

日本慈濟世界

日本ツーチーセカイ

2025年12月10日出版

第193期

日本慈善報導



洪災發生後，雖然是不捨，不過也看到人們發揮了很強的動員力，全臺各地有很多人自動自發，不約而同搭車到光復鄉付出，其中不乏年輕志工，也有上了年紀的人。儘管湧入的人潮很踴躍，大家卻是井然有序，不喧嘩、不吵雜，下車時是靜默整齊地

許多人清掃了一整天，最後來到車站，還有人拿著刷子，蹲在地上為他們清洗雨靴。這群志工離開時，彼此真誠地互道「感恩」，這一聲聲感恩，彷彿也在替光復鄉發聲。若要形容這樣的人心，第一個字是「善」，第二個字是「真」，第三個字是「美」，唯有這三個字會合，才能形容志工們的行動，讓人看了很感動、

感恩前來付出的每一位志工菩薩，即使沒有來過的人，應該也從媒體的畫面中看到了，現場彼此服務，互相感恩，這樣的畫面很美。這一波行動展現出的合心之美，就是臺灣之美；而這一分愛的能量既溫和又溫暖，相信也會令每一個人記憶深刻。



看見臺灣「真、善、美」

人生無常的道理，大家都很清楚，然而一日遇到了，當下實在很難接受；體會到無常的瞬間，真的令人苦不堪啊！我們也期待天下永遠無災無難，不過，無論如何，只要平安度過，還是要說感恩。

九月中，花蓮馬太鞍堰塞湖災害，造成路斷橋塌，泥流沖進光復鄉的街道、民宅，所經之處一片狼藉，十多人不幸往生。即使洪水退去，許多人的家中都堆積了又厚又黏的泥土，不知如何清理才好。

列隊，手拿鏟子，腳穿雨靴，走入災區盡一分力量。

這群志工雖然和災民們互不相識，但願意走入一戶戶人家，協助鏟除淤泥、清掃環境，大大減輕每個家庭的負擔。他們將東西清洗完，還會詢問屋主：「這個要搬進去嗎？要放在哪裡？」「這裡，是原位，這樣就好。」他們體貼災民的需要，這一分貼心讓人感覺很溫暖。

很安心。

面對這場洪災，慈濟人除了參與清掃，也準備素食便當分送給災民和志工，還有「行動廚房」在當地供應熱食，不只轉動善的法輪，食的法輪同樣轉動了。不少人都說「慈濟的便當很好吃」，大家吃得很有滿意，皆大歡喜而歸。此外，精舍的常住師父們也到災區，膚慰民衆驚慌、受怕的心，慈濟並及時發放了慰問金，就是希望能給予受災鄉親最大的幫助。

《日程表》

2026年

一月 January

◎東京23区 ◎関西地区

日	月	火	水	木	金	土
				1元旦	2	3
4 清掃活動 09:15-	5 代々木炊き出し配布 9:30集合	6	7 (読) 仏典系列 13:30-15:30	8	9	10
11 大阪西成区炊き出し・夜回り 14:00-18:30	12成人の日 (読経)《薬師経》 ※ 10:30-12:30 (読経)《薬師経》 ※ 10:30-12:30	13 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	14 (読) 仏典系列 13:30-15:30	15 写経 13:30-15:30 写経(甲子園) 13:00-15:00	16	17
18 中国語子供クラス 10:00-12:00 中国語大人クラス 13:00-15:00 京都子供食堂 10:00-16:00 料理教室(枚方) 10:00-15:00	19 代々木炊き出し配布 9:30集合 うらら障礙者昼食交流 10:00-13:00	20	21 (読) 仏典系列 13:30-15:30	22	23 (読経)《慈悲三昧水懺》 ※20:15-22:00	24 大阪西成区夜回り 16:30-17:30 料理教室(尼崎) 10:00-16:00 (読経)《慈悲三昧水懺》 ※20:15-22:00
25 中国語大人クラス 13:00-15:00	26	27 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	28 (読) 仏典系列 13:30-15:30	29	30	31

