

日常の中に喜びを見つける

東本願寺ロサンゼルス別院開教使

長峯 眞如

もう十二月になり、今年も終わろうとしていきます。十二月はお祝いごとが多く、私にとって一年の中でいちばん好きな月です。日本では年末年始はとても大切な時期で、子どもころは父や兄弟と一緒に年越しのごちそうやおせち料理の材料を買いに行くのが毎年楽しみでした。

大晦日の夜には、本堂とお内仏で除夜会のお勤めをします。そのあと、納骨堂にある家族の納骨段にもお参りに行き、短いお勤めをします。お勤めが終わると、紅白歌合戦などの年末特番を見な

がらおいしい夕食をいただきます。夜十時ごろになると、除夜の鐘のために父が外に出て火をおこします。多くの方々が鐘を撞きに來られるので、お酒をふるまいながら新年のご挨拶をします。

元日には、朝に修正会のお勤めをし、そのあとはおせちをいただきます。がら年賀状が届くのを楽しみに待ちます。日本のお正月文化にとって年賀状は欠かせないものですね。

ロサンゼルスに移ってから、今年で三度目の十二月を迎えます。日本を離れて恋しく思うものはあまり多くありません

が、家族と過ごした年末年始の行事はその中のひとつです。しかし、こうしてロサンゼルスでもお寺の皆さんと年末年始の法要をお勤めできることに感謝しています。場所は違っても、一年を締めくくり、新年を迎える感謝の心は同じだと感じます。

新しい年を迎えるとき、私たちはそれを「新たなスタート」として受け止めることが多いでしょう。毎年、多くの人が

「今年こそは」と新年の抱負を立て、去年より良い自分を目指します。しかし、振り返ってみると、実際にその抱負を達成できた年はそれほど多くない気がします。聞いた話によると、一月はスポーツジムの新規会員登録が一年で最も多い月だそうです。果たしてどれだけの人が続けられているのでしょうか。私たちは「新しいもの」に心惹かれます。新

しい靴、新しい車、新しい仕事…。新しいものは私たちをワクワクさせ、やる気を与えてくれます。しかし時間が経つと、その新鮮さは次第に薄れ、いつのまにか日常の一部になります。新しさの感覚は「もの」そのものにあるのではなく、それをどう見つめるかにあるのだと感じます。ひとつひとつの瞬間に心に向けることで、慣れ親しんだものも再び新鮮に感じられるのです。

たとえば旅行に行くとき、計画を立てて出かけるまではとても楽しいですが、帰ってきたときに「やっぱり我が家が一番」と感じることはありません。私の場合は、自分のベッドで眠れたり、スリッパで眠れたり、自由に服を選べたりするだけで、落ち着いた気分になります。しかし、そうした小さなありがたさも、失って初めて気づくものかもしれません。

行事予定

十二月

七日	祥月法要
八日	理事会
八日	成道会
十四日	成道会・ 年末家族法要
二十一日	別院大掃除
二十八日	日曜礼拝休み
二十九日	餅つき
三十一日	除夜会



東本願寺

メーリングリスト

当寺院の活動について最新の情報は email のメーリングリストにて随時配信しております。メールを受け取りになりたい方は、寺院公式ウェブ 사이트 hbt-la.org にてご登録いただくか、info@hbt-la.org まで email にてご連絡下さい。

私たちは「新しい何か」を追いつめて、そこに幸せがあると思いがちです。しかし、仏法は、真の安らぎは新しいものの中にあるのではなく、「すでにいただいているのち」に気づくところにあると投げかけています。浄土真宗というマイナンドフルネスとは、心をコントロールしたり完璧にしようとするのではなく、「今この瞬間も阿弥陀如来の大きな慈悲のはたらきに支えられている」と気づくことです。親鸞聖人は、目覚め（さとり）は自らの努力で得るものではなく、あるがままを受け入れ、すでにここにあるいのちに感謝を抱く中で「いただくもの」であると示されました。ですから、「より良くなるために意識する」のではなく、「すでに私たちが生かしている他力のはたらきを感じながら、今を生きていることが大切なのです」。

