

# 通信小海

「やがて天にて」

牧師 荒舩 実あらいもみ 実

先月、敬愛する姉妹が地上の生涯を全うし、天に召されました。その姉妹が愛唱歌とされていたものが「やがて天にて」という賛美です。

① 御国に住まいを備え給える

※「やがて天にて 喜び楽しまん 君にまみえて 勝ち歌を歌わん

② 浮世のさすらい やがて終えなば

輝く常世の 御国に移らん」※

③ もろとも勤しみ 励み戦かえ

栄えの主イエスに まみゆる日まで

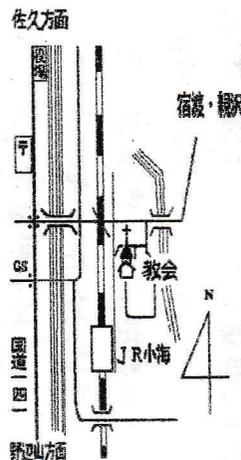
④ めあてに向かいて はせ場を走り 輝く冠を 御殿にて受けん※

「今月のみことば」

「わたしが行って、あなたがたに場所を用意したら、また来て、あなたがたをわたしのものと迎えます。」  
ヨハネー4:3

姉妹は、長い間の闘病を乗り越え、信仰者として与えられた使命を全うされ、今、天の父なる神様の懐に抱かれています。姉妹は、幼い時、友人に誘われ、教会学校に行つて聖書のお話しを聴き、この世界を創造された神様と神の御子であるイエス様に出会い、信仰をもつ者となりました。姉妹がイエス様を信じて洗礼を受けようと決心されたのは、友人の言葉が心に迫り、響いてきたことがきっかけです。「知っているのに知らないふりをしていくことは、大きな罪なんだよ。」二千年以上の間、教会は、神様の存在を無視して生きてきた全人類の罪の罰を代わりに受け、滅びから救い出す為に、イエス様が十字架にかかって

## 見晴台の教会へどうぞ



## 集会あんない

日曜礼拝 朝 ①十時〜十一時半

夕 二十時から二十一時

★毎月、第四日曜日は『歓迎礼拝』です。

心よりお待ちしております。

★6月15日(火) 13時30分〜15時

『小海がん哲学カフェそと』開催

○後援 一般社団法人がん哲学外来

\*初めての方も安心してお越しください。

\*個人的な聖書勉強やご相談にも遠慮なくお越しください。

※当教会は、エホバの証人・統一教会ではありません。

下さったことを宣べ伝えていきます。イエス様の十字架の死と復活の事実を素直に認め、イエス様の身代わりの死を自分の為のものであると信じる時、信じた者の罪が赦され、天国に入ることができるようになります。

イエス様は十字架にかけられる前、弟子たちに次のように約束されました。「わたしが行って、あなたがたに場所を用意したら、また来て、あなたがたをわたしのもとに迎えませよう。」

イエス様は、弟子たちのためだけになく、信じる者すべてのために天に住まいを用意してくださっています。

「やがて天にて」イエス様の用意された最高の住まいで、喜び楽しみつつ勝利の歌を声高らかに歌う……この輝きに満ちた希望を抱いて生きる時、たとえ絶望の淵に立たされるような困難や苦しみがあっても、失うことのない感謝と喜びが溢れてくるのです。

## 連載



### 聖書を読んだサムライたち

もうひとつの幕末維新史

守部 喜雅【著】

#### 第三章

#### 自由民権運動の嵐の中で

⑧

政治家としては、官僚主義を痛烈に批判、本町堀詰座で「日本将来の政略如何」と演説するのですが、中止命令を受け、向こう一カ月の政談演説の禁止を申し渡されます。

その直寛が逮捕投獄されたのは一八八七（明治二十）年、十二月二十六日のことでした。明治政府へ物申す建白書を提出するために上京していた直寛は、京橋にあった星亨邸で会合中、保安条例による退去命令

を拒否したため逮捕され、東京軽罪裁判所で軽禁固二年六カ月の判決を受け石川島監獄に拘禁されます。

この石川島監獄内のあまりに劣悪な環境の中で、すべてを奪われ弱さの極限状態の中で直寛が体験したのが神からくる心の平安でした。直寛の信仰は獄中で一層深められます。

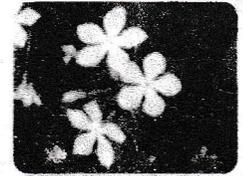
後に教会を引退した直寛は四十六歳の時、一家で北海道の地に開拓民として渡り、ほどなくキリスト教会の牧師としての働きが始まりますが、そこで直寛が精力を傾けたのが監獄伝道であり、彼は教誨師として犯罪者の心の闇に光をもたらすのです。

一九〇七（明治四十）年四月、十勝監獄で、直寛は千人もの囚人の前で、涙におせびつつ、人間を罪から救うため十字架に架かったキリストの愛を切々と語ります。

《続く》

# ニチニチソウ

## 日日草・日々想



くからすたらう」

子育てにまつわる会話の中で、友人が勧めてくれた「くからすたらう」。1955年にアメリカで発表された八島太郎さんの作品が、1978年に日本語訳で出版された名作ですが、これまで手にしたことがありませんでした。一度目より二度目、二度目より三度目……と、繰り返し読む度に、この絵本の底にある深いものに感動と共感が深まるのを感じました。

