

## 梅窓院通信

秋彼岸号

No.54

2011/09/01

青山



6月11日に行われた能楽奉納の様子

住職挨拶

梅窓院第二十五世 中島 真成

平成二十三年も早いもので九月を迎えようとしています。お変わりなくお過ごしでしょうか。

今年は浄土宗を開かれた法然上人が往生されてから八百年目となり、天皇陛下から法蘭大師という八回目の大師号を賜ることとなりました。そして全国の浄土宗寺院では八百回忌となる遠忌法要が行なわれています。梅窓院でも親しいお寺さんにお集まりいただき、厳修させていただきました。

また、初めての試みとなりましたが、実質の開山とされる南龍上人への報恩感謝の意を込めた追善法要、開山忌を執り行いました。能を奉納していただくという趣向もあり、多くの方に足を運んでいただきました。奉納後には、間近で本物の舞いが観られたと、喜びの声をたくさんいただきました。日本の古典芸能の根強い人気に改めて気付かされることになりました。

さて、東日本大震災に伴う原発事故の影響で、梅窓院でも節電を実施させていただいております。公共施設や各種店舗同様、少々暗くなっておりますが、ご理解ご協力をお願いいたします。また、この秋には恒例の行事、お彼岸ライブ、文化講演会、M・ファン・デン・フック氏のコンサートをチャリティーとさせていただきます。被災地の浄土宗寺院への義援金とさせていただきます。

詳細は本誌の特集、同封のご案内をご覧ください。ただければと存じます。すでに色々な形で応援をされているとは思いますが、ご協力、ご支援をお願いいたします。

# 仏教歳時風物詩 (15)

## 十五夜と十三夜

新宿区 香蓮寺住職

勝崎 裕彦

### 秋

に物思う時、窓辺に寄つて月を仰ぐ。月光に託す思ひは、胸の中で遠くピアノソナタを聴く思い出に重なる。秋の月が、馥郁たる時間を醸し出すようである。

秋の月といえは、八月十五夜、中秋（仲秋）の名月である。陰暦八月十五日の満月・望月・明月、まさに名高き月・端正の月である。十五夜月・三五夜月・三五の月であり、今日の月・今宵の月は芋名月ともいう。

中秋節は中国では伝統的な祝祭行事であり、日本でも十五夜の習俗は初穂祭の意味を加えて、庶民生活の中にゆかしく伝えられてきた。月々に十五日、満月の月は昇るが、季語においても単に名月・満月・望月といえは、八月十五日の月を指して佳賞するのである。

名月や豊の上に松の影 (其角)

宝井其角の見た松の影の趣きは、現今の住宅環境ではなかなか味わうことはできないが、私などは小さい頃の思い出の中にそうした光景があり、十五夜団子の母の味ともになつかしく思い出されるのである。

そして陰暦九月十三日は十三夜である。十五夜とともに二夜の月と称されるように、まさに後の月は名残の月で

ある。豆名月や栗名月のいわれは、秋の実りの供え物に由来する。十三夜の月を女名月と称するのはいかにもひそやかなゆかしさを感じるが、姥月の別称はあまり好きではない。

伊藤左千夫の『野菊の墓』は次のように書き出される。

後の月といふ時分が来ると、どうも思はずには居られない。幼い訣とは思ふが何分にも忘れることが出来ない……

後の月とは十三夜のことであると母から聞いたこともなつかしいが、政夫と民子のはかなくも幼い恋の行方が、中学生時代の自分の姿に重なって、今でも私にとつては尊い思い出の一文となっている。

一葉といふ名は若し十三夜 (東門居)

樋口一葉にも『十三夜』の名作があり、永井東門居はその作品世界のもろもろを込めて作句したのである。

陰暦九月の後の月、十三夜の月は、八月中秋の名月に比べて、天空の真ん丸い大円も少しく欠けて、月影の明かりも大分にやわらかで、いささかとも寂しさが映るものである。そのありようが、深まり行く秋に向けて、はかなさやせつなさを呼ぶ秋思秋想の時を

