



週報 第3301回

会 長 杉本 憲一 副会長 中 透
幹 事 細川 嘉則 SAA 川崎 久典

例会場 ホテルレイクアルスターアルザ泉大津
T E L 0725-20-1121
例会日時 毎週金曜日12:30~13:30

Izumiotu Rotary Club

泉大津ロータリークラブ



事務局 〒595-0062 泉大津市田中町10-7 泉大津商工会議所3F
TEL.0725-21-9500 FAX.0725-21-9501
メールアドレス info@izumiotu-rc.org
ホームページ http://izumiotu-rc.org



今週の例会 (2025年8月1日) 第3301回

■ プログラム

クラブフォーラム クラブ奉仕部門各委員長

■ 次週のプログラム

8月 8日: 卓話担当 高寺 壽 会員

■ 今後の予定

・8月15日: 定款の規定により休会

■ 祝 誕生日

なし

■ 今月のロータリーソング

四つのテスト

今月の歌

海

海はひろいな 大きいな
月がのぼるし 日がしずむ
海にお船を 浮かばして
行ってみたいな よその国

■ 先週の例会

会長の時間



杉本 憲一 会長

お盆の時期もはや3週間後。仏壇の掃除、お墓参りのことが脳裏を過ぎりますよね。お墓参りをすると普段は考えることも少ない宗派についても思い浮かぶかとは思いますが、日常生活を送る上で、普段自分の家がどの宗派に属しているかなど意識することは少ないと思います。

宗派によって、仏壇に安置する本尊も違ってきますし、教義やお経もそれぞれ異なってきます。

私は現在、浄土真宗・真宗大谷派「南溟寺」の門徒護持会の総代(会長)として、お寺に行く機会も多くなりました。ロータリー会員の中にも門徒さんがおります。

仏教はインドが発祥の地

インド発祥の仏教は2500年前頃、ブッダが開き、宗派

は仏教から派生した分派のことを言います。そこから中国や朝鮮半島を経由し日本に伝わってきました。その過程で、たくさんの宗派へと分かれ現時点(令和元年末)で156の仏教宗派が存在しています。

日本にはどのように伝来したのか？

日本には、538年(一説には552年)に伝来し、聖徳太子が天皇を補佐する摂政になった際、日本に仏教が広まったと言われています。それより以前に民間には渡来人などによって伝えられていたと言われています。聖徳太子が法隆寺を健立したことで、仏教が日本に定着していきました。平安時代には、最澄と空海(のちの弘法大師)の二人の偉大な仏教者が現れ、最澄が天台宗を、空海が真言宗を生み出しました。日本の仏教の13宗派は、明治維新以降に成立していた「伝統仏教」を指し、明治政府が13宗56派を公認したことに由来しています。

現在、日本に伝わった仏教は八つの宗旨とされ、天台宗・真言宗・浄土宗・浄土真宗本願寺派・真宗大谷派・曹洞宗・臨済宗・日蓮宗です。宗派の違いによって焼香の方法や葬儀でのマナーなどが異なるため、事前知識が必要不可欠です。

宗派とは何か？

宗派は、仏教から歴史的な経緯を経て生まれた分派のことを言います。その宗派は、ブッダが20歳で出家し、悟りを開きそこから40年間で説かれた教理が膨大な数に膨れ上がり、その一つ一つが大きくなりそれぞれ分かれたことで生まれました。次第に同じ仏教でも、宗派により教理や信仰対象、お経や作法といったものに違いが出てきました。

現在でも宗派の違いを身近に感じられるのが、仏式の葬儀です。宗派によってお葬式のマナーが異なるので、注意が必要です。

日本仏教の代表的な宗派とは？

156の仏教宗派の中でも代表される「日本八宗」と呼ばれる、8つの宗派があります。

┃天台宗(てんだいしゅう)

平安時代初期に伝教大師最澄により日本に伝えられ大乘仏教の宗派の一つ「天台宗」。正式名称は「天台法華円宗」で、「法華円宗」や「天台法華宗」とも呼ばれています。仏の教えを顕教(けんぎょう)と密教(みつぎょう)の2つに分けて考え、顕教は、「自分を救い他人を利する」という教えで、密教は「仏と自己の一体を観念し、仏の力で仏の境地に達する」という教えです。この2つの教えで、故人の罪やけがれを払い、故人や縁者と一緒に仏道に達するという考え方です。本尊は阿

弥陀如来や釈迦如来で、経典は法華経です。

総本山:比叡山延暦寺他

焼香は抹香をつまみ、額の位置まで掲げ、香炉に落とす動作を3回行います。

┃真言宗(しんごんしゅう)