二月 February

◎東京23区 ◎関西地区

日	月	火	水	木	金	土
1 清掃活動 09:15- 日本分會祈福感恩會 13:30-	2 代々木炊き出し配布 9:30集合	3	4 読 仏典系列 13:30-15:30	5	6	7
8 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 関西祈福感恩會 13:30-15:30	9	10 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	11建国記念の日 (読経)《薬師経》 ※10:30-12:30 (読経)《薬師経》 ※10:30-12:30 (読) 仏典系列 13:30-15:30	12	13	14
15 中国語子供クラス 10:00-12:00 中国語大人クラス 13:00-15:00 大阪西成区炊き出し・夜回り 14:00-18:00 料理教室(枚方) 10:00-15:00	16 代々木炊き出し配布 9:30集合 うらら障礙者昼食交流 10:00-13:00	17	18 (読) 仏典系列 13:30-15:30	19 写経 13:30-15:30 写経(甲子園) 13:00-15:00	20 (読経)《地藏経》 ※ 20:15-22:00	21 冬至特別料理教室 (尼崎) 10:00-15:00 (読経)《地藏経》 ※ 20:15-22:00
22 大阪春節祭 10:00-16:00 (読経)《地藏経》 ※ 20:15-22:00	23天皇誕生日	24 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	25 (読) 仏典系列 13:30-15:30	26	27	28 大阪西成区夜回り 16:30-17:30

※(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。

台湾に見出す「真・善・美」

訳／金子昭

人生が無常であるという道理は、誰もがよく知っています。しかし、自分がかれに遭遇したとき、実際にでも受け入れがたいものです。無常を体験した刹那、人は果たして本当に耐えられるものでしょうか。私たちは世の中が永遠に災害も苦難もないことを強く望むものです。でも、いざにせよ、日々平穏に過ごすことができませんれば、これこそまさに有難いことである。

二〇二五年九月、花蓮のマタイア（馬太鞍）土砂ダムが決壊し、道路が不通となり、橋も破壊されました。泥流は光復郷の街路や人家へ入り込み、見渡す限り混沌たるありさまとなり、不幸にして十数人が亡くなりました。洪水が退いた後でも、多くの人家では分厚く粘りのある泥土

が家屋内に堆積して、どのように片付けてよいのか分かりませんでした。

洪水発生後、気が沈んでしまいました。しかし、人々が大きな動員力を発揮している姿を見ることができました。台湾各地から多くの人が自発的に、まるで申し合わせたかのように列車に乗り、光復郷へと支援にやってきました。その中には若いボランティアもいれば、年配の人たちも混ざっていました。湧くように人波があふれ、皆勇んでいました。しかも、だれもが秩序を守り、騒いだりお喋りしたりはいたしません。彼らは列車から降りる際には黙々と隊列を整え、手にシャベルを持ち、足にはゴム長靴をはいて、被災地に入り、力を尽くしました。

これらのボランティアは被災者とは面

識はありませんでした。しかし彼らは、自ら願って、一軒一軒訪問して歩き、泥を掻き出すお手伝いをし、家の周囲の清掃をして、各家庭の負担を大幅に軽減することができました。彼らは家具類をきれいに洗い終わると、家の主人に尋ねました。「これは外に運び出しますか？ それともあそこに置きますか？」「そうですね、これが元の場所です。これで結構です。」彼らは被災者のニーズに懇切丁寧に対応し、そのように寄り添う支援の姿はとても心が暖まるものでありました。

多くの人は一日かけて清掃を終え、最後に駅まで戻ってきました。そこにもブラシを持った人がいて、彼らのためにしゃがんでゴム長靴を洗っていました。これらのボランティアは出発する際、お互いに心から「ありがとう」こ

