

そうぜんじ便り

19世 俊諦和尚筆

第163号

令和8年正月号

臨濟宗 宗禅寺
建長寺派

住職 高井正俊
徒弟 高井和正

羽村市川崎2-8-20
TEL 042-554-1276
FAX 042-578-3525

新しい一年を迎えます。二月三日の立春の節分は、旧暦では新春正月にあたります。新しい年を迎えるにあたり、豆(魔滅)を撒いて邪気を払い、福を招きましよう。当日はご来山いただいた全てのお子様を壇上から豆を撒くことができます。お誘い合わせの上、ご参加下さい。無邪気な心を皆で持ち帰りましょう。

令和八年二月三日(火)午後四時から 雨天決行

せつぶんついな
節分追儺

川崎一本木堂新春豆まき会

鎌倉流御詠歌 新春追儺祈禱法要 かつぼれ奉納

お子様による豆まき 年男・年女の皆様による豆まき

- ※ご来山いただいた全ての皆様に福豆を謹呈。お子様にはお菓子をプレゼント。
- ※厄払い特別祈願ご希望の方は志納料二万円にてお申込み下さい。
- ※節分祈禱の御札は一本三千元です。同封の専用ハガキにてお申込み下さい。
- ※皆様にお配りする節分の景品も随時受け付けております。

*春の文化展の日程が決まりました。三月二十日(金・祝)二十二日(日)三日間開催です。本堂特別展は羽村の漆工芸作家、並木恒延先生の作品を展示致します。入場無料です。募参の折にお立ち寄り下さい。

謹賀新年

本年も一年間、よろしくお願ひ申し上げます



宗禅寺

高井正俊・淑子

総代

高井和正・綾子

薬師講会長

雨倉久行・中村勝司
新井敏行・大野泰広

秋山一男

劇団 水族館劇場

新春境内路上芝居

さすらい姉妹

原作：桃山邑

演出・脚色：千代次

不逞重悲喜劇

『蟻の街物語』

いらんもんちようだい
捨てるもん ひらいにきたよー

蟻の街に住むバタヤ夫婦の運命や如何！
乞御期待！

日時：一月三日(土)

午後二時

観劇料..投げ銭にて

第四十回 薬師如来大祭ご報告

十月の第一土曜日には毎年薬師如来大祭を開催しています。宗禅寺の山号は医王山ですが、御本尊がお釈迦様であるにも関わらず、山号は薬師如来の異名となっています。これは、お寺のある川崎という土地は薬師如来の土地である、ということの後世に伝えていくためであろうと受け取ることが出来ます。

ご存じの方も多いですが、宗禅寺の開創は江戸時代の1615年です。一方、境内にある薬師堂は室町時代の天正年間の再建ということで、お寺ができる前から川崎には薬師堂がありました。

江戸幕府の方針もあり、村にお寺を創建することにはなりましたが、古くからある薬師堂のお薬師様をご本尊としてお寺にお迎えするのではなく、薬師堂は薬師堂としてそのまま村の中に安置しようという当時の村人の御意志を感じることが出来る決定でした。そうした先人たちの御意志を現在も地域の皆様方が大切にしてお寺の薬師大祭が継続して開催されています。

今年も節目の四十回を迎えましたが、天候にも恵まれ楽しい秋のひと時を過ごすことができました。

お力をいただいた薬師講中の皆様、そして奉納舞台にてご出演を下さった

皆様、朝からご尽力をいただいたサンガの会の皆様、携わって下さった全ての皆様に深く感謝を申し上げます。ありがとうございました。



▲バルーンショー
毎年バルーンアーティストの方に来ていただいて、バルーンショーをしていただいています。来年もお越しいただけます。

◀山藤流 日本舞踊
新日本舞踊・山藤流の皆様。子どもたちの日本舞踊も御奉納下さいました。



▶太鼓保存会
地元川崎の太鼓保存会の皆様です。お囃子の皆様にも御奉納いただきました。

同封の般若札について

はんinyafuda

同封の般若札について

檀信徒の皆様方へのお正月のお便りに般若札を同封しております。

般若札は六〇〇巻にも及ぶ大般若経の法力が込められている魔除けの御札です。

お家の玄関に貼ってご使用ください。

般若札は新しい一年の安泰を祈る大般若祈祷という法要での法力が込められている御札で、玄関に貼っておくと魔除けの効果があるといわれている御札です。

宗禅寺の般若札にも

天下安全 世の中が平穏になり

五穀豊登 五穀は豊かに実り

火盗潜消 火盗はひそやかに消える

萬民和楽 万民が一つに和して

諸縁吉利 様々なご縁に恵まれる

と書かれています。

新しく始まった一年の皆様にとって素晴らしいものとなることをお祈り申し上げます。



今後のサンガの会 のことについて

住職 高井正俊

宗禅寺にはお寺を使って活動をしている団体、グループがおよそ二十あります。お寺ではこれを総称してサンガの会とっています。各会で活動している方は、サンガの会の会員となります（御本人がその自覚されているかは定かではありませんが）。この会に所属している方は、およそ三五〇人です。ですから、毎月お寺には三五〇人以上の方々がお見えになって、実に様々な活動をしておられます。その会には各グループの指導者やチームリーダーの下で活動をしています。ですから、お寺からの直接の指導や指令を受けているものではありません。ただ、お寺を会場にしているわけですから、和尚さんや寺族の現状理解のもとで行われています。基本的には使用料はいただいていません。