平安時代に弘法大師空海が開いた密教の宗派です。数多くの分派が存在し、「真言陀羅尼宗」や「曼荼羅宗」、「秘密宗」などとも呼ばれています。故人を密厳淨土(三密の万徳によって莊嚴された大日如来の淨土)に送り届けるため、今世で身についた悪い考えや習慣などを葬儀によって浄化し、仏様の加護を得られるように供養します。本尊は、大日如来ですが、大日如来の徳性の一部とされている仏や菩薩、明王も祀られています。経典は大日経と金剛頂経の2種類あります。

総本山:東寺 金剛峯寺 醍醐寺他

焼香は抹香を額の高さまで掲げ、3回行います。

┃浄土宗(じょうどしゅう)

1175年、法然上人が開いた大乘仏教の宗派である「浄土宗」は、「浄土専念宗」とも呼ばれています。「南無阿弥陀仏」と念仏を唱え、阿弥陀仏への帰依や感謝を表すとともに、阿弥陀仏の力で仏の救済を受け、死後は浄土に生まれることができる、という教えです。本尊は、阿弥陀如来と阿彌陀佛で、無量寿経、観無量寿経、阿弥陀経の3部経を経典としています。

総本山:知恩院

焼香は抹香を額の高さまで掲げ、3回行います。

┃浄土真宗本願寺派(じょうどしんしゅうほんがんじは)

鎌倉時代に親鸞聖人が開いた宗派「浄土真宗」は、仏教で禁止された「肉食妻帯」のほか、「悪人正機」を唱えています。

ご本尊は、阿弥陀如来です。阿弥陀如来は全ての人々を救うことができる「本願力」(本願が成就し仏と成ったことによって得た力)を持っているとされ、この本願の力によって救われる「他力」(仏・菩薩の加護の力を指す)を説いています。

本山:龍谷山本願寺。西本願寺とも呼ばれる

焼香は抹香を額の高さまで掲げる事はせず、1回だけ行います。

┃真宗大谷派(しんしゅうおおたには)

浄土真宗本願寺派に次ぐ規模の浄土真宗の宗派で、戦国時代から江戸時代にかけて、分裂した歴史があります。本山は京都にある真宗本廟(東本願寺)で、ご本尊は、阿弥陀如来です。浄土宗の教えである「他力本願」がさらに強い「絶対他力」が教えで、念仏を唱え

ていなくても阿弥陀如来を信仰しているだけで成仏できるという教えです。

本山：真宗本廟。東本願寺とも呼ばれる

焼香は抹香を額の高さまで掲げる事はせず、1回だけ行います。

┃曹洞宗(そうとうしゅう)

800年ほど前に、道元禅師によって中国から日本へ伝えられた座禅で悟りを開く宗派で、お釈迦様が坐禅の修行に精進し、その結果悟りを開いたことに由来しています。そのため、何も考えずただひたすらに座禅をする黙照禅で行われます。御本尊は、釈迦如来です。

大本山：永平寺、總持寺

焼香は2回行いますが、まず抹香を額の高さまで掲げるものを1回行い、その後、掲げないものを1回行います。

┃臨済宗(りんざいしゅう)

明庵栄西によって中国から鎌倉時代以降に日本へ伝えられ、その後、江戸時代に白隠禅師によって確立しました。曹洞宗と同じく座禅で悟りを開き、知識ではなく、悟りを重んじています。お葬式は、亡くなった人を仏の弟子にするための授戒の儀式と、仏生(言葉による理解を超えたことを理解する能力)に目覚めさせ、仏の世界へと導くための引導の儀式が中心です。ご本尊は、釈迦牟尼仏です。

主な大本山：建仁寺 建長寺他

焼香は抹香を額の高さまで掲げ、1回行います。

┃日蓮宗(にちれんしゅう)

鎌倉時代に日蓮聖人によって開かれた「日蓮宗」は、お釈迦様が説かれた法華経を拠り所にし、南無妙法蓮華経と唱えることが、教理となっています。本尊は、久遠の本師釈迦牟尼佛です。

総本山：身延山久遠寺

焼香は抹香を額の高さまで掲げ、3回行います。

幹事報告

細川 嘉則 幹事

○本日皆さんのメールボックスに、2025-26年度クラブ運営内規を入れさせていただきましたので、皆さんのお手元で保管お願い致します。

○8月の予定につきましては、今日ラインの方に入らせて頂きましたので、ご確認お願い致します。

委員会報告

○本日例会終了後、みやびの間におきまして第6回委員会を開催致しますので、委員会メンバーの方、ご出席よろしくお願い致します。

(松内 俊夫 70周年実行副委員長)

■ 出席報告 会員数40名 出席免除0名

月日	出席数	欠席	補充	出席率
7/25	34名	6名	—	85.00%
7/11	29名	11名	4名	82.50%

■ ビジター

なし

■ メークアップ

榎本(7/22 ワールド大阪ロータリーEクラブ)
藤野、寺田(7/18 国際奉仕部門合同委員会)
櫻井(7/18 親睦活動委員会)