ざいます」と言い合っていました。この一つ一つの感謝の声は、まるで光復郷のためにも発せられているように思われました。もしこうした人の心を形容するならば、第一の文字は「善」、第二の文字は「真」、第三の文字は「美」となるでしょう。これら三つの文字が合わさって、ボランティアたちの活動を形容するものとなっています。それはまさに見る人に感動を与え、安心をもたらしてくれるものでした。

この洪水に当たって、慈済人は清掃に従事するだけでなく、菜食弁当を作って、被災者やボランティアに配布していました。この「移動キッチン」は被災地で温かい食事を提供し、善の法輪を回すだけではなく、食の法輪をも同様に回したのです。多くの人が口をそろえて「慈済の弁当は美味しいです」と言われました。こうして、皆さんに満足してもらい、喜んでいただいたのです。このほかにも、静思精舎の尼僧たちが被災地へ赴き、バックになり恐怖を感じている被災者の心のケアに当たりました。また、慈済は直ち

に慰問金の配布活動を行いました。この活動は、被災された人々に最大の支援を与える希望であります。

支援に来て下さったボランティアの皆さんには、一人ひとりに感謝を申し上げます。現場に来ておられない人もまた、報道された映像を通じて、被災地で互いに働き、互いに感謝している姿をご覧になったことでしょうか。この行動の波は、心を合わせることの美しさを現わしています。これこそ台湾の美しさであります。この愛のエネルギーは優しく暖かなものであり、一人ひとりの心に深く刻まれるものとなることと信じています。



■ 台風 18 号ラガサによる被害が大きいため、慈済ボランティアは「移動キッチン」で被災地に温かい食事を提供し、善の法輪を回すだけではなく、食の法輪をも同様に回したのです。写真／慈済本會



2025年12月10日発行 193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 一圓晃子 莊雅婷 慈涓
滝吉道信 池田浩一

《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：

2025年10月18日午前、慈濟ボランティアたちが大船渡市綾里地区の「綾姫会場」に到着、水餃子交流会を開催しました。石巻共修処のボランティア張君さんは水餃子作りを得意としており、この日は講師役を務め、餃子の餡作りから生地をこねて伸ばし、包み、茹でるまでの一連の工程を丁寧に指導しました。参加者とともに作業を進めながら交流を深め、完成した水餃子を皆で味わいました。

2025.10.18 写真 / 羅文伶

上人開示（證嚴法師の教え）

01 看見臺灣「真、善、美」

02 台灣に見出す「真・善・美」

釋證嚴
金子昭

訳

日本慈善關懷（日本慈善志業）

06 水餃子交流会

以愛陪伴 溫暖每一顆心

26 水餃子交流会 心温まるひととき

08 奶奶的和式紙拉門 素人媽媽展身手

29 おばあちゃんの和室障子を
素人ママが張り替え

10 愛在京都綻放 新志工共築善循環

邵世軒
施燕芬 王孟專

訳

32 京都に咲く愛の花新たなボランティア
と共に築く善の循環

12 跨越生死的愛異國圓願的最後旅程

35 生死を超えた異国で叶った
人生最後の願望

楊怡芬
許麗香 吳惠珍

訳

14 探望鄉親久別再會的溫度 能登關懷

38 久しぶりの再会に心が温まる

陳靜慧
吳俞輝

訳

活動報導（イベント報告）

17 國慶義賣1 善的循環在東京

三十二年不間斷的愛心足跡

18 國慶義賣2 在異鄉綻放的笑容

日本年輕夥伴的成長與心路

20 新委的發心立願 日本受證營隊報導

22 愛惜生命與資源從減塑生活中實踐

羅文伶
雙月刊團隊
陳書慧

志工身影（ボランティアプロフィール）

23 志工身影——鄭春枝

生命缺口 以愛填滿

羅文伶

社區活動（地域活動）

24 桂花滿庭香 愛心行動在石巻

羅文伶

日程表

表裏二〇二六年一、二月行事曆

王昆京

大船渡市愛灑關懷活動・水餃交流會

以愛陪伴，溫暖每一顆心

撰文／陳思道・羅文伶

今年二月至三月，大船渡市三陸町發生山林大火，約一百棟的住家受災，慈濟前往發放見舞金，一共有六十五戶、一百九十三人受益。慈濟志工在發放結束後，十月再次規劃前往關懷受災鄉親。

