

出山の釈迦



本尊釈迦牟尼仏



誕生仏

『お釈迦様の足跡』

泰忍 弘

蔵王山安善寺

◆編集・発行人◆
近藤真弘

〒940-0052
長岡市神田町1丁目4番10
TEL.0258-32-2811

◆スタッフ◆

小林国二・高橋 潔・高橋利春
屋代 健・飯泉隆史・太田匡哉
山内芳次・近藤龍弘・近藤マリ子
近藤久美子

印刷・株式会社印刷



ホームページ



インスタグラム

ご家族の皆さままでご覧ください

今年稀にみる小雪で青空の日が多い一月でした。しかし二月に入るとこの年最強最長の寒波で、見る見るうちに雪国の景色になりました。普段はあまり雪の降らない地域でも雪が降り、ご苦労なされた方も多くおられたのではないのでしょうか。この誌面が皆様に届く三月中旬には雪も落ち着き、春の訪れを間近に感じていることかと思えます。

さて、現在原稿を書いているのは二月中旬ですが、数日後の二月十七日から十日間インドの仏跡巡りの旅に行くことになりました。仏跡というのはお釈迦さまに所縁のあるインド・ネパール国内の各所です。中でもお釈迦さまがお生まれになった「ルンビニー（ネパール）」悟りを開かれた「ブッタガヤ」初めて教えを説いた「サルナート」最期を迎えた「クシナガラ」の四か所が四大聖地と呼ばれ、仏教徒にとって特に大切な場所になります。

私にとって今回は三回目の仏跡巡りの旅になります。前回はコロナウイルス蔓延の直前、令和二年一月に訪れました。その後五年でインドは世界一の人口大国になり、経済成長も目覚ましいです。以前とどの程度雰囲気が変わったのかも楽しみです。インドという国はとても多様な国です。あまりご存じでない方も多いかと思いますが、インドの公用語はヒンドゥー語、英語のほかに州レベルの公用語が二十一もあるそうです。故にインドの紙幣であるルピー札には十五の言語が印字してあります。貨幣や政治体制は統一されていますが、感覚的にヨーロッパ諸国がEUとしてまとまっているのに近いものがあるようです。そんなインドで暮らす方々のアイデンティティ、いわゆる自己証明は「出身地」「言語」「宗教」「カースト（ヴァルナ）」に求められるそうです。



寺門三輪と仏法僧の三宝

仏教が誕生した国であり、国内の仏教徒は全体の1%にも満たず、80%はヒンドゥー教徒であり、バラモン教から始まりヒンドゥー教に根付くカースト制度は人権的に大きな問題であるに関わらず、その規定や禁忌は変容しつつあるが簡単には無くならない現状です。

お釈迦さまは当時からこの制度を批判し、平等を説きました。三度目となる今回の仏跡巡りの旅ではより一層インドという国を理解したうえでその風土の中で悟りを開かれたお釈迦様の息吹に触れ、自身の研鑽に近づきたいと思えます。

是非、春彼岸ではお参りの皆様に旅の話をお聞いただけければと思います。

【特集】

利他の心と平和を伝えるミュージカル

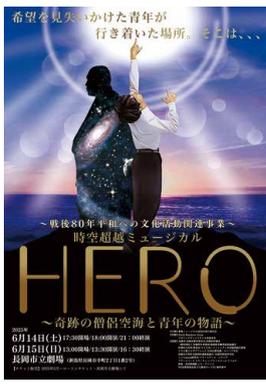
長岡西病院 今井 洋介

はじめまして。長岡西病院
ビハラー病棟に勤務する今井
洋介と申します。

ビハラー病棟は、日本で9番
目にできた緩和ケア病棟であ
り、仏教の心でケアを行うビ
ハラーとしては全国で初めて開
設された場所です。1992

年の開設の際には安善寺の近
藤龍弘前住職様が大変お世話
になりました。そして現在
は、月に一度ご住職の近藤真
弘様において頂き、朝の勤行
と法話を頂いております。有
難うございます。

今日は、今年の6月14日(土)
と15日(日)に長岡市立劇場で上
演されます、「時空超越ミュー
ジカルHERO」奇跡の僧侶
空海と青年の物語」につい



てご紹介させて頂きます。

このミュージカルは、脚
本、製作を手掛けている松岡
春和さんが15歳の時に見た夢
がもとになっています。「何
でもっと早く。何でもっと早
くせなんだ。何でもっと早
く。」