■ ニコニコ箱

- ・本日 中塚様、卓話よろしくお願いします (杉本)
- ・中塚由子様、本日の卓話よろしくお願いいたします (細川)
- ・中塚様、卓話よろしくお願いします (川崎)
- ・中塚様、本日よろしくお願いいたします (櫻井)
- ・今日から又、がんばります (高寺)
- ・お誕生日祝をいただいて (榎本)
- ・欠席のおわび (森口)

ニコニコ箱合計	21,000円
累計	66,500円

先週のプログラム

「食育を広めるために」地域の子育て支援活動について



卓話講師 食育イベント企画「はなみずき Yuu」
代表 中塚 由子 様

『食育を広めるために』 地域の子育て支援活動について



食育イベント企画
「はなみずきYuu」
栄養士・食育アドバイザー
代表 中塚 由子

子育て支援の活動として...

『食育と育児の専門家』として、
病院や施設、子ども園などでの**栄養相談会**
行政では**泉大津市**や**和泉市**、**岸和田市**など
で子育てサロンなど**食育講座**を開催
自身でも**育児サークル**を約14年前に立ち上げ、
毎月100人以上のお母さんたちから、
子育てに関する悩みや赤ちゃんの離乳食、
幼児食の相談を受けております



泉大津市あすとホール
地域子育て支援センターにて
育児サークル
「和ランチサロン」開催



泉大津市アルザ子育て
支援センターにて
和ランチ開催



共通に提供している
「和ランチ」



お 味 噌 汁

こうや豆腐と粉ミルクで炊いた大麦入り
5分づき米おにぎりや黒豆おにぎり



コロナ禍にNHKの情報番組 「あさいち」に2度出演する



泉大津のあすとホールで
毎月開催している育児サークル
同じ年のコロナ禍での
オンラインによる育児相談会に
半日密着取材が入りました！！

泉大津市「オーガニック食育保育園」

育児サークルや
親子クッキング、子ども食堂を開催



令和6年度より泉大津市内の就学前施設園所の食育アドバイザー外部講師として保護者対象の食育講座及び相談会の開催、職員の研修などを担当する。



今年度より泉大津市内の就学前施設園所の食育クッキングを担当する。



岸和田市浪切ホールにてサンバフェスタ
毎年11月3日の文化の日に開催



医療法人いしん会岸和田
リハビリテーション病院



岸和田市シニア大学開校記念講座



泉大津市あすと市民大学



泉大津の名店 ★★★★★ 弁当専科まるにし

大阪万博で開催のパンの世界大会で
日本代表栄養士として審査員を務める



「中塚由子先生と50人のママたち」

(銀河出版舎)

を出版する



増刷しました



食育とは簡単にいうと。。。.

「健全な食生活を実践することが
できる人間を育てることである」子どもたちをサポートされている
全ての方食育を広めるた
めに大切なこと知識を
広げる心
を
繋ぐ

の両方の支援

<子育て中の方にアンケート>
悩みを相談した時にかけてもらって
救われた声かけがあれば教えてください。

ねぎらいや共感してもらおう

- ・頑張ってるね
- ・そんな時もあるよ
- ・気持ちわかるよ
- ・それでいいやん
- ・そっかー
- ・そうやなー
- ・とにかく話を聞いてくれる

悩みを共有できるママ友からの声かけ

- ・私も
- ・うちも
- ・一緒に頑張ろう

62%

19%

15%

4%

自分の育児を褒めてもらった

具体的なアドバイス

- ・良い子に育ってるね
- ・間違っていないよ
- ・上手に育てているね
- ・ちゃんとしつけができていね

今後の目標・夢...

もっともっと悩める親子さんのそばに
いてあげたい気持ちでいます。子ども達を笑顔にするためには
まず親子さんを笑顔にする。食育イベント企画
「はなみずきYuu」
栄養士・食育アドバイザー
代表 中塚由子

ロータリーの目的

ロータリーの目的は、意義ある事業の基盤として奉仕の理想を奨励し、これを育むことにある。

具体的には、次の各項を奨励することにある。

- 第1 知り合いを広めることによって奉仕の機会とすること。
- 第2 職業上の高い倫理基準を保ち、役立つ仕事はすべて価値あるものと認識し、社会に奉仕する機会としてロータリアン各自の職業を高潔なものにすること。
- 第3 ロータリアン一人一人が、個人として、また事業および社会生活において、日々、奉仕の理念を実践すること。
- 第4 奉仕の理念で結ばれた職業人が、世界的ネットワークを通じて、国際理解、親善、平和を推進すること。

四つのテスト

＝言動はこれに照らしてから＝

1. 真実かどうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるかどうか