



おにぎり通信

2024年3月23日(土曜) 四ツ谷おにぎり仲間

こんにちは！私たちは毎週土曜日に、四ツ谷、銀座、日比谷、秋葉原、日本橋、東京駅周辺で生活されている方々を訪問しているボランティアグループです。

ようやく春を迎えた今日この頃ですが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。

私は、花粉症で目がショボショボする辛い日々を送っています。鼻もかゆいです。花粉症さえなければ、春は最高なのですが…。

寒さが和らいでくると、冬の間にたまった疲れが出てくることもあります。

具合が悪かったら、無理をせず過ごすようにしてください。

福祉行動を希望の方は、

おにぎりを配る時に、お声がけください。

病院や生活相談等で、福祉事務所に行くことを希望される方は、おにぎりをお渡しに伺った際に声がけ下さい。毎週土曜日の訪問活動の時に声がけ頂いた場合、翌週以降に福祉事務所まで同行します。

中央区福祉事務所・中央区築地1-1-1 中央区役所4階

千代田区福祉事務所・千代田区九段南1-2-1 千代田区役所3階

◆おにぎりを包むラップや読み終わった通信は、放置せずゴミ箱へ

◆おにぎりは、お1人1個で、その日のうちにお召し上がり下さい

日付	24日 (日)	25日 (月)	26日 (火)	27日 (水)	28日 (木)	29日 (金)	30日 (土)	31日 (日)
東京都 千代田区	曇時々晴 17/5 40%	雨のち曇 14/9 70%	雨時々曇 11/9 90%	曇時々雨 14/6 70%	曇時々雨 15/7 80%	晴時々雨 21/11 80%	晴時々曇 24/10 20%	晴時々曇 21/10 20%

ひがん ゆらい
【お彼岸の由来】

きょう がつ にち はる ひがん あ みな ぞん とお ひがん
今日3月23日は「春の彼岸の明け」です。皆さんもご存じの通り、お彼岸は
はる あき ねん かい はるひがん しゅんぶん ひ あきひがん しゅうぶん
春と秋の年2回あります。そして、春彼岸は「春分の日」、秋彼岸は「秋分
ひ ちゅうしん ぜんご にちかん ごうけい にちかん ひがん してい
日」を中心とした前後3日間（合計7日間）がお彼岸として指定されていま
す。今年（ことし）は春分の日（しゅんぶん ひ）が3月20日（かつはつか）だったので、その3日後（かご）の今日（きょう）が彼岸（ひがん）の明け（あ）
となります。今回はお彼岸（こんかい）の由来（ひがん）について少し（ゆらい）調べて（すこ）みました（しら）。

にほん ひがん いか ふた むす ぎょうじ
日本（にほん）における「お彼岸（ひがん）」とは、以下の二つ（いか）が結びつ（ふた）いた行事（むす）になっている（ぎょうじ）そう
です。

こらいにほん しんこう
① 古来（こらい）日本（にほん）における「日願（ひがん）」信仰（しんこう）

こらい のうさく さか にほん さくもつ ぞだ たいよう わたしたち まも
古来（こらい）より農作（のうさく）が盛ん（さか）であった日本（にほん）では、作物（さくもつ）を育て（ぞだ）る太陽（たいよう）と私（わたし）達（たち）を守（まも）って
れるとされる（ぞせんしん）祖先（せんしん）神（かみ）への感謝（かんしゃ）を基本（きほん）とした（たいようしんこう）太陽（たいよう）信仰（しんこう）が定（てい）着（ちやく）して（しんこう）おり、この信仰（しんこう）
は「日願（ひがん）」とも呼（よ）ばれて（よ）いました。

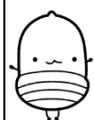
ぶっきょうでんらいご う ひがん かんが
② 仏教（ぶっきょう）伝来（でんらい）後に（ご）生まれた（う）「彼岸（ひがん）」という（かんが）考（かんが）え

ぶっきょうでんらいご にほん かき りゆう ひがん じき ぶっきょうしゅぎょう おこな
仏教（ぶっきょう）伝来（でんらい）後の日本（にほん）では、下（か）記（き）2（に）つ（りゆう）の理由（りゆう）から、「お彼岸（ひがん）の時期（じき）に仏教（ぶっきょう）修行（しゅぎょう）を行（おこな）
うこと（さと）で、悟（さと）りの境地（きょうち）である（きょうち）浄土（じょうど）の世界（せかい）（＝彼岸（ひがん））に（いた）至（いた）ることが（じょうど）できる（じょうど）」という
しどう う
思想（しどう）が（う）生まれ（う）ました。

さいしょ さいほう はる かなた じょうど せかい ひがん
まず（さいしょ）最初（さいほう）に、西方（はる）の遥（かなた）か彼方（かなた）に浄土（じょうど）の世界（せかい）（彼岸（ひがん））がある（せかい）とする「西方（さい）浄土（ほう）（さい）
いほうじょうど）」の考（かんが）え（もと）に基づ（もと）き、太陽（たいよう）が真東（まひがし）から出（で）て真西（まにし）に沈（しず）む（ひがん）お彼岸（ひがん）の
じき じょうど みち とき
時期（じき）は、浄土（じょうど）へ（みち）の道（みち）しるべ（と）ができる（と）時（とき）と（と）されて（と）いました。

ちゅうや おな なが ねん なか よ よ
そして、昼夜（ちゅうや）が（おな）ほぼ（なが）同じ（なが）長さ（なが）になる（よ）ことから、1（ねん）年（なか）の中（なか）でこの世（よ）とあの世（よ）、つま
り（じょうど）浄土（じょうど）との距離（きょり）が（も）最（も）近（ちか）くなり、思（おも）いが通（つう）じや（とき）すく（かんが）なる（かんが）時（とき）と考（かんが）え（かんが）られて（かんが）いた。

こらい ひがんしんこう ぶっきょうでんらい ひがん しどう むす
古来（こらい）からの日願（ひがん）信仰（しんこう）と、仏教（ぶっきょう）伝来（でんらい）による（ひがん）彼岸（ひがん）の思想（しどう）が（むす）結びつ（むす）いた（むす）ことで、
さいしゅうてき せんぞさま くよう おこな ぶっきょうしゅぎょう じぶんじしん
最終（さいしゅう）的（てき）には「ご先祖（せんぞ）様（さま）への供養（くよう）を行（おこな）いつ（おこな）、仏教（ぶっきょう）修行（しゅぎょう）を（じぶん）自身（じしん）
み なお じき ひがんぎょうじ う
を（み）見つ（なお）め直（じ）す（じき）時期（ひがん）（ぎょうじ）という（う）お彼岸（ひがん）行事（ぎょうじ）が（う）生まれ（う）ました（う）そう（う）です。なる（う）ほど（う）です（う）ね。



よつや なかま ちよだくこうじまち せい きょうかい
四ツ谷（よつや）おにぎり仲間（なかま） 千代田区（ちよだく）麴町（こうじまち）6-5-1 聖（せい）イグナチオ（きょうかい）教会（かい）
れんらくさき
連絡先（れんらく）先（さき） 080-7967-8672
れんらくかのうじかん まいしゅうどようびごご じ じ
(連絡（れんらく）可能（かのう）時間（じかん） 毎（まい）週（しゅう）土（ど）曜（よう）日（び）午後（ごご）3（じ）時（じ）～6（じ）時（じ）)