

# 安楽寺だより 第59号

〒105-0014 東京都港区芝1丁目12-18 電話: 03-3451-1509 FAX: 03-3798-2238

発行者: 藤澤 克己(安楽寺住職) ホームページ: <https://www.anraku-ji.org/>

(安楽寺だよりは 1月・4月・7月・10月に発行します)

## この夏の猛暑に備えましょう

みなさま、いかがお過ごしですか？

梅雨明け前だというのに暑い日が続いています。夏本番はこれからですので先が思いやられるようです。

今年の夏は、観測史上最も暑かった昨年に匹敵する暑さになる可能性があるそうです。チベット高気圧と太平洋高気圧が上空で重なり合うため、地域によっては40度前後の猛烈な暑さになることが予想されています。“危険な暑さ”が到来することを覚悟し、今から夏の猛暑に備えましょう。

エアコンを効率的に使う、熱中症対策グッズを準備する、外出を控えるなどと同時に体調管理が重要になってきます。

栄養バランスの良い食事をする、十分な睡眠・休息をとるといったことと合わせて「暑熱順化」を意識してみるのが良いかもしれません。



「暑熱順化」とは身体を徐々に暑さに慣らすことだそうです。日本気象協会が推進する「熱中症ゼロへ」プロジェクトの中でも提唱されています。

日常生活の中で、無理のない範囲で軽い運動をしたり、シャワーだけでなくお風呂に入ったりして汗をかくようにし、身体を徐々に暑さに慣れさせるのだそうです。

“危険な暑さ”の猛暑日が続いても無事に過ごせるよう、それぞれが工夫してこの夏を乗り切りましょう。

### 《あれこれ抄》

▼夏の「安楽寺だより」をお届けします▼参道のアジサイが残念ながら今年も花をほとんどつけてくれませんでした▽夏のうちに翌年の花芽をつけるそうで昨年の剪定の際に場所を誤った可能性が高いです▽来年に乞うご期待▼まだ実物を見ていないのですが新しい紙幣が発行されました▽もう手にとられましたでしょうか▽お札を刷新するのは偽造防止の最新技術を採用するのが主な目的だそうです▼今月末にはパリ五輪が開催されます▽東京オリンピックからわずか三年での開催はパンデミックからの回復とスポーツの継続性を象徴するように感じられます▽セーヌ川で行われる趣向を凝らした開会式が楽しみです▼おかげさまで母はもうすぐ九十二歳を迎えます

## 永代経法要をお勤めしました



今年も5月10日に安楽寺総永代経法要をお勤めしました。お荘厳を整え、芝組の僧侶6名にも出仕していただき賑々しく法要をお勤めすることができました。

これまで連綿と引き継がれてきた過去帳を尊前にお供えし、先祖の方々から阿弥陀さまの教えが私たちに受け継がれてきたことに感謝の思いを新たにしました。



法要に先立ち、事前にお預かりした今は亡き大切な方々のお名前を読み上げ、法要では『仏説阿弥陀経』を読誦しました。

法要後に安楽寺客殿修繕工事の説明会をオンライン併用で開催したところ、約20の方が参加してくださいました。住職からの説明に引き続き、活発な質疑応答もありました。

### 【ご報告】母は無事退院しました



7月5日 ウォータース竹芝にて(竹芝棧橋付近)

今年2月に緊急入院した母は4月下旬に無事退院して戻って来てくれました。現在は訪問医療・介護サービスを利用しながらお寺の3階で生活しています。

入院して以来、口からの食事が出来なくなりましたが、テレビを見たり、家族と会話したり、時々外出したりという日常を穏やかに過ごしています。

### 築地本願寺で「国際ヨガの日」のイベント

昨年に引き続きインド大使館が主催する「国際ヨガの日」のイベントが築地本願寺で6月21日に開催されました。ヨガの実践で心身のつながりを向上させ、より健康に、より幸せにと願って毎年開催されています。

今年は途中から雨が降ってきましたが、境内を埋め尽くす数百人の参加者と一緒に住職も傘をさしてヨガを楽しみました。





# 親鸞聖人御誕生850年きょうさん 慶讃法要にお参りしてきました 立教開宗800年

親鸞聖人の生誕850年、また浄土真宗の根本聖典である『教行信証』が著述されて800年目という2つの慶事を機縁とする法要が築地本願寺で勤修され、安楽寺からも数名で参詣してきました。

一緒にお参りした方からは「50年に一度の貴重な法要に参加できて嬉しかったです」との感想をいただきました。



ご門主が導師を勤められました



親鸞聖人御誕生850年・立教開宗800年慶讃法要  
築地本願寺参拝記念  
2024年4月27日



親鸞聖人御誕生850年・立教開宗800年慶讃法要  
築地本願寺参拝記念  
2024年4月28日

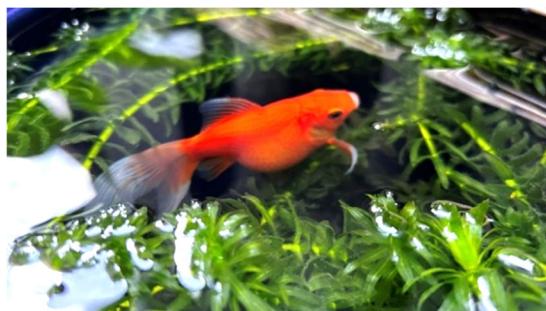
## 《季節の思い出》



参道のアジサイ (5月)



水鉢にはたくさんのメダカ (6月)



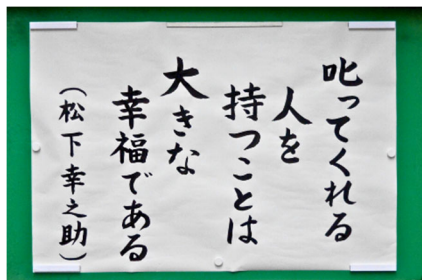
去年生まれた金魚が立派に成長しました (7月)



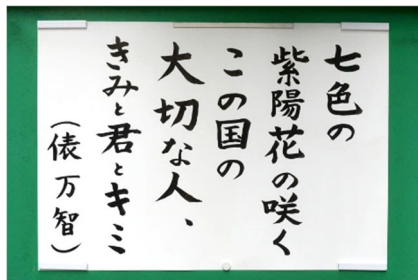


## 月々の言葉 ～安楽寺 伝道掲示板から～

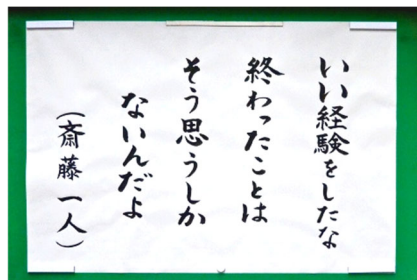
お寺の入り口に、その時々のお寺の言葉を掲げています。




2024 年 5 月



2024 年 6 月



2024 年 7 月

 **スズムシ & ヴィオラコンサート/クリスタルボウル**


スズムシの音色とともに演奏を楽しむ会を開催します。

日時： **2024 年 8 月 21 日(水)19:00～** ※クリスタルボウルの会  
**2024 年 8 月 31 日(土)16:00～** ※ヴィオラコンサート

主催： 萩原 薫 氏 (ヴィオラ奏者、クリスタルボウル奏者)

参加費： 3,000 円 (当日、主催者に直接お支払いください)

定員： 20 名程度 **★参加希望者は住職までご一報ください**

 昨年のコンサートの様子

## 修繕工事はあともう少しで終わります

安楽寺客殿は竣工から 27 年が経ち外壁や屋上防水の劣化が進んでしまったので修繕工事を行うこととなりました。



5 月 10 日の工事説明会で説明したようにとくにコンクリート面 (JR 線路側) の経年劣化が激しい状態でしたので、劣化箇所の補修作業は耐久性強化も勘案して施工してもらっています。

工事は順調に進行し、現在、仕上げ工事が残っており、足場解体が 7 月 22 日頃に終了予定です。工事期間中、ご法事やお墓参りでいらした際にはご不便をおかけしました。ご協力ありがとうございます。

「定例法話会」の今後の予定 (毎月**第 3 日曜日**午後 2 時～)

伝道掲示板の言葉をもとにお話させていただきます。いつでもご参加ください。

**7 月 21 日(日) 8 月 18 日(日) 9 月 15 日(日)**

※7 月の法話会は合同孟蘭盆会法要を兼ねます