



## 新年明けましておめでとうございます

村田 守会長

昨年度はご尽力、ご協力を賜り誠にありがとうございました。今年度も1/3がすぎました。又、本年度から新宿区も同じ会と致しまして日々目標同じく普及活動に邁進しています。「再生」も今年度で4年目となり、徐々にですが、おはよう倫理も浸透しているように感じられます。今年度目標、会員「中野50名、新宿29名計79名、世帯「79」増、新世「217冊」増です。この目標を必ず達成することが本年度の願いです。それには、常日頃実践されていることと思いますが、再度基本に戻り、入会時の心境、お誘い紹介、きっかけ等を思い出し、隣人周囲の方、いつも思っている人、などに普及活動を行っていただきますよう実践をお願い申し上げます。その為、健康な身体、物の整理、親祖先、家族、万物に感謝の念を抱き、「人の喜びを我が喜び」になりますことを重ねて実践をお願い申し上げます。4月には文化講演会、富士研・日頃の成果発表、更なる自身向上への研修も皆さんと一緒に企画参画、そして参加をご依頼いたします。いろいろとお願いばかりで大変恐縮でございますが、達成いたしまして、会一同「喜びの感動」を経験したく強く希望申し上げます。今年も良き年になりますよう、甚だ簡単であります年頭の挨拶と申し上げます。

## 会員の皆さんから昨年の喜びの報告 & 今年の抱負を伺いました！

伊倉 功(中野北支部支部長)

昨年は弓を引き始めてから40年。その成果は中野区の月例会で4回優勝させて頂きました。参加人数は30~50人ほどですが、やはりトップになったことは大変嬉しい出来事です。短歌はまだ1年位ですが、「しきなみ」の本の中で評価を初めて頂きました。まだ何も分からない歌作りですが、1首1首心を込めて作っていきます。今回の短歌は“燃やすべく 心の炎 弓を引く 短歌の心 種火 とつなぐ”です。来年の抱負 おもちゃ屋を開店して30年。パブル崩壊後は赤字経営ですが、黒字経営にします。実践は普及活動、店内の清掃と不用品の捨てる実践。目が覚めたら笑顔で「有難うございます。お願いします。」と言って<報恩起床>します。

12/8 新宿区柏木地域センターで「クリスマスのシュトーレンを作ろう」という催しをしました。

早川 敦子(広報委員)

中野から5人、新宿から6人の参加で、サブの先生1人、お手伝い2人で、私が先生役をやらせて頂きました。11人という大人数は初めてで、段取りが悪く、皆さんに迷惑をかけてしまいました。もっと下調べをしておけばよかったと思いました。発酵器もなくガスオーブンの予熱で発酵させたので、ちゃんと膨らむか心配でした。でも、なんとかうまくいって、最後は皆さんに満足してもらえたようだったので良かったです。後日、とてもおいしかったという声がたくさん寄せられて、苦労が報われました。私が自宅でパン教室を始めたのは昨年からです。それほど自信があったわけではなく、清水の舞台から飛び降りる様な感じでした。結果、生徒さんは少なかったけれど、いい生徒さんに恵まれて、教えているうちに自分の技術も向上しました。そしてフラダンスとウクレレも始めました。フラダンスは中腰の姿勢で踊らなくてはならず、ステップも結構難しいし、腰も振らなくてはなりません。私ばかり先生に注意されて、悔しい時期もありましたが、それでもがんばってやっていたらとても楽しくなりました。ウクレレもコードの切り替えが難しく、リズムに遅れてしまいます。左手の指がすぐ痛くなってしまいますが、絶対ものにしたいと思っています。

丸山 恵子(高田馬場支部)

この一年間はあっという間にすぎたという想いです。思いがけない母の骨折により、母には痛いおもいをさせてしまいました。私と母はいつも一緒という日々を過ごすことができ、母の為にできることをしたいという気持ちで夢中で半年間すごしてきました。一人暮らしをしていました母がくらししてきた日々のがわかり、母に対する気持ちが深まりました。又家族がとてもやさしい心を母に寄せてくれたこと、何よりうれしいことでした。今はお陰さまで元気になり、しっかりと生きていく姿をみて、本当に本当に感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。今年の抱負 新しい年を迎えることを思えばとてもうれしい気持ちになれます。健康で家族ひとり、ひとりが日々、すごせることができればと思います。そして、倫理にであったことにより一層!!感謝の気持ちを忘れずに明るく、明るく、只、明るくひたすら明るくすごしていきます。

## 如月に 喜寿をむかえし吾が夫の 脳は青春 生涯現役

嘉山 登美江(文化チーフ)

しきなみ短歌を学んで数年、初めて先生に評を頂く歌がよめました。夫は塾の先生。大学受験の高校生に数学を教えておりますが、今年度で退職の予定です。「塾がなくなると、気が楽だね」と1日何回も言っております。長い間おつかれさまでした。これからは趣味のゴルフでのんびりしてください。ご苦労様でした。心から感謝しました。私はこれからも短歌を続け、心の浄化をしてみたいです。

