



日蓮宗 法音寺

法音

今月のご法話

足るを知る

令和7年
4月号
No.666



悦可衆心

よい教えを伝えよう
おし つた

今日一日、

人に感謝しましょう

今日一日、

人に親切にしましょう

今日一日、

人を善に導きましょう

月刊・法音 令和7年4月号 No.666 目次

【信仰の指針】 少欲知足 感謝の心が無事長久の基です 1
しょうよくちそく しょうじく

足るを知る 山首 鈴木正修 2

◆ 講日のご案内 19

◆ 有縁の支院・布教所に、ご自由にご参詣ください 20

◆ 五十萬巻 御報恩納経 妙法蓮華経 久遠偈 22

◆ 仏教漫画『日蓮さま』・36 佐渡離島 23

◆ 佐渡離島 31

◆ お寺の本棚 32

◆ 常寂光土への誘い 33

◆ のりのね体験 38

◆ 支院だより 40

◆ 福祉のひろば 61

○ 幸せのお手伝い 62

○ 昭徳会・第17回 福祉実践発表会 日本福祉大学で開催 64

○ 日本福祉大学・第18回 提携社会福祉法人サミットを開催しました 66

◆ 幸せの種まき／編集後記 68

◆ 連載まんが・ひまわり・147 あふれる感謝 69

◆ 法音寺の社会福祉・教育事業

掲載写真 表紙・信仰の指針 3頁～19頁…梅田雅臣氏撮影

2頁…加納将人氏撮影
表紙写真・河津ザクラ

信仰の指針

しょうよくちそく

少欲知足

感謝の心が

無事長久の基です

めいじ

日教五



タイザンボク



朝のこない夜はない

山首 鈴木正修

足^たるを知る^し

江戸時代後期に「黙^{だま}って座^{すわ}ればピタリと当^あたる」と
言^いわれた、水野^{みずの}南北^{なんぼく}という日^に本^{ほん}一の観^{かん}相^{そう}家^かがいました。
大^{おお}阪^{さか}に生^うまれ^たた南^{なん}北^{ぼく}は幼^{おきな}くして両^{りやう}親^{しん}を失^うし、叔^お父^じに
引^ひき取^とられ^ますが、性^{せい}格^{かく}がすさみ、10歳^{さい}から酒^{さけ}を飲^のみ
始^はめ、喧^{けん}嘩^かばかりして^いる少^{しょう}年^{ねん}で^した。18歳^{さい}の頃^{ころ}、酒^{さか}
代^{だい}欲^ほしさに悪^{あく}事^じを働^{はたら}き、投^{とう}獄^{ごく}され^ます。これ^こが南^{なん}北^{ぼく}の
人^{じん}生^{せい}の転^{てん}機^きとな^りま^した。牢^{ろう}に入^いれ^られた南^{なん}北^{ぼく}は、
囚^{しゆ}人^{じん}達^{たち}の人^{にん}相^{そう}が娑^{しゃ}婆^ばで普^ふ通^{つう}の生^{せい}活^{かつ}をして^いる人^{ひと}達^{たち}の
人^{にん}相^{そう}と明^{あき}ら^かに違^{ちが}うと氣^きづ^くの^です。
以^い来^{らい}、観^{かん}相^{そう}に関^{かん}心^{しん}を持^もつようにな^り、牢^{ろう}を出^でて^から
町^{まち}の易^{えき}者^{しや}に自^じ分^{ぶん}の人^{にん}相^{そう}を見^みて^もら^いに^い行^いったと^ころ、



次のように言われたのです。

「稀に見る悪相である。おまけに剣難の相がある。あと一年ほどの命だ」

「助かる方法はないのですか？」

「出家する以外にないな」

そこで南北は有名な禅寺に行き、入門を乞いました。

しかし、寺の和尚は「修行は厳しいものだ。お前がこ

れから一年間、米を食わずに麦と大豆だけの食事を通

したら入門を許そう」と条件を出しました。

南北は、助かりたい一心で船の貨物の積み降ろしの

仕事をしながら麦と大豆だけの食事に耐え続けました。

一年が経ち、南北は禅寺に行く前に以前の易者のとこ

ろに行きました。すると、その易者が驚きの声を上げ



たのです。

「全く相が^{まつた}変わ^{かわ}っている。剣難^{けんなん}の相^{そう}が消^きえてなくなっている。何か^{なに}大きな功徳^{くどく}を積^つんだな」

「いえ、ただ米^{こめ}を食^たべず、麦^{むぎ}と大豆^{だいず}だけの食^{しょくじ}事^じをしていただけです」

そこで易者^{えきしゃ}は、「食^{しょくじ}事^じを節^{せつ}することは、大^{おお}いなる陰^{いん}徳^{とく}積^つみである」と南^{なん}北^{ぼく}に言^いったそうです。人相^{にんそう}が変^かわれば、禪寺^{ぜんでら}に入^{はい}る必要^{ひつよう}はありませ^なん。南^{なん}北^{ぼく}は、観相家^{かんそうか}を志^しし、諸国^{しよこく}遍歴^{へんれき}の旅^{たび}に出^でます。それが21歳^{さい}の時^{とき}です。南^{なん}北^{ぼく}の特徴^{とくちょう}は、書物^{しょもつ}を一^{いっ}切^{さい}読^よまず、師匠^{ししやう}にもつかず、ただ実体験^{じつたいけん}を積^つみ重^{かさ}ねていく点^{てん}にありま^した。いろい^ろな人^{ひと}の相^{にんそう}を見^みるために、ま^ず髪結床^{かみゆいどこ}で働^{はたら}きま^した。つぎに風呂屋^{ふろや}で働^{はたら}き、体^{からだ}の相^{そう}を観察^{かんさつ}しま^した。さらに火



葬場そうばで死者ししゃの遺体いたいを茶毘だびに付ふす仕事しごとに就ついて、死相しそうの研究けんきゆうもしました。そうして相そうを見る技ぎ量が上あがるにつれ、観相家かんそうかとして評判ひやうばんを得えるようになっていきます。
しかし南北なんぼくには悩みなやがありました。自分じぶんの観相かんそうはよく当あたるのですが、時ときにすごく良よい人相にんそうの人ひとが不幸ふこうな目めに遭あったり、逆ぎやくに悪相あくそうの人ひとが意外いがいな幸運こううんに恵めぐまれることがあつたのです。

〃この見誤りみあやまは、一体いったいどうして起おこるのだらう？〃
南北なんぼくはさらに研鑽けんざんを重ねかさましたが、その理由りゆうはわかりませんでした。

時ときが経たち、50歳さいの時ときに南北なんぼくは意いを決けつして伊勢神宮いせじんぐうに出でかけ、五十鈴川いすずがわのほとりで二十一日間にちかんの断食だんじきと水垢みずご離りをしました。満行まんぎやうの時とき、食しょくの神かみさまとして有ゆう名めいな、



