素足のままではなく靴下などを着用してお上がりくださいますようご協力お願いいたします。

## 今年新盆をむかえる方へ

亡くなられてから初めて、故人がご家族のもとへ帰っていらっしやる期間ですので、多くの方がとても大切にされています。さまざまなお供養の方法を用意しておりますので、お気持ちに沿ったかたちをお選びいただけます。故人をお迎えになれますよう、ご案内申し上げます。

### 新盆 合同法要のご案内

新盆合同法要は、亡き方とお別れしてまだ一年に満たない新盆を迎える方が一堂に会してご供養する合同の法要です。日程が合わない方は、一般の方と一緒に7月か8月の盂蘭盆会法要にご参加ください。

〔日時〕7月2日(日)

午前の部…10時半受付

11時打ち出し

午後の部…13時半受付

14時打ち出し

●ご参列希望の方はお電話にてお申し込みください。

### 新盆 個別法要のご案内

家族だけで、またご親戚やご友人にご参列いただき、お寺でご供養するプライベートな法要です。日程を調整の上、ご希望に沿っておつとめさせていただきますので、まずはお電話にてご相談、お申し込みください。合同法要は都合がつかないという方も、どうぞお気軽にお問い合わせください。

〔期間〕7月3日～8月8日  
(7月13日は除く)

〔時間〕10時～16時

●ご予約は先着順となります。



# 東長寺 基本情報

## ■開門時間について

午前9時から午後5時までといたします(ついでに法要開催日を除く)。

## ■電話での対応

午前9時半から午後5時までといたします。

【代 表】03-33341-9746

【縁の会】03-33353-6874

【結の会】03-5315-4015

## ■御葬儀について

山内葬儀、出張葬儀ともに、三密(密接・密閉・密集)に十分留意しながらおつとめしております。

お経や法話の際は互いの距離を保ちながら行います。なるべくお願ひしていただく参列の方の人数制限はございません。山内でのお食事も6月より再開いたします。

●お食事は折詰弁当などをお持ち帰りいただくことも可能です。ご相談ください。

## ■年回忌の法要について

年回忌法要は通常どおり承っております。また、ご来山なさらずとも、参列者なしでの年回忌の法要も承っております。

## ■お墓参りについて

開門時間内にお参りください。また、暑い季節となりますが、素足でのご来山はお控えください。よろしくお願いいたします。

## ■ついでに法要について

毎月ついでに、その月に亡くなられた方のお名前を読み上げ、ご供養しております。感染症対策のために、なるべく人数を限定し、日中の法要にておつとめしておりますが、6月より本来の萬燈供

## 養を再開いたします。

水の苑に燈明を流し、亡き人を偲ぶ時間を共に過ごしましょう。ご参列の人数制限はございません。また事前の予約も不要です。

## ●法要開始午後6時30分

●ついでに法要へのご参列の有無にかかわらず、花とうばを承っております。電話またはFAXにてお申し込みいただき、お支払いは現金書留にてご郵送いただくか、次回ご来山の際にご持参ください。

【電 話】03-33341-9746

【FAX】03-33341-2150

## 東長寺内の感染症対策



受付にアルコール消毒液をご用意しています。どなたも任意でご利用いただけます。



随時、山内各所の清掃・消毒に努めています。



職員は全員マスクを着用し、手洗い消毒を徹底しています。



山内は十分に換気をし、本堂でのおつとめの際は、窓を開放して行っています。

## 次号予告

萬 亀

2023年9月号 vol.143

【特集】

東長寺で出会う  
伝統工芸とアート

※内容は変更になる場合があります。

## 参詣の皆さまへのお願い

- 国の「マスク着用の考え方の見直し等について」を受けて、マスク着用は個人の判断が基本となりました。参詣の方のマスク着用は任意です。
- 風邪や季節性インフルエンザ対策と同様にお一人お一人の手洗い、咳エチケットの実施がとて重要で、重症化しやすいとされる高齢の方への配慮、感染症対策をお願いいたします。
- 発熱(37.5℃以上)や風邪の諸症状がある方は、来山をお控えください。



永代供養墓

# 結の会のご案内

## 現代人の生き方に 「ペット共葬」という選択を

血縁や家制度にとらわれず、現代人の生き方に応える個人墓「結の会」は  
新しい葬送のかたちとして個人とペットを結ぶ「ペット共葬」をはじめました。

人生の大切なパートナーとしてペットと暮らす方へ、  
安心をもたらす選択肢となりますように。



ずっと、一緒にいよう。

資料請求・納骨堂の見学予約を随時受け付け中

「結の会」の詳細情報はこちら

<http://www.tochoji.info>



お問い合わせはこちら

TEL. 03-5315-4015 電話受付時間  
9:30~17:00(日曜・祝日も受付)

MAIL [toiawase@tochoji.org](mailto:toiawase@tochoji.org)

入会前までの宗教・宗派は問いません。縁の会会員様も、結の会への契約変更によりペット共葬が可能となります。  
どんなことでもお気軽にお問い合わせください



東長寺寺報 萬亀

2023年6月号(第142号)

発行所: 曹洞宗 萬亀山 東長寺

発行日: 2023年6月5日

〒160-0004 東京都新宿区四谷4-34

(代表) TEL.03-3341-9746 FAX.03-3341-2150

(縁の会) TEL.03-3353-6874

(文由閣・結の会) TEL.03-5315-4015



www.tochoji.jp

このパンフレットは  
FSC®森林認証紙  
を使用しています。

FSC®認証は責任  
ある森林管理を認  
証する制度です。