緣續3・11 化關懷為行動

大船渡市的當地志工平山睦子女士承擔協調愛灑活動的場地，及向鄉親們宣傳活動。她很積極地先去拜訪當地報社「東海新報」，請他們刊登慈濟將前往舉辦愛灑的訊息。

平山睦子說：「十四年前東日本大地震3・11大海嘯以來，一直受到慈濟志工們溫暖的支援，內心充滿感恩。而這次在我家鄉三陸町發生山林大火，慈濟人再次前來關懷與援助，讓我再次深受感動。」

她說：「過去雖然知道『奉獻』這個詞，但並沒有實際行動，因為慈濟，讓我學會什麼是貼近他人、關懷他人的行動。」

她也從新聞得知臺灣花蓮光復鄉因颱風樺加沙而受災，並捐款祝福光復的受災鄉親。

手作餃子的溫馨時光

十月十八日上午，石卷的志工們抵達大船渡市綾里地區綾姬會場，當天早上從東京出發的六位東京志工也隨後抵達。

石卷共修處的志工張君擅長做水餃，這一天由她當指導老師，從製作水餃餡、和麵粉、擀麵皮、包水餃到煮水餃、吃水餃，邊進行邊互動。志工們關心四月發放時幾位需要關懷的鄉親，會場負責人村上芳春先生一一回覆他們目前狀況穩定，讓志工安心。鄉親們完成包餃子後，歡喜捧著水餃合照。



■ 志工張君(右4)細心的教導鄉親包水餃，大家歡喜捧起包好的水餃合照。攝影／羅文伶

橋本女士是在自家附近看到慈濟志工發放的活動傳單，她開心地表示：「比想像中簡單多了。我平時做菜都要看食譜、量分量，今天學會用『目分量(目視)』，覺得很新鮮也很有成就感。」臨別時，她由衷地說：

「真的很感謝慈濟舉辦這樣的活動，能和大家一起聊天、動手、開心學習，讓一個平凡的早晨變得特別幸福。」

包進了回憶與歡笑

在活動中，渡邊女士動作熟練又充滿笑容。她回想起過去孩子小的時候，全家曾一起包煎餃的日子：「那時家裡有三個孩子，現在家裡就剩我和先生兩個人。今天包餃子時，勾起了很多溫馨回憶，也讓我覺得手作料理真的很美好。」

隔日東海新報刊登活動報導，也介紹慈濟四月的發放。每日新聞的記者不僅刊登報導，還寫信感恩慈濟，表示非常喜歡現

場溫馨的氣氛。「每日新聞」網站也刊登了照片。

大船渡市當地志工水野貞一參加後，不斷邀請慈濟志工也到他的社區辦愛灑茶會。鄰近釜石市志工伊東信一腦梗塞後行動不便，但每次慈濟活動一定來，這一天還帶來一箱梨子結緣。

中午時分，山林大火的受災鄉親袖野雄先生帶著一家六口抵達。他說小兒子害羞，不肯進入會場。志工聽聞立刻送上熱水餃，但小弟弟更害羞地縮到車座下。此時慈二代謝承軒前來相助。他事先準備了與餃子相關的繪本《餃子去了哪裡》以及七巧板，溫柔朗讀讓小弟弟漸漸安心，終於走下車進入會場。雖然仍躲在父母身後，但大哥哥持續以繪本和七巧板陪伴，讓小弟弟逐漸敞開心房，甚至開心地吃起餅乾。真誠的愛與耐心陪伴，讓小朋友從羞怯不安轉變為信任與安心。