外宮げくうの豊受大神とようけのおみかみから、人の運うんは食しょくにあり、という啓示けいじを受けたといひます。

そこで南北なんぼくは雷かみなりに打たれたように悟さとったのです。

自分は食事を麦むぎと大豆だいずだけにすることによって、剣難けんなんの相そうを消した。食しょくは人相にんそうを変え、運命うんめいを変え、るのだ。

その後ご、南北なんぼくは食しょくのあり方かたを研究けんきゆうし、「節食開運法せつしょくかいうんほう」

を説とき始はじめます。そうして南北なんぼくの観相術かんそうじゆつはついに完成かんせい

したのです。百発百中ひゃくぱつひゃくちゆう、「黙だまって座すわればピタリと当あた

る」という境地きようちに至いたったのです。

また、悪相あくそうの人がやくって来ると、食しょくのあり方かたを改善かいぜん

することを説といて運命うんめいを転換てんかんさせました。ただ相そうを見

るだけでなく、教化きやうけをしたのです。

南北なんぼくが晩年ばんねん言いっています。



「私の会得した飲食の節制法を多くの人に教えたが、実践した人を見ると一年先に大難の相があっても、嚴重に実践した人は必ずその難を免れている。それどころか、却ってその頃に思いがけない吉事が来る人が多い。あるいは生涯貧窮の相がある人でも、相応に裕福となって、現在は人に知られる程の者になった人も多い。また数年来病身で、きわめて短命の相が出ていた者も今は心身ともに健やかである。およそ、このような実例は枚挙にいとまがない程である。故に人間の富貴・貧賤、長寿・短命、困窮・安楽、また立身出世、栄達などは、すべて飲食の慎みにあるわけである」

南北自身の人相はとても貧相だったそうですが、「節食開運法」を世間の人々に勧めるため、手本を示



すために生涯米を食^たべず、米からできているものは餅^{もち}さえも食^たべず、一日に食^たべるのは麦^{むぎ}一合^{ごう}五勺^{しやく}と決^きめ、少年^{しょうねん}の頃^{ころ}より大^{だい}好^すきだ^{った}酒^{さけ}も一日^{いちにち}一合^{ごう}と決^きめて、それを実^{じつ}行^{こう}した結^{けつ}果^か、大^{おお}いに運^{うん}が開^{ひら}け、名^な古^こ屋^やに一^{いち}丁^{ちやう}四方^{ほう}の大^{おお}きな屋敷^{やしき}を構^{かま}えるま^でにな^りま^した。また「人生^{じんせい}五^ご十^{じゅう}年^{ねん}」と言^いわ^れた時^じ代^{だい}に78歳^{さい}ま^で健^{けん}康^{こう}で長^{なが}生^{がい}きを^し、天^{てん}寿^{じゆ}を全^{まん}う^としたの^です。

南^{なん}北^{ぼく}が「万^{まん}に一^{いち}つ^の誤^{あやま}り^{なし}」と言^いつ^た、[「]節^{せつ}食^{しょく}開^{かい}運^{うん}法^{ぽう}[」]の要^{よう}点^{てん}をま^とめ^ると、だ^いたい十^{じゅう}項^{こう}目^{もく}にな^りま^す。

一[、]食^{しょく}事^じの量^{りやう}が少^{すく}ない者^{もの}は人^{にん}相^{そう}が不^ふ吉^{きつ}な相^{そう}であ^っても、それ^{めい}な^りに恵^{めぐ}ま^れた人^{じん}生^{せい}を送^{おく}り、早^{はや}死^じに^しない。

特^{とく}に晩^{ばん}年^{ねん}は吉^{きち}とな^る。



二、食事が常に適量を超えている者は、人相が吉相でも調いにくい。手がもつれたり、生涯心労が絶えず、晩年は凶となる。

三、常に大食、暴食の者は、たとえ人相が良くても運勢は一定しない。もしその人が貧しければますます困窮し、財産家でも家を傾ける。大食、暴食して人相が凶であれば、死後に入るべき棺もないほど落ちぶれる。

四、常に身のほど以上の美食をしている者は、たとえ人相が吉でも運勢は凶になる。美食を慎まなければ家を没落させ、出世もおぼつかない。まして貧しくて美食をする者は、働いても働いても楽にならず、一生苦勞する。



五、常に自分の生活水準より低い程度の粗食をしてい

る者は、人相が貧相でもいずれば財をなし、長寿を得、晩年は楽になる。

六、食事時間が不規則なものは吉相でも凶となる。

七、小食の者には死病の苦しみがなく、長患いもしない。

い。

八、急げ者でずるく、酒肉を楽しんで精進しない者は

成功しない。成功、発展しようと思ふならば、自

分が望むところの一業を極め、毎日の食事を嚴重

に節制し、大願成就まで美食を慎み、自分の仕事

を楽しむに変えるように努めれば、自然に成功す

るだろう。

九、人格は飲食の慎みによって決まる。



十、酒肉を多く食べて太っている者は、生涯出世栄達はない。

この節食十項目とともに南北は表裏一体のものとして、日常生活の心掛けを説いています。

特に強調するのは、食事の時に「感謝の心」を持つことです。また日の出とともに起き、夜は早く寝ることを勧めています。さらに、「衣服や住まいが贅沢すぎるのは大凶、儉約は吉だが、けちは凶である」と言っています。南北は日常のすべてにおいて「慎む」ということを極意であると説いています。

以前、テレビの健康番組によく出演されていた石原



結實けつみという医学博士いがくはくしがいます。石原先生いしはらせんせいは「少食健康しょうじくけんこう法ほう」を推奨すいしょうされていて、伊豆いずの「ニンジンジュース断だん食道場じきどじょう」には、多くの有名人ゆうめいじんが訪れて健康けんこうになったと評判ひやうばんになっています。

石原先生いしはらせんせいは言いわれます。

「現代人げんだいじんの食事量しょくじりょうでは、種々しゅじゅの臓器ぞうきを働はたらかせるために必要ひつような血液けつえきが、いつも胃腸いちょうに集中しゅうちゅうしてしまいます。よって、その他たの臓器ぞうきや感覚器かんかくきはいつも血液不足けつえきぶそく。血液けつえきには種々しゅじゅの栄養素えいようそ、水みず、免疫物質めんえきぶつしつが含まれてるので、血流けつりゅうが良い臓器ぞうきは元氣げんきで健康けんこうだし、血流けつりゅうの少ない臓器ぞうきは不健康ふけんこうで病氣びやうきをしがちになります。つまり、いつも食べ過ぎて血液けつえきが胃腸いちょうに集中しゅうちゅうしている人は、他の臓器ほかぞうきに流れる血液けつえきが不足ふそくして、そこに病氣びやうきが発生はっせいしやすく



なりますし、いつも 〃 なんとなくだるい 〃 などの症状
が出てくるのです。しかし、断食をすると途端に胃腸
以外の臓器への血液量が増えて、そうした臓器が活発
に働き出すので、体に力がみなぎってくるし、種々の
病気も治りやすくなるわけです」

また次のようにも言っておられます。

「断食は極端な食事制限ですが、食事の量は脳の働き
にかなり影響を与えることがわかっています。アメリカ
国立老化研究所の دونالد・イングラム博士は、年
をとってドーパミンが脳から分泌されず、パーキンソ
ン病になったマウスのエサを 〃 どうせ近い内に死ぬん
だから 〃 と減らしたそうです。通常の40%程度にした
ところ、予想に反してドーパミンの分泌量が逆に増加



して認知症やパーキンソン病の症状が消失し、他のマウスよりも長生きしたということです。つまり、少食によって脳の働きが活性化し、体も若返るということです」

皆さん、サーチイン遺伝子（別名・長寿遺伝子）

をご存知でしょうか。これが活性化すると誰でも健康長寿になれるそうです。その活性化にNMNというサプリメントが効果的だと話題になっています。また、東京科学大学の栄誉教授である大隅良典先生がその機能を解明してノーベル生理学・医学賞を受賞されたオートファジーは、人間の細胞が自らを修復して、その若返りを司る機能です。つまり老化を遅らせ、病気の



