

日本慈濟世界

日本ツーチーセカイ

2025年08月10日出版

第 191 期

活動報導：慈大學生海外實習人文體驗



時日總是無形中過去，有形的身體卻慢慢老化，這是人生的自然法則。反觀自己，感恩歲數也夠多了，雖然現在說話很吃力，但是我不放棄，儘管不知明天會如何，只要感覺今天生命還有餘，就要出來讓人看看，告訴大家要把握因緣，活著一天，就說一天好話，用對體力做好事。

彰化的蔡寬老菩薩，已經是一百零七歲的人了，她在七十多歲時成為慈濟志工，常挨家挨戶去收功德款，三十多年來，一直替師父募款，彰化很多地方都有她的足跡。她勸募的不是錢而已，重要的是勸善；若有家庭不和諧，她還會一個月去好幾次。老菩薩說話很有分量，總是藉著去走一走，圓滿了許多家庭的和諧。

十多年前，慈濟開始推廣電子勸

募本，我問大家：「有辦法嗎？」蔡寬第一個回答：「有！要做就『有法度』。」臺語的「有法度」就是有辦法，不論是做好事、勸好人，她都能有方法，「用法度」。現在她年紀這麼大，還是不認老，功德款照常收，還不忘傳承。她對兒子說：「你如果不放心讓我出門，就載我去。」兒子很孝順，不論收功德款或到環保站，都跟著母親，陪伴身邊。因為孩子陪著她走，慧命、功德都不會斷。

她記得數年前曾對我說：「師父，我老了，沒用處了。」我告訴她：「有用，妳站出來讓別人看，就很有用處。」上一回到彰化靜思堂，當車子抵達時，她就出現在車門旁，我一下車就看到她，感覺心很安定、很歡喜。她看來身體還算健康，不過若是距離遠一點，她就需要坐

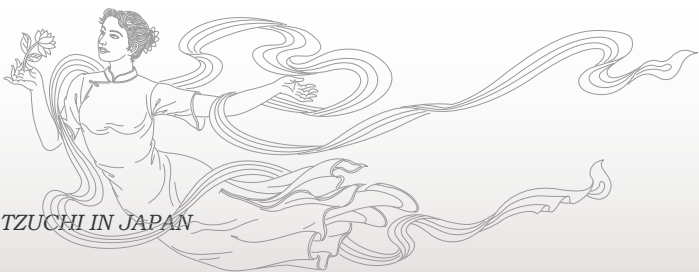
輪椅。

我問她：「有沒有多休息？」她答：「沒有。師父，因緣要把握，好人好事要做到底。」我問：「做到怎樣算『到底』？」她說：「水慢慢地漏，漏到乾就到底了。」這是很智慧的話，我第一次聽到。因為水是大生命，也是大地的大生命，所以可見老人家的哲學，在她的生命中有點點滴滴的水，每一滴水都是甘露。

不要去看「老」，願意發揮良能「做到底」，蔡寬的這種精神值得學習，對師父的鼓勵也很大。她總是存好心、做善事，是人間菩薩的典範。相信她的慧命不間斷，生命也能越拓越寬，如同她的名字一樣，人生過得很開闊、有價值。我也與她相約，生生世世都要彼此關懷、學習，延續這樣的師徒情。



好人好事要「做到底」！



攝影／蔡中欽

證嚴上人衲履足跡

二〇二五年【夏之卷】

釋德俱 編撰

靜思法脈叢書

證嚴上人衲履足跡
二〇二五年【夏之卷】
釋德俱 編撰

靜思人文虔誠發行



良い人は良いことをするのに

「徹底してやります」！

◎ 訳／金子昭

歲月は目に見えずに過ぎ去りますが、目に見える身体はだんだんと老いていきます。これは人生の自然法則です。自分のことを振り返ってみると、ありがたいことにこの歳まで年齢を重ねてまいりました。今ではお話をするのにも力が要りませんが、私はこれを止めることはないでしょう。明日がどうなるかは分かりませんが、今日の生命はまだあるのを感じています。だからこうして出てきまして、皆さんに私の姿を見ていただいているのです。そして、皆さんには縁を大事にしてください。うお話をさせていただいています。一日生ぎれば一日良い話をし、また体力に応じて良いことをしています。

彰化の蔡寛さんは、めでたいこ

とに百七歳になりました。蔡さんは七十代の頃に慈濟のボランティアになり、いつも家を一軒一軒たずねて募金を集めて廻っていました。三十数年にわたって、ひたすら師のために募金活動を行い、彰化の多くの地域に足跡を残してきました。蔡さんが勧めたのはお金だけではありません。善を勧めたことが大事なのです。

もしうまく治まっていない家庭があれば、蔡さんは一カ月に何度もその家に足を運びます。彼女の話は重みがあり、ちよつと訪ねて歩くだけで、数多くの家庭の人間関係を取り持ってこられました。

十数年前、慈濟は電子募金ブックを推進するようになりました。私は皆さんに「使い方は分かりますか」

と尋ねました。蔡寛さんは最初に「分かります！ やってみればそれが『有法度』ですから」と答えたり一人でした。台湾語の「有法度」は「やり方が分かる（有辦法）」という意味です。良いことをするだけでなく、良い人になるよう勧めるのに、蔡さんはいつも「有法度」、そして「道理にかなった方法」で取り組むことができます。蔡さんはとてもお年を召されていますが、老いを認めず、募金の領収書をしっかりと集めて、それを伝えていくことも忘れません。蔡さんはお子さんに「もし私が出掛けるとき心配だったら、車に乗せてください」と言います。お子さんは親孝行なので、募金を受け取るだけでなく、資源回収センターに行くときにも、母親に付き添い、そばを離れません。子供と一緒に付き添って

くれるので、慧命も功德も尽きることはないでしょう。

蔡さんは、数年前に私に対して、「私はもう歳を取りました。役に立てません」と、言われたことを覚えておられます。私は、蔡さんに「役立ちますよ。立ち上がって他の人に見ていただきたい。役に立っていますから」と申しました。前回、私が彰化靜思堂に参りましたが、車が到着した時、蔡さんは車のドアの近くまで来られたので、私は車を降りてすぐ蔡さんの姿を認め、ほっとして嬉しくなりました。蔡さんはお元氣そうな様子でしたが、もし距離がもう少し遠ければ、蔡さんは車椅子に乗る必要があったでしょう。

私は、蔡さんに「もっとお休みになつてはどうですか」と尋ねました。蔡さんは、「いいえ、お師匠様、縁を大事にして、良い人は良いことをするのに徹底してやるのです」と答えました。私は「どのようにして『徹底』するのですか」と尋ねると、蔡

さんは「水がゆつくりと漏れていつて、それがすっかり乾いてしまえば、それが徹底なのです」と答えました。これは機知にあふれた答え方です。私は初めてお聞きしました。水は人間の大生命であり、また大地の大生命ですので、お年寄りの人生哲学を窺い知る思いでした。蔡さんの生命の中にも水が滴（したた）っており、その一滴一滴がみな甘露なのです。

「若い」を見ないように、良き能力を「徹底してやる」よう努めてください。蔡寛さんのこの徹底した精神は学びに値します。師にとっても大きな励みになります。蔡さんは、いつも良い心を持ち、善いことを行っています。それはまさに人間菩薩の模範であります。蔡さんのいのちは決して止むことはないでしょう。生命は開拓すればするほど、寛（ひろ）くなります。それはちよつと蔡さんの名前と同じですね。人生を伸びやかに



