

だっこだっこあみだっこ



平成 27 年

7 月号

京のイクメン

おうちであそぼ！

くらしの歳時記

東山浄苑発！ママと子どものフリーペーパー **だっこだっこあみだっこ**です♪
あみださまは、おかあさんの「だっこ」のように、あたたかくわたしたちを見護（みまも）
ってくださっている—そのことに気づいたとき、わたしたちは安心して、自信をもって
生きていけます。

未来をになう子どもたちは社会の宝もの。その子どもを育てるパパ、ママも宝ものとも
言われます。 **子育てはとても尊い大事なことです。** **いい子になって**
ほしい、と思いながらも、**ほんとうのやさしさ、強さってなんだろう？**
悪いことをしたらどう叱ったらいいの？ ——ほとけさまの教えが、悩めるパパ、ママ
のともしびになりますように。 ぜひ、ご家族みなさんでお読みください♪

FREE Paper

ぼく・わたしを育てる ほとけのことば

今月のことば：「改悔」（がいけ）—きまりを守ろう—

改悔（がいけ）ってどういうこと？

「悔い改める」と書いて「改悔（がいけ）」。今までのまちがいを反省して、よくしていくこと、また自分のあやまちを告白することです。外国の映画で、キリスト教の神父さんが「くいあらためよ！」と言っているシーンを思い浮かべる人もいるかもしれませんね。

蓮如さまの改悔文（がいけもん）

浄土真宗では、室町時代に蓮如（れんによ）さまが書かれた「改悔文（がいけもん）」という文章で知られていることばです。

当時はさびれた貧しいお寺であった本願寺でしたが、蓮如さまは「一人でも多くのひとに信心を」という一心で布教され、その結果、爆発的に真宗門徒が増えました。

そうすると、他のお寺や神社、政治権力から警戒（けいかい）されて、あらそいごとにも巻き込まれるようになります。また、門徒たちの中にも、自分は真宗門徒だからといっぱて自慢したり、他の神様などを否定したりするひとも出てきました。

蓮如さまは、「お念佛とあみださまのお救いをありがとうございますからには、国の法律やきまりごとを守り、自分の信じているものだけでなく他のひとが信じているものも大切にし、日々のくらしのなかで、みんなのお手本となるような門徒でいるように。」と、こんこんと門徒たちに言って聞かせました。それが「改悔文（がいけもん）」です。



ぼくとわたしのくらしと「改悔（がいけ）」

みなさんも、幼稚園や学校で、たくさんのおともだちや先生、家ではお父さん、お母さんやきょうだいなど、たくさんのひとと一緒に生活していますね。たくさんのひとの中で、みんなが仲良く楽しく暮らしていくために、いろいろな「きまり」や「おやくそく」があります。

「おともだちどうしではきまりなんかないよ」と思うかもしれません。「きまり」がないところでは、何をしてもいいのでしょうか？ ちがいますね。

「きまり」がないところではどうしたらいいの？ 蓮如さまはおっしゃいました。一おもしやりをもち、自分の欲にまげず、礼儀正しく、かしこく、うそをついたりせず真心で向き合うこと（難しいことばで、「仁義礼智信（じんぎれいちしん）」といいます）。これを自分の「きまり」として、行動するようにしましょう。そして、自分はちゃんとその「きまり」を守っているかどうか、自分でふりかえってみて、できていないときには「改悔（がいけ）」、反省して、よりよくしていきましょう。きまりを守り、できていなければ反省してよくしていく—この繰り返しが、みなさんをだれからも好かれ、いろんなひとと仲良くできる、すてきなおとなにしてくれますよ。

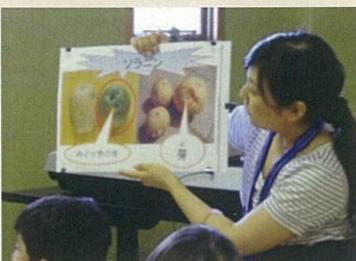
菜園日記

ー土に親しもう！ー

東山浄苑には、親子で野菜の種まき・収穫体験ができる（※）菜園があるのを知っていますか？その名も「あみだっこ菜園」です♪

（※）毎月第3日曜日に開催している親子向けイベント「親子仏法の集い」。詳しくは最後のページに！

6月21日（日）、じゃがいもを収穫しました！



収穫の前に じゃがいもの栄養や種類などを学びます



次回7月19日（日）午前10時より

ミニトマト・とうもろこしの収穫予定！

（詳しくは最後のページの次回親子仏法の集いご案内をご覧ください）

親子仏法の集い「あみだっこ菜園」は、送迎バス乗り場の近くにあります！

参詣の折にのぞいてみてくださいね★



現在育てている野菜	ミニトマト 落花生	とうもろこし ニラ	しょが ハーブ
-----------	-----------	-----------	---------