リスクを低減ていげんさせるといふ素晴すばらしい機能きのうが、オートファジーです。そして、サーチュイン遺伝いでん子もオートファジーも、少食・節食せつしょくをして、カロリー制限せいげんをするかつせいと活性化かつせいすることがわかっています。ですから、健康けんこうで長生きながいきをしたければ少食しょうしょくにしなければいけないゝということです。

昔むかしから「鶴つるは千年せんねん、亀かめは万年まんねん」といいますが、鶴つるや亀かめの胃袋いぶくろを見るとほとんど食物しょくもつが入はいっていないそうです。この言葉ことばによって昔むかしの人は暗あんに少食しょうしょくを勧すすめていたのかもしれない。

余談よだんですが、サーチュイン遺伝いでん子やオートファジーを活性化かつせいする食べ物ものがあります。ザクロやナッツ、赤あかワイン、緑茶りょくちや、納豆なつとう、玉ねぎたまねぎ、りんご、ブルーベリー



等^{など}だそうです。

最後^{さいご}に仏伝^{ぶつでん}からお話^{はなし}をします。

お釈迦^{しやくか}さまが、ある時^{とき}コーサラ国^{こく}のパセーナデイという肥満^{ひまん}した王^{おう}に大食^{たいしょく}・美食^{びしょく}を戒^いめる一偈^げを与^{あた}えられました。

「人^{ひと}は自ら懸念^{けんねん}して、量^{りよう}を知^しって食^{しょく}を摂^とるべし。さすれば、苦^{くる}しみ少^{すく}なく、老^おゆること遅^{おそ}く、寿^{じゆみよう}命^{たも}を保^{たも}つならん」

この時^{とき}、ウッタラという少年^{しょうねん}が王^{おう}の侍者^{じしや}として後^{うし}ろに立^たっていました。パセーナデイ王^{おう}はその少年^{しょうねん}に言^いいました。

「ウッタラよ、汝^{なんじ}は今^{いま}の世尊^{せそん}の偈^げを諳^{そら}んじて、私^{わたくし}の食^{しょく}



事の^じ時に^{とき}、いつも^と唱^{とな}えるようにせよ」

「王^{おう}さま、かしこまりました」

ウツタラは毎日^{まいにち}、王^{おう}の食事^{しょくじ}の度^{たび}に、この偈^げを唱^{とな}えま
した。その結果^{けっか}、王^{おう}の肥満^{ひまん}した体^{からだ}は次第^{しだい}に贅肉^{ぜいにく}が取^とれ、
大変健康^{たいへんけんこう}になり、またその容貌^{ようぼう}も端正^{たんせい}になったと伝^{つた}え
られています。

お釈迦^{しゃか}さまは2500年前^{ねんまえ}に既^{すで}に「節食^{せつしょく}」というこ
とを言^いっておられたのです。



良い教えの話を聞きましょう。

全国の法音寺各支院・布教所では
毎月の講日の中で

三徳の教えを聞くことができます。

是非講日にご参詣いただき

教えを心にしみ込ませましょう。

◆今月の山首上人さまご親修日程

西春支院	4月2日(水)	田川支院	4月12日(土)
福岡支院	4月13日(日)	東京支院	4月19日(土)
静岡支院	4月20日(日)		

有縁の支院・布教所に、ご自由にござ参詣ください

支院・布教所名	今月の講話日など	住所	電話番号
大乗山泰明寺	5日・20日	名古屋市中村区名駅2-37-3	☎(052)581-2069
開基堂	10日	江南市寄木町天道18	☎(0587)531-5436
東京支院	6日・12日・19日	東京都練馬区谷原2-6-37	☎(03)3904-1251
静岡支院	2日・12日・20日	磐田市城之崎4-7-3	☎(0538)321-6625
豊川支院	4日・20日	豊川市中野川町1-26-3	☎(0533)861-4704
安城支院	6日・18日・28日	安城市新田町小山31-25	☎(0566)761-2504
明川支院	11日・26日	豊田市明川町堂ノ脇1-2	☎(0567)321-1825 ご連絡は本山事務局へ
佐屋支院	4日・13日・24日	愛西市大井町浦田面296	☎(0567)321-1825
一宮支院	5日・15日・25日	一宮市大江1-7-4	☎(0586)721-7208
西春支院	2日・12日・22日	北名古屋市九之坪東ノ川20	☎(0568)221-5813
岐阜支院	6日・14日・18日・24日	岐阜市切通7-15-22	☎(058)245-2939
笠松布教所	12日	岐阜県羽島郡笠松町八幡町23	☎(058)391-9733
大垣支院	1日・13日・20日	大垣市宝和町5	☎(0584)781-4854
関支院	3日・13日・23日	関市西福野町2-15-11	☎(0575)221-0776
平賀支院	6日・13日・20日	関市市平賀213-2	☎(0575)231-3771
郡上八幡支院	6日・13日	郡上市八幡町小野721-3	☎(0575)651-3933
四日市支院	3日・13日・22日	四日市市赤堀2-4-7	☎(059)352-3633
上野支院	1日・11日・20日	伊賀市上野向島町3475	☎(0595)211-0127

京都支院	1日・9日・20日	京都市上京区北横町360	☎(075)231-3437
高槻支院	6日・21日	高槻市天神町1-9-2	☎(072)685-1003
大阪支院	13日・23日	大阪市此花区西九条3-4-41	☎(06)6465-5051
和泉支院	6日・19日	大阪府泉南郡田尻町嘉祥寺404	☎(072)466-3112
神戸支院	12日・21日	神戸市兵庫区五宮19-17	☎(078)360-4884
淡路支院	5日・25日	南あわじ市神代国衙910	☎(0799)421-0175
岡山支院	5日・23日	岡山市南区若葉町1-16	☎(086)262-0818
高知布教所	12日	高知市上町5-5-39	☎(088)823-1983
福山支院	6日・20日	福山市西町3-19-5	☎(084)921-3078
三原支院	12日・27日	三原市皆実2-9-22	☎(0848)62-5087
安芸津支院	6日・20日	東広島市安芸津町三津3765-3	☎(0846)45-4012
坂支院	6日	広島県安芸郡坂町坂東2-24-12	☎(082)885-1064
福岡支院	6日・13日・20日	福岡市早良区城西2-11-37	☎(092)821-7975
壱岐布教所	23日	壱岐市石田町池田東触1112	☎(0920)44-5445
筑後布教所	27日	筑後市大字西牟田5954-1	☎(0942)53-7273
天草布教所	1日	上天草市大矢野町維和1502-1	☎(0964)58-0742
田川支院	6日・12日・27日	田川市春日町7-30	☎(0947)42-1819
名古屋地区	7日・17日・27日	名古屋市長和区駒方町3-3	☎(052)831-7135
瀬戸布教所	9日・19日・26日	瀬戸市東本町2-20	☎(0561)85-6860
亀岡布教所	14日・27日	亀岡市篠町篠牧田73-1	☎(0771)25-7807

※スケジュールは変更されることがあります。詳しくは各支院・布教所にお問い合わせください。(掲載順不同)