■ 一百七歳の蔡寛さん（中）のお祝いはボランティア仲間と。写真／鄭春金

送れば、そこに価値が生まれます。私もまた蔡さんに、何回生まれかわってもお互いに支え合い、学びあい、師弟の情を通して行きましよう、約束をいたしました。

淨心



2025年08月10日発行 191号

発行人：釋證嚴

発行所：台灣佛教慈濟慈善事業基金會 日本分會

編集メンバー：

許麗香 張秀民 陳靜慧 王秀寧
陳詩萍 小野雅子 黃韻璇 王姿文
簡毓嫻 莊雅婷 許力云 滝吉道信
池田浩一 慈涓

《上記以外のご協力の方にも感謝致します》

住所：〒169-0072
東京都新宿区大久保1-2-16

電話：03-3203-5651

FAX：03-3203-5674

E-MAIL：tzuchi@tzuchi.jp

郵便口座：00190-4-753352

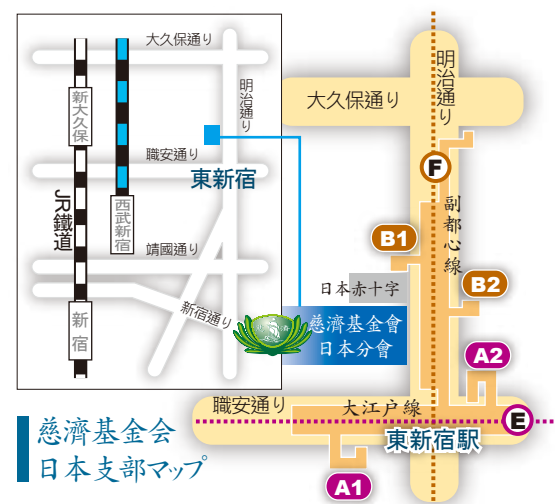
口座名義：仏教慈濟基金會
ブッキョウジサイキキンカイ

時間：毎日9:00-17:00

HP：https://tzuchi.jp/home/（日本）

HP：http://www.tzuchi.org.tw（台湾）

いつも「日本慈濟世界」にご支援頂きありがとうございます。
これからもご協力下さいますよう、
宜しくお願い致します。



【日本慈濟世界】
ホームページ

CONTENTS



表紙写真：

今年の夏、慈濟大学情報管理学科の学生3名が「学海計画」により選ばれ、2025年6月30日から8月8日まで慈濟日本分會で6週間のインターンシップを行いました。専門スキルの習得だけではなく、生活の支援が求められる方と交流し、奉仕と寄り添いの中で、尊厳と温もりを実感しました。

2025.07.07 代々木公園での炊き出し
写真 / 慈涓

上人開示（證嚴法師の教え）

01 好人好事要「做到底」！

釋證嚴

02 良い人は良いことをするのに「徹底してやります」！

金子昭

慈善關懷（慈善志業）

06 歸郷的守護——跨越國界的温情陪伴

林真子

19 望郷——国境を越えた温かい交わり

岩村益典

08 京都首辦兒童食堂

施燕芬 施燕雪

温情開幕共餐傳愛

陳靜慧

22 京都初の子ども食堂

温かな幕開け 食卓でつむぐ愛

吳俞輝

活動報導（イベント報告）

10 慈大學生海外實習人文體驗（一）

在日本看見尊嚴與溫暖

許力云

日程表

28 二〇二五年九、十月行事曆

王昆京

29 基礎縫紉班海報

莊雅婷

裏 人文教室二〇二五年秋季班招生海報

吳逸宣

志工身影（ボランティアプロフィール）

16 志工身影——劉美珠

從基隆漁港到日本菩薩道

李淑娟

13 慈大學生海外實習人文體驗（二）

愛的行動 心靈的成長

林弘翔

14 慈濟日本分會掃街活動 善念在街角綻放 魏國斌

26 慈濟日本支部の街角清掃活動

街角に咲く善き思い

岩村益典

訳

歸鄉的守護

撰文／林真子

跨越國界的溫情陪伴



■ 志工們為了提升病後的A先生(左)訓練體力，鼓勵陪伴他一起散步至分會。攝影／慈涓

近年在日華僑人數激增，根據官方統計，人數即將突破百萬。其中，有三成左右居住在以池袋、高田馬場、新大久保等為核心的都心區。二月，日本還是寒風刺骨的季节，因為遇到慈濟，兩個漂泊的生命，有了新的轉折，灰暗生活悄悄出現了陽光。

在

人生的旅途中，有些人因為追夢踏上遠方，卻在異鄉漂泊多年後，才發現心底最深的渴望是回家。而當生命走到脆弱無助的時刻，志工伸出一雙溫暖的手，陪伴他走向回家的路。

為了尋夢 淪落天涯——A先生

二十多年前，一位年輕人懷抱著對未來的憧憬，離開故鄉，輾轉在數個國家工作謀生。最後他落腳在日本，卻因護照過期而失去合法居留資格，從此隱身於社會的邊緣非法打工。

他所賺的錢都是跟「柏青哥」一起過日子。沒想到還把身體弄壞，又沒有身分證明，無

法正規就醫，也難以找到安穩的住所。這樣的生活，一晃就是二十年。

直到最近，病痛讓他再也無法繼續打工維生，病弱的他，被善心老闆送醫，因沒有合法居留證明，出院後被送至入國管理局，面臨遣返的處境。就在這人生最艱難的時刻，他遇見了慈濟志工。接到入國管理局的電話後，志工們立刻前往入管探望，見他全身虛弱無法站立，立刻為他尋找臨時住處。

身體虛弱 日送三餐

由於他的病情嚴重，連寶特瓶的蓋子都開不了，身體極為虛弱，需要長期治療與休養，志

工們每天親自送三餐將近三個月，也幫忙清理生活環境，甚至還當他的理髮師，協助整理他的儀容。哪怕是風再強雨再大，淋了滿身溼答答都要去，只因為擔心他會餓肚子。

等他漸漸恢復元氣，志工鼓勵並陪伴他學習走路到日本分會，平常送飯時志工走路單程約二十分，但是他要走上將近九十分鐘，志工耐心陪他走走停停，希望可以讓他恢復元氣。對這位在異鄉孤身二十多年的男子來說，慈濟的關懷就像是久違的家人，他說，沒有人對他這麼好過，第一次感受到有人關心，原來這個世界仍有人願意無條件地給予愛跟溫暖。



■ 愛心便當，來自志工們的滿滿祝福。攝影／林真子

病倒他鄉 只盼回臺——B女士

在七月中旬東京都豐島區，一位來日已經二十五年的B女士，長年在餐飲業辛苦打拼，直到兩年前罹患巴金森症與其他難治疾病，身體健康每況愈下，她的行動變得緩慢無法自由行動，決定回臺灣與家人共聚。

然而，回家的路，充滿不確定的因素。社會福祉課的人擔心她的機票是否真的訂好？臺灣的家人是否會來接機？是否有人能安全送她回到臺灣？任何一個環節出錯，都可能讓她在日本陷入無家可歸的困境。

社會福祉課聯繫慈濟前往B女士住處協助幫忙確認，志工探望時，只見四帖半的小屋內雜亂不堪，牆面因年久失修發黃斑駁，令志工心中唏噓與不忍。福祉課跟志工反覆確認每一個細節。這一談，就是四個小時，直到確定一切安排無誤，大家才放