皆さん、お賽銭をおさめて下さっているようです。

そして、会によって様々ですが、お掃除や草引きなど、何らかの形で御奉仕をなさっている会や人もおられます。又、節分やお薬師様のお祭りなど、お寺の行事の裏方として積極的に協力して下さい方もおられます。

今まで漠然とサンガの会と称していましたが、各会がこれだけ多くなり、人数になりましたので、サンガの会の位置づけ、方向性をお寺として皆さんにお伝えしておこうと思います。どうか御理解をお願いします。

○各会、毎月の活動をしている方々の会を、総称してサンガの会とさせていただきます。会に参加している方は、自動的にサンガの会の会員になります。

○お寺は檀家さんの皆様の永年にわたる日頃のご支援によって成り立っています。そのおかげで宗禅寺は安定したお寺の運

営が出来ています。サンガの会の方々も大きな意味で、その恩恵をいただいています。

○宗禅寺には五大事業があります。その内、お薬師様を元にしたものに節分豆まきと秋の大祭があります。この行事はお寺の寺族だけではなくても出来ません。総代さんや薬師講や地元地域の方々の絶大なる協力支援をいただいています。この行事の裏方のお料理などの支度は、御詠歌講を中心としたサンガの会（檀家さん婦人）がして下さいます。今まで主力になつて下さった方々も高齢化を迎えました。将来的に不安を覚えています。

ということ、各会で構成するサンガの会の方々のお力をお借りしたいと思えます。強制ではありません。有志の方々が。

○もう一つお願いがあります。これ又、健康体操の方々御厚意で年二回、お盆前と年末にお寺の本堂などのガラス拭き、建物内のお掃除が行われています。このお

掃除にも、皆さんのお力をお借りしたいと思えます。日程は前もって知らせします。ご協力をお願いします。

○お寺中心に色々なことをお知らせしますが、会としてのまとまりを作る意味で、代表の方々を何人か、お願いしたいと思っております。又、各会ではそれぞれ責任者、取り纏めの方を決めておいて下さると助かります。

○昨年の宗禅寺納会は、その各会の方々に呼びかけて行ったものです。今年もしかるべき(暮れかも)に納会、一年の御苦労さん会を各会合同のもとに執り行います。御参加下さい。

○最後に、宗禅寺では花祭りなどの諸行事をしています。そして、毎月土曜講座を開催し、皆で色んな勉強をしています。この土曜講座に参加をしていただきたいと思えます。お寺を学びの場所として、皆の共通の場にしたしたいと思います。

○おかげさまで、このような活動が出来

るお寺になりました。これからも皆さんと共にお寺を学びの場、心の休まる場所にしていただきたいと思います。こんなことをしてみたい、これをやりたい、など、どうぞ寺の者に声をかけて下さい。みんなで地域を高め、自分を高める場所にしていきましょう。

●今年、早々のお願いですが、二月三日の節分豆まき会を開催します。薬師講の方が全体の準備をして下さいます。サングアの会の方々に、節分の折詰料理、建長汁の野菜の切り込み、お時間があれば本堂や宴会の世話(皆さんもお膳につきますが)などです。御協力いただける方は二月三日午前九時にご集合をお願いします。皆で楽しい節分を作して下さい。



朝の坐禅会が始まります

宗禅寺は鎌倉の建長寺を本山とする臨濟禅宗のお寺です。坐禅会をいくつか開催していますが、今回早朝坐禅会を始めることになりました。

住職は以前から早朝、朝七時から毎朝坐禅をしています。最近、この朝の坐禅に通ってくれる方が出現しました。今、二人で坐っていますが、同じやるなら、ということ、毎朝、参加希望者の方と一緒に坐禅をしましょう。只、三十五分坐るだけです。ご希望の方は予約なしで直接朝七時にお寺にお越し下さい。

因みに、お寺では檀信徒の法事の時、十呼吸だけイスの坐禅をしています。皆さんに坐禅を体験し、坐禅の良さに気づいて欲しいからです。坐禅は自分の体を使って丁寧な呼吸をして、自分を味わってもらうものです。

◇早朝坐禅会 朝七時より三十五分間
ご予約不要、直接お越し下さい。

「禅の旅 寄稿文」

「禅利を訪ねての旅」に参加して

檀信徒 宗禅寺俳句会 中野 良一

この度「秋の駿河・遠州の禅利を訪ねて」というテーマのもと、十一月の十六・十七日の二日間、東海道筋に点在する歴史で特長のある禅宗の寺院を巡る旅に参加しました。

旅の終わりに心に残ったのは、それぞれの寺がもつ独特の「静けさ」とそれを支える強靱な「歴史」、そして各和尚様の人をひきつける語りの旨さ、更に今回いっしょに旅をし、行く先々を分かり易くガイドしていただいた鈴木佐さん（建長寺の研究員）の語り部の巧みさでした。

初日、バスを降りまず目にする風格の楼門、そしてその奥にある浅間造りの本殿・社殿をなす富士山本宮浅間大社の参拝……ここからが旅の始まりでした。

地に足がついたとたん、雄大な富士山そして社殿から受ける強力なエネルギーにその場に立ちすくみ、心が洗われ穏やかな気持ちになりました。

一路、由比の最明寺（さいみょうじ）へ。臨済宗妙心寺派の寺で、開山は一山一寧禅師（建長寺第十世住持）、そして鎌倉

時代の北条時頼ゆかりの寺でもあり、その景観及び寺自体の内容も心に残るものでした。

般若心経を唱え、住職から講話を聞きました。そして庭へ。特に樹齢七百年とも伝わる、一度枯れながらも奇跡的に蘇ったという「榎木」の姿には目を奪われました。潮風を受けながらも天に向かつて力強く枝を広げているその姿は、まるで幾多の困難を耐え抜いてきた寺の歴史そのものを象徴しているかのようでした。その生命力から明日への活力を得られた気がしました。



▲最明寺
建長寺住持一山一寧開山のお寺。最明寺は建長寺開基、北条時頼公の戒名でもあります。高台から由比の駿河湾を望むお寺でした。

次なる目的地、三保の松原へ。

世界文化遺産に登録され風光明媚な三保の松原を訪れました。澄んだ空気と磯の香りが心地よい三保の松原、潮風に揺

れる無数の松が織りなす緑のトンネルを歩くと、心が静まるのを感じました。

特に「羽衣の松」の佇まいには歴史の重みを感じ、神秘的な天女伝説のロマンに思いを馳せました。更に視界の先の奥に現れる海越しの富士山の姿も圧巻の一言でした。この特別な景色は、忘れられない旅の思い出となりました。

続いて掛川市貞永寺（ていえいじ）へ。参道から寺の本堂に向かう石畳の道は、両脇の桜の枝葉に覆われ進むほど静寂な空気に心が静まりました。

この寺の最大の見どころは、江戸時代前期に造営された本堂です。市指定文化財にふさわしい荘厳な佇まいで、約八百年の歴史をもつ古刹の雰囲気や建築物が象徴しているようでした。創建が四条天皇の時代に遡るといふ事実をかみしめながら、日本の古い歴史と文化に触れる貴重な体験となりました。そして、心穏やかな時間を過ごせる素晴らしい場所でした。

二日目牧之原市平田寺（へいでんじ）へ。平田寺は、遠州（静岡県の西部地域）

では最も古い禅寺で見どころが多くとても奥深い古刹でした。寺を開いた僧を祀る開山堂、人々の祈りが集まる位牌堂も拝観でき、信仰の篤さを感じました。更に、

江戸時代老中の田沼意次公により再建された本堂等の歴史、そして貴重な文化財を納める宝蔵庫の存在もこの寺の格式を高めているようでした。

また、数年前の出来事（令和四年九月）としては、将棋の藤井聡太六冠（当時五冠）が王位タイトル戦で対局した将棋の聖地としても知られ、私も同じ場所の畳に座してみました。自身も対局しているようで感無量でした。



▲貞永寺絵画

信者さんでしょうか。お寺の本堂と境内を描いた油絵が飾られていました。参道には桜が植えられており、春は華やかな境内になります。

旅の締めくくり、吐月峰（とげつほう）柴屋寺（さいおくじ）へ。

この寺は、静岡市丸子宿に位置する臨濟宗妙心寺派の禅寺で、特に国指定の名勝庭園はまさに圧巻でした。座敷から望む吐月峰の山は息をのむ美しさで、庭の



▲柴屋寺庭園

国指定の名勝。書院正面からは借景の山が見えます。

枯山水、深山幽谷の石組が一体となった庭園を眺めた瞬間、心の奥深くまでおごそかな静寂がしみ渡っていくのを感じました。寺とゆかりの「宗長」は、連歌師であったため、彼自身が求める静けさ、奥ゆかしさ、優雅さをこの場所に求めたのではないのでしょうか。そしてこの景色は、時を超え訪れる人それぞれの心に静寂と深い感動を呼び起こすように思えました。

以上、この四ヶ所の寺院を巡る旅は、場所こそ違えど、すべてが静けさの中に強靱な精神と祈りを秘めていることを教えてくれているようでした。
日本の歴史と精神性を深く感じる心洗われる貴重な体験となりました。



▲平田寺開山堂

ご住職が丁寧に説明下さりました。平田寺は田沼意次公のお寺として、開山堂には田沼家のお位牌が祀られておりました。

- ・バスにて
「冬富士に想ひを馳せて寺めぐり」
- ・浅間大社にて
「玉砂利に心も澄みて菊日和」
- ・最明寺にて
「木枯に幹を傾け寺の楨」
- ・貞永寺にて
「参道を冬桜樹の案内あり」
- ・平田寺にて
「石の庭冬の光を寺に置く」
- ・柴屋寺にて
「借景が冬の日を負ふ広き庭」
- ・三保の松原にて
「冬の浜羽衣伝説想ひ馳せ」
- ・丸子宿にて
「とろろ汁名店多し丸子宿」