もういつまた家族と日本のお正月を過ごせるかわかりませんが、あの時間を過ごせたことをありがたく思います。同時に、もっと大切にしてあげばよかったなという思いもあります。今あるいのち、そしてつい当たり前にしてしまう日常が、いかに尊いかを改めて感じます。見方を少し変えるだけで、何気ない日々や慣れ親しんだ行事も、かけがえのないものに感じられるのです。

除夜会や修正会の法要で一年を振り返り、新しい年を迎えるとき、私たちは自然と今を見つめる機会をいただきます。この特別な節目にこそ、「今この瞬間」と「すでにいただいているいのち」を大切にしたいと思っています。新しい年には、良い日もあれば、うまくいかない日もあるでしょう。しかし、どんな日であっても、私たちはそのままの姿で受け入れられて

ている身であることを思い出すことができれば、日々の暮らしはいつでも新しい気持ちで満たされ、感謝とともに生きることができるようではないでしょうか。

最近の行事

ダルマスクール

十月には、ダルマスクールのハロウィンパーティーを開催しました！友達と衣装を披露し合ったり、クラフトやゲームを楽しみました。クラフトコーナーでは、ダニー先生が様々な工作を用意してくれ、みんなで楽しく取り組むことができました！昼食にチリライス、ナチョス、サラダ、そしてたくさんデザートを食べた後、ゲームで盛り上がりました。そしてゲームが終わると、子どもたちはトリック・オア・トリートを楽しみ、たくさんのお菓子やおや



ルンビニ幼稚園

十月は、ルンビニ幼稚園の園児にとつてとてもワクワクする月となりました。というのも、子どもたちの大好きな行事のひとつであるハロウィンを祝いしたからです！

当日はプリンセスやスーパーヒーロー、人気のキャラクター、動物など、思い思いの仮装をして登園し、友だちや先生、ご家族の皆さんに披露しました。園でたくさん写真を撮ったあと、子どもたちはリトルトーキョーの街を歩きながら「トリック・オア・トリート！」とお菓子をもらいに回りました。たくさん歩いて小さな足は少し疲れてしまいましたが、帰るころには袋がいっぱいになるほどお菓子をもらって、とても満足そうでした。

毎週、長峯先生と一緒に日本語の時間も楽しく

学んでいます。新しい言葉や歌を覚えたり、ワークシートやアート作品を作って持ち帰ったりしています。また、ジョン先生との運動クラスも引き続き楽しみにしております。

十二月は、一年を振り返りながら、新年に向けての目標を考える時間となりました。来年も引き続き、子どもたち一人ひとりがその可能性を最大限に伸ばせるよう、教育に励んでいきます。献身的なスタッフ、そして温かく支えてくださる保護者・ご家族の皆さまに心より感謝申し上げます。また、いつもご支援くださるお寺の皆さまにも深く感謝いたします。

年末ホリデープログラムは十二月十九日（金）に開催されます。生徒たちはご家族や友だちの前で披露する歌の練習を一生懸命しています。当日は、特別ゲストのサンタさんの登場も楽しみに

しています！

そして、年末といえどもちつき！今年のもちつき大会は十二月二十九日（月）午前十時に行われます。子どもたちは自分でもちをついて、おやつとして持ち帰る予定です。保護者やご家族の皆さまやも、ぜひご参加ください。

なお、ルンビニは十二月二十五日・二十六日、一月一日・二日を休園とさせていただきます。皆様が素敵な休日をお過ごしになることを願っております。

二歳から五歳までのお子さまの入園にご関心のある方は、ルンビニ事務所（213-680-2976）までお気軽にお問い合わせください。



別院より

別院大掃除

本年の別院大掃除は、十二月二十一日（日）午前九時より行われます。新しい年を気持ちよく迎えるために、ご一緒にお寺をきれいにしましょう！皆様のご協力があれば、広いお寺の隅々までの清掃も、あつという間に終わることでしょう。会員の皆様やご家族、ご友人もお誘いいただき、ぜひご参加ください。

餅つき



毎年恒例の餅つき大会が十二月二十九日（月）午前九時から開催されます。このイベントは一年

の中でも特に楽しく、盛り上がる行事の一つですが、皆様のご協力が欠かせません！お寺の御供え用や元旦のお雑煮用の餅を一緒につきましょう。つきたてをお召し上がりになることも、お持ち帰りになることもできます。ご家族やご友人をお誘い合わせの上、ぜひ年末の特別行事をお楽しみください。



