



令和8年
3月号

発行所 生長の家 長野県教化部
〒390-0862
松本市宮沢3-7-35
発行人 生長の家 長野県教化部
代表 山岡 睦治
編集人 長谷尾美眞貴
(1部 40円)

Tel(代) 0263-34-2627
FAX 0263-34-2626
白鳩会 0263-34-2625



祝日には
国旗を掲げて
奉祝しましょう!



ISO 14001
あなたの愛で
自然を守ろう
大自然の恩恵に
感謝しましょう

“信仰の自由”の ありがたさを噛みしめる

教化部長 山岡 睦治



紙媒体の『しらかば』三月号には、本誌内に総裁・谷口雅宣先生の新刊書『二百字日記2』より3月12日の日記文を掲載させていただきました。国際本部からの著作権に関する指導により、PDF媒体での先生のご文章の掲載が禁止されていますので、「」では割愛させていただきます。

去る二月一日に教化部地元の町内会主催の講演会に参加しました。宗教者として関心のある「廃仏毀釈」がテーマだったからです。廃仏毀釈とは、仏教を廃し釈迦の教えを棄却すること、明治政府の神道国教化政策に基づいて起こった仏教の排斥運動を指します。講師の話では、松本は藩主(戸田光則)によって廃仏毀釈が厳しく行われた地域だそうです。明治三年、藩主は、各寺院の僧侶に、廃寺帰農を強く奨めました。中には抵抗する僧侶もいました。役人が、改宗を拒否する僧侶に対して、「地獄極楽というものがこの世にあるなら出して見せよ」と迫ります。すると、その僧侶は、白装束に着替えて三

宝に短刀を乗せ、「地獄も極楽もこの世にはない。貴官もご用意ください」(一緒に自害すれば極楽か地獄が分かるという意)と応酬したそうです。このような廃仏毀釈の歴史を知るにつけ、日本国憲法で、「信仰の自由」が保障されていることは極めて重要だと思ふのです。ところで、安倍政治を継承し、経済発展至上主義の政策と軍事力増強などを強行しようとする高市政権が衆議院選挙で圧勝しました。これに対して、総裁・谷口雅宣先生は、Facebookの二月十日の投稿【マイナス9度で考える】で、次のよう

にお書きになっています。(前略)そこで生長の家はどうするか、である。私たちも民主主義のルールに則つて、反対すべき政策にはこれからも反対するほかはない。もちろん、自家製の銃を撃つて反対するのではなく、言論と合法的行動によって、私たちの主張を明確に、繰り返し社会に提示していくのではないか。今年の生長の家の日訓の「9日」の言葉には、こうある――
「倒れるということも前進である」(引用終わり)
高市政権は、国家権力を縛る憲法を権力側にとつて都合のよいように改正をねらっているようです。この動きを注視し、私たちの主張をしっかりと社会に提示していききたいと思ひます。

相愛会

健康について

北信濃相愛会 藤沢 道雄

病は気からと聞いて体力・気力は、まだまだと思っ
ている今日この頃です。若い
時から体を動かす事が好き
で、フルマラソン四二・一
九五首にも挑戦しましたが
届きませんでした。

最近ウオーキングに切り
替えてあちこち出歩いてい
ます。季節も進み、北信濃
の紅葉が、ほんとに綺麗で
す。

ラードとストレスは溜め
てはいけません。大自然の
中でウオーキングしている

と、本当に癒されます。
今年の夏は本当に暑かつ
た。これからもマイペー
スでウオーキングを続けて行
きたいと思います。
(十一月十二日・記)



奉納御礼

教化部奉納品

お茶 野々口今日子
お菓子 豊田弘美
花 平島かつ枝
しみ 平島かつ枝
りんご 塚原好男
ピザ 塚原春奈
(敬称略)

二月度先祖供養祭お供物料

山岡睦治 小松智子
手塚香おる 丸山仁子
鈴木厚子 平谷美佐子
折橋政市
(敬称略)

◇ご奉納ありがとうございました。

歌壇

正月に曾孫誕生うれしかり

九十二才の命つながり

村田 雪子

大寒にほうれん草一つかみ

日毎にとれる心充ち足り

村田 雪子

軒下に蒔きたる餌に雀群れ

居間の内より夫の見てをり

太田喜榮子

暖かき日差しの中をリハビリと

歩む息子に我も続けり

太田喜榮子

織り機に五百本予の糸を掛け

ようやく織れると今宵安堵す

牛山よしみ

庭先きに咲く福寿草ある時は

土埃に今朝は積む雪の下

牛山よしみ

卒業の季節巡りて思い出す

節目となりしあの時その時

齊藤 洋子

彼岸きて西日さし入る玄関に

明るさみちてなごみただよう

齊藤 洋子

※随時、皆様からの投稿をお待ちしています。(編集部)