夢の中で、折り重なった死
体の山の上で、燃え盛る炎に
手を合わせていた僧侶が振り
向き、鬼気迫る形相で訴えて
きたそうです。その8年後、
松岡さんは京都へ旅します。

そのときにホテルの部屋で
倒れ、あの時の僧侶の声で「ニ
ンナジへ行け!!」と促された
のです。歴代の天皇が即位さ
れた後、必ず真言宗御室派の
阿闍梨となり、守り続けてき

たのが「仁和寺」というお寺
です。次の日に仁和寺に伺っ

た松岡さんは、入り口に、あ
の夢と同じ場面、人物が描か
れているのを目にします。当
時の門跡さまのご説明で、そ
の人物が「空海」という僧侶
だと知るのでした。

40年の時を隔てて書き上げ
られたこの物語は、現代を生
きる青年、舞人が主人公で
す。人生に絶望し、自らの命
を断とうとするなか、彼の魂
は仏陀の時代から空海の時代
まで旅をして、再び息を吹き
返します。日常に戻った舞人
は自分探しの旅をはじめ、向
かった場所は空海も辿り着く
ことができなかつたインドで
す。そこで経験する出来事

は、彼の考えを大きく変えて
いき、その中で生きる目的を
見つけていきます。

このミュージカルは、高知
に本部をおくスガジャズダン
ススタジオのみなさんやプロ
の役者さん、さらには本当の

お坊さんも登場しますが、多
くのキャストは、新潟県内
外、まさに日本中からこの
ミュージカルを創り上げるた
めに集まった人々です。

ダンスや歌を稽古するのみ
ならず、奉仕活動に参加し、
利他の喜びを表現すること。
戦後80年の今、平和への強い
願いを身体全てを使って伝え
ることも、このミュージカル
の目的です。

このミュージカルに加わる
方法はいろいろです。実際に
キャストに加わること。稽古
を見学し、キャストを応援す
ること。応援スタッフとして
当日の運営に関わったり、カ
ンパをすること。そしてなに
よりも、大切な友人や家族と
もに公演に足を運ぶこと!

昨年の高知公演から始まっ
たこのミュージカルは、新潟
県の聖籠町文化会館にて再演
され、今年は長崎の佐世保公
演、高知公演、そして長岡公
演と、まさに今後日本全国へ
広がっていきます。

どうか、歴史の生き証人と
してこのミュージカルに関
わってください。
心よりお願いいたします。

【公演情報】
2025年

6月14日(土) 17:30開場 / 18:00開演 / 21:00終演

6月15日(日) 13:00開場 / 13:30開演 / 16:30終演

長岡市立劇場 (長岡市幸町2
丁目1番2号)

【チケット販売】
2025年3月1日より
ローソンチケット・長岡市立
劇場にて



① 応援パンフレット・
Fax申込み用紙
(PDF) URL



② 応援申込 URL



③ ミュージカル
参加要項

今井 洋介
1967年 東京生まれ

長岡西病院 ビハラー病棟長
ささえあいコミュニティ生活協同組合にいがた理事長
日本仏教看護・ビハラー学会長
新潟いのちの物語をつむぐ会医療代表
チームませう代表
日本サイコオンコロジー学会代議員
日本死の臨床研究会代議員
日本死の臨床研究会関東甲信越支部役員
日本統合医療学会新潟支部長

3月はスギ花粉の季節

太田こどもアレルギークリニック 太田 匡哉

3月になりました。今年の年始は小雪で助かっていましたが2月の寒波で雪かきが必要ないつもの長岡の冬となりました。その2月ごろからこっそりスギ花粉は飛散しており晴れた日に鼻がむずむずした方もいらっしやったのではないのでしょうか。3月に入るとスギ花粉の飛散のピークとなり鼻水、くしゃみ、目の痒みなどの症状がでるスギ花粉症の患者さんが多くクリニックを受診します。

人の体は皮膚や粘膜で外と接しており常に細菌やウイルスが入ってこようとしていきます。そのため外から体に入ってくる外敵と戦う大切な機能が免疫です。その体を守る免疫が本来無害なもの（スギ花粉）に過剰に反応してしまい自分に不利益をもたらすことがアレルギーです。アレルギー患者さんは近年増加傾向にあ