高祖 日蓮大聖人 第七百五十遠忌
始祖 廣宣院殿安立大法尼 第百遠忌
御開山 叡山院日進上人 第七十遠忌
御報恩

五十萬卷 御報恩納経
妙法蓮華経

久遠偈

大乘山 法音寺

書写經典	久遠偈（如来寿量品第十六）
納経期間	令和4年1月1日より10年間
納経供養金	1冊2,000円



写経のまんが動画が
ご覧になれます

※納経帳のお求めは本山事務所受付または所属まで

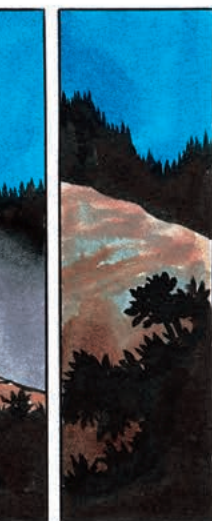
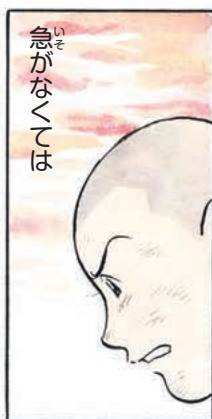
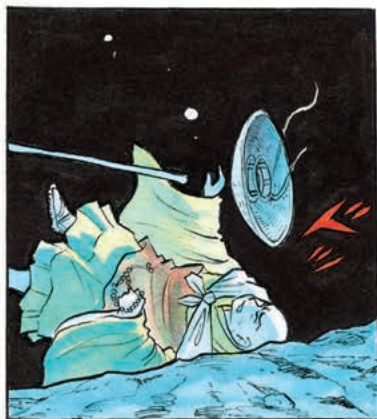
に ち れ ん
日蓮さま

36 さ ど り と う
佐渡離島



一いっさう艘ふねの小こ舟ふねが
佐渡さどが島しまに向むかかっていました





だれかそこに
おられるのか？

えっ
そなた！

早くお師匠
さまに…

日朗（にろう）
どのでは
ないか！
どうして
ここに！？

日興（にきう）
ですよ
しっかりなされ

日興（にきう）
さま

なぜ
日興（にきう）
さまが

話はあとで…
さあ 私の
肩につかまって

草庵（そうあん）
は
すぐですから

日朗（にろう）!!

お師匠（ししやう）さま
鎌倉（かまくら）から
日朗（にろう）どのが
赦免状（しやめんじやう）をもつて
まいりました

お師匠（ししやう）
さま…

赦免状（しやめんじやう）を!?

おお日朗
こんな所まで：
よくきてくれた



此度のご赦免は
お前が私を
思っ心が
天に通じたのだろう

心から感謝しているよ



そんな もったいない
皆さん鎌倉で
お師匠さまのお帰りを
待っておられます
お師匠さまのお供をして
鎌倉に帰ることができる
夢のようです

お師匠さまあ
うう…



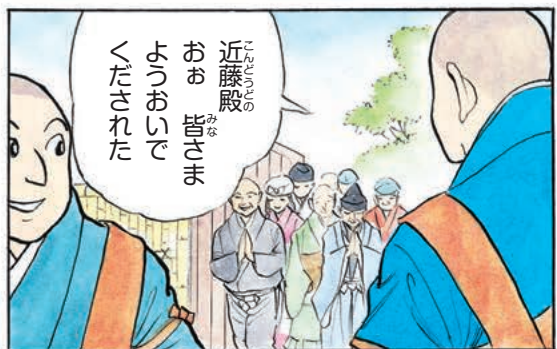
本間重連の屋敷



日蓮法師ご勘気のこと
赦される旨仰せくだされたので
ここにご赦免いたされたく
お伝えする
文永十一年二月十四日

日蓮どの
これで晴天白日の
身となられましたな





皆さん ありがとう
まことに名残惜しい
ことです

どうか信心深く
法をまもって
いってください

信心を全う
したならば

靈山浄土にて

きつとまたお目に
かかれましようぞ

日蓮上人
さま…

お上人さま

どうぞ
こちら
です

お師匠さま
阿仏房どのと
千日尼のが
おみえです

お上人さま

よく来てくれました
島を離れる前に
おふたりには
どうしてもお目に
かかりたかったので

あの厳しい寒さの
塚原三昧堂で…
あなたがたが いなかったら
私の命はなかった
おふたりは私の命の恩人です

早くお上人さまに
あたたかいものを
届けましよう

ああ



なんとお礼を
申しあげて
よいか

ほんとうに
本当に
ありがとう

そんな…
どうか頭を
お上げください

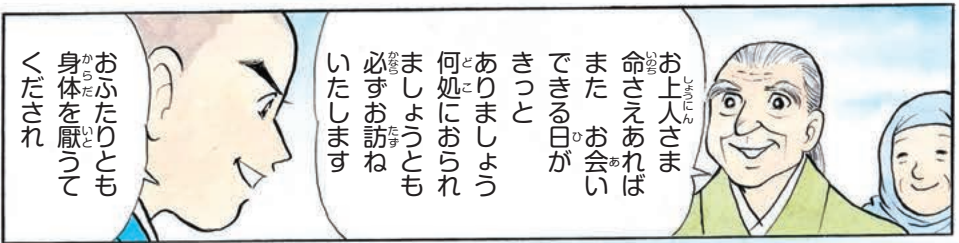


妙法に出会えて
いなければ
私もは
どつなつて
いたことか…



あなたがた
おふたりと別れる
のは私はとても
つらい

もったいのう
ございます



お上人さま
命さえあれば
また お会い
できる日が
きつと
ありましよう
何処におられ
ましようとも
必ずお訪ね
いたします

おふたりとも
身体を厭うて
くだされ

南無妙法蓮華經

南無妙法蓮華經

南無妙法蓮華經

今 去るにあたって
そつた法師の髪が
うしろにひかれるごとく
私にとつてここ佐渡が島は
深く心に残るところと
なりました

つらい苦しい出来事に
ぶつかつて ますます
法華經の信仰を
深めることができました

皆さんも ますます
信心深く妙法を
身にそめてください

さようなら
皆さん ありがとう



佐渡離島

文永11年（1274年）3月13日、日蓮聖人は日朗と日興を伴って一谷の草庵を出発しました。日頃日蓮聖人から教化を受けていた人々は、みな名残を惜しんで見送ったといえます。その中には近藤清久やその弟の学乗房日静、最蓮房などがいました。中でも、日静は悲しみのあまり伊勢小太郎に日蓮聖人の像を彫らせ、開眼を願ったとあります。また、病身の最蓮房は今生の別れと涙したとのこと。日蓮聖人もそういう人々との別れを惜しんだようです。

「剃りたる髪をうしろへ引かれ、進む足も還りしぞかし」（国府尼御前御返事）

日蓮聖人一行は、一谷から真浦という浜に移動して一泊した後に、赤泊の港から二年半を過ごした佐渡が島を後にするのです。



佐渡市地域おこし協力隊サイトより



お寺の本棚



『御開山上人御遺稿集』

法華經を信仰する者は

最後の勝利者である



仏さまの教えを信仰するというのは、仏さまの教えを信じ行って、心を明るくし、家庭を平和にし、生き甲斐のある生活をするためであります。

妙法蓮華経は、仏さまの心であり、仏さまの力であります。この仏さまの心を我が心とし、仏さまの力を我が身に得たならば、我が身が仏です。即身成仏とはこのことです。

妙法蓮華経は、仏さまの万行・万徳の智慧と力の集まりです。万行とは日常生活のすべての行いです。すべての行いを仏さまの心と力で行えば、皆「徳」となります。これを万徳と申します。また、六度具足とも申します。即ち、布施・持戒・忍辱・精進・禪定・仏智の六つの行いを完全に行うことであります。この行いによって父母に孝行すれば、父母が喜び、自分も喜びです。子のよい行いをほめ、その働きを労することは子の喜びであり、親の喜びです。夫を労る妻は、夫が喜び、妻も喜びです。妻を労る夫は、妻が喜び、夫も喜びです。かように喜び合