紡ぎ出すものであろうか。

さてここでは、現行の陽暦と旧来の陰暦との暦の擦り合わせをしておきたい。年回りによつて異なることであるが、新暦と旧暦ではおよそ30日から45日ほどの差異がある。つまり、一か月から一か月半ほどのズレがあるというわけである。

平成二十二年の中秋八月十五夜は、九月二十二日彼岸中日の秋分の日の日であった。今年平成二十三年は九月十二日が十五夜で、暦の上では二百二十日の翌日に当たっている。

一方、平成二十二年の後の月十三夜は十月二十日であり、今年平成二十三年は十月九日で二十四節気の寒露の日に当たっているという具合である。

このように新暦と旧暦では、季節の移り行きの捉え方に微妙なズレがあるが、俳諧の世界、季語の世界では依然として旧暦思想が行なわれている。実は、その微妙なズレを踏まえて、逆に楽しみながら季節の移ろいに身心を置くのである。

今、秋に物思う時、月を拝して、月光に改めて祈り願いたい。阿弥陀如来の大慈悲の月影に、大いなる慈しみと大いなる悲れみを受けとめて、「南無阿弥陀仏」と祈り念じたい。(大正大学教授)

### 行事報告

- 開山忌法要・能楽奉納 …… 6月11日(土)
- 第53回念仏と法話の会 …… 6月17日(金)
- 郡上おどり in 青山法要 …… 6月18日(土)
- 孟蘭盆会法要 …… 7月13日(水)

### 行事予定

- 秋彼岸会法要
  - 9月23日(金) 祖師堂
  - 寄席 午後1時
  - 法要 午後2時
  - ※詳しくは3面をご覧ください。

- 第54回念仏と法話の会
  - 10月7日(金)
  - 受付開始 午後12時
  - 別時念仏会/法話/茶話会
  - 法話 「三心四修」
  - 講師 熊本教区 遣迎寺住職
  - 山崎 龍道上人
  - ※詳しくは別紙チラシをご覧ください。

梅窓院秋の三大イベント  
〜復興祈念チャリティー〜  
※三大イベントの詳細は同封のリーフレットをご覧ください。

- 第一弾 お彼岸ライブ in 青山
  - 9月24日(土) 祖師堂
  - 開場 午後4時
  - 開演 午後4時30分

- 第二弾 文化講演会
  - 10月22日(土) 祖師堂
  - 開場 午後2時30分
  - 開演 午後3時
  - 講師 ラ・ベッタラダ・オチアイ
  - オーナーシエフ 落合務氏
  - 入場料 一、〇〇〇円/先着300名

- 第三弾 M・ファン・デン・ブック
  - 11月25日(金) サントリーホール
  - ピアノリサイタル

# 秋彼岸法要

九月二十三日(金)

彼岸寄席 午後1時～ 地下2階 祖師堂

三遊亭 歌る多 プロフィール

1962年荒川区生まれ。1981年三遊亭圓歌師匠に入門。1993年女性初の真打ち昇進(女流杵)。2000年女流杵撤廃され、男性と同様の真打ち扱い。寄席・落語の会から、講演会・司会業、コラム執筆など活動の場は幅広い。2010年6月より落語協会理事・演芸家連合常任理事就任。



三遊亭 歌る多 師匠

三遊亭 歌る美さん

2006年社会人を経て入門。本年11月二ツ目昇進決定。

秋彼岸会法要 午後2時～ 地下2階 祖師堂

法要受付: 1階観音堂

### 塔婆申込み方法

同封のはがきを使い9月15日必着でお申込み下さい。塔婆回向料は1本7,000円とさせていただきます。

### お支払方法

同封の振込用紙で郵便局にてお支払い頂くか、当院受付までお持ち下さい。(銀行でのお振込みは出来ません)

## お彼岸ライブ in 青山

9月24日(土)