ります。アレルギー性鼻炎は患者さんの症状に差はありますが成人の2人に1人は罹患しているという報告もあるくらいです。なぜアレルギー患者さんが増えてきたのかはまだまだはっきり分かっていません。

スギ人工林の面積は441万haで森林面積2,502万haの約18%を占めています（令和4年3月時点林野庁HPより引用）。これだけ杉が多くなつたのは戦中・戦後の物資不足で山の木を伐りだし増えたはげ山にまつすぐ伸びて加工しやすい有用樹種の杉を多く植林したことが要因と言われています。花粉の少ない杉に切り替えることを林野庁は取り組んでおり、令和35年には花粉の飛散量を令和2年の半分にするこ目指しているようですがだいたい先の話です（QRコードの参照）。
ではスギ花粉が急には減ら

ない現在すべきことは何か。

まず花粉の時期にスギ花粉を体に入れないように花粉対策用の眼鏡をしたり、マスクをして吸い込まないようにするなどしましょう。次に衣服についた花粉を居間に持ち込まないように外着を玄関近くで脱ぐなどの工夫をしましょう。それでも症状が出る場合はアレルギー薬を内服します。病院に行かずにドラッグストアでも薬剤師さんに相談して購入することもできます。できれば症状が出る前か出てすぐに抗アレルギー薬を飲み始めることをお勧めします。目薬や点鼻薬も効果があります。市販の血管収縮の効果のある点鼻薬は長く使うと症状が悪化することがあるため注意して下さい。

薬を飲んでも鼻や目を洗い流したくなるくらいかゆくてたまらない方はスギ花粉の舌

下免疫療法をおすすめします。子どもから大人までスギ花粉症の診断がついた方は導入できます（採血などが必要です）。

またスギの飛散時期は導入できませんので注意してください（6月から12月までに導入することが多いです）。舌下免疫療法はスギ花粉のエキスを舌の下に1分間置いて1分経ったら飲み込めばいいだけです。3〜5年の治療期間がかかりますが導入して症状が楽になったと多くの方から喜ばれています。妊娠中の方、免疫疾患をお持ちの方、がんなどの治療中の方は導入できないことがあります。ご興味があれば近くの耳鼻科や小児科のクリニックにご相談ください。今飛んでいるスギ花粉そのものを口に入れたり飲み込むことは症状が出る可能性があります。そのためお勧めしませんのでご注意ください。

※鳥居薬品との利益相反はありません



厚生労働省 花粉症対策

スギ花粉症のアレルゲン免疫療法薬

シダキユア® スギ花粉舌下錠



【特集】

安善寺さまの「森」永遠に

西神田町 石塚 寿一

「ハクビシン（白鼻芯）」を見たことがありますか。一見「猫」そっくりですが、それよりも「尾」がかなり長く、その毛がふさふさしています。それが、安善さまの駐車場と自宅の小庭の境界に現れたのです。それは四、五年前の秋のこと、庭を眺めていた家内が「ちよつと、ちよつと」と呼ぶのです。「あれは何？」と指さす方に、見かけない一匹の動物。「猫」ではない、そのころ、時々現れた「狸」でもない。しかし、一目で判りました。顔の真ん中に「クッキリと白い線」があるのです。「ハクビシンだ!」。九十才近くの私はこの土地で初めて実物を見ました。何故こんなところにハクビシンが。いったい、どこから来てどこへ?その詮索は長くなるのでここでは差し控えます。皆さまも、何か気がつかれる事あれば、お聞かせ下さい。「狸」は、十数年

前に、隣家の空き家の縁の下で、「子育て」をしていました。それに気づいた家内が、縁の下の雨板の破れ穴の前に、「揚げ」などを置いて「餌付け」を試みましたが、一、二回食べただけで、まもなく居なくなりました。何か異変を察知した「親狸」が、「仔狸たち」を引き連れてどこかへ、「引越越し」したのでしようね。これも十数年前のこと。安善さまの隣の神社、「葉師様」の拝殿の「縁の下」でも、狸が子育てをしていました。その時、大変驚いたことに、そこに「野良猫」も、子育てをしていたのです。つらつら考えるに、「出産、子育て」という生き物たちにとって、『至上命題（最高の使命）』のためには、子供たちはお互いに、じゃれ合うし、母親同士も、普段の敵視関係はさておいて、「子育て」そのものに集中、専念していたのだらうな、と一