う行いが、持戒（よい行ない）です。喜ばせ、労ることは布施（ほどこし）です。かくして自分の心は明るくなり、一家は平和となります。この家庭の平和を村に町に及ぼせば、村も町も平和になります。

心が平和で、喜びに満たされるようになれば、この人には、災難も病氣もなくなります。病気の人も早く治ります。財物も必ず豊かとなります。精神的にも物質的にも平和の人となれます。この教えを他人に伝えて他人をも幸福にすることが大きな功德です。常に南無妙法蓮華經、南無妙法蓮華經と唱えましょう。お題目を唱えることは、仏さまの教えを信仰する者の修行です。必ず自分の生まれながらに持っている仏さまと同じ性質（仏性）、慈しむ心が伸びてきます。また、妙法蓮華經の題目を聞いた人々も、その持っている仏性が伸ばされて、よい行いができるようになります。知らぬ間に亡き父母・先祖の霊までも喜びの世界に到らしめることができます。

世界の平和は仏教の信仰より始まります。心の平和、国の平和のために、真剣に仏さまの教えを学び、実行しましょう。お題目を唱えましょう。そして我等の力で真の平和を築きあげましょう。法華經の信仰者は、真の平和愛好者であります。法華經の信者は、最後の勝利者であります。

この本をもっと詳しく読んでみたい方は、法音寺本山、または各支院・布教所までお問い合わせください。

常寂光土への誘い (33)

無量義經十功德品第三

善男子、第八に是の經の不可思議の功德力とは、若し善男子・善女人、若しは仏の在世若しは滅度の後に、人あつて能く是の經典を得たらん者は、敬信すること仏身を視たてまつるが如く等しくして異なることなからしめ、是の經を愛樂し、受持し誦誦し書寫し頂戴し、法の如く奉行し、戒・忍を堅固にし、兼ねて檀度を行じ、深く慈悲を發して、此の無上大乘無量義經を以て、広く人の為に説かん。

「善男子よ、第八に是の經の不可思議の功德力とは…」。

《第八、得忍不思議力》

若し人々が、仏さまのご在世中でもご入滅の後でも、よくこの經典を得たならば、「敬信すること仏身を視たてまつるが如く」で、この經典を仏さまの御身と同じと見て敬い信ずることでしょう。

卷三・妙法蓮華經第十章法師品三〇・152頁に「此の中には已に如来の全身います」とあります。私どもは親しく仏さまにお目にかかり、仏さまのお声を聞かなくても、仏さまの残されたこの經を信じさえすれば、仏さまから直接み教えを聞くのと同じと考えなければなりません。ですからぜひこの經を、仏さまを

敬う心と同じ心で敬ってください。この経には仏さまの魂が打ち込まれているのです。

「等しくして異ることなからしめ」とありますように、仏さまのお残しになったみ教えは、「仏さまご自身」と信ずることが大切です。

「是の経を愛樂し」とは、大変ありがたいと思うことです。そして、受持し、読誦し、書写して、深くこれを尊び、「法の如く奉行し」つまり、仏さまの教えられた通り実行することです。

「戒・忍を堅固に」とは、持戒と忍辱、即ち、「仏の戒」を堅固に持って、背かず実行することです。「檀度を行じ」は檀波羅蜜、つまり布施を実行することです。自身の行いを慎むとともに、他の人に布施をするのです。

「深く慈悲を発し」は、本当に人のことを気の毒に思い、助けて上げたいと願うことです。心の底から世のため・人のために尽くすという決心をすることこそ、深く慈悲を発す大事です。そうして「無上大乗無量義経を以て、広く人のために説く」のです。

この精神が真の布施であります。物を以って財施、親切を以って無畏施、真に心を救う教えを説いて、仏さまと同じ道に入れさせようとする法施、これが揃ってこそ真の布施となるのです。

若し人先より来、都べて罪福あることを信ぜざる者には、是の経を以て之を示して、種の方便を設け強て化して信ぜしめん。経の威力を以ての故に、其の人の信心を発し欸然として回することを得ん。信心既に発して勇猛精進するが故に、能く是の経の威徳勢力を

得て、得道・得果せん。是の故に善男子・善女人、化を蒙る功德を以ての故に、男子・女人即ち是の身に於いて無生法忍を得、土地に至ることを得て、諸の菩薩と以て眷属と為りて、速かに能く衆生を成就し仏国土を淨め、久しからずして無上菩提を成ずることを得ん。善男子、是れを是の經の第八の功德不思議の力と名く。

「先より来」というのは、昔から。「都べて罪福あることを信ぜざる者」とは、罪業を重ねていることに気がつかず、楽なことばかり求めている人。そういう人には「是の經を以て之を示し」||このみ教えによって心を改めさせることです。そして「種種の方便を設け」||積極的にいろいろ考えて教化し、仏さまのみ教えを信じるように導き、「強て化して信ぜしめ」||無理に教えてというのではなく、み教えそのものに力があるのですから、相手が納得できるように、正しく導くことができます。相手のことを考えると言っても、み教えを曲げて説くことは許されません。迷いの多い人には、堅固な覚悟を以って正しく教えなければなりません。「強て化する」覚悟で、正しいみ教えを信じてもらえるように導くのです。

「經の威力を以ての故に」||仏さまのみ教えを説くことは、自分の力でできると思っているではありません。仏さまのみ教えは非常に大きな力を持っています。み教えの力のお陰で説けるのです。一生懸命自分が信じて説いていけば、必ずその人の信心を起すことができるのです。そうすると「歎然として回することを得ん」で、まっすぐ仏さまの方へ心が向くようになるのであります。

「信心既に発して勇猛精進するが故に」||み教えを聞いて一生懸命、混じり気なしに実行しますと、「是

の経の威徳勢力」が加わり、「得道・得果」と言って、良い結果が得られるようになります。

「是の故に善男子・善女人、化を蒙る功德を以ての故に」 Ⅱこうして人々に教えていきますと、そのみ教えに感化されて男性でも女性でも、生きている間に「無生法忍」を得、世の中の変化に動かされないようになり、「上地に至ることを得」即ち、凡夫を離れた菩薩の境界に行かれるのであります。そして「諸の菩薩と以て眷属と為り」で、大勢の菩薩の仲間入りができて「速かに能く衆生を成就し仏国土を浄め」 Ⅱ多くの人々を教え導いて世の中を浄らかにすることができなのです。従って社会・国家が良くなっていくのです。やがて「久しからずして無上菩提を成ずることを得ん」つまり、自分の心の迷いがなくなつて、仏さまと同じような大きな智慧を成就するようになるということです。

このように、一人の人が他の人を感化すればさらにその人が他の人をも感化していつて、必ず世の中が良くなります。そうなるのが、「是の経を修行する第八の功德不思議の力である」と言われているのであります。

福祉の ひろば



幸せのお手伝い

利用者さんは

自分の鏡

やわしちをやわしちで

増やしつていく

入職して日が浅い頃、Aさんという方がいらっ
しゃいました。Aさんは、食事中に食器を投げた
り、頭突きをされることがありました。食器をひ
っくり返されて、どうしてお手伝いをしているの
にこんな目に遭ったんだと、食事介助が嫌になっ
てしまった時期がありました。しかし、Aさん
のお父さんが面会に来られて、食事をしている姿を
見て、気がつきました。それまで頭突きをしてい