關懷新芽學生話家常

十九日慈濟志工立刻前往與當地負責新芽助學金的幾位志工互動。岩鼻清一老師夫婦也帶來日存的銅板，並捐款協助增加沙颱風受災的台灣災民。

今野先生在山林大火後曾與志工勸災，協助場地租借與向災民宣傳。今後他也會投入當地新芽助學金的志工活動。今野先生是平田公民館館長，志工與他相約未來可在此舉辦愛灑茶會。

返程途中，志工們經過氣仙沼市，順道拜訪新芽助學金學生牛渡冠士的父母經營的餐飲店，並在店內用午餐。牛渡父母感恩慈濟讓孩子能順利完成學業。抵達仙台車站，志工也利用等車時間關懷在仙台讀書的新芽學生。

就讀和食料理相關，即將於明年三月畢業的村上斗輝，預定到東京飯店當廚師，志工邀請他休假時回分會。立志成為老師的佐藤優輝，今年四月進入大學一年級，暑假時就積極回家鄉的學校實習累積經驗。看到家境較

辛苦的學生們態度乖巧積極，志工十分欣慰，也把握機會與他們分享慈濟精神，希望他們也能成為手向下的人。

短短幾天的愛灑活動，無論是在大船渡市山林大火災區的關懷，或是與新芽助學學生的互動，都如靜思語所說的：「愛，是人間之寶；心中有愛，就會時時看到人間溫馨動人的情景。」

靜思語



■ 見習志工謝承軒拿出七巧板，吸引了袖野小弟弟抬起頭來，輕輕地從志工手中接受了七巧板。攝影／吳惠珍

奶奶的和式紙拉門

素人媽媽展身手

撰文／林真子・羅文伶



■ 志工齊心協力輕輕地將糨糊均勻塗在木框上，貼起來才會平整牢固。攝影／羅文伶

在生活的點滴中，善緣與互助往往在不經意間悄然萌芽。從東北3・11時賑災的初次結緣，到日常探訪、助人修繕、家園整理，只要有需要，慈濟志工至今依然是細心與耐心地陪伴著鄉親。

慈濟在東北已經有一個「石卷共修處」，目前只有一位慈濟委員張君。她與石卷市本地志工一起關懷今年二月時大船渡森林大火受災的鄉親，十月十八日再度前往探訪鄉親們近況。

四位東京的志工提前三天前往支援，於十月十五日就抵達石卷共修處，一起進行事前準備工作。志工們把握時間及因緣，十七日這天，首先連同石卷共修處的志工們，先到附近的感恩戶家訪關懷。

互助合作貼紙門

千葉百合子奶奶是經由3・11時領見舞金的伊藤幸子女士介紹而認識。去年十二月中旬，志工第一次前往探訪。奶奶

一人獨居，雙腳行動不便，活動空間主要在客廳。志工們帶了慈濟的月刊和一些資料，她開心地接過。後來，張君注意到奶奶家院子裡堆了不少不要的雜物。因為快過年，志工討論後，希望能在年前前往協助整理，讓奶奶過個清爽、安心的新年。

十月十七日，天氣晴朗，早飯後，石卷志工們開車載著從東京來的志工，前往奶奶的家，這天是志工們第四次前往，一進門，便看到千葉奶奶坐在榻榻米上熱情迎接大家。

因為奶奶家的和紙拉門被她養的小貓弄破了一大片，擋不住冷風。志工們雖然都是外行人，起初意見不一，但很快地在合作中形成默契。「這樣不對」、「不要急」、「我來我來」、「妳來