開場 午後4時 / 開演 午後4時30分

地下2階 祖師堂

7回目を迎えるお彼岸ライブ。今年はチャリティーイベントとして開催されます。ライブ・染物教室・写真展など……。小さなお子さんからおじいちゃんおばあちゃんまで楽しめる内容で皆様をお待ちしております。ご家族皆様でご参加下さい!! ※詳細は別紙をご覧ください。

### ◆お檀家様へお願い◆

- お彼岸前後の土・日・祝日はお参りに来られる方で境内が大変混み合います。ご来寺の際は電車等、公共交通機関をご利用下さい。
- 9月20日～26日まで、境内駐車スペースは、お体のご不自由な方、車椅子をお使いの方の車を優先とさせていただきます。ご協力お願いします。

### 秋彼岸に寄せて

阿弥陀仏に 染むる心の 色に出でば  
秋の梢の 類いならまし

法然上人御作(阿弥陀仏に染まっていく心が色にあらわれるということがあるならば、まるで秋の紅葉で木々の梢が紅く染まっていくようなものだろう)

夏、深緑したたる木々の葉は、秋になるにつれ赤や黄など様々に彩られていきます。このお歌では、お念仏によって信心の深まりゆく実感を木の葉の色が増す様に喩え表現されています。はじめは、姿形だけのお念仏をしていたかもしれない。しかし、お念仏に生き、臨終の際にはお浄土に参りましょう、という姿勢の中でお念仏を繰り返して称えることによつて、木々の梢が、徐々に赤や黄に染まっていくように、阿弥陀様のことで心がいっぱいになり信心は深まってゆくのですね。

先日立秋を迎え、来月には秋分を迎えます。秋分の日には昼と夜の長さが等しくなり、太陽が真東から真西に沈みます。阿弥陀様の浄土は、日没のところ、西方に構えられています。その為浄土宗では、秋分の日には「彼岸会」を行うようになりました。

この秋の彼岸をきっかけに、『阿弥陀経』で説かれる「俱会一処」、すなわち、ご自身のご先祖の方々と浄土での再会を、阿弥陀様にお願ひし、共々にお念仏をいたしましょう。(法務部)

# 梅窓院秋の三大イベント

## 〜復興祈念チャリティー〜

梅窓院では秋の三大イベントを東日本大震災の復興祈念チャリティー行事とし、そこでの義援金を、浄土宗を通じて被災した浄土宗寺院へ送ることにしました。イベントの出演者の皆さんからのメッセージ、そしてこの震災でお寺の果たしている役割をお伝えさせていただき、皆様の暖かいご支援をいただければと願う次第です。

### 寺院・檀家、ともに被災

三月十一日に起きた東日本大震災は東北三県を中心に大きな被害をもたらし、浄土宗寺院でも数多くのお寺が大きな被害を受け、住職やその家族、そして檀家さんにたくさんの犠牲者がでています。東北の寺院はお寺の周りに檀家さんが住まわれていることが多く、地域の住人の多くが檀家さんです。ですから、今回の津波はお寺から単に伽藍（建物）やお墓だけでなく、お寺を支えてくれる檀家さんも一緒に奪ってしまつたことになっています。檀信徒さんあつての寺院にとつてこれほど大変なこととはありません。

そこで、今回の復興祈念チャリティーはこうした東北三県で被害に遭われた浄土宗寺院を応援することを目的とすることにいたしました。

### お寺だからできたこと

被災地の状況がテレビで映し出される中で、避難所の模様が度々映し出されました。しかし放送されるのは避難所に指定された場所ばかりで、実際には指定を受けることなく避難所の役割を果たしたお寺が少なくありませんでした。

梅窓院とご縁のある 上人のお寺、気仙沼市浄念寺もその一つです。高台に建つ浄念寺は津波の被害を逃れたため、地震の直後から避難者を受け入れました。

震災時に京都にいた 住職は震災四時間後にやっと通じた副住職の長女の声を聞いて、すぐに本堂の開放を指示、八日後、ようやくお寺に戻った時には本堂が避難者で溢れていました。そして、開放してから最初の四日間は任意の避難所ですから救済物資は届けられず、四日目からやっと自衛隊におにぎりを届けてもらえた、という窮状を副住職は経験されました。