終わりに、この旅を企画してくださった高井住職、そして建長寺研究員の鈴木佐様に、心より感謝を申し上げます。



新聞紙のおもちゃロケット。みんなで射的のように遊びました。

“リアルてらこや”
開催中
らいむぎハウスから皆様へ

新年あけましておめでとうございます。
昨年はいむぎハウスの特定非営利活動法人化への準備がありました。十二月頭に正式に書類が受理され、現在審査手続き中となっています。そうしたさなか、こども家庭庁さんからの取材も受けました。



星型人参を小学生みんなで一緒に調理

既に弊団体の活動がこども家庭庁さんのホームページにて紹介されていますが、ボランティアさんと子どもたちが一緒に相撲を取っている様子の写真での子どもたちの笑顔が強く印象に残ったらしく、直接羽村に来て活動風景や参加者の子どもたちやボランティアさんからの生の声を聞かせて欲しいとお話しました。当然ながら、宗禅寺のご住職にもお時間をいただきインタビューを受けていただきました。



星型人参に星型人参。クリスマスに星型人参の雰囲気を感じてくれたかな？

十二月は時節柄クリスマスを意識したてらこやとなりました。工作では、牛乳パックを材料としたスタンドグラスや新聞紙を活用したおもちゃのロケットを子どもたちが制作しました。昼食のポテトサラダは星形の人参を上に乗せて、クリスマス風の雰囲気を出しています。

有り難いことに、様々な方からご支援をいただいております。使用した野菜は全ていただき物を利用していただきました。また、裏の駐車場のお寺の畑からも食べ物をお願いしております。

ご縁をいただいている全ての皆様に感謝をしつつ、新しい一年も活動を続けてまいります。よろしくお祈り致します。

らいむぎハウス代表 水嶋恵子
問い合わせ

水野義裕 ○九〇一五五四二一六一五九

rainmughouse2021@gmail.com

文庫長だより

島田 秀男

我が家の隣にある花壇は、かつて庚申様こうしんさまと呼んでいました。そこは石積みいしづみの小高い場所になっていて、庚申塔、馬頭観音塔と心経塔の三基の石仏がありました。現在は三基とも、宗禅寺の境内に移設されています。

二月の節分を迎えると、その庚申様で「フクハウチ、オニハソト」と男性の掛け声が聞こえてきました。その声は、夕暮れ時の陽が沈みかけた冷たい空によく通る声でした。節分の豆まきの時期になると、今でもその声が聞こえてくるような気がします。

節分は、平安時代に宮廷で行われていた鬼やらい(追儺)の行事から発生したといわれています。鬼やらいは、旧暦の大晦日に鬼を払い、新しい年の無病息災を願うものでした。疫病や災害は鬼の仕業と考えられていたので、鬼を追いかけて払うことで病気や災いのない穏やかな一年にしようという願いが込められています。鬼やらいは室町時代には、「鬼を豆まきで追い払う」という豆をまく催し物に変化し、江戸時代になり一般庶民の間にも節分の行事が定着しました。

鬼という漢字は、六世紀後半に中国から

日本に伝えられました。中国では、鬼は「死者の魂」を意味し恐れられていました。

平安時代以降、仏教、道教や修験道などからさまざまな影響を受けて、鬼は人々に災いをもたらす荒々しい、恐ろしい悪業(あくごう)をはたらくものという観念が生まれました。

一方では、鬼が幸福をもたらしてくれる例も少なからずあります。民間信仰の中で、秋田県男鹿地方のナマハゲに代表される蓑を着た鬼たちは年一回各家庭を巡る災いを払い人々に祝福をもたらす来訪神となつています。

昔話の『桃太郎』は、鬼ヶ島に行き鬼を退治して、宝物を持ち帰る話や、『一寸法師』のように鬼を負かし「打ち出の小づち」を手に入れ、金銀財宝を出して幸福に暮らしたという伝説があります。

節分は立春の前日で、太陽暦では二月三日か四日ころになります。節分をトシトリ(年取り)と呼んで、誰でもこの日にひとつ年を取るといふ。旧暦の正月はこのころなので、年が改まる日とする考え方があったからです。

節分の行事は、「ヤツカガシ」と「豆まき」です。

「ヤツカガシ」(焼嗅がし)は、鯛(いわし)の頭を柵(いざい)にさして、家の入口などにおく行事です。鬼は、鯛を焼くときにでる煙とくさい匂い

や柵の葉のトゲによつて目に刺さることを恐れるためであるといわれています。

鯛の頭を焼くときは、木を燃やした灰と唾(つば)をかけて「粟の虫の口止め」「稗(ひえ)の虫の口止め」と唱えたといえます。農作物に害をおよぼす虫から守る、虫封じの呪い(まじない)です。

「豆まき」用の大豆は、ホーロクで二度煎つたものを使います。煎つた大豆は、一升枡に入れて神棚に供えておきます。夕方になると、神棚、恵比寿様、荒神様をはじめ各部屋(まは)に豆をまきます。家の外では、井戸や土蔵などにまきました。

