

ひとりから

子ども会情報紙『ひとりから』

発行日/2025年10月1日

発行/真宗大谷派(東本願寺) 青少幼年センター
〒600-8164 京都市下京区藤訪町通六条下る上柳町199
TEL: 075-354-3440 FAX: 075-371-6171
E-mail: oyc@higashihonganji.or.jp



蓮ちゃん通信 その①



2025年11月23日(日・祝)

「子ども報恩講のつどい」 を真宗本廟で開催します!

ご家族そろって報恩講にお参りして、子どもたちが親鸞聖人や真宗本廟に触れる機縁となることを願っております。

御影堂でのお勤めやお話、精進カレー・お楽しみの時間もあります! 詳細は青少幼年センターHPやFacebookにて。URL及び二次元コードは最終ページにあります。先着250名。

【申込開始】

9月1日 午前9時～

コチラからお申し込みください



一喜一憂

青少幼年センター研究員 藤間 哲祐 (ふじ ま てつ ゆう)

「ひとりからはじめる子ども会講習会」(青少幼年センター主催)に参加したことをきっかけに、お寺の子ども会を手探りながらも始めています。

やってみると、子ども会に一喜一憂している私に気づかされます。

ハナちゃんは小学4年生の女の子で、子ども会の中では最年長。大騒ぎしている年下の子どもたちから一歩離れ、いつもけだるそうにしています。ハナちゃんの通学路沿いにお寺があるので、お寺の前でよく顔を合わせますが、歩き疲れているのか、あまり目を合わせてくれません。

ある日の話です。毎月の子ども会はまだ模索の途上で、開催日は毎回お寺の都合で変わります。基本は土曜日ですが、その月だけ日曜日に変更し、掲示板で告知しました。学校帰りにその掲示板を見たハナちゃんから「なあなあ、なんで今月は日曜日なん? ハナ、来れんのじゃけど」とため息交りに言われました。「しまった!」と思う一方で「あのクールなハナちゃんが子ども会を楽しみにしていたんだ!」と嬉しくもありました。

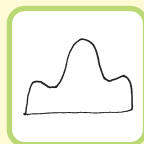
子ども会を開くたび、「今日のはの子が来ているか」「話やゲームを面白がっているか」など、そんなことに一喜一憂している私です。だから、子ども会講習会で学んだ「ひとりとてあう」という言葉が背中を叩きます。子どもたち一人ひとりと丁寧に向き合っているだろうか——振り返りと試行錯誤の連続です。

さて、そろそろ子ども報恩講の季節。さあ、どうしようか。

みんなつながっているね

大谷専修学院長
佐野 明弘^{さの あきひろ}

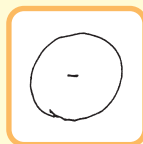
皆さんこんにちは。みんなは、昔の漢字を知っているかな？
これはなんて言う字でしょう。



「山」はい正解。



じゃあもう一つ。
「川」正解です。



これは？
ピカピカ光ります。
「太陽(たいよう)」だね。



じゃあ、
この字はなんて
言う字かな。

これは「身」という体をあらわす字です。しかし、面白いのはここ、おなかです。おなかの中に何がありますか。そうです、赤ちゃん。これ、この点が身です。「身」という字は、おかあさんのおなかに赤ちゃんが生まれてくるように字になっています。そのおなかに生まれてきたのが「身」なんだね。おかあさんが産んだのでなくておかあさ

んのおなかの中に私たちは「身」を受け
たという大切なことを表しています。

さて、また質問です。このおかあさんは赤ちゃんが育つために何か食べなければいけません。何を食べるかな。ご飯だね、ではご飯は何からできてい
る？お米、ではお米を書きます。はい、お米だけでいいかな。うん野菜も食べますね、お野菜も書きます。お魚も食べる。お肉も食べる。お魚はどこにいますか。川や海だね。川はどこから流れてくるの。そう山から流れてきますね。山から川が流れてきて、海に向かっています。山と川と海を書きますね。川にお魚、海にもお魚がいます。でっかい魚もいます。鯨もいますね、鯨も書きます。お魚以外肉も食べますね。肉は何？牛、鶏。はい、では牛、鶏、豚、豚さんも書きます。