下心中的疑慮，安心為她準備回家的行囊。

再看一眼 餘生有愛

八月三日清晨，志工們再次上門，幫她搬運行李，一路陪伴前往機場。辦妥手續後，推著輪椅帶她在航廈內逛逛。



■ 即將前往機場踏上返鄉之路，志工協助B女士再次確認所需證件是否帶齊。攝影／林真子

志工心中都明白，她這次回家也許就沒有機會再踏上這片土地，在她眼前走過的一切恍如走馬燈，這一幕幕的景象，希望是溫暖的、愛的回憶，讓她帶著這份愛度過餘生。

無論是多年漂泊、終於得到關懷的男子A先生，還是病重返鄉的B女士，在人生最後一段旅程中，有慈濟志工的相伴與守護。這份陪伴，將回家的路變成一次溫暖而有尊嚴的歸鄉路。



京都首辦兒童食堂

溫情開幕共餐傳愛

撰文／施燕芬・施燕雪・陳靜慧

二〇二五年八月二日，慈濟在京都北區青少年活動中心首次試辦兒童食堂，這也是關西地區志工第一次以兒童食堂模式對外發放。當日天氣炎熱，來自關西各地的二十多位志工一早便抵達會場準備，期待為社區帶來一個適合跨世代交流的共餐空間。



■ 等待領取3份午餐的媽媽與小孩，志工邀約抽語卡，開心與志工互動。攝影／通圓法師

十 點多志工集合在料理室，進行相見歡與工作分組後，各自進入準備工作。

靜思語卡的細緻與用心

這次發放除了歡迎小、中、高生與家長，也歡迎大學生與對世代交流有興趣的居民一同參與。適逢暑假，活動同時肩負育兒支援與社區交流的任務。志工精心準備的午餐是素食什錦飯。

除了餐食，現場還設置了兩個互動攤位：一個為「抽靜思語說好話」；另一個為「奉茶志工體驗」，參與者只要為兩位以上賓客奉上一杯靜思烏龍茶，即能獲得小禮物，藉此鼓勵年輕人主動與人交流並學習服務。

為使靜思語適合不同年齡

層，志工將卡片分為三組：幼稚園至小學低年級、小學高年級，以及國中、高中與成人組，每組十句，正面印有中文與日文拼音，背面為日文譯文，並搭配圖卡。

餐後志工邀請大家互動，抽取一句靜思語，許多人興致盎然。參與者先讀出日文，再與志工合念中文，唸一句好話是既有趣又具挑戰性的體驗，最後還可以將卡片珍藏帶回。

餐桌上的故事與互動

一位媽媽登記領三個孩子午餐，帶著小學的女兒前來。等待時志工邀約抽語卡，你教我日文，我教你中文，開心與志工互

動。現場也有不同年齡的會眾，

其中一位中年女士行走略顯吃力，卻有很好的食慾。她吃完第一盤又續了一盤，還說：「雖然沒有魚肉，但是感覺很好吃。」活動結束時，她依依不捨地離開，眼中帶著感謝。

另一桌的年輕男孩與同桌女孩原本互不相識、略顯害羞，但在志工邀請下願意為長者奉茶，透過簡單的奉茶行動與問候，彼此的距離瞬間拉近，也讓長者感受到被尊重與關懷。

有一位長者抽取靜思語時，抽到「信心、毅力、勇氣三者缺一不可」，她驚訝地說正合其心；再抽到「不計較別人怎麼對我，只求自己怎麼做得對」時，她更認為兩句相互呼應，並表示會將之深藏於心，作為面對人生的提醒。

社會連結與文化交流

京都府社會福祉協議會負責兒童食堂支援的原伸子女士特

別到場關懷，她並邀請任職於社會福祉法人，擔任介護福祉管理人員的好友宮西裕子女士一同前來見學。兩位來賓雖說是「來學習」，卻在現場溫馨陪伴整日，與志工寒暄、觀察動線並給予建議。北青少年活動中心所長國府女士亦多次前來加油，讓志工感受到鼓勵與支持。

原伸子女士表示京都府登錄的兒童食堂約一百家，疫情後仍有七、八成持續運作，型態不一，規模大小也各不相同，有的是針對真的吃不飽、需要攝取更多營養的孩子們；也有的是為了減少「一個人吃飯（孤食）」的情況，讓大家一起吃飯，累積經驗與交流的地方，吸引了社區各世代的居民參與。

現在物價高漲，營運的確很困難，但各地的食堂都很努力地想辦法，讓它能紮根於在地。最後還說，看到志工們笑容滿面地接待，感受到大家的活力，深受感動。

在交流中，宮西女士回憶

六年前旅遊台灣時遭遇花蓮地震，當地人的關懷與幫助讓她得以平安回國，至今仍念念不忘；原女士也談到多次赴臺的經驗，感受臺灣人情與美食的親切。

京都知恩院的通圓法師亦到場陪伴，讚歎大家的準備工作井然有序，非常有默契。看到來了很多年輕人，法師表示：「他們接觸到了這樣的異文化，然後認識到有這樣的志工團隊，而且全世界性的，可以讓他們學習到要向好的方向前進。」同時也肯定靜思語卡或者是奉茶，「這對年輕人來說都是非常好的教育！」

活動在溫馨與歡笑中落幕。這次試辦是一次實作與學習的機會，從策劃到執行將近兩個月的準備，雖然過程不免緊張，但看到不同年齡層的人受惠並留下笑容，



■ 在京都青少年活動中心志工貼上今日首次試辦的「兒童食堂」海報。攝影／王孟專

便是最大的回饋。

志工之間互相學習現場協調與陪伴的技巧，希望將經驗轉化為下一次更完善的流程。其中，靜思語的分享意義深遠，不僅把證嚴上人的智慧法語傳遞給更多人，也透過互動啟發正念、善念與信心，讓參與者獲得一盞照亮人生道路的明燈。

雖只是首次試辦，但這場活動已為關西慈濟志工與當地社區鋪下溫暖的橋樑，期待未來繼續開花結果。



慈大學生海外實習人文體驗（一）

在日本看見 尊嚴與溫暖



撰文／許立云

攝影／慈涓



■ 慈大實習生把握因緣，參與代代木皆有熱食發放活動，跟街友一起虔誠祈禱。

慈大三位學生透過教育部「學海計畫」，踏上日本的土地展開海外實習。除了專業技能的磨練，更重要的是，走入人群、走進街角，與日本的街友、弱勢族群相遇——在付出與陪伴中，看見尊嚴與溫暖。

今年夏天，慈濟大學資管系

吳逸宣、林弘翔與許力云三位同學，積極向系上提出申請，並在經過遴選後，有幸獲選，於二〇二五年六月三十日至八月八日前來慈濟日本分會，展開為期六週的實習。

在實習的這段時間，我們

期許自己不僅能夠精進多媒體相關技能，更希望透過日常生活的體驗與觀察，拓展國際視野與人文關懷的深度。實習期間恰逢代代木熱食發放與大愛食堂等志工活動，我們有幸與當地師姑師伯一同參與，實地關懷街友與弱勢族群，體會慈濟精神在異地的實踐與感動。

打破刻板印象的一刹那

參與代代木公園的熱食發放活動，是人生中第一次近距離接觸日本的街友。過去在花蓮，對街友的印象多半來自街頭的驚鴻一瞥——衣衫襤褸、形象邋遢，給人一種與社會格格不入的距離感。然而，在日本，所看見的卻是完全不同的光景。

當天抵達代代木公園時，眼前的畫面令人深感震撼。儘管這些街友也處於生活困境之中，但他們大多衣著整潔、舉止有禮，若不特別留意，幾乎難以從外表辨識出他們的身分。

這樣的反差打破了我們對「街友」的刻板印象，也讓我

們開始重新思考，是否過去對弱勢群體的理解過於片面與簡化。

互助中的尊嚴

更讓人感動的是，他們對援助的態度並非只是被動接受，反而展現出極大的熱忱與責任感。許多街友主動參與物資搬運與場地布置，積極投入每一項工作。即使他們也正在等待一頓熱食，卻仍然選擇付出行動，以實際行動回應志工們的善意。