豆まきの掛け声は、「福は内、鬼は外、鬼の目ぶつつぶせ」で、大きな声で唱えます。掛け声は地域によつてさまざままで、昭和五三年に実施した羽村郷土研究会の民俗調査では、川崎では「鬼は外、鬼は外」といつて豆をまき、そして「福は内」といつたとあります。

節分は年取りの行事でもありますので、一年の無病息災を願つて、自分の年齢の数だけ豆を食べます。豆の数は、一つ余分に食べる地域もあります。

さて、小生は今年豆を何個食べたらいいいでしょう。一つ、二つ、三つ……。

《参考文献》

『はむら民俗誌』『日本民俗大事典』

寺門清風 正俊記

●あけましておめでとうございます。令和八年、今年もどうぞよろしく。世界は相変わらず平和にも遠く、少しずつ悪くなっていくようです。なんとかしていければと思います。宗禪寺は皆様のおかげで、平穏です。狸和尚の記を、お楽しみ下さい。盛りだくさんです。

へ九月へ

- 孫のルリカ、カノンも五年生。夏休みが終り、学校へ。ぐっと大きくなりました。写経の会でイス坐禅。 9/1
- 御詠歌講の方々、南の間でなごやかに。衣川先生の『蘭溪語録』を読む。禅文化研究所と出版の相談。 9/2
- 本堂で定例のヨガ教室。一時間 9/4
- 神明神社の秋祭り。御祝儀を届けに。木彫教室、土曜坐禅会も。 9/6
- 第一日曜日の朝粥坐禅会十五人で。建長寺で「鑑古今日曜学校」の一日。食と禅の指導へ。大人小人で九十人 9/7
- 湯島、麟祥院で臨済録勉強会。小川隆先生、横田南嶺老師より心良い刺激をいただいています。感謝感謝。 9/8
- サンガの会「宝塚観劇」へ。 9/9
- 日本に禅研修に二十年来ていた、ドイツのヤコブさん九十歳で最後の訪日。吉田

管長と共にお茶。素晴らしい建長寺禅研修アルバムいただく。日本橋高島屋で三橋鎌幽氏、鎌倉彫展へ。寺では写経の会。

- 境内の竹林・墓地の手入れ。和尚さん達の書道教室。体調とても良い。 9/12
- 護持会・薬師講の方々、彼岸前の墓地清掃に御奉仕。リアルてらこや。平曲。土曜坐禅会と寺は一日フル回転 9/13
- 衣川先生より禅の論考届く。午後、客殿で平家琵琶の平曲十五人。 9/14
- 和正和尚四十六歳の誕生日。 9/16
- 建長寺住職研修会。開山様蘭溪道隆和尚の手紙を、榎本隆先生が解説。貴重な報告。 9/16
- 建長寺、鎌倉禅研究会。ホウタンさん、衣川賢次先生。尾崎で一献。 9/18
- 本堂でサウンド・バス。横になって音を使った禅。十人。 9/19
- 今日より一週間、彼岸早朝坐禅会。暁鐘、梅湯、坐禅。六時〜七時。 9/20
- 午前中法事三件。一時より写経の会。水族館劇場の方々、除草と稽古。永年、境内掃除を下さった島田弘さん、高齢のため終了。永い間、とてもとても、ありがとうございました。 9/21
- 月一回の俳句会。禅センター 9/22
- みんなの家で、平日てらこや 9/24

○毎週金曜日は健康体操裏の家 9/26

○土曜講座。鎌倉から矢野フキ子さん、鎌倉海藻パークの話。終って、ゆとりぎで「ハムラン十周年記念公演へ皆で行く。

私は七時半土曜坐禅会

9/27

●お彼岸には、たくさんの方々がお墓参りに来てくれました。お花の追加でんてこまい。御先祖の方々はしあわせです。皆さんの顔も明るい笑顔一杯。

○月末には、うどん教室が二回。皆楽しくやっています。ごちそうさま 9/29

○眼と耳が不調ですが、日々快適に過ごしています。九月も盛沢山でした。

へ十月へ

- 一のおつく日は写経の会。終ってから、イス坐禅、お経、一口会話。 10/1
- 虎ノ門病院定期検査。 10/2
- 本堂でサウンドバス。みんなの家で健康体操。みなさん体を大事に 10/3
- 第四十回の薬師如来大祭 10/4
- 九時薬師講、十時サンガの会、支度。実に手際よく順調に！一時建長汁作り、二時ジャンガン、三時法要、そしてお囃子や日本舞踊や、バルーンショー、フラダンス、伊庭さん民謡。盛だくさん。皆で楽しく。屋台もタイ焼き、やきそば、やきとり。綿あめ、ポップコーンと。盛りだくさん、皆で楽しく。