人合点しています。今度は、昭和二十年八月一日深夜の、「長岡大空襲」のその後の話です。B-29の焼夷弾投下で、「火の海」と化した長岡の旧市内の大火災で、飼いや主や居場所を失った「飼犬たち」は、かなりの数、野生化して、あちこちを、うろついたり群れを作ったりしていました。そして、大櫻の森のお陰で焼けなかった、お寺の「本堂」や「庫裡」の「縁の下」をねぐらにして、しばらく暮らしていました。そしてときどき七、八匹で群れを成し境内を駆け回るので、これにはさすがにびっくりしたご住職様や皆さんが、市か保健所に訴えたのでしようね。やがて、野犬処理のおじさん達が来て、一匹、また一匹と捕獲して連れ去っていきまし

子供たちは「いぬごろし」と呼んでいました。犬や猫をはじめ、ペットや動物たちの愛護、保護を大切にしようという今の風潮からみると、彼らも受難の時代でした。さて、森の、大型動物たちの話はこの辺にします。不肖の高齢化老人の私が、この年までに見聞してきた、この森の動物物の数は、無数にあります。それらの内、記憶に残っているもの、特に印象に残るものについて思いつくままにお話ししてきました。まだまだ語りつくせませんが、「まとめ」としては、こう考えるのです。すなわち、森の無数の生き物たちは、生物学で言う、いわゆる「生態系」の下に、当然のことながら、お互いに「持ちつ持たれつ」の密接な関係、時には、「生死」を伴う命がけの関係を保ちつつ暮らしているのだと。それと、気候、土地、などの「自然環境」も大きく関係します。そして、最近の「気候変動」の原因と考えられる、地球表面の「周期運動」の大きな変化も関連している筈です。

このような大激変の現代において、私たちが永年慣れ親しんできた安善さまの森は、これからのように変わって行くのでしょうか。

永遠に、今までと変わらぬ、四季の変化の豊かな、静かな、心安らぐ、ものであつて欲しいと心から祈るのみです。(了)



安善寺の森

ながおかお寺めぐり ステッカーラリーのご案内

本年長岡市仏教会の新事業として「ながおかお寺めぐりステッカーラリー」を開催することになりました。初回の今年は市内の様々な宗派から安善寺を含め十七カ寺がラリー会場になります。

ステッカーラリー参加者はお寺の詳細や地図の載った専用の台紙を持ち、各お寺を巡りお寺に置いてあるステッカーを台紙に貼っていきます。

全てのお寺のステッカーを集めるとノベルティグッズがもらえます。

菩提寺以外のお寺を巡り、歴史に触れ、様々な仏さまや伽藍をご覧いただければと思います。

お子さんの夏休みの思い出づくりにも！

【期間】

五月一日～八月三十一日
午前九時～午後四時(予定)

【参加費】

無料

【台紙置き場】

会場寺院、その他(検討中)

ノベルティグッズの内容、お渡し方法は検討中

現在企画検討段階です。

詳細は五月以降にお寺に問い合わせるかインスタグラム「nagaokasi_bukkyoukai_str」でご確認ください。

※各お寺のステッカー設置場所には目印の幟が立ちます。
※御朱印とは違います。御朱印の対応は各お寺によります。



安善寺 よろず掲示板

『大般若法要』

毎年六月十二日は「大般若法要」を厳修しております。この法要は御祈祷法要であり、世界平和や国土安穩、並びに参列者皆様の身体健全や心願成就など、ご祈念申し上げます。

たくさんのお僧侶が大般若経を左右に振る「転読」という作法はこの法要でしかご覧いただけません。大般若法要に引き続き檀信徒先祖供養の法要も厳修いたします。是非皆様で御参列ください。



大般若経転読

『安善寺ロゴマークを作成』

この度安善寺のロゴマークを新たに作成いたしました。安善寺の「安」の字をモチーフとし、優しく丸みを帯びたデザインで、「うかんむり」は本堂の向拝(正面の屋根)で「女」は坐禅を組む様子を表しています。

今後はながおかお寺めぐりステッカーラリーのステッカーや、お寺の封筒など様々な場面で活用していきたいと思っております。

素晴らしいデザインを考案していただいた中央印刷様に感謝いたします。



『寺行事予定』

- 三月十五日 十一時～ 涅槃会 団子まき
- 十七日 十時半～ 彼岸入り法要
- 二十日 十時半～ 彼岸中日法要
- 二十三日 十時半～ 彼岸明け法要
- 五月五日 十二時二十分～ 花まつり(大手通り)
- 六月十二日 十時半～ 大般若会
- 六月十六～十八日 団体参拝旅行

フードバンクにご協力下さい

～誰ひとりとり残されない世の中に！お寺を提供の場へ～

食材や日用品をご提供ください!!