「ちび」と呼ばれ、学校の教室では馬鹿にされていた一人の男の子と、彼の存在をそのまま受け入れ、持っている良さを引き出し、尊重してくれた「磯部先生」との出会い。六年間、雨

の日も風の日も、一日も休まず学校に通い続けたその子は、カラスの微妙な鳴き声の真似を、小学校最後の学芸会で発表しました。その素晴らしい才能を目の当たりにし、磯部先生の話を聞いて、周りの子ども達も大人達も「長い間、ちびにどんなにつらくあたたかさを思い出して泣きました。」このくだりは、何度読んでも涙が込み上げてきます。

依然、学歴偏重主義が根深い日本社会。比較や競争の荒波の中で、みんなと同じに出来ないこと、こうあるべきとされる枠におさまらないことで、除け者にされたり蔑まれたりする偏見や差別がなくならない……この絵本は「いじめは悪いことです」と語るよりも、はるかに深く心に響き、個性を認める大切さを教えてくれるだけでなく、また、教育とは何かを問うだけでもなく、どんな生きづらさを抱えていても、人には理解されない弱さや傷があっても、その人を丸ごと受けとめ認めてくれる愛と希望の眼差しに、人は立ち上がり、自分の足で歩き始められるのだということが語られてい

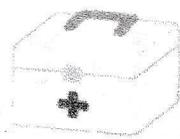
のではないでしょうか。

確かに「先生」という存在とその出会いが、子どもにどれほど大きな影響をもたらすか、人生を左右するほど重要なものであるかを考えさせられますが、先生だけでなく、最も近くて大切な存在である親はもちろん、周りにいる大人達が、一人一人の素晴らしさを認め、輝ける光を引き出す役割をしてあげたいと思うのです。

「認められている」「愛されている」という体験と実感は、子どもの健やかな成長にとつてはもちろん、人が人として生きる時、誰にとつても、なくてはならないものです。自分の存在を、正しくふさわしく認め、尊び、愛して下さる神様を知り、信じる時、人からの承認や尊敬、励まして得られるものをはるかに超えた深い慰めと希望、確かな勇氣と揺るぐことのない平安によつて、たとえ自分を取り囲む状況がどのようなであつても、前に進む力が与えられることを、一人でも多くの方に分かち合つていきたいと願います。



暮らしの  
くすりばこ



《今月の処方箋》

◆プランクで体幹トレーニング◆

最近、次のような体の変化を感じることはありませんか？

- 以前より疲れやすくなった
- ダイエットをしても痩せにくい
- 肩こりや腰痛を感じる事が多い
- お腹のぜい肉が目立ってきた
- 姿勢が悪くなった

こうした体の変化に共通する大きな原因が「筋力の低下」です。外出する機会が少なく運動不足が続いたり、一日中座りっぱなしのリモートワークなどで日常生活での活動量が低下したり、体を動かすことが少ないと筋肉も使われなくなるため、どんどん衰えてしまうのです。加齢と共に低下していく筋肉量は、

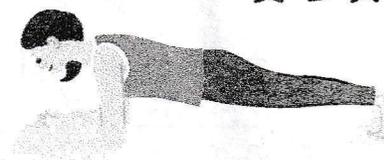
積極的に使われないことで低下のリスクが加速し、基礎代謝も少なくなり、太りやすく痩せにくい体になってしまふことが懸念されます。

「プランク」は、bank=板のように腹筋を固めて、体幹（胴体）を真っ直ぐ伸ばした姿勢を作るトレーニングで、手軽で、効率よく筋肉を鍛えられると注目されています。体の軸である体幹の力を強くすることで、姿勢が良くなる、おなかを引き締まる、基礎代謝がアップするなど、さまざまな効果があると言われています。

まずは基本の姿勢を20秒キープできるかチャレンジ！簡単そうに見えて、実は結構キツイ...10秒超えるとお腹全体がプルプル震えてきます。

地味に見えるエクササイズですが、毎日続けて少しずつ時間を伸ばしていけば、確実に効果が得られますよ☆

- 肩の位置をしっかりと真っ直ぐにする
- 足の先を置く
- 肘と腕の間に重点を置き、体を支える
- 両手幅に開く
- 両肘と頭を真っ直ぐにする



生活困窮者支援

山谷(やま)農場

物資・お気持ちに感謝

今月も支援物資の提供を心よりお願い申し上げます。

募集させて頂く「海苔」についてのお願いは、先月同様です。提供するおにぎりは、板海苔で包むようにしておりますので、ぜひ、板海苔をお寄せください。

お米(2018年以降うるち玄米)、未使用切手・ハガキなど(少量でも構いません)の支援も、どうぞよろしくお願致します。

〈連絡先〉藤田 寛

☎ 090-1436-6334

メール [nyoro@beige.ocn.ne.jp](mailto:nyoro@beige.ocn.ne.jp)

〈物資送付先〉小海キリスト教会、または、南牧村社協へ。〒384-1302南牧村大字海ノ口966-15南牧村社会福祉協議会 気付 山谷農場事務局 (藤田)

カンパ: 振替 〇〇二四〇四一五三七九六

☆活動の近況などは、山谷農場フェイスブックをご覧ください。