それから、おかあさんは息しているよね。息するの何がある。空気ですね。では空気も書きます。川が流れるには、山に水が必要です。そのためには雨が降らないと川は流れないですね。雨が降ってくる絵も書きます。しかし、これでは真つ暗ですね。何がいますか？そうですね、太陽やお月さまが必要で

子どもたちと聞く法話

ね。雨宿りもしますのでお家も必要ですね。これでおかあさんもおなかの赤ちゃんも元氣そつで、良かったですね。



ここから、少し悲しいお話をします。

今世界では8億の人、日本の人口の8倍ぐらいの人がおなかを空かせて困っています。それから2億の人、日本の人口の2倍の数の人が食べ物を食べられなくて死にかけています。特に皆さんと同じ5歳までの子どもたちが6秒に1人のスピードで亡くなっているといわれています。なぜでしょう。それは戦争があったり、それから災害があったり、貧乏で食べ物を買えないからです。たとえば、2024年1月1日にも能登地方で大きな地震があった。皆さんの人が大変な思いをしましたね。すぐにご飯が食べられませんでした。こつやって、私たちは食べることがで

きているけれど、世界には食べられない人たちがたくさんいることを忘れないようにしようね。今、世界中の人たちは、助け合つて、毎年450万トンもの食料を送っています。昔は、1秒に2人の命がなくなっていたのが、いまは6秒に1人まで減りました。それでも、まだまだ多いですね。ここで、もうひとつ考えてほしいことがあります。日本では、毎年どれぐらいの食べものを捨ててしまっているでしょうか？実は、なんと世界中に送っている450万トンと、同じぐらいの量を日本だけで捨てているそうです。びっくりしますね。

コンビニで売れ残ったもの、家の冷蔵庫で腐らせてしまったもの——もったいないですね。

今、川も海も汚れてきていますし、空気も温暖化などで汚れてきています。この絵のように自然のきれいな世界がまた戻ってくるようにみんなで努力をしていきましょう。そしてみんなが食べることのできる世界にしていきたいよね。今日お昼ごはんを食べるけど、「食べられない人もいるんだな」と思いながらわけあってたべる気持ちで大切に美味しく「いただきます」といっていただきます。ありがとうございました。

手軽に精進レシピ お麩のラスク

ひとりからはじめる
イベントレシピ



きなこ味

材料

- お麩 20g
- バター・きなこ・砂糖 各大さじ1



① フライパンにバターを溶かし、お麩を入れ、焼き色がつくまで炒める。

② きなこ・砂糖を入れたポリ袋に①を入れ、振りながら混ぜる。

③ お皿などに盛りつけて完成！



キャラメル味

材料

- お麩 20g
- バター・砂糖 各大さじ1
- 牛乳 大さじ1/2



① フライパンにバター・砂糖・牛乳を入れ、弱火で煮詰める。

② お麩を①に入れ、お麩の表面がカリカリになるまで炒める。

③ お皿などに盛りつけて完成！



フライパン1つで
手軽に作れて
おいしい！

カレー味

材料

- お麩 20g
- マヨネーズ 大さじ2
- カレー粉 小さじ1/2



① フライパンにマヨネーズとカレー粉を入れ、弱火で混ぜ合わせる。

② お麩を①に入れ、焼き色がつくまで炒める。

③ お皿などに盛りつけて完成！

作り方はとてもカンタン！
みんなで作ってみよう！



蓮ちゃん通信 その②



『真宗児童聖典』絶賛発売中!!

この本は、大河内了悟先生の『真宗児童聖典私考』を参考に浄土三部経と正信偈の内容が分かりやすく掲載されています。初めて触れる方でもわかりやすい1冊です。東本願寺出版または最寄りの教務所でお求めいただけます。

●東本願寺出版
TEL.075-371-9189
コチラからも申し込みいただけます ➡



ほとけの子リーフレットNo.6

『親鸞聖人(であい)』を発行しました!