おうちであそぼ！

一紙すき体験

身近な材料で、おうちでも紙すきができますよ！手作りのカードなどを作つてみませんか？

とっても簡単なので、夏休みの自由研究などでお試しください★

☆使うもの

- ・空きペットボトル(500ml)
- ・タオル
- ・のばした針金ハンガー or 焼き網+スタッキングでつくった紙すき枠
- ・水受けトレイ
- ・クリヤーホルダー

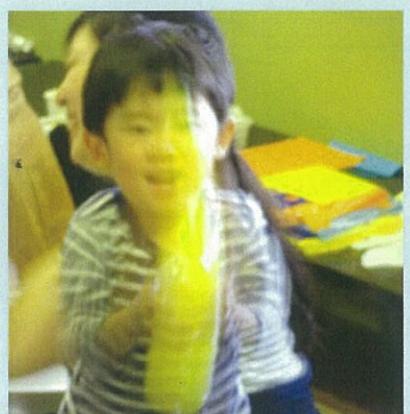
☆和紙1枚を作るのに必要な材料・分量

- ・水 約 250ml
- ・カラーお花紙2枚
- ・トイレットペーパー80cm
- ・(好みで)細かく切った銀紙、金紙

1. 紙液をつくる



①ペットボトルに半分くらいの水を入れて、そこにちぎったお花紙とトイレットペーパーを入れます。



②キャップをしっかりとしめて、上下にふります。中の紙が細かくなり液がどろっとしてたら完成です。(大体10分くらいでできあがります)

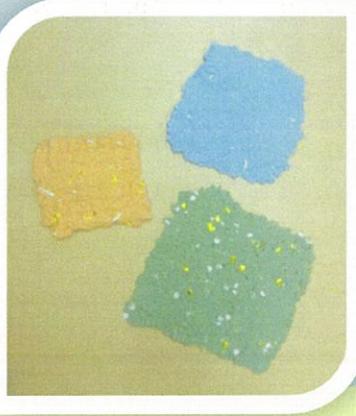
2. 紙すき～ここからはおとうさんおかあさんに手伝つてもらってがんばろう！

①ひとりが水受けトレイの上に紙すき枠をかざして持ちます。そこへもうひとりが少しずつ紙液を流します。紙の厚さがどこも同じくらいになるよう調整します。

②紙すき枠をタオルの上にのせて、そのタオルをかぶせ、タオルの上から軽く押さえて紙の水気をとります。その後、かぶせたタオルをそつとよけ、紙すき枠から紙をはがします。

※ここで紙が破れてしまわないように気付けてはがしましょう！

③はがした紙はクリヤーホルダーの上にのせて乾かします。半日くらいで和紙のできあがり！



京のイクメン

第1回 僧侶

おおたにひろふみ
大谷浩文さん(前篇)

歴史と伝統のまち、京都でもイクメン(子育てに積極的に参加する男性のこと)急増中！
子育てってたいへんだけれどおもしろい！パパの視点からのお話を聞いてみます☆

こんにちわ！第1回目は東山洋苑のご僧侶・大谷浩文さんにご登場いただきます！

大谷さんは2歳、5歳、9歳、11歳の4人のパパですね。こどもたちきょうだいへの接し方で何か心がけていることはありますか？

子どもたちと接する上で、長女だからこう、二女だからこう、男だから女だからという区別は一切しないようにしています。でも、やっぱり一番上の子のときは自分たちも親としてまだまだ不慣れだったのが、二番目三番目とだんだん親自身の経験値があがってきたがゆえの違いはありますね。ただ、基本スタンスとしては、おねえちゃんだからしっかりしなさいとか男だからこうしなさい、とかは一切言いません。とは言っても、4番目の末っ子(2歳)に対しては、もう孫のような心境になってますね(笑)。