- 終つてから本堂で七十人の打ち上げ。皆さんの御奉仕で、お薬師様大喜び。
- 朝粥坐禅会十二人で。薬師講の方々、お祭りの片付け二十人でキレイに 10/5
東京、麟祥院勉強会。 10/6
- 作務で境内のゆり刈り取り。宗禅寺の諸記念品(白磁の焼物)を作つて下さつていた副島泰嗣さん亡。 10/7
- 作務労働薬師堂西植え込み 10/10
てらこや。一部平家。土曜坐禅。写経の会も。寺の施設大活用。 10/11
- 午前中、法事三件。午後、平曲。 10/12
- 银杏、和正和尚が一手に処理。広徳寺(五日市)開山忌に毎年。恒例。 10/13
- 鎌倉禅研究会。芳澤元・橋本素子先生の講義。毎回四十人の参加。 10/16
- 鎌倉・食を学ぶ会。僧堂を案内して、食作法の講義、そして午前中に作った建長汁を皆で(八十人)で食べる。おかわりアリで、大盛會。皆笑顔。 10/17
- 土曜定例坐禅会。終つて抹茶一服。皆さんから一口話。安定安心。 10/18
- 银杏たくさん落ちる。ハキヨセだけでも大変。今年は昨年のお三倍。 10/20
- 平日てらこやを子ども家庭庁から取材と撮影。みんなの家。 10/22
- 衣替。冬物出し夏物収納。京都、建仁

- 寺管長さんから、银杏の御礼の電話。久し振りに長話。 10/23
- 青梅・常保寺の小沢秀暎和尚の葬儀にゆく。羽村市史・近世読む 10/24
- 土曜講座。イス坐禅・お経。菊地玉雲さん講談「耳なし芳二」。羽村郷土博物館の前田夏美さんから、羽村にあった映画館、錦龜館の事を丁寧に説明していただきました。二十人。 10/25
- 建長寺岩手郷土芸能大会へ。たつぷり楽しませていただきました 10/26
- 学び舎で認知症カフェの会 10/27
- 寺子屋委員会勉強会。月一回、地域のことを学習。十人で。 10/29
- 虎ノ門病院。CT、胃がないのに消化器検査。異常ナシ。 10/31
- 十月多忙でしたが、心身共に好調、現役の昔にもどつたよう。建長寺も宗禅寺も、コロナ前に戻った。但し、大事な人を多く見送る歳になりました。
- へ 十 一 月 へ
- 朝三時に起き、八時半まで私の大事な時間。体操、勉強、おつとめ、坐禅と充実した時間。最近朝の坐禅に来てくれる人が現れました。
- 一日の坐禅は、法事と写経の会と土曜坐禅。なかなかです。 11/1
- 鎌倉、円覚寺風入れ、神津コレクション

- 拝観。多くの資料にびっくり。建長寺風入れは小泉淳作先生の作品展。夕六時は名栗・金錫寺の山本莞山和尚様の通夜へ。淑子と。 11/3
- 金錫寺さん葬儀。元建長寺職員・東城裕子さんも。午後御詠歌練習日 11/4
- 父・高井俊諦和尚二十七回忌。総代さん、弟回春院和尚と御詠歌講で。 11/5
- 鎌倉禅研究会。白川宗源和尚・山口琢実先生。 11/6
- リアルてらこや五十人。平曲二十人。土曜坐禅十二人。来山者多し。 11/7
- 薬師講役員会。大祭の報告反省会など。鎌倉建長寺ライトアップ提案 11/9
- 湯島・麟祥院臨済録勉強会。河野徹山老師、小川先生。通夜のため早退。 11/10
- 昼葬儀。写経の会。夕方、鎌倉からのお客さんと本堂で小宴。 11/11
- 虎ノ門病院。検査結果、胃消化器、腎臓も異常なし。虎ノ門ヒルズで昼食。駒沢大学禅文化歴史博物館「沢木興堂展」へ。小川先生不在。 11/13
- 土曜講座イス坐禅・講談「雪おんな」五日市憲法を学ぶ。二十一人 11/15
- 久し振りに「禅の旅」静岡、富士浅間神社、最明寺、貞永寺、焼津泊、平田寺、柴屋寺。焼津お魚センター。鈴木佐さん