他們不怨天尤人，不袖手旁觀，而是以互助的方式，體現出生活中的堅毅與溫暖。這樣的精神，深深觸動了我們，也讓我們明白：尊嚴與善良，從不因貧窮或困境而消失。

除了代代木的經驗，我們也參與了「大愛食堂」的志工服務，這是另一個深入了解日本弱勢族群的機會。在這裡，我們接觸到來自不同背景的人，即便身



■ 1. 慈大資管系同學，一到分會馬上參與日本雙月刊的編輯，認真敬業的態度令人讚嘆。

■ 2. 慈大同學把握因緣參與大愛食堂便當發放，與預約便當的入江女士以英語相談勝歡。

食堂裡的笑容與心意

其中，有一位令人印象深刻的入江女士，一進門來，面對我們三位素未謀面的學生，便露

處逆境，他們的言談舉止中依然流露出對生活的熱情與堅韌，積極向上的態度讓我們深受感動。

出親切的的笑容與我們打招呼，讓我們頓時感覺如老朋友般自在。

溫暖的氣場悄悄影響著我們的情緒，也讓我們不自覺地被她的歡笑所感染，自然地融入了她所營造的輕鬆氛圍中。知道我們來自臺灣後，主動地以英文與我們交流，即使我們的英語並不

流利，她仍耐心傾聽、慢慢對話，努力與我們建立起溝通的橋樑。

活動結束時，她送給我們薄荷與鹽巴，細心地告訴我們：「泡水後可以消暑喔。」之後更熱誠地拿來非常有名的「孀孀高麗菜」與我們分享，並表示生



■ 透過街友熱食發放，同學們學到了「手心向下」省悟人生無常。

這次參與代代木公園的熱食發放活動，對我來說是一次非常有意義的體驗。這是我第一次參加這樣的活動，親眼看到街友們臉上的笑容，讓我深刻感受到付出的價值與溫暖。

愛的行動 心靈的成長

撰文／林弘翔 攝影／慈涓

慈大學生海外實習人文體驗（二）

吃、沾鹽巴、撒檸檬汁都是別有一番風味的吃法，這些看似平凡的舉動，卻讓我深深感受到人與人之間的溫情。

一握之間 跨越語言的牆

另一位會說流利英語的川上先生，也讓我們印象深刻。由於我們不擅長口語，能用英文溝通對我們來說格外珍貴。

我們努力用英文做自我介紹時，雖然詞不達意、語句有些磕絆，但他始終耐心聆聽，眼神裡沒有一絲不耐。當我們終於說完時，他沒有急著回應，反而微笑著主動伸出雙手與我握手。那一刻，彷彿聽見語言的牆垮了下來。這個簡單卻真誠的舉動，就像一束陽光，穿透我們心中的緊張與不安，不只是拉近了距離，更讓我們感受到一份不需言語的尊重與溫暖。

炎熱的天氣下，川上先生頂

著大太陽並騎著腳踏車來領取便當，額頭上不停地冒著汗，讓川上先生有點不適，細心的逸宣同學看到後馬上拿出寶礦力請他喝，希望他能夠消暑解渴。

將感動化為行動

這兩次志工經驗，讓我們深刻體會到不同文化中街友處境的異同，也學會以更開放、包容的心去理解他人。在協助他人的過程中，我們不僅是付出者，更是收穫者——收穫了人性中的善良、溫暖與尊重，也重新檢視了自己對社會與弱勢群體的認知。

未來，希望能持續參與這類服務，將這份感動轉化為更多實際行動，為需要的人們帶來一份溫暖，也讓自己不斷學習與成長。



■ 1. 慈大同學用一份真誠的祝福、滿滿的愛心，完成每一份色香味俱全的便當。

■ 2. 傍晚暑氣仍未退散，三十多度的高溫中，慈大同學將一杯清涼的寶礦力，誠心遞給前來領取便當的有緣人。在熱浪裡，善念化作甘泉，沁入人心。

有些街友在我們剛抵達時，主動前來協助搬運器材，讓我感受到他們的善意與互助精神。而在發放過程中，他們也秩序井然地排隊，這一幕令我印象非常深刻。

為這樣的人，為他人帶來一點希望與溫暖。

透過這次活動，我學會了「手心向下」的精神，當我們有能力時，就應該伸出援手，幫助那些處於困境中的人。志工們彼此合作無間，齊心協力地完成每一個步驟，讓整場活動順利圓滿，這份團隊的力量也讓我非常感動。

同理心 裝滿愛

此外，這次經驗也讓我更加理解人生的無常。沒有人願意成為街友，背後往往是無奈與現實的壓力。我們更應該以同理心與尊重的態度來對待他們。在人生低谷時，若能遇到願意幫助我們的貴人，那將是一盞照亮前路

的明燈。我希望自己未來也能成為更多人。這份工作不僅讓我學會了如何更有效率地合作與分工，也讓我更加珍惜自己所擁有的一切。最重要的是，我意識到社會上仍然有許多人需要幫助，而我也可以成為那份溫暖的傳遞者。這次的大愛食堂經驗，不只是一次志工服務，更是一場心靈的洗滌與成長。我很感謝有機會參與其中，未來也希望能夠持續投入這類有意義的服務活動，將愛與關懷傳遞給更多人。

慈濟日本分會掃街活動

善念在街角綻放

撰文・攝影／魏國斌



在東京新宿的一隅，每個月的第一個星期日的早晨，街道上總能看到一群人，手持夾子與垃圾袋，彎下身子細細搜尋地面的菸蒂、紙屑與環保資源。他們的身份各不相同——有慈濟志工、學生、街友與親子，不同的腳步、不同的日子，因著同一個心願，交織起一幅福溫馨畫面。

慈濟日本分會周邊街道的撿除垃圾、清掃活動，因新冠疫情影響，停止了近三年。二〇二三年八月份再開，持續至今。街區清掃，公園清掃是慈濟環保理念的實踐。去除污棄垃圾，清潔街道，和諧社區，淨化人心。在看似簡單的事情中，來自不同地方群體的人展現了可貴的奉獻心意、願力。在緣起共事中，灑下利行種子，合協良善的人生方向。

上週交流時，他告訴志工說，在別的地方撿到一個錢包，看到包內有五萬日元現金等，想到丟失者一定很着急，就馬上送到交番（警察所）。

不缺席的街友先生 小手牽大手的環保課

街友田中先生（化名），是每月一次街區衛生清掃的積極參

遇有在日本分會學中文的小學生，偶遇放假時，還有到分會的家長和學生。就邀請家長和小學生一起來參加掃街活動。小孩子用心清掃，認真揀垃圾，家



■ 中文班的家長也藉此機會教育孩子，一起參與環境清掃，成為小小志工。

長在旁邊揀邊教，默契配合，這樣的親子交融，環保愛心的實地教育，也是難得。在街區的清掃中，多次遇上路過的人們送來誠摯鼓勵的言語「ご苦労様です。」（辛苦您了）

善意交會

跨越種族與國界

日本分會各屆慈濟新芽獎學金學生們，也都來參加慈濟的掃街和街友發放、街訪活動。在進入社會之前，透過共同參與志工活動，學生們從點滴小事中了解慈濟志業，了解社會現實。在這裡播撒的環保愛心和奉獻付出的種子，潛移默化中開闢了學生們的胸襟，淨化了心地。每次獎學生的畢業感言中，都有類似的心聲表達。