なるほど(笑)。大谷さんは奥さまもお坊さんだとうかがいました。家事・育児はどのように分担していますか？

赤ちゃんの頃は授乳と夜泣きがありますが、授乳は男性の自分にはできないし、夜泣きしたときにふたりともが起きてしんどい思いをしてしまうがない。であれば、赤ちゃんの夜泣きと授乳は奥さんにやってもらうけど、寝不足だろうから、朝のお弁当づくりや朝食の準備はぼくがする、というような分担は、意識していませんがおのずとやっています。でも、基本的には、母親の分担、父親の分担というふうに区切るのではなくて、気づいた方がやるようにしています。



「あえて役割分担を決めない」という大谷さん

気づいた方がやるということになると、どうしてもどちらかに負担が偏ったりしませんか？

たとえば、子どもの教育は母親に任せる、と役割分担を決めてしまうと、何かあった時に今度は「お前のせいだ」と責任のなすりつけ合いになることもありますよね。役割分担を決めてしまわないほうがいいのかもしれない。生まれも育ちも違うふたりが結婚して、子どもを授かって子育てをしていく中で、ぶつかることはもちろんあります。お互いを否定するのではなく受け入れて、お互いのいいところをしながら二人でやっていく。その姿を子どもたちにも見てほしいと思います。

「役割分担をきめない、あたりのいいところの育児」。次回は大谷さんの「お父さんはお坊さん」という側面をクローズアップして、お話をうかがいたいと思います！～続く～



くらしの

7月(文月ーふみづきー)の行事

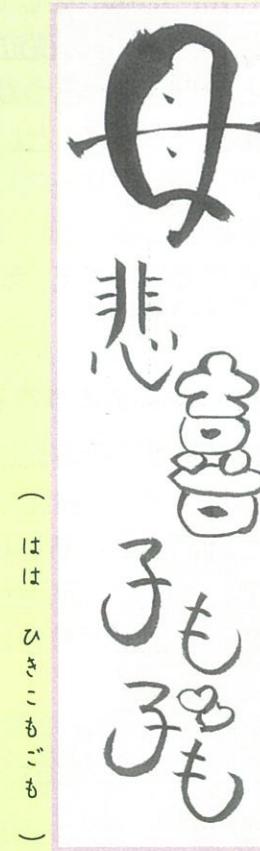
7日 七夕(たなばた)

1日~31日 京都・祇園祭(ぎおんまつり)

○七夕(たなばた):1月7日の七草(人日・じんじつ)の節句、3月3日の桃(上巳・じょうし)の節句、5月5日の端午(たんご)の節句、9月9日の重陽(ちゅうよう)の節句とともに五節句といわれる七夕。織姫と彦星のお話で有名ですね。ねがいごとをかいた短冊や吹き流しなどの飾りを笹竹につけて、家の軒下に飾ります。京都のお寺や神社でも七夕にあわせて様々な行事がおこなわれます。

○祇園祭:平安時代、京都に疫病(えきびょう)がはやった際、病魔退散(びょうまたいさん)を願って始まった祭り。応仁の乱などの混乱で途絶えたこともあります、京都の町衆(まちしゅう)によって再興され、町々で趣向(しゅこう)をこらした山鉾(やまほこ)を作つて巡行させました。7月の1か月にわたつて行われ、♪コンチキチン♪の祇園ばやしとともに、京都の夏をいろどります。

京都、そして日本を代表する祭りです。



歳時記



8月(葉月ーはづきー)の行事

東山淨苑 13日~16日 盂蘭盆会(うらぼんえ)

15日 子ども盆灯会(ぼんとうえ)

16日 往還回向(おうげんえこう)の夜

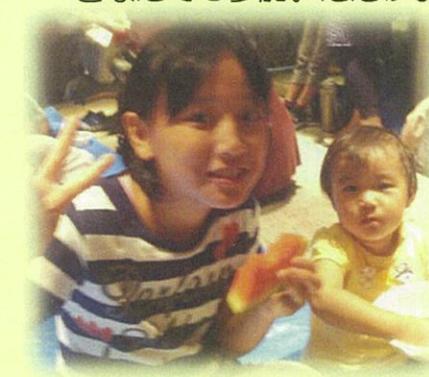
下旬 京都・地蔵盆(じぞうぼん)