の特別メニュー。観光旅行では絶対に味わえない。鈴木さん三淵さんありがとうございました。二十一人の参加。

11/16~17

○永代供養墓増設の件で、市の生活環境課の市川・前田さん来山。裏の土地に苗木植え、梅林さんと。実践女子大学生、香川さんお寺の調査に。卒論のため。質問多し。

11/18

○有楽町朝日ホールで、禅を聴く会。坪梅伸也さん、佐々木老師。いろんな方に会えて嬉しかった。

11/19

○横田基地文化の会。外人の方お寺と禅を知りに二十人。昼食して帰る。

11/20

○銀杏はきよせ、収集多量。趙方仁さんの「中国本」読む。面白い。

11/21

○土曜坐禅十五人。禅堂に熱気。

11/22

○子ども家庭庁(安藤・高根沢)撮影隊、終日、リアルてらこや取材。

11/26

○月末には、うどん教室が二回。楽しく、おいしいそばも作っています。

11・末

○薬師講忘年会。建長寺ライトアップへ。小泉淳作展も。宴席は大船の湯沢さんの店で。上江洲・村瀬さんに大変お世話になりました。二十九人で。

11/30

●十一月も実にいろんなことが。禅の旅、薬師講忘年会出張。皆さんの参加で、盛大に開催できました。

〱十二月〱

○一のつく日の写真の会。平曲の鈴木さんと来年の相談。平曲継続。四時、月一の寺子屋委員会勉強会。十人の参加。ありがたいことです。

12/1

○年末になり、来年の鎌倉禅、鎌倉食、土曜講座の予定を作り出す。

12/初

○御詠歌講中の方々で、お釈迦様が悟りを開いた成道会を前倒しで行う。

12/2

○虎ノ門病院。糖尿、じんぞう検査。共に、まあまあ大丈夫。夜通夜。

12/4

○土曜坐禅夕七時半。暖房入

12/6

○朝粥坐禅会。朝六時真つ暗。十人で。後、法事四件。少し疲れる。

12/7

○星野造園来山。松の木四本、石南花二本、ならの木一本切る。松の剪定、東側大垣根スカシ。いろんな事をしてもらう。四日程四人で。

12/初

○梅林父子、裏の家サッシ、シャッター入。鈴木孝庸さんより本頂戴。

12/中旬

○鎌倉禅研究会。山名田和尚、采澤和尚。終つて、私は西銀座スウィングへ。

12/11

○平曲の会。リアルてらこや

12/13

○麟祥院。臨済録勉強会。

12/15

○鎌倉・食の会『料理が苦痛だ』の現場より、本多理恵子さん。皆んでお屠蘇の素作り。

12/16

○名栗・金錫寺和尚さんの本葬儀へ。淑子と共に。永い永いおつきあいの人。

12/18

○健康体操の方々他、本堂ガラスふきなど、掃除を下さる。

12/19

○護持会、薬師講役員の方々に境内・墓地枯花片付け。除夜鐘支度。

12/20

○宗禅寺納めの会。各会の方々と。入山心得、イス坐禅、般若心経、ご詠歌、河津の千葉和尚と雨倉千代美さんコラボ音楽会。そして皆で茶話会。

12/20

○一の付く日の写経の会。

12/21

○除夜の鐘。薬師講の方々にドラム缶焚き火。甘酒奉呈。絵馬奉呈。皆で鐘をついて、感謝と希望を示しました。今年も一年が終わりました。

12/31

宗禅寺観音募金

皆様からの募金、お賽銭をこのように使っています。ご協力ありがとうございます。

繰越	33,000円
収入	91,000円
支出	100,000円

お賽銭

内訳	20,000円	羽村市社会福祉協議会 様
	20,000円	西東京臨済会災害支援部 様
	20,000円	らいむぎハウス(リアルてらこや) 様
	20,000円	あしなが東日本大震災遺児支援募金 様
	20,000円	あきしまウクライナ友好協会 様

繰越	24,000円
----	---------

宗禅寺毎月の活動

—お寺で本当の自分に気づく—

- 朝粥坐禅会……毎月第一日曜日 朝6時～8時 坐禅後に禅の食事作法に則ってお粥をいただきます。鐘を撞きながら般若心経読経。ご予約ご不要です。1/11 2/1 3/1
※正月は第二日曜日に開催します。
- 早朝坐禅会……毎朝7時～7時35分。ご予約ご不要。直接、お寺の本堂へお越し下さい。
- 土曜坐禅会……毎週土曜日 子供:18時～19時 大人19時半～20時半 足にご不安の方には、イス坐禅もごさいます。予約不要です。※子供坐禅は要予約にてお願い致します。
※1月3日はお休み。1月10日から開催致します。
- 土曜講座……毎月1回開催の公開講座。毎回13時～16時。地域文化と財産の再発見に。
- 写経会……毎月1の日(1日、11日、21日)13時～15時般若心経写経。支度片付けは全員で。
- 鎌倉流御詠歌……毎月第1第3火曜日13時半～15時ホトケのココロを歌に乗せて 指導:高井淑子
- 手打ちうどん教室……現在2クラス開講中。各クラス月1回。講師:島田辰夫先生
- いきいきヨガ……毎月第1第3木曜日10時～11時 予約不要 参加費500円 要ヨガマット、水分補給飲料
講師:園部多恵子さん <https://www.instagram.com/tae.yoga/> 1月は8日、22日開催
- リアルてらこや……毎月第2土曜日午前中&毎月第4水曜日午後2時～7時半(小学生は4時半まで)
土曜日はお寺客殿、平日は裏の第二駐車場隣の「みんなの家」にて開催。
主催:らいむぎハウス 問い合わせ090-5542-6159(水野義裕)
子どもたちの学習支援、居場所づくり、こども食堂。ボランティア募集中。
- 一部平家……平家琵琶を聴く会。毎月第2土曜・日曜13時～16時。 参会費500円
平家琵琶の伴奏で平家物語を語ります。問い合わせ:鈴木孝庸090-1267-0864
- サウンドバス……クリスタルボウル、チベタンボウルの音色の中で静かに横たわるリラクゼーションです。原真弓090-4392-7133 1/16 2/13 3/13
いずれも金曜日 午前10時～11時15分
- 木彫教室……毎月第1第3土曜日 13時～16時 講師:新井達矢先生 見学可能 仏像や能面を彫ってみませんか? 月謝5,000円(道具、材料費は要別途)
新井達矢先生ブログ <https://ameblo.jp/tapazy-a-1982/>
- 宗禅寺俳句会……毎月1回(主に第3月曜日13時半～15時半頃)
問い合わせ:中野つたえ 042-554-2444
- 尺八吹禅の会……毎月第1第3月曜日 19時半～21時頃 坐禅15分、練習60分
問い合わせ:坂井陵童 042-554-3273
- 将棋愛好会……毎月第3日曜日13時半～16時半 老若男女問わずご参加下さい。お子様の御参加も大歓迎です。 問い合わせ:新井政昭 090-3089-3011
- 新聞サロン……毎月第4土曜日13時～14時 新聞を使って自分の世界を楽しく広げましょう。
お子様のご参加大歓迎。要予約 鹿野川喜代美 042-554-7343 090-6549-0751
- ちくちく
▲竹々会……毎月第2水曜日10時～16時 みんなで編み物をする集まりです
問い合わせ:根岸加代子 042-555-6212
- ▲囲碁サロン……毎週木曜日午前9時～午後4時 出入り自由
- ▲介護予防体操……健康体操をみんなで一緒に行います。毎週金曜日14時～16時。