此外，有時臺灣、馬來西亞等海外慈青學生參訪日本，來到代々木公園參加清掃活動時，日本街友們總是樂於配合，早早



來公園集合和迎接學生們，共同清掃公園，交流互動。多年來慈濟的慈善活動、環保清掃活動，既是自身覺悟的實踐實修，也是跨國交流的心的橋樑。

不論來自何處，是長是幼，在願意參與付出的那一刻都是心靈的富裕者，都是值得讚美和感恩！慈濟路上，衆行致遠。點滴匯流，終成大海！

- 1. 新芽助學生也是街道清潔的守護者。
- 2. 不分年齡、不論來自何方，人人都樂於攜手，守護著我們共同的地球。



劉美珠——

從基隆漁港到

日本菩薩道

■ 撰文／李淑娟



■ 即使工作忙碌，但為了幫助人，劉美珠(左2)義不容辭地請假，上街頭為海地賑災募心募愛。
攝影／劉怡君

從基隆漁港到日本菩薩道，一個平凡卻不凡的生命故事。劉美珠於二〇一二年受證慈濟委員，法號慮惜。從童年的風浪，到異鄉的迷失，最終在慈濟的指引下，找到了生命的方向，將半生波折化為菩薩道上的光芒，以一顆柔軟的心，實踐著大愛無私的助人精神。

她於一九四九年出生在基隆市一個漁港旁。父親以捕魚為生，還兼營從萬里載砂到基隆販售給營造廠。父親勤勞正直，在基隆和萬里一帶都很有名氣，只要在基隆廟口問起「進壽先生」，幾乎人人都認得他。他為人善良厚道，只要有人需要幫助，總是義不容辭，這也意味著他將重心更多放在了外面，而沒有太多時間顧及家裡。

港都童年 風浪中成長

劉美珠家中有罹患氣喘的母親和兩個年幼的弟弟。身為長女，從小就肩負起沉重的家務。八歲起，每天清晨四點就得起床，跟著父親出海捕魚。捕魚回來後，還要為家人煮稀飯。長時間

間的勞累，讓她在上課時總是提不起精神，加上本來就不愛唸書，在國小二到四年級時常常逃學，跑到南榮國小後山的大公廟，在那裡躺著曬太陽、看風景，甚至睡覺，直到下課時間才回家。

儘管父母對此並不知情，老師也時常幫她補習，但到了五年級，功課已完全跟不上，最終就不敢再去上學，也就未能國小畢業。為了減輕母親的負擔，小小年紀的她到親戚的工廠上班，開始賺取微薄的薪水。

生命的早期，考驗接踵而至。十六歲那年，父親因盲腸炎住進小醫院，卻因擔保金問題輾轉到了大醫院動手術。手術後第六天，醫生診斷為破傷

風，然而父親卻血流不止而往生。父親的驟逝為這個家庭蒙上了一層陰影，但由於家境困苦，家人們沒有太多時間陷入悲傷。

母親在父親往生後，為了生計，必須幫人煮飯。然而，母親原本就有氣喘病，加上過度勞累和身體虛弱，不幸地在父親往生五年後，美珠二十一歲時，母親也往生了。父母的相繼離世，讓美珠從年輕時就承受了家庭的重擔。

異鄉媳婦 繁華與迷失

為了謀生，美珠經朋友介紹到飯店擔任房務員。透過辛勤工作，終於累積了一筆存款。在三十四歲那年，與朋友合夥開了一家臺式餐廳，但美珠仍繼續在飯店工作。直到三十五歲，經由朋友的舅媽介紹，與一位日本男士相親並步入婚姻，婚後不久便懷孕了。當時美珠仍在臺灣和日本兩地奔波，經營著餐廳。由於婆婆希望她能專心留在日本照顧

家庭，於是美珠便將餐廳股份賣出，專心在日本生活。婚後育有一兒一女，家庭生活一度美滿幸福。

然而，當先生忙於工作，美珠整天待在家裡感到無聊時，開始沉迷於逛百貨公司。在兒子九個月大時，臺灣的朋友來日本觀光，帶她去了新宿歌舞伎町。原本生活單調乏味的她，很快迷戀上夜光十色的繁華，於是便開始帶著小孩，和朋友到處遊玩，廣交朋友。最終還迷戀上打麻將，還租房子讓朋友打麻將抽成，朋友輸錢借錢，惡性循環，結果被欠一大推債務。

因為天性海派且不懂得拒絕，美珠到處幫人背書作保，導致負債高達幾十萬元。只要有人開口，便毫不猶豫地借錢給朋友，甚至連隔天孩子註冊的五十萬日幣，也因為朋友哭訴沒錢繳房租而外借出去。諸如此類的事件不勝枚舉，最終陷入了債臺高築的困境。

為了還債，美珠不得不出

去工作，不論是洗廁所還是餐廳洗碗，只要能賺錢就做。然而，這樣並沒能還清債務，她仍舊只要有人開口便出手幫忙，最後深陷困境並悔恨不已，而領悟到這是「慈悲沒智慧」所致。即便如此，美珠也從未讓先生替她還債：先生常說她「沒腦袋」，卻仍舊包容，讓她上夜班，甚至晚上常和朋友唱歌到三更半夜不回家，先生也未曾多說。

慈濟因緣 如一盞明燈

和慈濟的因緣始於朱月嬌師姊帶她到三軒茶屋的慈濟開始，當時只拿刊物就離開，偶而帶朋友去捐款。

二〇〇七年因為在陳秀專師姊開的餐廳當吧檯，常



■ 素麵線是她拿手料理，在義賣會場深受惠眾喜愛。攝影／陳文斯

常邀請她當志工，甚至鼓勵她培訓委員，不知是因緣未成熟，還是自己怕承擔，並沒有積極參與。

後來陳秀專受證了，美珠只想當個快樂志工，也因為有很多債務要還，必須工作，所以只有參加慈濟的山友會包飯糰，這樣持續到二〇〇九年。那時和同齡的新宿區組長劉月英講話投機，她和組員岸野惠鼓勵後，開始積極參加志工培訓，也因為師姊們邀約連續兩年回去尋根。



■ ボランティアが愛心弁当とオムツ用品を A さんに届ける。写真 / 林真子

望郷—— 国境を越えた温かい交わり

訳 / 岩村益典・文 / 林真子

人生の旅路において、夢を追って遠い地へと足を踏み出す人々がいますが、異郷の地で長年漂流した後になって初めて、心の奥底で最も強く望んでいたのは帰郷することだに気づくのです。そして人生が脆弱で無力な瞬間に差し加った時、ボランティアが温かい手を差し伸べ、その人を家路へと導きます。

夢を追って果てしなくすすむ
Aさん

二十年以上前、ある若者が未来への憧れを胸に故郷を離れ、数カ国を転々としながら働いて生計を立てていました。最終的に日本に落ち着きましたが、パスポート

近年、在日華僑の数が急増し、公式の統計によると、その数はまもなく百万人を突破する見込みだそうです。そのうち約三割が池袋、高田馬場、新大久保などを中心とする都心部に居住しています。二月、日本はまだ寒風が身に染みる季節ですが、慈濟との出会いにより、二つの漂流する命に新たな転機が訪れ、灰色の生活に静かに陽光が差し込みました。

の期限切れで合法的な在留資格を失い、それ以来社会の片隅で不法就労をしてきました。

彼が稼いだお金はすべて「パチンコ」と共に日々を過ごすために使われていました。しかし、体を壊してしまい、身分証明書もないため正規の医療を受けることができず、安定した住まいを見つけることも困難でした。そのような生活が、あつという間に二十年も続いたのです。

先ごろ、病の苦しみで彼はもう働き続けることができなくなりました。体も弱り親切な店主が彼を病院へ連れて行きました、しかし、合法的な在留証明が無いと

二〇〇九年幫個案打掃，發現個案有肌肉萎縮症，生活無法自理，長期臥病在床，大小便無法自理，導致家裡惡臭，而且接受社會保護生活已經十年了，看護中心從二〇〇八年接手後，也因太髒，看護人員不想接近，所以一直過著沒有尊嚴的生活。透過幫忙清理個案的家，讓環境整潔乾淨，美珠感受到自己內心好像被淨化了，心地若能淨化，去除這些雜念，外在環境的髒亂和污染就容易清除；但心靈的淨化卻十分不容易，讓她內心深處非常震撼。她感恩證嚴上人，讓她有見苦之福的機會。