* 詳細はお寺にお尋ねください *

協力:新潟県フードバンク連絡協議





すずめにも大興奮だにゃーん!



私のご先祖様は寒い国からきていたようで、自慢のロングヘアは寒さ対策万全のはずなのに長岡の寒さには勝てそうにありません。最近の私たちのお気に入りはファンヒーターの前を陣取り、ホットカーペットに寝そべりまったりと過ごすことです。すぐに毛だらけになるカーペットを毎日コロコロで掃除している久美さんには申し訳ない毎日です。そんな静かな毎日、近頃気になる存在がでまし



お互いに舐め合うアンとビビ

た。毎朝コツコツとつく音や、ちいさな足音が窓から聴こえてくるのです。いつもは走ったりジャンプするのが苦手なビビが今までになく、早いスピードで窓に駆け寄り目をまん丸くさせそれを見つめるのです。それは…2羽のヒヨドリとたくさんのスズメ達です。時々余ったパンくずをあげているうちに窓を開けるだけですぐそばまで来るようになったのです。ヒヨドリはホバリングをしながら近

寄ってきたり、窓をこついたり、そしてスズメ達は櫛の幹にずらつと並びこちらを覗き見しているのです。そんな鳥たちの姿が可愛らしく見えるらしく、住職も久美さんにもニコニコしながら眺めています。もちろん私たちはかわいいなんで思ってませんよ。小刻みに足踏みしながらしつぽを大きくぶらんぶらんと振り、いつでも飛びかかって捕まえたくてしょうがないのです。しかし窓に隔たれ、叶わぬ本能的欲求を小さな泣き声で表すのが精一杯です。そんな私たちのストレス軽減のために久美さんはまたたびを用意してくれました。またたびに酔いしれ、また暖かいホットカーペットのに戻りまったりと過ごすのです。暖かい部屋に美味しいご飯、優しい家族、なんだかんだ幸せな毎日だにゃーん。

第一〇号は令和七年七月十日(木)発刊予定です

編集 雑感

安善寺新聞のメンバーになってから久しぶりの編集

雑感担当

大体自分は旅行が担当なのですがこのコーナーでは何を書こうかなと、今の話題といえば大寒波の再来。連日大雪の話題から始まるニュース。

確かに大雪ですが、四十年くらい前小学校の時にはスキーを履いて学校に行けるほど雪が積もっていました。通学路は雪山の通路で今では考えられないくらい。

やはり大雪とはいえ昔から比べると本当に少なくなりましたよね。

しかし高齢化が進む今、九十歳のおじいちゃんが雪下ろしをしたり業者に頼んでもすぐ待たされたり大変な時代になったなど。

いくら機械が便利になつたとしてもこればかりは進みませんね。

早く大雪が収まるといいですね。

雪が解けたらやはり旅行へ行きたくなりますよね。昨年は大本山總持寺瑩山禪師七回大遠忌のご旅行にご参加いただき誠にありがとうございました。

今年山形、秋田、岩手、宮城を回り、山形県は善宝寺様で御祈禱、秋田ではなまはげ体験、岩手では花巻温泉、宮城ではニッカウキスキー工場見学と試飲と至れり尽くせりです。

是非ご参加のほどお待ちしております。結局旅行の話になりましたね。

(飯泉 隆史)

お便り原稿用紙

皆様からの原稿をお待ちしております。

原稿の例

- 思い出話／ご家族、ご先祖、お寺の思い出話など。
- 私に言わせて／家事や子育てのお話、身近な出来事など。
- 教えてください／仏事のしきたりや疑問（編集部や住職がお答えします）など。

FAX 0258-32-2870

〈原稿送付先〉メール info@anzenji-nagaoka.com

HP にも申込フォームがあります