こうした例と同様に、大きな伽藍のある寺院は被災地各地で被災者の受け入れ先となりました。



### 僧侶たちのボランティア

今回の大震災では浄土宗に限らず諸宗派の僧侶がボランティアを行なっています。中でも副住職は、お寺の手伝いが主な仕事の方が多く、時間に余裕を作りやすく、復興支援を色々な形で手伝っています。ゴールデンウィークには多くの社会人が現地に向かいましたが、お坊さんの特権は会社などからの制限がないことです。しかも、他人を助けることは仏道修行のひとつですから、僧侶のボランティアには終わりはありません。

### イベントでの義援金について

今回の三大イベントでは下記のお布施、入場料、チケット代金の全額を、浄土宗災害対策本部を通じて、東日本大震災で被害を受けた浄土宗寺院にお送りいたします。

皆様はすでに、そして色々な形で支援をされていることと思いますが、復興祈念の想いのこもった今回の三大イベントにお出かけ下さいますようよろしくお願い申し上げます。

- お彼岸ライブ  
来場頂いた方のお布施を **全額**
- 文化講演会  
参加者入場料(¥1,000) **全額**
- ピアノリサイタル  
チケット代金(¥5,000) **全額**

### 義援金送付先

浄土宗災害対策本部(浄土宗社会国際局内)  
寺院救援・復興向け(被災寺院に送られます)

ここ最近、私達、Acushlaのテーマは「音との戯れ」音楽を通して、元気を、楽しさを、発信して行きたいと思っています。

小さな笑顔も、集まれば、きっと温かな空間になる。そんな瞬間を、沢山、作って行きたいです。きっとその一つ一つが日本中、世界中に広がって行くと信じて。

是非、一緒にピースフルな時間を過ごしましょう！  
宜しくお願いします！



## 大正大学雅楽倶楽部

震災から時間が経つにつれ、被害は地震や津波だけではない事が明らかになり、未だに被災された方々の心休まる時は非常に少ないと思います。

このイベントに参加することで、少しの間だけでも私達の演奏が被災した方々の癒しになることを願っています。

### あかり 三浦明利

東日本大震災によって被災された皆様に、心よりお見舞い申し上げます。  
また、東日本大震災によっていのちを失われた方々、ご遺族に哀悼の意を表します。  
「寺院だからこそできる支援を」という、彼岸のチャリティーコンサートの主旨に感銘を受けました。  
あなたの問題を、わたしの問題として取り組んでゆく仏教の心。みんな一つになろう！



## 出演者より イベントに寄せて



### 高田なみ

突然見舞われた天災から4ヶ月余り、被災地にとってはまだまだこれからが復興への長い道のりです。一方で、日を追うごとにその記憶も風化されつつある地域や人々もあるのが現実です。私は一人の表現者として、被災地復興の為にチャリティーと同時に、震災の記憶と現状を見つめ、今後も助け合う気持ちと呼びかけることに長く、永く、尽力していきたいと思っています。

これを読んでいただいている皆さんにはぜひ今後も一緒に盛り立てていただけるよう、ご協力をよろしく願いいたします。



### M・ファン・デン・ブック



東日本大震災で亡くなられた方々に哀悼の意を表わすとともに、被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。  
世界がこれまでに経験したことのなかった大きな災害でしたが、日本人の皆様が取られた冷静な対応に、深い印象を受けました。困難にある時代、芸術は言葉を越えたコミュニケーション手段のひとつとして大きな力を持つことができます。

私は音楽を通し、ささやかながら東北地方復興のためにお役に立ちたいと考えます。ヨーロッパでも機会あるごとに被災地支援チャリティーコンサートに参加して参りましたが、来春には被災地の子供たちの笑顔を求め、現地でのコンサート開催を計画しております。