慶讃継続事業「ほとけの子リーフレット」制作で新たに『親鸞聖人(であい)』を発行しました。出あいと別れの意味を親鸞聖人と法然上人との出あいを通して掲載されています。子ども会や法務の場でご活用ください。

●ご入用の際は青少年センターまで
TEL.075-354-3440



「ひとりから」はじめる 仏事

子どもたちに
伝えてみませんか？

※大正時代、本山社会課から『児童と宗教』という児童教化の指導者のための雑誌が発刊されていました。そこには、先輩方が伝えてくださった遺産がたくさん。このコーナーでは、そこに連載されていた「教案」から、私たちの生活の中の仏事に関するものをサガエさんがリライトしてお届けします!!

※本山社会課：社会と寺院をつなぐべく初めて宗派内に設置された宗務組織。宗派の青少年教化を担っていた。

【聖句】
法蔵菩薩因位時 在世自在王佛所
観見諸佛浄土因 國土人天之善惡
建立無上殊勝願 超發希有大弘誓

ほうぞう ぼさいんに じざいせい じざいおう ぶつしよ
とけんしよ ぶつじやうどいん こくどにんてんし ぜんまく
こんりやう ぶじやうしゆしやうがん ちやうほ けうだいぐぜい
建立無上殊勝願 超發希有大弘誓

あみだ
阿弥陀さまがほとけ様となる前、世自在王
仏さまからさまざまな浄く美しいほとけ様
の世界を見せていただきました。法蔵菩薩と
名のりほとけ様のお弟子となり、世の中の
人々の争いや別れ悲しみのないお浄土の世界
をつくりたいと誓います。そして、それはそれ
は長い時間考えられました。法蔵菩薩がた
てたお浄土は仏さまの話を素直に聞く人は
だれでも行けます。

出典：幡谷淳信「私たちの仏様」
『児童と宗教』4巻12号より、一部抜粋、現代語訳
リライト：「サガエさん」こと佐賀枝夏文

ボクは
こんな風に
話して
みました



さ が え なつ ぶみ
佐賀枝 夏文
(大谷大学名誉教授)

せ じ ざい ous ぶつ
今日は世自在王仏さまに会われて、自ら
を法蔵菩薩と名のり、人々が争いや別れ
の悲しみのないお浄土をつくりたいと誓
われ、それはそれは長い時間考えられた
法蔵菩薩さまのおはなしです。親鸞聖人
が大切にされた法蔵菩薩の教えに出会っ
て下さい。疑うことなく「素直に聞く」こ
とって大事です。

コーナーの活用例

- ① 本文をそのまま覚えて話す。または、ご自身の表現で話す。
 - ② プリントして配布し、朗読する。
- 上記以外にもその場に合わせたご活用ください!

本文のPDFデータは、青少年センターホームページ「子どもとあそぼう」のコーナーからダウンロードいただけます。

編
集
後
記



◎報恩講のお荘厳をじつと見渡して「神々しいなあ」と一言つぶやいた子ども。いつもと違う雰囲気を感じた。自分自身に受けた表現です。説明がなくとも自分を越えた世界を感じられる子どもと過ごす「子ども報恩講」。今年も楽しみです。

(編集長 池崎方子)

◎私のお寺では毎年、海の日からお盆に入るまでの平日朝に子ども会を開催しております。お勤め練習、レクリエーション、DVD視聴の日程で実施しております。地域によっては週や月で決められた回数開催しているお寺もあると思います。子どもたちの声を聞きながらご門徒方と共に子ども会を開くことの大切さを感じました。

(青少年センター書記 水野一行)



真宗大谷派の青少年教化の情報をお届けします。

<https://www.facebook.com/oyc.hitorikara/>

※facebookの個人アカウントをお持ちでなくてもご覧いただけます。

●真宗大谷派(東本願寺)青少年センター TEL.075-354-3440



青少年センターホームページ

東本願寺 青少年センター

検索

ぜひ、ご覧ください!!