

真

田

真田で楽しく！元気に！暮らしたい人のためのフリーペーパー

い き い き♪

生き生き ふるさと通信

第 57 号 2019年 4月 1日発行【真田地域に全戸配布】



今回の社長シリーズで紹介させていただく、長谷寺様の境内の写真です。宮下住職様にいただきました。
きっと、この素晴らしい景色を今年も見ることができると思います。
桜の便りが聞こえてきたら、ぜひお出かけください。



ホームページではカラーでご覧いただけます。



真田町の社長さん 第28回

長谷寺 宮下様の巻

今回ご紹介するのは、みなさんご存じの長谷寺で住職をされている宮下俊哉様です。

長谷寺は、真田幸村の祖父にあたる真田幸隆が開山した真田氏の菩提寺です。境内には幸隆

夫妻と昌幸の墓があります。昔は、種月庵と呼ばれていましたが、天文16年（1547年）真田幸隆が晃運和尚を開山として迎え、真田山長谷寺を創建、菩提寺としました。昌幸の代を経て、元和8年（1622年）信之が松代へ移封となり、同地へ長谷寺を建立したので、現在はその末寺となり、今日に及んでいます。

宮下様は、長谷寺で住職をされながら、地域の様々な場所で大変ご活躍されています。その中で、宮下様ご自身の想い、お考えを話してくださいました。

～真田町の未来のために～

私は、昭和45年に真田町で生まれ育ちました。学校を出て、就職で一旦真田町を離れ、東京で就職し、お寺をつぐために戻ってまいりました。

帰ってからは公民館活動、消防団等地域に出ていくようになりました。昔と比べると子供の数は減り、団塊世代の方が高齢者になる時代となってきていることを肌で感じておりました。地域の皆さんがいるから、お寺もやっていける、自分は僧侶として地域のために何ができるのかを考えるようになりました。

仏教とはお釈迦様が「人々が苦しみや悲しみなどの中でいかに生きていくべきか」を説いた教えであり、それを学び人々を救う場所がお寺であり、それを実践する人が僧であると思います。

人々が平穏に生きていくためには、僧侶として宗教的なことだけでなく、様々なことを地域に還元していく必要があるのではと思うようになりました。

直接手を差し伸べる救い方だけではなく、その人自身の力を生かしてあげることが、一番の救いだと思います。だからこそ、地域の中だけではなく、他の社会、他の活動とつなげ、真田町の良さを引き出すために、自分が社会に飛び出していくことで、地域貢献できると考えております。つながりを広げていくことで閉ざされた世界、地域に未来が見えてくるのではないのでしょうか。

「支援」とは、助けてあげるのではなく、前文で申した通り、その人の持っている力、生きていく力をのばしていくことだと思っています。転んだことに対して、すぐに手を差し出すのではなく、その人が起き上がるための声掛けをし、最良の方法を一緒に考える。そうすることで、持っている力を発揮させてあげることができ、自信にもつながる、そんな支援をしていきたい。常々そう考えております。そして、「助けてほしい」「手伝ってほしい」と気軽に言える社会、真田町を目指していきたい。そんな明るい優しい未来を創造しながら、一緒に語り合いませんか。宗教に関係なくだれでも気軽にお寺にいらしてください。みなさんの思っていることや悩みを聞かせてください。いつでもお待ちしております。



宮下俊哉様

曹洞宗真田山種月院長谷寺 住職
真田の郷まちづくり推進会議会長
特定非営利活動法人ほこほコネクト理事長
民生委員児童委員主任児童委員
学校支援コーディネーター

大変貴重なお話を聞くことができました。宮下様ありがとうございました。

上田市社会福祉協議会 真田地域包括支援センターだより

平成31年4月

男性の料理教室を開催しました！

12月17日、JA信州うえだ生活指導員の方に講師をしていただき、高齢者の男性の方を対象に開催しました。
参加者は、楽しく料理を学び、おいしくいただきました。



さんまや野菜
などの食材を
切っています。



今回のメニューは、豚そぼろときゅうりの混ぜずし、さんまのらっきょう酢煮、ニンジンの炒りたらこ和え、コーヒークリーム牛乳寒天です。

H31年度 運動教室-笑顔で元気-開催のお知らせ



○日程

月	日	曜日
4月	10日	水
5月	8日	水
6月	12日	水
7月	10日	水
8月	21日	水
9月	11日	水

月	日	曜日
10月	9日	水
11月	13日	水
12月	11日	水
1月	8日	水
2月	12日	水
3月	11日	水

お気軽にご参加ください♪

○時 間 10時45分～11時45分

○会 場 真田総合福祉センター2階大会議室

○参加費（保険代） 100円

○持ち物 水分補給のための飲み物 ・運動靴
・大きめのバスタオル、レジャーシート

お問い合わせ

電話（0268）72-8055

有線 2080

〒386-2201

上田市真田町長7190番地

（真田総合福祉センター内）

ようこそ中組自治会へ!!

No. 1

人は住みなれた土地を離れ、若者は故郷を捨て田舎暮らしに終止符を打ち、他方に移り住む。それぞれの事情がお有りとは思いますが、このような御時世お蔭様で当自治会には他方より移り住んでおられる方々がおります。その皆様を数回に渡ってご紹介をしたいと思います。

今回は、笹岡輝夫さん、明子さんご夫妻をご紹介します。



輝夫さんは小布施のご出身で笹岡家の三男として昭和22年10月に誕生し、今年で72歳になります。

高校卒業後上京し、寿司職人として6年間修行されましたが、たまたまベルギーにある和食の店に「寿司職人として来て貰えないか」という声が掛かり1972年にベルギーに渡りました。

ベルギーの和食店で3年間従事し、その後自らブリュッセルに和食レス

トラン『侍』をオープンしました。そして、オーナーとして43年間経営に携わったそうです。

次に明子さんは、昭和26年に佐藤家の二女として誕生され、現在67歳。ご結婚前は化粧品会社の営業をしておりましたが、ある時知人の紹介で、輝夫さんと知り合うことになりました。当時輝夫さんはベルギーに在籍していたため、どうしようかと考えた末、単身ベルギーに渡ることを決心し、輝夫さんとはご対面となったわけです。

お二人はその後ご結婚され、明子さんのベルギー生活が始まりました。

輝夫さんが65歳になった時、老後をどうしようかと考えた末、レストランを知人に譲り日本に帰ることを決心しました。何故かと言いますと、お子さんは日本の大学を出て、日本の会社に就職しておりましたのでこの先は子供の傍にいてやりたいという気持ちが強く働いたからだそうです。

帰国後、明子さんの実家が中組で家を建てる土地が有るということで家を新築し現在に至っております。

久々に日本の地を踏んだご夫婦に、今の心境はと尋ねましたら、「ご近所の皆様が大変良くしてくれるので、楽しい毎日を送らせていただいています。」との事でした。

早いもので中組自治会の一員になって5年がたちました。笹岡輝夫さんは中組長寿会会長、明子さんは長寿会の役員として現在活躍されております。

紹介者 通信委員 柳沢 邦男

発行元：「真田 生き生きふるさと通信」広報委員会
〒386-2201 上田市真田町長 7141-1 有線 2111
ホームページ <http://www.azarean.jp>

事務局：高齢者総合福祉施設アザレアンさなだ内
TEL 0268-72-2781 FAX 0268-61-4010
E-mail keijinfukushi@azarean.jp

イベント情報や、通信を読まれてのご意見、ご感想をお寄せください。