今年は、「ピアノの魔術師」として傑作の数々を残した作曲家フランツ・リストの生誕200年にあたります。リストは、博愛主義の精神に満ち、困っている人々に手を差し伸べることを惜しまなかった芸術家でした。このリストの精神を受け継ぎ、復興のためのパワーを皆様に充電して頂きたいという私の家でした。このリストの精神を受け継ぎ、復興のためのパワーを皆様に充電して頂きたいという私の望みを、梅窓院ご住職がご理解くださり、11月25日にサントリーホールにて「リストの幻影～光と闇～」を開催いたしますことを、大変幸せに思います。今回日本の皆様に演奏をお聴きいただくことは、私にとりまして普段にもまして特別のこととなります。

11月25日の演奏会にて、皆様にお会いできるのを楽しみにしております。

テレビの料理番組でイタリアンのシェフとしてしばしば登場されるさん。今をときめく人気の料理人だ。

実は平成22年に梅窓院の檀家になられ、今秋には梅窓院の文化講演会で「シェフの楽しいお料理教室」と題して講演をいただくことになっている。

例年無料の文化講演会だが、今年は東日本大震災復興支援のチャリティー行事のひとつとして、全額義援金とする参加費(1,000円)形式となる。

落合さんは4月5日から3日間宮城県石巻に炊き出しに行かれたが、その話を中心にお話を伺った。

◆今日はお忙しい中、お時間をいただき、ありがとうございます。また、今秋の講演をお引き受けいただき重ねてお礼申し上げます。

シェフ(以下と敬称略) いいえ、梅窓院さんにはお墓をとらせていただき、またみなさんもお店に来ていただいており、こちらがお礼を言わなくては(笑)。

◆さんのお店は安くて美味しいのでお寺の中でも人気です。さて、秋のお寺の定例行事を東日本大震災復興支援チャリティー行事とすることにしましたが、さんはすでに震災直後の4月に炊き出しに行かれたとのことですが……。

はい、3日間ですが、石巻でパスタやリゾット1500食分の炊き出しをしてきました。

◆石巻へ行かれたのは……。

昨年、テレビの仕事で石巻の水産高校の学生さんたちと一緒に仕事をしたのがきっかけで、今年1月には彼らが東京に遊びにきてくれたのです。そうしたことから、被害が大きい石巻で少しでも役に立てればと炊き出しを思い立ちました。僕にできるのは料理をすることです。

◆私たちもテレビなどで炊き出しを見ましたが、大変でしょうね。

そうですね、準備に2週間かかりましたし、多くの方の応援なくては無理でした。

食材を運ぶ冷凍車は肉屋さんが運転手さん付きで3台も提供してくれました。さらに食材やお水などもいただきました。また、市場のみなさんには野菜を。そして、昔お世話になったホテルニューオータニさんはコンロや大鍋などを貸してくださいました。

炊き出しに行くと言ったら、日頃お付き合いしている皆さんがすぐに応援してくれて、会う人みんなが善意のかたまりに見えて、心底嬉しく、そして心強く思いました。

うちの3人の社員には下着やペーパー類を買出させ、中古自転車を修理して7台持っていきました。現地での段取りは知人に紹介してもらったNPOさんにしてもらい、若い男性社員5人、運転手さん3人、それに僕の9人で3日間、トラックの荷台に寝袋で寝て、2か所炊き出しをしました。状況が変化するので、段取りが難しかったですね。

◆簡単ではありませんね。

炊き出しを終えて後片づけをしていたら、門脇中学校の校長、副校長、そして学生を含め避難所に残っていた



石巻へ炊き出しに行った時の様子(さんは中央のまん中あたり)

約100人の方から笑顔で「がんばってくださいね」と励まされてしまい、その後にハンドマイクを渡されたのですが、おしゃべりの僕が何も言えず、ようやく——本当によやくでしたが——「ありがとうございます」と目頭を熱くしながら一言というのが精いっぱいでした。