寺子屋委員会・薬師講中・護持会・サンガの会 ——活動中です——

○禅センター・みんなの家 ご使用下さい □各会の会場:●宗禅寺 ○禅センター ▲みんなの家

土曜講座のお知らせ

今年もいろんな方をお招きして、勉強させていただきます。お茶代として三〇〇円のご負担をお願い致します。学生さんは無料です。檀家さんに限らず、どなたでもご参加できます。

◆ 第百十回 一月十七日(土) 十三時～十六時

- ・イス坐禅・お経 住職 高井 正俊
- ・新春を寿いで「三味線を聴く」 永く川崎で教室を開いておられる 藤本 弥尾地さん

◆ 朗読 浅田次郎作『天切り松間ものがたり』より

「槍の小輔 下」 菊地 玉雲師

◆ 第百十一回 二月十五日(日) 十三時～十六時

- ・「二月十五日 お釈迦様涅槃の日(ご命日)」
- ・「お釈迦様の涅槃会によせて」
- ・イス坐禅 お経 御詠歌
- ・朗読「槍の小輔 下」 菊地 玉雲師
- ・ハーブを楽しむ ハーブ演奏 太田 博子さん

◆ 第百十二回 三月七日(土) 十三時～十六時

- ・イス坐禅 お経 住職 高井 正俊
- ・「講談と琵琶で織りなす「耳なし芳一」」 講談 菊地 玉雲師
- ・「中国人はどういう人たちか」 錦琵琶 藤本 桜楓師

大妻女子大学国際センター教授

趙 方任先生

鎌倉禅研究会のお知らせ

鎌倉建長寺で行っている禅の勉強会です。ご予約ご不要。一月は会場円覚寺さんです。入口で入山料五〇〇円、会場で資料代五〇〇円を納めて下さい。会場でお会いしましょう。

◆ 第百十七回 一月二十九日(木) 会場 円覚寺

- ・「禅の語録を読む」 駒沢大学教授 小川 隆先生
- ・「臨濟禅師の坐禅」 円覚寺派管長 横田 南嶺老師

◆ 第百十八回 二月五日(木) 会場 建長寺

- ・「僧侶としての公暁」 鎌倉幕府二代将軍源頼家 遺児の伝記をめぐって——」 駒沢大学准教授 舘 隆志先生
- ・「『喫茶養生記』の桑と茶」 駒沢大学准教授 岩間 真知子先生

◆ 第百十九回 三月二十七日(金) 会場 建長寺

- ※曜日注意。金曜日です。
- ・「演題 未定」 浙江工商大学 普 昭駿先生
- ・「無準師範禅師の生涯と頂相」 駒沢大学名誉教授 佐藤 秀孝先生

※時間は午後一時開始。午後四時半終了予定です。

鎌倉・食を学ぶ会 in 建長寺

食のことを色々。どなたでもご参加できます。お出かけ下さい。建長寺入山料五〇〇円、会場にて参加費五〇〇円のご負担をお願いします。

◆ 第二十一回 二月二十一日(土) 十三時～十六時

- ・「私のしていること——食のサポート——」 一般社団法人ふらっとカフェ鎌倉 渡邊 公子さん
- ・「禅の作法で建長寺直伝の建長汁を食べる」 元建長寺派宗務総長 高井 正俊

※二月の会は建長汁代等として一五〇〇円のご負担をお願いします。

◆ 第二十二回 四月二十日(月) 十三時～十六時

- ・「鎌倉漁師の話——鎌倉鯉と鎌倉海老——」 長四郎網十代目綱元 加藤 彰一さん
- ・「時代食講座——鎌倉時代の味再現——」 時代食研究家 山田 雅子先生

【平家物語を平家琵琶で聴く会】

毎月第二土曜日、日曜日に宗禅寺客殿で開催
二月十日、十一日・二月十四日、十五日
三月十四日 ※※三月十五日はお休みです。
午後一時から四時頃終了予定 参会費五〇〇円

演奏：鈴木孝庸(たかつね) 荒井今日子
問い合わせ：鈴木孝庸 090・1267・0864