俳壇

待春や一番電車の音
近く

黄を放ち絵ごころ誘う
福寿草

倭

啓蟄に畑にいでて土
拌む

彼岸きて土やわらめる
墓地の径

洋子

遠来の白鳥入りて鴨遊
ぶ

カーテンをシャート開
く音の春

連山

※随時、皆様からの
投稿をお待ちしています。
(投稿は編集部宛)

「信濃三十三観音札所巡り」の解説

文：山岡睦治



御朱印帳の表紙は木彫の観音像(斎藤健一氏作)

問 札所巡りの経緯は？

山岡 観世音菩薩は生長の家の礼拝の本尊とされてい

て、長野県教化部には、荘厳な聖観音菩薩像が安置され、「神護祈願」が行われていること。県下には観世音菩薩像を安置する寺院が数多くあり、江戸時代から続く「信濃三十三観音札所巡り」という巡礼文化があったことから発案されました。

問 今回の巡礼が運動方針にある「居住地域の自然と文化遺産の豊かさを見直す活動」ということですか？

山岡 その通りです。

問 巡礼のメリットは？

山岡 まず、観世音菩薩とは何かを学ぶ機会となりま

す。「観世音菩薩とは、宇宙に満つる大慈悲であり妙智力であり、「心の法則」がある」こと、一切衆生の心の音を観じ給いて三十三身に身を変じてわれわれを救い給うことなどです。

種々の祈願ができること。巡礼する会員の個々の祈願をはじめ、「神護祈願」、そして長野県光明化と地球社会への貢献活動の着実な進展と世界平和実現を祈ることができます。

問 巡礼の仕方は？

山岡 この巡礼は、一人が三十三カ寺を巡礼するのではなく、会員が手分けをして地元の寺院をお参りする

ものです。自分はこの寺院をお参りすればよいかは、白鳩会は地区連会長または長谷尾美眞貴事務局長、相愛会は山下俊幸事務担当にお問い合わせてください。

問 巡礼開始はいつから？

山岡 「発願の御祭」を執り行う信濃一日見真会(三月二十二日・日)以後に巡

礼を開始してください。問 順番に回る必要は？

山岡 ありません。何番札所からでも結構です。但し、客番の善光寺、北向観音堂(上田市)は、三十三札所を回り終えたのちにお参りをしますの、それまではお参りしないでください。

【巡礼の具体的な手順】

1. 代表者の方は、参拝する札所の連絡先に電話をして、御朱印をいただく場所を事前に確認してください。

①納札：巡礼者の氏名と願い事(個人の祈願と世界平和などの運動の祈願)を書いた「納め札」を所定の箱に収めます。

②読経：お賽銭を納め(金額は随意)、合掌一礼して観世音菩薩讃歌の「観世音菩薩を称うる祈り」を読誦します。

③納経：浄書した写経(新発売の『一切存在一休箋』一枚に「南無観世音菩薩」などの言葉を書いたもの)を札所に納めます。

④御朱印：納経すると御朱印をいただけます。また、写経を納めなくても納経料を納めることで、御朱印をいただけます。(納経料は五百円前後)

2. 巡礼した寺院で他に行っていたら、念写真(必須)

①寺院を背景に巡礼者の記念写真(必須)
②寺院(観音像)の由来記等の冊子の入手(任意)
④寺院等で描いたスケッチ、俳句などの作品(任意)

3. 御朱印の台紙は、専用の和紙を配布します。これに閉じ穴を右にして押し

もらい、裏面は白のまま。最終的に、一番札所から三十三番札所の御朱印(台紙)を順に並べて一冊の御朱印帳に綴じます。その後、善光寺、北向観音堂に代表者らがお礼参りをします。

最後は、結願の御祭(本年十二月十八日を予定)を執り行い、聖観世音菩薩像の御前に御朱印帳を安置し、結願を報告します。

幸福への近道は神さまとつながる聖使命会員に！

聖使命会入会・昇格おめでとうございます

★次の方々の「聖魂」が新たに生長の家総本山龍宮住吉本宮の宝筐に奉安され、生長の家の大神より永遠の祝福を受けることになりました。

護持会員(新規・復活敬称略)