◆貴重な経験をされましたね。

そうですね、現地へ行ったことで人生観が大きく変わりました。

◆さて、この秋の講演ですが、どんなお話をいただけるのでしょうか。

料理を作るのが専門ですから、話は期待しないで下さい(笑)。普段通りに話させてもらいます。

◆料理の極意は何ですか。

皆さんはプロではありませんので、80点の料理を楽しく作れることを大切にしたい、というのが、僕のアドバイスの基本です。

高級食材を使わずに加減を大事にして、失敗がない料理を作る。そして、もう一度作りたと思える料理を作り続けること、これが極意かな。

◆プロは違うのですか。

もちろんです。プロは最低でも95点、100点が当たり前です。

でも、どんなことでもそうでしょうが、プロもアマも同じで、やはり基本が大事。どんな時でも基本に戻る、これが大切です。

◆なるほど。ちなみにさんの料理歴をお教え下さい。

フランス料理10年、イタリア料理30年です。いまではイタリアンのお店は増えましたが、当時は珍しかったですね。

◆もちろん本場イタリアへも。

はい、イタリアで修行しましたが、その頃はまだイタリアには観光客がいませんでしたよ(笑)。で、イタリアで感じたことの一つが、宗教の力でしたね。みんな宗教に裏付けられた「生きていく自信」というのかな、そういう拠り所を持っている。一人ひとりが自己を、そして哲学を持って人生を楽しんでいる。これは料理人も乱暴者の友達も、そして企業経営者も変わらなかった。

◆なるほど、教会が多いのもそういうことなのですね。仏教の教えは優しく思いやりのある教えですので、檀家さんとして仏教にも触れてみてください。今日はどうもありがとうございました。



1947年東京都出身。1978年～81年イタリアで料理修業を積む。帰国後、翌82年に東京・赤坂にオープンしたイタリア料理店『グラナータ』の総料理長に就任。1997年9月に独立、銀座に『ラベット・ラダ・オチアイ』を開店し、オーナーシェフとなる。2009年5月、日本イタリア料理協会 会長に就任。

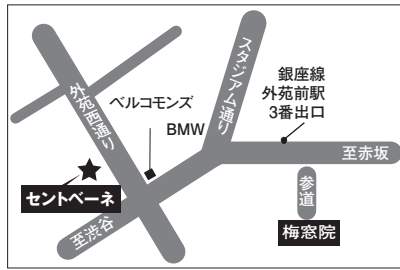


セントベーネ

寿司職人になりたかった青年が、とあるお店で食べたラザニアがきっかけでイタリア料理の道を進むことに。その青年が「セントベーネ」のオーナーシェフを務める 氏だ。

ラ・ベットラの シェフの下で働いていた当時の「お客さんに喜んでもらってなんぼ」という精神を引き継ぎ、徹底した「手作り」によるコース

ト削減で、おいしいイタリアンを安価に提供してくれる。愛情がたっぷり注がれたお料理は、どれもおいしく、イタリアのマンマを想わせる。お店と提携している有機野菜農園へ、希望される方を連れて体験ツアーを行っているほか、お料理教室、ワインパーティーなども開催。ちなみにお店で頂くワインは嬉しい量り売り形式。おいしいお料理と一緒にぜひご賞味を！



営業時間／ランチ11:30~15:00 (LO14:00)  
ディナー18:00~23:00 (LO22:00)  
定休日／日曜日・祝日  
席数／28席(テーブル20席 カウンター8席)  
住所／東京都渋谷区神宮前3-1-28  
BELL TOWN青山2F  
TEL／03-5775-5911



▲手作りフォカッチャはおかわり自由。



▲生地から手作りのモチモチ触感が嬉しいラザニア。平日ランチは週替わりのAコース980円とBコース2,000円、Cコース3,200円の3種類。



▲店内の様子。

青山俳壇

選者「ウェブ俳句通信」編集長

大崎紀夫

◎特選

○竹の秋木魚と読経相合して

◎入選

- 夕風に海を目指して鯉幟
- 夏の空漁師よるこぶ雲の出で
- 梅雨晴れや靴紐締めて水持つて
- 酷暑かな心ひとつの置きどころ
- 思ひ出は封じこめたりねぢり花
- 溪流に沿ひて涼風青梅線
- 梔子の花咲き白に徹しけり
- 父の日に嫁ぎし子より活花を
- 半夏生海のかなたに富士浮かぶ

◎選者詠

○簾より午後の街騒入りきたる

大崎 紀夫

〈ワンポイントアドバイス〉

以前にも長い季語をどう使い切るかについて書いたことがあると思いますが、長い季語を使う時には「型」を覚えておくのも大切です。例えば「四万六千日」①上五で「四万六千日」と字余りで使う。②中七で「四万六千」と使ひ、下五で「日〇〇〇」とする。風鈴の四万六千日の音(久保田万太郎)③中七の最後で「四万」下五で「六千日」とする。「雲白く暮れゆく四万六千日(紀夫)とか。

投句募集

今回は「秋の季語」でご自由にお詠み下さい。11月7日を締切、平成24年1月発送の『新年号』にて発表致します。住所、氏名をお書き添えの上、ご応募下さい。皆さまの投句をお待ちしております。  
〒107-0062 港区南青山2-26-38  
梅窓院「青山俳壇」投句募集係

「やぶれ傘」会員募集

青山俳壇の選者、大崎紀夫先生による俳句の会です。ご興味のある方は、下記の番号までご連絡下さい。  
ウェブ編集室  
電話03-5368-1870

第四十四回  
食は命

食養研究家  
武鈴子

お腹スッキリ、  
美肌効果のサツマイモ

秋風が涼しく感じられるようになると、サツマイモの収穫期となります。江戸時代(1732・夏)享保の大飢饉のとき、サツマイモを作っていた薩摩藩で餓死する人が少なかったことから、その強い生命力と栄養価が注目され、栽培が広がったといわれます。

上品な甘さの鳴門金時、甘みが強くてねっとり系の安納いも、そして紫色が美しいパープルスイートロードなどに、近年は葉や茎を食べる新品種も開発され、種類も豊富です。サツマイモを食べるとお通じがよくなると言い、とくに女性が好みます。サツマイモに含まれる食物繊維は、腸内でもほとんど消化されないため、便量を増やして便秘を促します。また、サツマイモを切ると、切り口から白い乳汁のような液体がにじみ出てきますが、これは、便をやわらかくする緩下作用があるため食物繊維との相乗効果をもたらします。

このほか、肌を美しくするビタミンCも多く含まれ、1本で1日の必要量をほぼ満たすほどです。サツマイモは、腸内環境を整えて、日本人に増えている大腸ガンの予防や老廃物のデトックス、また免疫力の強化に威力を発揮します。

サツマイモのお粥は、甘みが口いっぱいに広がる胃腸にやさしいお粥です。離乳食、高齢者食としても理想的な食事です。ぜひお試しください。

作り方はサツマイモを一口大に切り、水にさらしてアク抜きし、米と8倍の水を加えて炊きます。好みに塩少々ふっていただきます。



## 法然上人八百年遠忌記念品 輪島塗銘々皿



この度、梅窓院様のご依頼により「法然上人八百年遠忌」の記念品として、輪島塗の丸皿を製作、お檀家の皆様にお配りさせていただきました。

素材の吟味から数えて一年、製作開始から半年という時間をかけ、手作業には一切の妥協を許さず、また最高の木地(ケヤキ)、最高の顔料(銀朱)で作り上げた本物の輪島塗です。本物だけが持つ温もりと手触り、そして堅牢さを実感して頂ければ幸いです。(輪島塗太王)

## 日本堂の檜柱で作った 梅窓院お守り完成



梅窓院の旧本堂の柱だった檜を木地とした輪島塗の梅窓院オリジナルのお守りをつくりました。純金の蒔絵を施した厄除開運・福智円満の特製のお守りです。ぜひ、お身につけてお持ち歩き下さい。(輪島塗太王)

1体/5,000円

お守りは受付にご用意しております。

発行/梅窓院  
発行日/平成23年9月1日  
発行人/中島 真成  
編集/青山文化村  
住所/〒107-0062  
東京都港区南青山2-26-38  
電話/03-3404-8447  
FAX/03-3404-8446  
ホームページ/http://www.baishouin.or.jp/  
E-Mail/jodo@baishouin.or.jp  
題字/中村康隆元浄土門主  
総本山知恩院第八十六世門跡

## 平成22年度会計報告

自 平成22年4月1日  
至 平成23年3月31日  
(単位:千円)

### ■護寺費・年会費

収入の部		支出の部	
護寺費・年会費として	70,422	浄土宗課金及び大本山宛志納金	13,568
梅窓院からの繰入金	67,403	院内保守修繕費	80,430
		事務費(郵送費・コピーなど)	7,573
		法要費(仏具・法衣・線香など)	36,254
合計	137,825	合計	137,825

### ■墓地管理費

(単位:千円)

収入の部		支出の部	
墓地管理費として	24,604	維持費(庭園整備・院内清掃)	91,957
梅窓院からの繰入金	85,616	人件費(6名分給与)	18,263
合計	110,220	合計	110,220



参道が狭く、大小の段差も多い歩行困難な地区があります(写真参照)。

参道の段差を無くすための舗装を予定しています。そこで、まず参道に置いてある香炉をお墓に備え付ける改良工事を行います。

お参りしやすい環境を整える工事ですので、皆様のご協力をお願い申し上げます。

## 梅窓院墓苑参道 整備工事のお知らせ

例年別紙にて同封させて頂いておりました会計報告を、本紙に掲載させて頂くことになりました。ご確認を宜しくお願い致します。

## 梅窓院会計報告

## 平成23年度 後期 仏教講座のご案内

全講座▶午後6時~8時 受講料▶無料 場所▶祖師堂

梅窓院では10月より平成23年度後期仏教講座を開講します。講師は前期より引き続き、阿川先生、新井先生、勝崎先生、林田先生、本林先生の5名の講師をお願いいたしております。どうぞお気軽にご参加下さい。

### 講 題/漢詩の中の仏教

講 師/阿川 正貫 先生(浄土寺住職 大正大学講師)

- 第1回…11月11日(金) 漢詩のなりたちと形式ほか
- 第2回… 1月23日(月) 絶句・律詩の規則ほか
- 第3回… 2月27日(月) 詩人たちと仏教ほか

### 講 題/『発心集』を読む(II)

講 師/新井 俊定 先生(天然寺住職 大正大学出版会主管)

- 第1回…10月25日(火) 『発心集』が参考にした仏教説話集
- 第2回… 2月21日(火) 長明と『往生要集』
- 第3回… 3月26日(月) 『発心集』にみられる神明と仏

### 講 題/大乘仏教を読む

講 師/勝崎 裕彦 先生(香蓮寺住職 大正大学仏教学部長)

- 第1回… 12月8日(木) 華嚴経の菩薩道
- 第2回… 1月12日(木) 華嚴経を読むIII — 十地の階梯を歩む①
- 第3回… 2月16日(木) 華嚴経を読むIV — 十地の階梯を歩む②

### 講 題/法然上人のみ教え — 『選択集』を読む —

講 師/林田 康順 先生(大正大学准教授、大本山増上寺布教師、慶岸寺副住職)

- 第1回… 11月14日(月) 『選択集』第3章③ 一難易の義について一
- 第2回… 12月19日(月) 『選択集』第4章① 一三輩往生について一
- 第3回… 1月30日(月) 『選択集』第4章② 一廃助傍の三義について一

### 講 題/宗教と現代文化論

講 師/本林 靖久 先生(真宗大谷派僧侶 大谷大学・佛教大学講師)

- 第1回… 12月2日(金) 脳死移植と遺体観
- 第2回… 2月3日(金) 無縁社会と共同墓
- 第3回… 3月2日(金) 死にゆく人と看取り

※詳細は同封のご案内をご覧ください。