○盂蘭盆会とは、お釈迦(しゃか)さまの弟子である目連(もくれん)さまの母上(おはな)が、仏法によって餓鬼(がき)の世界から救われたことから起つたといわれています。一般に「お盆」には先祖供養(せんぞくよう)をするならわしとなっていますが、浄土真宗では亡くなつた先祖の供養のために行うのではなく、お淨土からわたしたちに救いの手をさしのべて下さる阿弥陀(あみだ)さま、そして阿弥陀さまとわたしたちをひきあわせて下さつたご先祖への感謝の気持ちでお勤めします。東山淨苑では、この時期だけ夜間も開苑し、一万灯以上の提灯(ちょうちん)とろうそくのあかりが苑内を美しく照らし出します。



こども盆灯会 in 東山淨苑

手作りの盆提灯を、こどもたちの手でお供え・お飾りし、お盆についての紙芝居、スイカのお下がりなどお楽しみがいっぱいの「こども盆灯会」。今年も開催します！
どなたでも参加いただけます。お盆のお参りにあわせて、ご家族でぜひお越し下さい♪



日時：平成27年8月15日（土）

15時30分より

(15時より受付開始)

場所：東本願寺東山淨苑内 六角堂

参加費：中学生以下の子ども

1人100円



だっこだっこあみだっこ は、毎月浄苑で開催している 「親子仏法の集い」の活動内容をもとに編集しています♪

親子仏法の集い～仏法に親しもう 土に親しもう！～ってなあに？

毎月第3日曜日に、東本願寺東山浄苑の菜園で行っている親子向けの活動。

なんでもありがとうございます！粗末にしない一古きよき日本人を育てた仏教の教えです。

家族で野菜づくりや年中行事に親しみ、「いただきます」「ありがとうございます」の豊かなこころを育てましょう。

乳幼児から中学生までのお子さんとご家族はどなたでも参加できます。

初参加歓迎！（初回参加は無料無料です♪）お気軽にお尋ねくださいね。



【活動日】毎月第3日曜日 【場所】東本願寺東山浄苑 【参加費】1家族1回 1,000円（初回参加無料！）

※ベビールーム完備 ※参加ご家族30組限定

★お問合せ・参加のお申込みは★

東本願寺東山浄苑 総合受付 電話 **075-541-8391** 毎日9:00～17:00

一参加者募集中！次回ご案内一

7月の親子仏法の集い

【晴】

ミニトマト・とうもろこしの収穫

苑内の菜園でくすくすと育っているミニトマトと
とうもろこしをいよいよ収穫できそうです！

どちらも美味しい夏野菜の代表！お楽しみに♪

※活動内容は天候、野菜の生育状況により変更になる場合も
あります。あらかじめ御了承ください。

※雨天の場合は室内活動「盆提灯をつくろう」のみ。

日時：平成27年7月19日（日）

午前10時～12時

場所：東本願寺東山浄苑

【室内】

盆提灯（ぼんちょうちん）をつくろう！

8月15日の子ども盆灯会にお供えする、オリジナル
盆提灯（ぼんちょうちん）をつくります。色とりどりの
和紙を使って世界にひとつの提灯をつくろう！

※完成した盆提灯は、東山浄苑にてお預かりし、8月15日の
子ども盆灯会（前ページ参照）にてお供え・お飾りします。
その後、お持ち帰りいただけます。

「お下がりをいただく」ということを最近はあまり聞かないかもしれません。

いただいたお菓子や果物などは、まずお仏壇の仏さまにお供えして、合掌礼拝する。

その後、仏さまのお下がりとして、そのお菓子をいただく—

親子仏法の集いでは、この作法とこころを大切に、子どもたちに伝えています。

古きよき日本人のこころを育てた仏さまの教え。

野菜づくりや、さまざまな体験を通して、一緒に成長しましょう！

だっこだっこあみだっこ 平成27年7月号

平成27年7月7日発行 発行・印刷/東本願寺東山浄苑 〒607-8461 京都市山科区上花山旭山町8-1 電話 075-541-8391

無料