承擔使命

菩薩道的磨練與成長

二〇一〇年，美珠參與了國際賑災募款活動「善念齊聚，送愛到海地」。儘管上班很忙，但為了幫助人，她義不容辭地請假，到新宿和大久保街頭募款。同年也參加了日本分會園遊會義

賣，負責販賣酸辣湯和麵線。

連續三年回臺灣參加「四合一幹訓營」，更加了解慈濟和精舍師父，每一位師父把工廠當道場，工作當修行，她深受上人和精舍師父們的刻苦克難感動，開始反思自己發願，要好好跟著上人行菩薩道。

二〇一二年，她受證慈濟委員，法號「慮惜」，終於了解原來自己多年債臺高築，都是前世造成的因，而今生要承擔的「慮惜」——「利息」，只有歡喜接受，更了解自己法號的意義。

二〇一四年因為分會舉辦素食比賽，並邀約了朋友和姪子首次參加比賽，沒有想到獲得優勝，沒想到參賽可以得獎，也和大家結了好緣。

得獎後對做素食更有信心，二〇一五年首次推出自己的油飯，因為第一次參加國際學校義賣，只準備八十份，沒想到一個小時迅速賣完，更增加日後參加義賣產品的信心，之後只要有分會活動一定出錢出力，推出產品

義賣。

從大活動的香積義賣、到志工培訓，她廣招朋友，出錢出力，廣結善緣。在香港中，「廚房即道場，鍋鏟即法器。」每一道料理，都是她供養菩薩的心意；每一次義賣，都是她結好緣的機會。她更關懷法親師兄姊，長期陪伴，送湯送藥送暖，展現深厚情誼。她在疫情期間推動針對香積菩薩的「品書會」，讓香積志工聞法增慧，深化慈濟信念。她發願如素，以身作則響

應上人呼籲，推動環保與護生理念。

她深信「培育菩提種子」是慈濟茁壯的根本。她用心照顧培訓志工的胃。這份承擔，是內心的願力。從港口的風浪走到菩薩道的光明，是一段充滿磨練與成長的旅程。走過童年的風浪與異鄉的迷失，劉美珠並未被命運打倒，反而在人生的低谷中，逐漸尋得方向。慈濟的因緣像一盞微光，在她心中點亮了希望，也照見了她內在深藏的慈悲種子。



■ 志工劉美珠(右)歡喜製做大愛食堂便當，在每一道料理中，用美味傳遞善念與溫暖。攝影 / 慈濟



■ 1. 慈済が借りたAさんへの仮住宅を返却のため清掃をするボランティア。写真 / 呉恵珍

■ 2. ボランティア達は毎日心を込めてアイシン弁当を調理した。写真 / 呉恵珍

■ 3. Aさんの愛新弁心弁当。写真 / 呉恵珍



め、退院後入国管理局に送られ、強制送還されることになりました。

人生で最も困難なこの時期に、彼は慈済のボランティアと出会いました。入国管理局からの電話を受け、ボランティアたちはすぐに入管へ見舞いに行き、全身衰弱して立つこともできない彼を見て、すぐに一時的な住まいを探しました。

体力の衰え 食事の差し入れ

彼の病状は深刻で、ペットボトルの蓋さえ開けられないほど体が極めて弱っていたため、長期の治療と休養が必要でした。ボランティアたちは毎日三か月ほど三食の食事を届けました。また生活環境の清掃を手伝い、さらには彼の理髪師となって身だしなみを整えるのも手伝いました。ボランティアは、彼がお腹を空かせているのではないかと、自分を待たせているので

はないかと考え、風がどんなに強く雨がどんなに激しくても、全身びしょ濡れになっても彼を訪ねました。

次第に彼が元気を回復しました。ボランティアたちは彼を励まし、日本支部まで歩く練習に付き添いました。普段、ボランティアが食事を届ける際の徒歩での片道は約二十分ですが、彼には九十分近くかかりました。ボランティアは、忍耐強く彼の歩みに合わせ、時には休んで彼が元気を取り戻すのを待て歩きしました。

異国の地で二十年以上も孤独に過ごしてきた彼にとって、慈済の思いやりは、久しく会っていない家族のようでした。これまで自分にこれほど親切にしてくれた者はなく、初めて誰かに心配してもらえたと感じました。この世界にはまだ無条件に愛と温かさを与えてくれる人がいるのだと気づいたそうです。

異国で倒れ 台湾への帰郷を願う B女史

七月中旬の東京都豊島区で、来日して二十五年になるB女史と会いました。長年飲食業で懸命に働いてきましたが、二年前、パーキンソン病やその他の難病を患い、健康状態が悪化、動きも緩慢になり自由に動けなくなり、台湾へ帰って家族と過ごすことと決意しました。

しかし、帰郷にはいくつかの懸念がありました。社会福祉課の方から航空券が本当に予約されているのか、台湾の家族が空港まで迎えに来るのか、彼女を安全に台湾まで送る人がいるのか等々を心配していました。これに手違いがあったら、彼女は日本で行き場を失つかもしれなかったのです。

社会福祉課は、慈済に連絡しB女史の住まいを訪ね確認するよう依頼しました。ボランティアが

訪問した際、四畳半の小さな部屋はものが散らかり、壁は年月の経過で黄ばみ斑点ができており、ボランティアは嘆息し心に痛みを感じました。社会福祉課とボランティアは、すべての段取りを繰り返し繰り返し確認した話し合いは四時間に及び、ようやくすべての手配に問題がないことが確認され、安心して彼女の帰国の準備が整いました。

最後の一瞥 残りの人生に愛を

八月三日の早朝、ボランティアたちは再び彼女の家を訪れ、荷物の運搬を手伝い、空港まで付き添いました。手続きを済ませた後、車椅子を押して彼女とターミナル内を散策しました。

ボランティアたちは皆、彼女がこの帰国で二度と日本の地を踏むことは無いかも知れないとわかっていました。彼女の目の前を通り過ぎるすべてのものが走馬灯のよう



■ Bさん手続きが完了しようやく空港へ見送りに行くことができた。写真 / 黄麗霖

の旅程で慈済ボランティアの寄り添いと守りに出会いました。この出会いと寄り添いが帰郷の道を温かく尊厳ある旅路へと変えたのです。



京都初の子ども食堂

温かな幕開け
食卓でつむぐ愛

訳／呉歆輝
文／施燕芬・施燕雪・陳靜慧

二〇二五年八月二日、慈濟は京都市北区の青少年活動センターで初めて、子ども食堂を試験的に開催しました。これは、関西地域のボランティアにとって、子ども食堂という形式で初めての対外支援となります。



■ 京都で初めて開催された子ども食堂では、ボランティアが心を込めて精進五目ご飯を準備しました。会場では、多様な質問に対して、一人ひとりが真摯に対応していました。
写真／王孟專

当日は暑さが厳しいなか地域に、世代を超えた交流の場を提供する共食スペースをつくるために、関西各地から二十人以上のボランティアが朝早くから会場に集結しました。午前十時過ぎ、ボランティアたちは調理室に集合し、それぞれ初対面の挨拶を交わした後、役割分担を行い、準備に取りかかりました。

心遣いを込めた静思語カード

今回の配付活動では、小学生、中学生、高校生とその保護者だけでなく、大学生や世代間交流に関心のある地域住民の参加も歓迎されました。ちょうど夏休みの時期にあたるため、こ