- 松本中央 一名
- 須坂中野 一名
- 常念 一名

- 什一会員(新規・敬称略) 佐久 一名

祝お誕生

- 什一会員(新規) 和み 一名



フードバンク・子ども食堂の協力状況実績①

2026年1月~12月分

月	提供者	提供品	数量	提供先
1	1月	小松智子	食品	浅間・安曇野
2	2月	平島かつ枝	レトルトカレー・乾燥スパゲティ・わかめごはんの素・茶葉・干し椎茸・高野豆腐	浅間・安曇野
3		野沢貴広		
4	3月	手塚香おる	カップ麺	松本
5		鈴木厚子	バス刈りか	松本
6	4月	山岡陸治	カロリーメイト	松本
7		手塚香おる	カップ麺	松本
8	5月	山岡陸治	カップ麺ほか	松本 5/21ワーカーズコープ長野
9		手塚香おる	カップ麺	松本
10	6月	手塚香おる	カップ麺	生命学園
11		山下俊幸	レトルト食品	東信相愛会
12	7月	手塚香おる 小松智子有志3名 小林智恵子	レトルトご飯、麺類、お米他	千曲地区、川中島地区、浅間安曇野地区、松本地区
↑※7月22日以降、具体的な数量および提供先を記録した↓				
13	7月22日	小松智子	お米・お菓子・缶詰 2kg 10袋 3缶	安曇野社会福祉協議会
14	8月1日	手塚香おる	菓子	ワーカーズコープ(教化部)
15		山岡陸治	乾めん(うどん等) お米	ワーカーズコープ(教化部)
16			缶詰	ワーカーズコープ(教化部)
17	8月3日	鈴木厚子	クノールスープ	ワーカーズコープ(教化部)
18			スパゲティミートソース	ワーカーズコープ(教化部)
19			ホットケーキ素	ワーカーズコープ(教化部)
20	8月5日	手塚香おる	ゼリー	ワーカーズコープ(教化部)
21	8月24日	齊藤洋子	寒天製品	ワーカーズコープ(教化部)
22	9月1日	鈴木厚子	菓子・カルピス	ワーカーズコープ(教化部)
23	9月5日	森山多恵子	焼ソバカップ・そうめんセット	ワーカーズコープ(教化部)
24	9月6日	手塚香おる	カップめん	ワーカーズコープ(教化部)
25	9月15日	西 信枝	だし・スープの素・油	ワーカーズコープ(教化部)
26	9月15日	小口壽子	カンヅメ・魚肉ソーセージ	ワーカーズコープ(教化部)
27	9月24日	長谷尾美真貴	あめ	ワーカーズコープ(教化部)
28	9月26日	山岡陸治・聡子	ラーメン(即席)	ワーカーズコープ(教化部)
29	9月28日	鈴木厚子	カップめん・菓子	ワーカーズコープ(教化部)
30	9月29日	小椋博子	現金	箕輪町子ども食堂
31		中村きくみ/宮澤直子	食品	伊那市社協
32	9月29日	小椋博子	現金	箕輪町子ども食堂
33	9月10日	丸山仁子/小松智子	りんご(カンパ金)	信州子ども食堂
34	9月29日	丸山仁子/小松智子	釜めしの素(4箱)・パン(6ヶ)・レトルトナポリタン(5ヶ)・カップめん(5ヶ)・さば缶(5つ)・乾めん(3箱)	左記参照 安曇野社会福祉協議会
35	10月8日	齊藤洋子	フルーツ缶詰	ワーカーズコープ(教化部)
36	10月19日	小松智子	カップめん(4ヶ) レトルトカレー(4箱) コンフレーク(2箱) 小袋菓子(5袋) 混ぜごはんの素(3袋)	左記参照 自然の恵みフェスタ 教化部フードドライブ
37	10月20日	小椋博子	米・洗剤	1個 2本 箕輪町子ども食堂

二〇二五年度(令和七年度)の
社会貢献活動実績と御礼①

令和七年度に「信州地域社会貢献部」へ報告された社会貢献活動(フードバンク・子ども食堂等)への協力、地域清掃などの実績を掲載させて頂くとともに、心から感謝申し上げます。
※4面・5面に掲載

フードバンク・子ども食堂の協力状況実績②

2026年1月~12月分

38	11月1日	鈴木厚子	カップスープ 菓子 乾めん(ラーメン)	1個 2袋 1個	ワーカーズコープ(教化部)
39	11月5日	手塚香おる	カップめん	10個	ワーカーズコープ(教化部)
40	11月11日	山岡睦治	ラーメン	5食入り×5	ワーカーズコープ(教化部)
41	11月12日	小椋博子	現金	3000円	箕輪町子ども食堂
42	11月12日	小椋博子	お米	5kg	伊那市社協
43	11月15日	柳澤恵子	カップめん	1箱	ワーカーズコープ(教化部)
44	11月18日	長谷尾美眞貴	お菓子	1袋	ワーカーズコープ(教化部)
45	11月22日	小口壽子	スパゲティ・魚肉ソーセージ	3袋・3本	ワーカーズコープ(教化部)
46	12月3日	山岡睦治	ラーメン	5ケ入×5	ワーカーズコープ(教化部)
47	12月6日	鈴木厚子	レトルトカレー パスタソース	6個 2本	ワーカーズコープ(教化部)
48	12月7日	手塚香おる	カップ麺	10個	ワーカーズコープ(教化部)
49	12月15日	山岡聡子	ラーメン	5ケ入×5	ワーカーズコープ(教化部)
50	12月23日	太田喜栄子(常念支部)	クッキー(3箱)・インスタントラ ーメン(3袋)・かりんとう(3袋)・切 りもち(1袋)・飲めるごはん(2 缶)・さば缶(4缶)・乾うどん(1 袋)・梅がゆ(1袋)・インスタント ごはん(1袋)	左記参照	安曇野社会福祉協議会 三郷支所
51	12月26日	小椋博子	乾麺・缶詰・米	1kg・2缶・5kg	箕輪町子ども食堂
52	12月27日	鈴木厚子	カップめん	10個	ワーカーズコープ(教化部)

二〇二五年度(令和七年度)
社会貢献活動実績と御礼②

この他、北信の和み支部の方々の協力で、(社)長野市社会福祉協議会より、寄付とフードバンク支援に対する礼状を頂きました。

生長の家 社会貢献活動実践記録

日程	組織	氏名or参加人数	実践内容
9月28日	白鳩会	小椋 博子	ゴミ拾い
9月13日	相愛会	6人	松本駅東口周辺のゴミ拾い
10月29日	白鳩会	小椋 博子 小椋 利彦	ゴミ拾い
11月25日	白鳩会	小椋 博子 小椋 利彦	ゴミ拾い
12月17日	白鳩会	小椋 博子	ゴミ拾い

個人的 Co2削減活動・社会貢献活動

日程	組織	氏名or参加人数	実践内容	備考
9月21日	白鳩会	小椋 博子	2km先のスーパーへ徒歩で買い物。	
9月10日	白鳩会	中村 由美+1	通学路草刈り	長女
9月21日	未会員	小椋さん夫	通学路草刈り	地域

令和七年度献資者
 手塚真弓 山岡睦治
 工藤洋 猪俣知子
 江川・アラシ・日出美
 大槻溢子 濱洋子
 世界聖典普及協会
 村田雪子

匿名 一名
 令和七年度高額献資者
 (一〇〇万円以上)

令和六年度献資者
 石井弘子 手塚真弓
 渡邊正明 関崎三重子
 野沢貴広 清水昭子
 丹野光子 手塚真弓
 小椋博子 村田雪子
 宮原重美

◇令和六年度及び令和七年度中に、教化部への献資をいただきました方々のお名前を掲載させていただくとともに、心より感謝御礼申し上げます。(敬称略)

教化部 献資者御礼
 (令和六年度・令和七年度)

3月行事予定

日	曜	行事	誌友会場	開始	派遣講師名
1	日	春季記念日・法燈継承記念式典			
2	月				
3	火				
4	水	参議会			
5	木				
6	金	13時 五者会議			
7	土	13時半 講師推進部会			
8	日				
9	月				
10	火	10時 職員会議	濱 洋子様宅	13:30	太田 喜榮子
11	水	神・自然・人間の大調和祈念祭	丸山三七子様宅	10:00	輪 詠
12	木				
13	金				
14	土	10時 白正副会長会議			
15	日	オープン食堂			
16	月				
17	火		塚原静子様宅	13:30	塚原 静子
18	水		小松智子様宅	13:30	鈴木 厚子
19	木				
20	金	春分の日	宮澤宣子様宅	13:30	齊藤 健一
21	土				
22	日	10時 信濃一日見真会			
23	月				
24	火		折橋政子様宅	13:30	山岡睦治教化部長
25	水	13時半 みすず会			
26	木				
27	金	13時半 青年会ラジオ風NF 19時 相 拡大会議			
28	土	13時 講師研修会			
29	日	10時 2026年度運動目標伝達会議	教化部	13:30	松本地区輪詠
30	月				
31	火				

☀ 3月の早朝行事担当 ☀

6時から始まります

日程	神想観	聖經読誦
1 日	北原 理恵	太田 喜榮子
7 土	山岡 聡子	齊藤 一生
8 日	小松 智子	手塚 香おる
14 土	山岡睦治教化部長	小口 壽子
15 日	手塚 千治	齊藤 洋子
21 土	塚原 好男	長谷尾 美眞貴
22 日	小松 一教	小椋 博子
28 土	山岡睦治教化部長	栗林 邦子
29 日	大和 光男	鈴木 厚子

☆聖經読誦の経本は月毎に変わります。3月は「大自然讃歌」です☆

信濃一日見真会

3月22日(日) 開会10:00~

会場 生長の家長野県教化部

見真会の主な内容(予定)

山岡 睦治 教化部長の講話

春季慰霊祭(先祖供養祭)

信濃三十三観音札所巡り 発願の御祭 ほか

※詳細はライン等で別途お知らせします。