**おはよう倫理塾にお誘いを受け、参加した事で不健康な私が健康で明るくなった報告をさせていただきます。**

昨年の8月頃までの私は何をしても気持ちが落ちこんで暗い毎日を過ごして参りました。そこに9月の始め、佐藤政子促進長さんから「おはよう倫理塾に参加しませんか」というお誘いのお電話を頂きました。突然で返事に戸惑いましたが、とても熱心で私の心は動かされたのですが、すぐに返事が出来ませんでした。促進長は「大丈夫、大丈夫心配しなくても」と、云うのです。私は、朝は早いし会場も遠くだしと自分が中心でハイの返事が出来ませんでした。すると「花田さんが参加して下さるのなら明日からどうですか？」私はここでやっとの思いで促進長に合わせる返事が出来ました。お誘い頂いた次の9月25日頃より参加させて頂いて居ります。これも田辺支部長さんのお迎えがあればこそです。支部長さんの送迎に支えられ、又会場の皆さんと共に倫理塾で勉強させて頂くことで健康になりました。2ヶ月がたった頃にお天気に恵まれ素晴らしい秋の紅葉のバス旅行がありました。倫理塾に参加する前の私には思いもよらぬ最高の喜びでした。この旅行を境に、嘘のように明るく元気になりました。又、会場では水田副参事の一貫した実践報告も私の支えになって居ります。一番にすばらしい天気だなあ...から始まり、正しく、明るく、強く生きること先のことは心配ない、自然に任せましょうと報告です。一番のすばらしい天気だなあが、先ほどの旅行の日の体験で本当に素晴らしいお天気きに恵まれました。一貫して実践報告をすることを少しでも実践に移していきたいです。こうして日々が明るくなれた私は支部長さんのおかげさまで。人との出会いを大切に致します。本当にありがとうございました。又、素直な心とハイの実践の大切さを実感した私です。

今年の抱負 実践目標：あたりまえの事の出来ない私はあたりまえのことが一つでも多く出来る実践を致します。

## 榎本のり子 (西新宿支部 班長)

原稿依頼に「ハイ」と即答できず、「えー、わたしでいいの?」と思いましたが、私を支えてくださるSさんとの交流の中での、一人の真心の支えが**いかに大切で大事なことを痛感し、その事を書こうと思いました。**入会後に知り合ったSさんとSさんのお母さんは、病弱だった私の苦しみや悲しみを「美味しいもの作ったからお茶飲みにこない」と声をかけ続けてくれました。度重なる飲食をしながら過ごすひとときは、私に安らぎと元気を与えてくれた貴重な時間でした。私の喜び事を、自分の喜びのように共感して下さり、常にあたたく見守ってくれました。それに、長年のお付き合いの配慮は、いつも決して変わらない姿勢で私に接してくれ、この人の為と思う気持ちが日々深まり安心感が生まれ、私への力と自信に育ち、今では強い信頼関係が出来、太い絆で結ばれた事を実感しています。今私は私を慕って入会して下さったNさんに、Sさんから受けた暖かさを心にして、日々のお付き合いを大事にしています。そんな気持ちが通じてきたのか、幼い子供達も元気に成長して、かわいい事を言ってくれます。私が畑で作った物を持って行くと「えのもとちゃんがつくるものみんなおいしいよ」と言われ、ニヤニヤさせられてしまいます。母の日にはお祝いを頂いたり、男の子を育てたことのない私に代わって、子育て中の我が娘にも手を差し延べて下さり、今ではもう一人の娘や孫達が出来たような気持ちです。本当に嬉しい事です。「一人の真心」が人から人を結びつけ伝わり、**流れが出来て、仲間が増えていく事は大変嬉しい事です。**誰かの言葉ではないけれど、自分で自分をほめてやりたい心境です。「コツコツとやってきたご褒美よ」といつも言ってくださるSさんの声が聞こえてきそうです。今年度も人から人へのつながりを大切にする事を目標に大きな大きな輪が未来に続くことを切に願っています。

## 原 千美 (南支部)

なんとも目まぐるしい1年でした。そんな我が家に**奇跡**がおきました。それは隣に住んでいた92歳のおばあさんが運んでくれた魔法の煙で、家主さんからは30年間1度も修理してもらえなかった部屋が一気に青畳に、お勝手は顔も映るステンレスに、底抜けしていた押入れもあっと言う間に大変身し喜んでいたので東の間、主人が**会場で倒れて会場の皆様のおかげで命拾い**をし、1ヶ月足らずで退院することができました。入会まもなく物置きを購入、夫婦喧嘩をしながら組み立てたせいで傾いていたのにも関わらず、取り壊すときには傾いていませんでした。それは屋根に植木をのせたせいなのか、倫理を学ばせてもらった成果なのか定かではないですが、シルバーセンターの大工さんは「夫婦の仲が良くなったからですよ」と言って下さいました。新年の目標は**夫婦で朝の会場に通わせてもらえるよう実践に取り組みます。**

## 久保田 順子 (南支部)

私は五~六年前より股関節を悪くし、長い苦痛苦難の日が続き悩んでおりました。

病院も何ヶ所も回りましたが答えは同じで八十歳位まで大丈夫とのことでした。また、昨年に入ってから痛みも強くなり、家事や買い物も間々ならず歩行も困難になりました。このままの状態では日々の生活も無理だと思っていた矢先、町田さんよりお電話を頂きとても良い先生がいらっしゃるそうなので、野口さんにお話を一度お聞きしたらとのこと、急遽朝起会場へ行きお話を聞きすると、整形外科医の名医だそうです。早速手紙を書かせて頂き、入院そして手術日と順調に事が運び、無事退院の日を迎えることが出来ました。**今は夢のような日々です。**元気で歩けることに感謝をすると共に、皆様の暖かい好意により今のよき日を迎えられ、毎朝楽しく会場へ通わせて頂いております。**今日一日を大切に実践して参ります。**