ると思っていたAさんは、実は頭をすり寄せて甘
えてきているだけだったのです。

自分はAさんを、怖い・近づきたくない・嫌だ
という感情で見えていました。その時『法音』に掲
載されていた元特別支援学校教諭・山元加津子先
生の「ちいちゃんの話」を思い出しました。A
さんにもちいちゃんのように深い思いがあるので
はないか、と思い始めました。それからは、Aさ
んの気持ちに寄り添えるように接しました。する
とAさんの表情が変わっていききました。自分が優
しい気持ちでそばにいと、Aさんも優しい気持

ちになってくれているようでした。食事中に食器が飛ぶことはなくなり、とても良い関係を築くことができました。

入職当初の自分には先入観がありました。嫌われていると思う人に優しくする人はいません。

「嫌われているのはイヤだ」

飛んでくる食器には、そういう気持ちが込められていました。

今、むずかしい利用者さんに出会ったたびに「嫌だな」ではなく「どうしてなんだろう?」、「怖いな」ではなく「何か辛いことがあったのかな?」と思うようになりました。実際、そう接していると利用者さんから心を開いてくださるのを感じます。利用者さんは、自分の鏡写しだと思います。嫌な気持ちで接すれば嫌な気持ちに、優しい気持ち

で接すれば優しい気持ちになってくださいます。Aさんが気づかせてくれた大切なメッセージの陰で、今日も優しい気持ちで利用者さんに接することができています。Aさんとお父さんには、本当に感謝しています。

小原 寮 生活支援員 山口 孝祥



第17回 福祉実践発表会 日本福祉大学で開催



写真提供・昭徳会

社会福祉法人 昭徳会
～障がい者支援施設「小原寮」が最優秀賞を受賞～

令和7年2月24日、今年も「三法人連携」の一環で日本福祉大学 東海キャンパスを会場としてお借りし、「第17回福祉実践発表会」が開催されました。今年度は発表の様子をYouTubeでライブ配信し、昭徳会の職員はもちろん、学生の皆さんや日本福祉大学の教職員の皆さんなど、総勢150名を超える方にご参加いただきました。

「障がい分野」5施設が登壇し、昭徳会の基本理念である「幸福（しあわせ）」の実現に向け、日々取り組んできた内容について実践発表が行われました。子どもの意見を尊重し、子どもの人生において最も良いことは何かを考え、実践してきた支援を発表した「小原学園」、障がいのある人が地域で活躍し、地域の中であたりまえに暮らしていけるように、さまざまなプロジェクト活動を発表した「小原寮」、利用者さんが、生きがいと役割を持ちながら、地域住民の一員として小原地区を盛り上げることができるようにと、取り組みを発表した「グループホームさくや」、障がいのある人がその人らしい安心した



暮らしができるよう、地域移行の取り組みを発表した「泰山寮」、自社製品ばりまるの売り上げを伸ばし、利用者さんの工賃を上げ、働く意欲や喜びを感じてもらおうという取り組みを発表した「授産所高浜安立」。どの施設の発表も、それぞれの想いが詰まった大変すばらしいものでした。発表を聞いた職員は、きっと良い刺激を受けたのではないだろうか。

全施設の発表終了後に、会場にお越しいただいた方々の投票によって、最も印象に残った施設が選ばれました。最優秀賞に選ばれたのは、障がい者支援施設「小原寮」でした。小原寮には理事長より賞状と賞金が贈られました。

最後に日本福祉大学・副学長の小松様よりお言葉を

いただくこともでき、法音寺、日本福祉大学、昭徳会の三法人連携がさらに深まり、今後の福祉現場の実践力向上と地域社会への貢献がより一層期待できる福祉実践発表会となりました。来年度は「保育・児童分野」の発表です。どんな取り組みについて発表されるのか、とても楽しみです。

なお、この福祉実践発表会の様子はYouTubeよりご覧いただけます。この機会にぜひ昭徳会の施設の取り組みをご覧くださいませ。



福祉セミナー等実行委員会 委員長（法入本部事務局 事務員）

金子 真帆

第18回 提携社会福祉法人サミットを開催しました

～日本福祉大学×提携社会福祉法人～

本学と、昭徳会含む全国各地の14の社会福祉法人は、それぞれが教育・研究と実践の事業交流を図ることで地域社会の発展や社会福祉のさらなる充実に取り組んでいます。2024年度からは、提携社会福祉法人運営協議会が発足し、政策の動向や、法人の経営、福祉人材の育成といった諸課題について相互に学び合う「提携社会福祉法人サミット」を開催しています。

2月22日（土）に開催した18回目となる今回は、「地域共生社会の実現に向けて 身寄りのない高齢者等が抱える課題への対応」と題して政策動向勉強会を行い、14法人の関係者と本学関係者合わせて71名（対面45名・オンライン26名）が参加しました。

開会に先立ち、原田正樹本学学長が挨拶を行いました。「本学は通信教育部の開設に伴い、全国型の提携社会福祉法人のネットワークを構築し、2007年度に初めてのサミットを開催しました。その後、2011年の東日本大震災で被災された仙台市社会福祉協議会の呼び掛けによって被災地支援に関わらせていただいたことを契機



として、法人間の連携の大切さを再認識することになりました。あわせて、社会福祉法人制度改革の議論から、法人と大学がいかに社会課題に向き合っていくかという課題を共有し、これからの社会福祉のあり方をともに学び、創出する機会とした」と述べました。

その後に開催された基調講演では、厚生労働省社会・援護局長の日原知己様に「地域共生社会の実現に向けて」と題してご講演いただきました。

講演では、厚生労働省が定めている「地域共生社会」の概念を改めてご紹介いただいた上で、地域共生社会の在り方検討会議の趣旨や主な検討事項についてご説明いただきました。



「地域共生社会における、身寄りのない高齢者等が抱える課題等への対応」「成年後見制度の見直しに向けた司法と福祉との連携強化等の総合的な権利擁護支援策の充実」「社会福祉法人・社会福祉連携推進法人の地域共生社会の担い手としての役割」等の検討状況等をお話しいただきました。

基調講演後は、「身寄りのない高齢者等が抱える課題への対応」と題して、藤森克彦（本学福祉経営学部部長）、林祐介（本学社会福祉学部准教授）、奥山智弘様（青山里会 四日市市南地域包括支援センター長）、今井友乃様（知多地域権利擁護支援センター理事長）の4名によるシンポジウムが開催されました。



最後は、提携社会福祉法人運営協議会幹事法人である、社会福祉法人甲山福祉センターの服部英司理事長より、政策動向勉強会閉会のご挨拶をいただきました。

「社会福祉法人が、今までのようにに制度に基づいた事業をしているだけではなく、地域福祉やその狭間にあるものにいかに取り組むか、社会福祉のセクターとしてその存在意義が問われており、地域共生社会の中でどう役割が果たせるかを深く考えてみたい」と述べられました。

第18回 提携社会福祉法人サミットの開催報告は以下WEBサイトに掲載しておりますのでぜひご覧ください。

企画事業室 小川 公美

写真提供・日本福祉大学

日本福祉大学 提携社会福祉法人サミット

検索



幸せの種まき

心が狭くなると
暗い方に考えが進み
生きる意味を失いかねません

特別大きな善いことでなくても
少しでも人の喜ぶことをして
心にゆとりを持ちましょう

大乗山 法音寺

編集後記

今月号の支院だよりでは、各地で行われた節分会の様子がレポートされました。それぞれの記事を読むと、どの会場にも多くの人々の笑顔がふれ、その様子が手に取るように伝わってきます。

私達は誰もが生きている間にさまざまな困難に出遭い、その都度、心の拠り所を求めるものです。明治42年、杉山辰子先生が仏教感化救済会で活動を始めてから今日まで、数え切れないほどの多くの人々が、それぞれの時代の師の説く三徳の教えを心の支えにしてきました。皆さんご自分の胸に手を当てれば、思い当たることがあるはずです。辛かった時、苦しかった時、師は優しい眼差しで受けとめ、三徳の教えを説いて私達を支えてくださいました。今月号では国境にある対馬での法座の記事が掲載されましたが、日本国中、津々浦々にそのような経験をされた方がいるのだと改めて思われます。

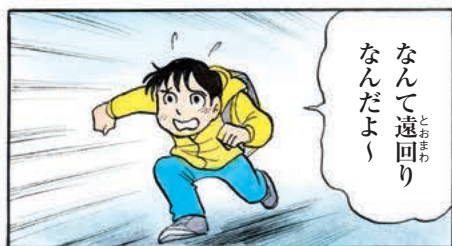
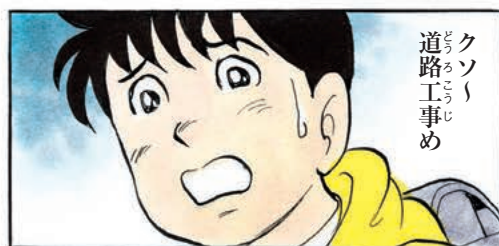
現代は人々が宗教から距離をとろうとする時代ですが、人々の悩み苦しみは絶えることがありません。師の恩に報いるためにも、今度は私達が三徳の教えを伝えて誰かを支える側に回る番ではないでしょうか。



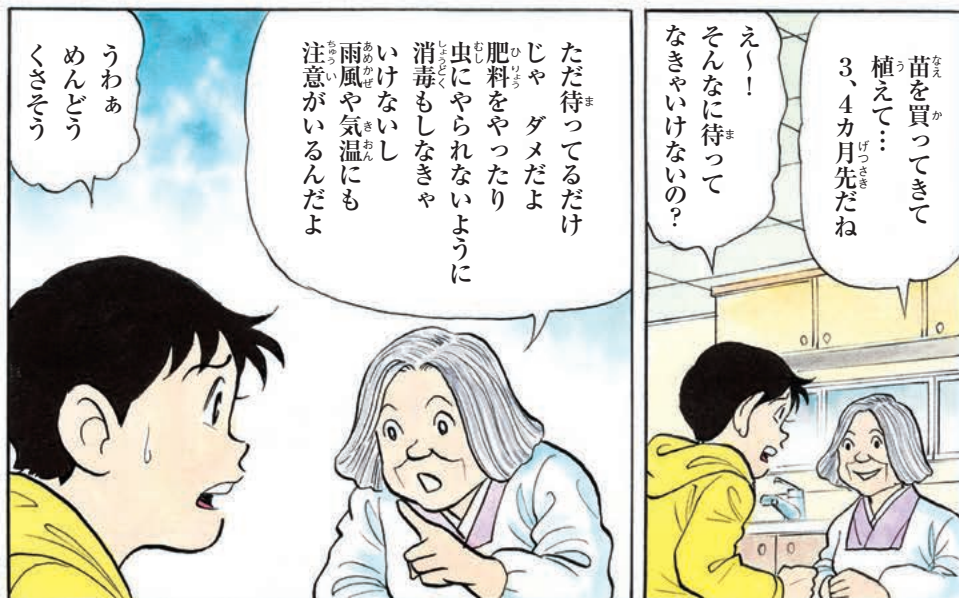
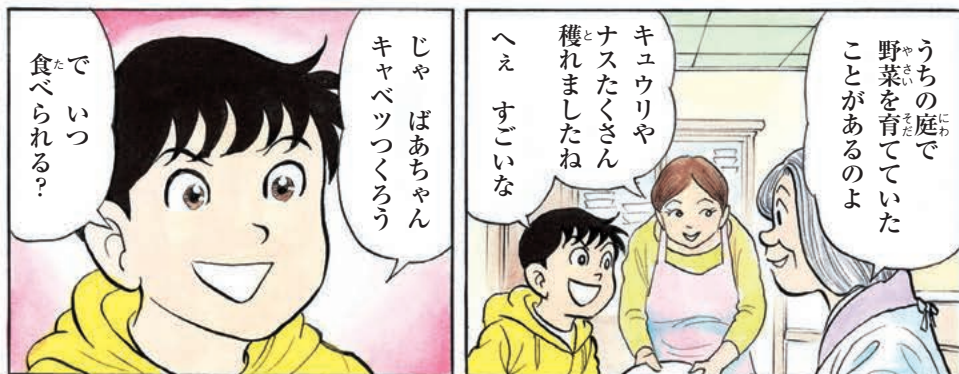
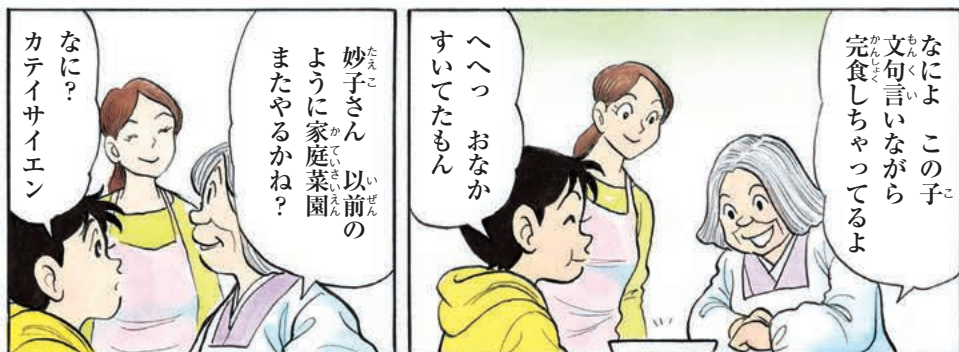
あふれる感謝

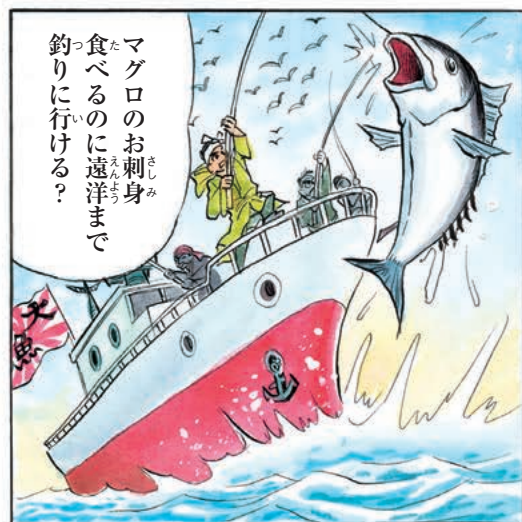
竹中 淳

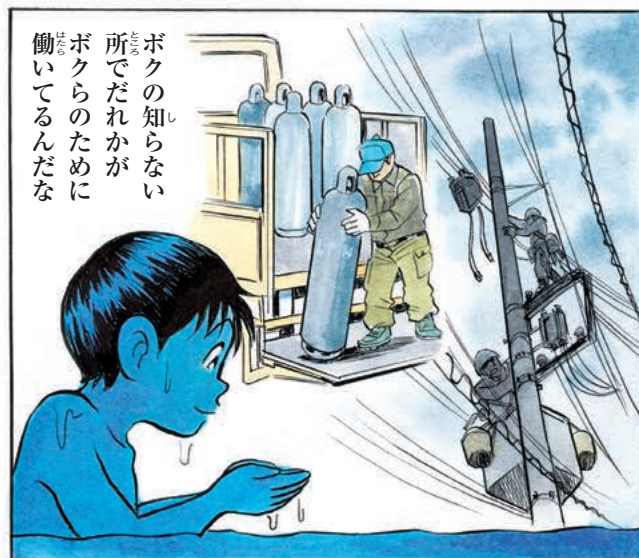


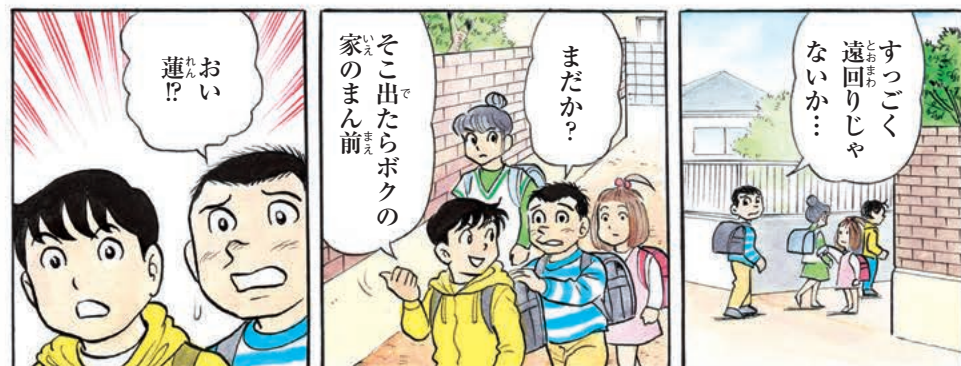
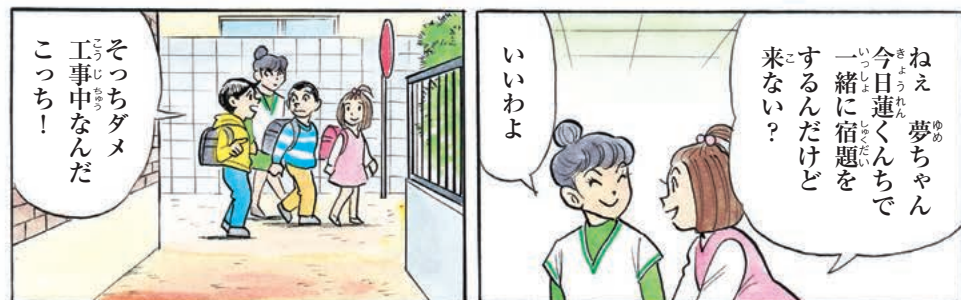


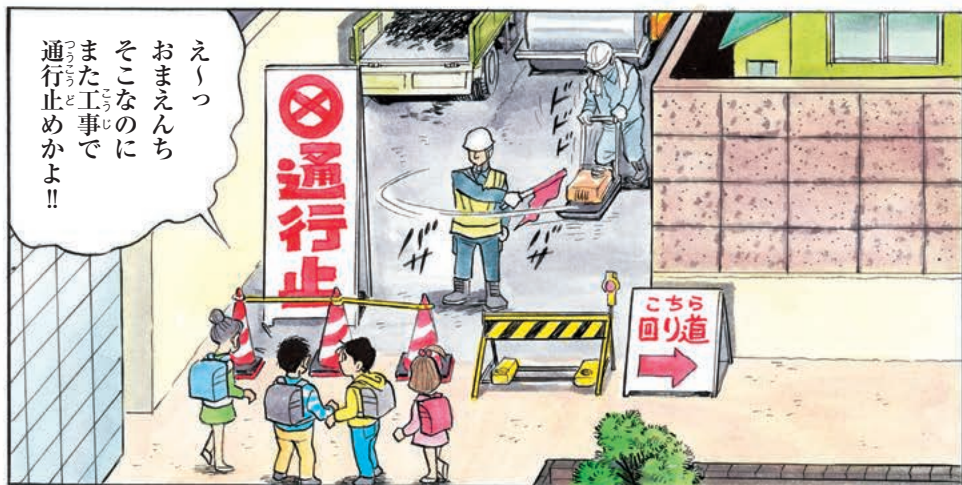












おしまい

法音寺物語

社会福祉という言葉がなかった時代…
人々を本当の幸せにする仏教の精神で
社会的弱者を救済する人達がありました。



貧困にあえぐ人達に食料や医療を施し、
差別を受けたハンセン病を患った人々に
寄り添い、様々な事情で親をなくした
子ども達を養育し、障がいを持つ人々に
生きる希望を与えてきました。



お寺になったのは戦後(昭和22年)のこと。
初代住職・鈴木修学上人は、福祉施設を
運営する中で、本当に人々を救済するには
“専門的知識を身につけた人材が必要”と考え、
日本初となる社会福祉教育専門の4年制大学・
日本福祉大学を開設しました。



その後、“仏さまの教えを実行し、困っている人達を
救済しよう”という理念に共鳴する人達が各地に
増え、全国に40の支院・布教所が設置されました。
多くの心ある人達の善意に支えられて、現在では、
高齢・障がい・児童の19福祉施設が運営され、
大学では多くの学生が社会福祉を学んでいます。





悦可衆心

相手を満足させればすぐ喜びがくる
相手をいたわれば喜び合う日が必ずくる

写真・法音寺大本堂

《山首上人の大荒行御成満奉告法要の砌》

日蓮宗大乘山 法音寺

〒466-0832 名古屋市長和区駒方町3-3 TEL.052-831-7135
<https://www.houonji.com> FAX.052-831-9801



講話日

毎月7日・17日・27日
午後1時30分

ホームページにて月刊法音を掲載しています



SNSでつながる法音寺



法音寺公式

facebookで

毎朝7時

『一日一言』

配信!!

こちらの
二次元バーコードから
ご覧いただけます。



毎週火曜日

法音寺メールマガジン
配信中!!

山首上人のみ教えや毎月の予定、
人にやさしく生きていくための
コツなどを配信します。

こちらの
二次元バーコードから
メールマガジン登録フォームを
ご覧いただけます。



YouTube にて
法音寺チャンネル
開設中!!

[https://www.youtube.com/
user/houonjimovie](https://www.youtube.com/user/houonjimovie)

こちらの
二次元バーコードから
法音寺紹介動画を
ご覧いただけます。



詳しくはホームページ、またはYouTubeサイトで

法音寺

検索



法音寺の社会福祉・教育事業



徳を昭(あき)らかにし、徳を以って世間を照らす

我が如く等しくして異なること無からしめんと欲す

社会福祉法人 昭 徳 会

- 児童養護施設
- 障がい児入所施設
- 障がい者支援施設
- 特別養護老人ホーム
- 障がい福祉サービス事業
- 養護老人ホーム
- 軽費老人ホーム
- 保 育 所
- 軽費老人ホーム(特定施設入居者生活介護事業)
- 自立援助ホーム

法人本部

〒466-0832 愛知県名古屋市長和区駒方町4-10
TEL.(052)831-5171
<https://www.syoutokukai.or.jp>



学校法人 日本福祉大学

- 日本福祉大学大学院
- 日本福祉大学
- 日本福祉大学中央福祉専門学校
- 日本福祉大学付属高等学校

法人本部

〒470-3295
愛知県知多郡美浜町奥田会下前35-6
TEL.(0569)87-2211
<https://www.n-fukushi.ac.jp>