の活動には子育て支援と地域交流の役割も込められていました。ボランティアが心を込めて用意した昼食は、精進五目ご飯でした。

食事のほか、会場にはふたつの体験ブースが設けられました。ひとつは「静思語くじで良い言葉を引こう」、もうひとつは「お茶ふるまいボランティア体験」でした。参加者が二人以上のお客様に静思烏龍茶をふるまえば、小さなプレゼントがもらえるというもので、若い世代の積極的な交流と奉仕の心を育むことを目的としています。

静思語をあらゆる年齢層に届

けられるよう、カードは三つのグループに分けられました。幼稚園から小学校低学年向け、小学校高学年向け、中学生・高校生・大人向けの三組で、それぞれ十句ずつ用意されました。おもて面には中国語と日本語のふりがなが記載され、うら面には日本語訳とイラストが添えられています。

もの昼食を申し込み、小学生の娘さんと一緒に来場しました。待ち時間にボランティアが静思語カードくじを勧めると、「あなだが日本語を教えて、私が中国語を教えるね」と楽しそうにやり取りしながら、笑顔で交流を楽しんでいました。

食後、ボランティアは参加者に声をかけ、静思語のくじ引きに誘いました。多くの方が興味津々で参加し、まずは日本語で読み上げ、その後ボランティアと一緒に中国語で唱和しました。「よい言葉を声に出す」この体験は、楽しさと少しの挑戦が交差する特別な時間となり、最後にはカードを記念としてプレゼントしました。

会場にはさまざまな年代の

参加者がいました。その中の一入、ミドルエイジの女性は歩行に少し不自由があるようでしたが、食欲はとても旺盛で、一皿目を平らげたあとにおかわりもされ、「魚や肉がなくても、とてもおいしく感じました」と話されていました。活動の終了時には、別れを惜しみながら感謝の気持ちを目に浮かべて帰っていかれました。

食卓に広がる物語とふれあい
あるお母さんは三人の子ど

別のテーブルでは、若い男の子と女の子が、初対面で少し恥ずかしそうにしていました。が、ボランティアの声かけで高

齢者にお茶をふるまう体験に参加しました。お茶を手渡し、挨拶を交わすという小さな行動を通して、ふたりの距離は一気に縮まり、高齢者にも「大切にされている」と感じてもらえるひとときとなりました。

また、ある高齢の女性が静思語を引いたところ、「信心・努力・勇気の三つは、どれも欠けてはならない」という言葉を手にし、「まさに今の自分にぴったりの言葉です」と驚いていました。さらにもう一枚引いたところ、「人が自分にどう接するかを気にせず、自分がどうあるべきかを求める」という言葉にも深く共感し、「このふたつの言葉は響き合っていますね。心にしっかり留めて、



■ 京都初子ども食堂の試験的開催のポスターを貼るボランティア。
写真／王孟專

これからの人生の指針にします」と語ってくださいました。

社会とのつながりと文化交流

この日、京都府社会福祉協議会で子ども食堂の支援を担当している原伸子さんが、特別に訪問くださいました。原さんは、社会福祉法人で介護福祉管理者として働く友人の宮西裕子さんも誘い、共に見学に来られました。お二人とも「学びに来まし

■ 京都府社会福祉協議会子ども食堂の担当している原伸子さん（左）は京都の子ども食堂の課題を語り、その上で慈済ボランティアの活動に対して感動してくれました。写真／通圖法師



ながっているようです。

「現在は物価の高騰もあり、運営は本当に大変です」と原さんは話しますが、それでも各地の子ども食堂は、活動を地域に根づかせようと工夫を凝らしながら努力し続けているとのこと。最後に、「ボランティアの皆さんが笑顔で来場者を迎える姿に、元氣と活力を感じ、深く感動しました」と語ってくださいました。

交流の中で、宮西裕子さんは六年前に台湾を旅行中、花蓮地震に遭遇した際の出来事を語ってくださいました。現地の人々の温かな支援と助けにより、無事に帰国できたことは、今でも忘れられない思い出です。原さんも、これまでに何度も台湾を訪れた経験について触れ、人々の親しみやすさと美味しい食べ物に強い印象を受けたと語ってくださいました。



- 1. ボランティアが子ども食堂で五目あんかけご飯を料理しました。写真／葉文楷
- 2. 料理の整理券を作るボランティア。写真／葉文楷
- 3. 子ども食堂へ来た方へ味の確認をするボランティア。写真／通圖法師

この日、京都・知恩院の通

圖法師も会場に足を運びくださり、終始あたたかく寄り添ってくださいました。準備が整然と行われ、ボランティア同士の連携も見事だったと称賛され、「多くの若者が参加していて、異文化に触れ、このような国際的なボランティア団体があることを知ること、良い方向へと成長していける学びになるでしょう」と述べられ、静思語カードやお茶ふるまいの体験についても、「若い人たちにとって素晴らしい教育の機会です」と高く評価されました。

活動は、あたたかな空気と笑顔に包まれながら幕を閉じました。ボランティアにとって、今回の試みは実践と学びの貴重な機会となり、企画から実施まで約二か月にわたる準備は、緊張と挑戦の連続でしたが、さまざまな年代の参加者が笑顔で帰っていく姿に、大きな喜びと

「た」とおっしゃっていました。当日は温かい雰囲気の中で一日中ボランティアと寄り添い、交流を重ね、会場の動線を観察しながらアドバイスもしていただきました。また、北青少年活動センターの所長である國府さんも何度も顔を出し、応援の言葉をかけてくださったことで、ボランティアたちは大きな励ましと支えを感じました。

原さんによれば、京都府に登録されている子ども食堂は約百箇所あり、コロナ禍以降もセブ八割が活動を続けているそうです。食堂の形態や規模は多種多様で、本当に栄養が不足している子どもたちを対象にしているところもあれば、「一人で食べる（孤食）」という状況を減らすために、皆で一緒に食事をし、交流や経験を積める場を提供しているところもあります。こうした場所は、地域の幅広い世代の人々を惹きつけ、参加へとつ

やりがいを感じました。

ボランティア同士も現場での調整や寄り添い方を互いに学び合い、次回に向けてさらに円滑な運営につなげたいと考えています。中でも、静思語のシェアは非常に意義深く、證嚴上人の智慧の言葉を多くの人に伝えると同時に、交流を通じて正しい心・善なる思い・そして信念を育むきっかけとなりました。それは、人生の道を照らす一筋の光となるでしょう。

今回の活動は試験的な初開催ではありましたが、関西の慈済ボランティアと地域社会との間に、確かな絆と温かな橋を架けることができました。今後、さらに実りある活動へと発展していくことが期待されています。



慈濟日本分會の街角清掃活動

街角に咲く善き思い

訳／岩村益典 文・写真／魏国斌



毎月第一日曜日の朝、東京・新宿の路上ではいつも、トンゲとゴミ袋を持った人々が、腰をかがめてタバコの吸い殻や紙屑、環境資源を拾って片づけています。慈濟のボランティア、学生、ホームレス、親子などです。様々な人々が同じ願いを持って、温かい光景を作っています。



■ 毎月一日のボランティア活動の清掃には親子など様々な人々が参加します。

慈

濟日本分會が近隣の路上

で行っていたゴミ拾いや

清掃活動は、コロナ禍の影響で

三年近く中断されてしました

が、二〇二三年八月に再開され、

現在に至っています。街路や公

園の掃き掃除は、慈濟の環境保

護哲学の実践です。ゴミを取り

除くことで、街路がきれいにな

り、地域社会が調和し、人々の

心が浄化されます。一見単純な

作業に見えますが、さまざまな

地域社会から集まった人々は、

ともに作業する中で、善行の種

を蒔きました。

は、毎月、近隣の清掃活動に積

極的に参加しています。彼は雑

用をこなしたり、日本のさまざ

まな慈善団体から援助を受け

りして生計を立てています。ど

の日は慈濟日本分會の街頭清掃

の日であるかは、常に覚えてい

て、時には救済物資を受け取る

タイミングを逸してしまふこと

があっても、街頭清掃活動に参

加することを優先して、共に意

見を交換します。

先週の交流会では、「どこか

で財布を見つけた」とボラン

ティアに話し、財布の中に現金

五万円が入っているのを見て、

「財布をなくした人は、さぞか

し不安だろう…」と思い、すべ

に交番に持って行ったというこ

ミスターホームレス
小さな手が大きな手を助ける

ホームレスの田中（仮）さん

とです。

りすがりの人達から「ご苦労様です」と声をかけられます。

日本支部で中国語を勉強し

ている小学生に何人か会いま

したが、時々、休日になると

保護者や生徒が支部に来るこ

とがありました。私たちは、

その親子連れを道路掃除に招

待しました。このような親子

のふれあい、環境保護と愛の

現場教育はめったにない機会

です。

親善ミーティング

人種や国境を越えて

日本支部の慈濟奨学生も、

慈濟の街頭清掃、ホームレスへ

の配布、街頭訪問活動に来てい

ます。奨学生たちは入団前、一

緒にボランティア活動に参加す

る中で、慈濟の使命や社会の現

実を学びました。ここで時かれ

た環境への愛と献身の種は、無

意識のうちに生徒たちの心を広げ、浄化していきます。各賞受賞者の卒業スピーチにも、同様の思いが込められています。

動や環境清掃活動は、私たち自身の悟りの実践であるだけでなく、国を超えた交流の心の架け橋にもなっています。

また、台湾やマレーシアから

海外の慈濟大学生が来日し、

代々木公園の清掃活動に参加す

る際には、日本人の住民の方々

がいつも快く協力してくださ

り、早くから代々木公園に来て

学生を出迎え、一緒に公園を清

掃し、交流を深めています。長

年にわたり、慈濟による慈善活

どこの出身であろうと、若者

であろうと老人であろうと、喜

んで参加して与えようとする瞬

間、そのものの達の精神は豊か

であり、賞賛と感謝の価値がある

のです！慈濟の道では、多くの

の行動が偉大さにつながりま

す。しずくが一滴一滴が集まっ

て大海になるのです！



■ 1. 田中（仮）さんは毎月の清掃活動に積極的です。

■ 2. 中国語コースの親子で、参加の清掃活動は子供さんが積極的です。

招生

歡迎您加入我們的行列，
一同享受「做出世界上獨一無二的作品」的樂趣！

基礎縫紉班 第二期



✕ 上課地點
慈濟日本分會

✕ 詳細資訊
歡迎至分會詢問



 **新手入門班** (適合完全沒有縫紉機經驗者)
上課日期: 9/9、9/30、10/14、10/28、11/11、11/25
(皆為星期二，上課時間10:00~12:00)

 **基礎班** (適合已會使用縫紉機者)
上課日期: 9/2、9/16、10/07、10/21、11/04、11/18
(皆為星期二，上課時間10:00~12:00或13:00~15:00)

《日程表》

2025年

九月 September

◎東京23区 ◎関西地区

日	月	火	水	木	金	土
	1 代々木炊き出し配布 9:30集合	2	3 (読) 仏典系列 13:30-15:30	4	5	6
7 清掃活動 09:00-12:00 中国語子供クラス 10:00-12:00 中国語大人クラス 13:00-15:00	8	9 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	10 (読) 仏典系列 13:30-15:30	11	12	13 料理教室 (尼崎) 10:00-16:00
14 大阪西成区炊き出し・夜回り 14:00-18:30 料理教室 (枚方) 10:00-15:00	15 敬老の日 代々木炊き出し配布 9:30集合 (読経)《薬師経》 ※ 10:30-12:30 (読経)《薬師経》 ※ 10:30-12:30	16	17 (読) 仏典系列 13:30-15:30	18 法具の共修 10:00-12:00 写経 13:30-15:30 写経 (甲子園) 13:30-15:30	19	20
21 ボランティア研修 9:00-17:00 ボランティア研修 9:00-17:00 中国語子供クラス 10:00-12:00 中国語大人クラス 13:00-15:00	22 うらら障がい者昼食交流 会 10:00-13:00	23 秋分の日 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	24 (読) 仏典系列 13:30-15:30	25	26 (読経)《慈悲三昧水懺》 ※20:15-22:00	27 大阪西成区夜回り 16:30-17:30 (読経)《慈悲三昧水懺》 ※20:15-22:00
28 中国語子供クラス 10:00-12:00 中国語大人クラス 13:00-15:00 (読経)《慈悲三昧水懺》 ※20:15-22:00	29	30				

十月 October

◎東京23区 ◎関西地区

日	月	火	水	木	金	土
			1 (読) 仏典系列 13:30-15:30	2	3	4
5 清掃活動 09:00-12:00 料理教室 (京都) 10:00-16:00	6 代々木炊き出し配布 9:30集合	7	8 (読) 仏典系列 13:30-15:30	9	10	11
12 大阪西成区炊き出し・夜回り 14:00-18:30	13 スポーツの日	14 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	15 (読) 仏典系列 13:30-15:30 (読経)《薬師経》 ※ 10:30-12:30 (読経)《薬師経》 ※ 10:30-12:30	16 法具の共修 10:00-12:00 写経 13:30-15:30	17	18
19 ボランティア研修 9:00-17:00 ボランティア研修 9:00-17:00 中国語子供クラス 10:00-12:00 中国語大人クラス 13:00-15:00	20 代々木炊き出し配布 9:30集合	21	22 (読) 仏典系列 13:30-15:30	23 写経 (甲子園) 13:30-15:30	24 (読経)《地藏経》 ※ 20:15-22:00	25 大阪西成区夜回り 16:30-17:30 (読経)《地藏経》 ※ 20:15-22:00
26 中国語子供クラス 10:00-12:00 中国語大人クラス 13:00-15:00 料理教室 (枚方) 10:00-15:00 (読経)《地藏経》 ※ 20:15-22:00	27 うらら障がい者昼食交流 会 10:00-13:00	28 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	29 (読) 仏典系列 13:30-15:30	30	31	

※(読経)→下記ウェブサイトリンクより視聴ください。<https://connect.tzuchi.im/dharma/>
(読)→読書会

*上記表は予定が変更になる場合がありますので、参加する前に必ず事務局までお問い合わせ下さい。

慈濟日本分會人文教室

2025年秋季班招生



感恩 尊重 愛 的教育，從小種下善的種子，歡迎加入慈濟大家庭！



課堂一景

慈濟教育的理念

「教之以禮，育之以德」，慈濟教育志業的重點，在厚養禮儀與道德。慈濟日本分會提供兒童學習中文的機會，配合年齡和程度分班並加入【靜思語】教學等人文課程，提升良好的人格氣質。

★ 課程特色：台灣華語(繁體字、漢語拼音)、靜思語人文課程

★ 學 費：一期 12 回
¥ 20,000(附學習教材)

★ 報名對象：幼稚園中班(滿4歲)～中學一年級

上課日期

開學日 10.19

10.26
靜思語教學

11.9

11.16

11.30

12.7
家長參觀日
竹筒歲月
靜思語教學

12.14

2026 年

1.18

2.8
祈福感恩會
靜思語教學

2.15

3.8

3.15
年度發表會

◎報名方式:

*電話: 03-3203-5651

*親自洽詢:上課日親至日本分會
(歡迎親自前來參觀洽詢)

◎上課地點:慈濟日本分會

〒169-0072

東京都新宿区大久保1-2-16



慈濟日本分會