除夜会

十二月三十一日（水）午後五時より、本堂にて二〇二五年の締めくくりである除夜会をお勤めします。除夜会を通して本年を振り返り、新年をお迎える準備を致しましょう。法要後は、年越しそばが振る舞われます。ぜひご参加くださいますようお願い申し上げます。

修正会

修正会は一年の最初のお勤めです。元旦に近くのお寺や神社に参拝するのが日本の伝統です。二〇二六年一月一日（木）午前十時より修正会が勤まります。是非お参り下さい。法要後にはお屠蘇と、年末に皆様と作ったお餅を材料にしたお雑煮が振る舞われます。対面での参拝が可能ではない方はフェイスブックでの同時配信を御視聴下さい。



永代経法要・ 第百二十二回総会及び新年会

一月二十五日（日）午前十時より本堂にて永代経法要が勤まります。永代経法名記に記載されたご門徒をはじめ、これま

年末のご挨拶

でお亡くなりになった全てのご門徒を偲び、お勤めされる法要です。別院までお越しになることが出来ない方は、フェイスブックでの同時配信をご視聴下さい。第百二十二回総会及び新年会を法要後に開催致します。詳細については一月にご案内をお送り致します。皆様のご参加をお待ちしております。

二〇二五年もいよいよ終わりを迎えようとしております。本年も皆さまにはさまざまな別院行事にご参加・ご支援いただきましたこと、心より感謝申し上げます。

本年は、一月の永代経法要と新年会・総会に始まり、三月には恒例のゴルフトーナメントを開催いたしました。七月にはお盆祭りを開催し、多くの会員の皆さま、また友人の皆さまが準備にご尽力くださり、大変盛況のうちに終えることができました。近隣の皆さまや地域の方々が来場し、行事を支えてくださったことにも深く感謝いたします。

八月には、村田家・大山家をはじめ、多くの会員・友人の皆さまのお力添えにより「ビッグ・バーゲンセール」を開催いたしました。

九月二十八日に厳修された輪番交代式において河和田賢淳師と奥様のジーニーさんを新輪番としてお迎えし、その同日に、伊東憲昭師の五十年にわたるご奉職と輪番ならびに北米開教監督としてのご引退を称える盛大な祝賀会を催しました。

また、日曜礼拝のオンライン配信は、ジェイソン・ウオン氏、ゲイリー・カネモト氏を中心としたAVチームのおかげで成り立っています。日曜礼拝のみならず、葬儀や法事、その他のイベントにおいても配信を担当して

くださっています。当寺院の庭園は、主に川平忠秀（タッド）さんによって美しく手入れされています。また、前原寛吉さんの専門的なサポートにも感謝申し上げます。

また、郵便物の発送作業、清掃、庭の手入れ、法要での司会、行事準備等日頃より寺院の運営にご強力くださる多くのボランティアの方々にも、心よりお礼申し上げます。必要に応じて寺務所のお手伝いや、「おみがき」（鶴亀や花瓶などの仏具磨き）をしていたたくほか、心のこもった軽食や昼食を御齋にご提供くださっています。

当別院の駐在開教使である長峯眞如師には日頃のご尽力に心より感謝申し上げます。寺務スタッフのスーザン・柏原さん、ミカ・伊東さん、ナシール・栗原、ジョンソンさんを始めとし、リンジー・柏原さんや他の

方々からの別院運営に対するご支援・ご足労にも感謝いたします。また、北米開教監督部の長谷川智行師と後藤謙彰師にも、日曜礼拝や必要な際のご支援をいただいています。また、ブレニオン師、幡師、見義師、長師、豊島師、山田師など、多くの開教使が対面やオンラインでの法話を担当してくださいました。

今年はさまざまな法要や行事を通して多くの皆さまにお会いできたことを嬉しく思っております。

また、ロサンゼルスドジャースが二年連続でワールドシリーズを制したことも、大変喜ばしい出来事でありました。

どうぞ素晴らしい二〇二六年をお迎えください。

東本願寺ロサンゼルス別院 合掌