

# 広徳寺通信

Letter from Koutokuji Temple 第3号



◆ 上磯ダム。青々としたふるさとの山々。

半夏生も過ぎないうちに、北海道は6月から各地で真夏日を記録。原因はモンゴルからの暖気だったのだそうです。4月に雪が降ったと思えば、6月には猛暑と、今年の気候は少し変わっています。

それでもここ道南は、本来、夏とはいえ本州と比べて蒸すようには暑くならず、いつも涼やかな風が吹いています。梅雨もなければ台風もありません。緑豊かなこの季節、函館山と駒ヶ岳に挟まれて、美しい湾が広がるここは、きっと極楽なのでしょう。



## ひとくちコラム

**先**日、体験学習の一環で、お寺に上磯小学校の生徒さんが来てくれました。郷土を知ることはこれからの人生の糧になるはず。 住職



◆ 熱心に質問をする児童たち。

## 梅花講よりお知らせ

梅花講に  
遊びに  
来ませんか？



おしゃべり  
楽しいわ…



毎週土曜日 午後1時～3時

詳しくはお寺まで。  
お気軽にお尋ねください。

## 曹洞宗 広徳寺 慈眼山

〒049-0162 北海道北斗市中央 2-3-14  
TEL 0138-73-2032 FAX 0138-73-5500  
✉ info@jigenzan.org

## 寺こやよりお知らせ

どなたでもご参加頂けます！

## 寺こや坐禅塾

シンプルな自分にいったんリセット！

日時：7月24日（土）  
午後5時～6時半  
（5時半から坐禅指導です）

参加費：100円

※ 足を組めない方にはイスをご用意してあります。  
※ 寺こや坐禅塾では、上記日程外での個人・団体での坐禅の申し込みも受け付けています。  
詳しくはお寺まで。

## こうとくじ探検隊



### 第1回 「掌悪童子と掌善童子」



この二つの仏像がどこにあるかわかりますか？実は、納骨堂にいらっしやいます。明治の仏師によって約100年前に制作されたそうです。地蔵菩薩様の両脇にいて、共に生きとし生けるものの苦しみが無くなるようにお祈りしています。今度、お寺でお参り下さい。

◆ 掌悪童子（左）と掌善童子（右）。地蔵菩薩の脇侍で、お地蔵様の教化を助ける。1909年（明治42年）、二代目風間壯慶作。



## 第2回 「お霊供膳 その2」

命日は、月に一度の精進デー。飽食の時代にあって、感謝して食を慎むことは大切です。仏様と一緒に体にやさしいものを食べましょう！

### 精進料理とは？

お霊供膳は精進料理です。肉魚は用いません。しかし、だからといって菜食料理が精進料理かといいますと、そういうわけではありません。調理する野菜を無駄なく使い切るという心遣いも、精進料理にとっては大切なことです。自然の恵みに感謝して、食べる相手のことを思い、真心込めて作った料理。それが精進料理です。

### こんな食材は **アウト** です

肉・魚はもちろん、五葷と呼ばれる臭いの強いネギ・ニラ・ニンニク・ラッキョウ・ノビルも、お霊供膳には使ってはいけません。殺生を戒めることから肉魚はもちいませんし、ネギ・ニラなどは修行道場内での修行のさまたげになります。お酒もお霊供膳には控えましょう。

### お霊供膳盛りつけ例

- ◆ **飯椀** 白飯。たっぷり盛ります。お祝いときには赤飯もいでしょう。
- ◆ **汁椀** 味噌汁やお吸い物。
- ◆ **壺** 煮豆。
- ◆ **平皿** 煮しめ。ゴボウ・ニンジン・コンニャク・シイタケ・タケノコなど5品か7品。
- ◆ **猪口** 酢の物、あるいは、おひたし。

こんなことに気を遣う！

お味噌汁にミツバを添えてみたりして、彩りにも気を遣ってみましょう！栄養のバランスにも繋がります。

次回予告

### 第3回 「お盆のお参り」

今回は、お盆のお墓参りの仕方についてです。お楽しみに！

「知って納得。仏教の話」では、皆様からの質問をお待ちしております。



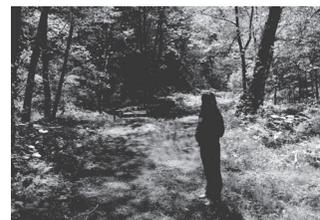
まだまだ募集中！

## 寺こや自然塾

お寺に一泊！ いつもと違う夏休み！

【1日目】  
「木もれ陽の森」

【2日目】  
「アイヌ民話紙芝居」



初日は、講師に山下勇吉さんをお招きして、上磯ダム近くの「木もれ陽の森」を散策します。ネイチャーゲームもします！  
夜は花火大会を見に行きます。

※雨天の場合変更

### 七五郎沢の狐

朝は早起き坐禅。午後には、函館東山を舞台にしたアイヌの創作民話の紙芝居をします。

日時：7月25日26日（日・月）

対象：小学生（他県からの参加も可。お孫さんにお声おかけ下さい！）

参加費：500円

※お申し込みが必要となります。

※定員を超えた場合には抽選とさせていただきますのでご了承ください。

※詳細についてはお気軽にお尋ねください。



【お申し込み・お問い合わせ】

TEL 080-3290-6267（高橋）  
メール info@jigenzan.org