貼」透過分工合作，他們從最初的不熟練，到逐漸掌握技巧，終於貼出了和紙拉門的專業，從第一張到最後，七手八腳一起修補好了八張門之後，又一步步地整理，先從院子開始，再協助屋內的空間。最後從客廳往外望去，可以看到綠意盎然的花草，奶奶笑著說：「蝴蝶來了，就會有好事發生。」

奧田正行先生已於二〇二四年十二月去世，志工們專程前往探望登美子女士敘舊。她笑著說，自己雖然身體偶爾會痛，但日常生活仍可自理。她談到，最困難的是有一次爬樓梯重摔，「那次摔得太重，爬樓梯真的不容易，只能一步一步慢慢上。」儘管如此，她仍盡量自己行動，不願麻煩他人。

探望鄉親你好嗎

當天午後志工們一同前往探訪奧田登美子女士。她的先生是東北志工奧田正行，3・11賑災時與慈濟結緣。見舞金發放的最後一天，他帶來兩個裝滿零錢的福慧珍粥存錢筒，並說：「這是我能力所及的回饋。」此後，在見舞金發放、東北茶會與祈福會中，都能見到他熱心付出的身影。奧田太太登美子女士也是當地的民生委員，以及慈濟愛心竹筒會員。夫妻倆長年樂善好施，深受社區敬重。

最後，她露出溫柔的笑容說：「雖然身體不如從前，但能自己泡茶、吃喜歡的東西，就覺得很幸福了。」

付出中的學習

探訪了兩位長者，度過溫馨的一天。東京志工王美玲分享，在千葉奶奶家時，沒想到大家都沒有貼紙拉門的經驗。幸好她年輕時曾在家中貼過紙拉門，因此主動帶領大家。她提醒大家在貼之前一定要「打底」，將木框上的灰塵、舊紙與雜質清理乾淨，這樣貼出來才平整、牢固。大家

都很配合，齊心擦拭門框，再一起上漿、貼紙。

雖然過程中出現一些小失誤，但志工們互相協助，修整補救，最終讓所有紙拉門煥然一新。千葉奶奶看到整齊的紙門，滿臉笑容，不斷感謝志工們的付出。千葉奶奶的朋友看到成果後，也趕緊說家中同樣有紙拉門破損，希望慈濟志工們也能再來協助。

美玲感恩地說：「如果還有機會，還想再去，為更多鄉親服務，幫他們整理家園。看到大家歡喜，就是最美的回報。」

千葉奶奶開心分享：「原本以為家裡的門就這樣老去，沒想到會有人這麼用心幫我修補。這些年孤單生活，今天的溫暖，讓我心裡好踏實。」奶奶的笑容，給了志工最大的溫暖與回饋！



■ 完成障子修補後，大家齊心協力，幫助千葉奶奶整理家園，為她保家護院、防風防寒。攝影／羅文伶

愛在京都綻放 新志工共築善循環

京都兒童食堂是第二次舉辦，參與的志工共有二十三位。其中有十位是新面孔，包含三位在地的日本志工，都對臺灣和中文很感興趣，希望透過共善付出，文化交流。

撰文／施燕芬・王孟專



■ 來自當地的日籍志工堤理惠子（立者）歡喜付出。攝影／王孟專

二〇二五年十一月九日，京都正下著綿綿細雨，氣溫只有十一度左右，卻擋不住慈濟人付出的熱誠。

在地新志工 新人新力量

山本雅章先生是報社的退休記者，多次旅遊臺灣，從去年四月開始學中文。上個月他主動和慈濟聯絡，專程前來了解慈濟的「兒童食堂」後，這個月如期前來幫忙，志工陳盈陪伴他一起負責「靜思語」的解說。山本先生積極參與活動，又細心品味靜思語的奧妙，把自己的體會分享給日本朋友，有說有笑開心地互動。

日本淨土宗六渡山專稱寺住持釋義福法師來自中國，是一位樂善好施的修行者，多次參加關西慈濟的慈善活動。法師身兼淨土宗於知恩院「佛女會」的講師，這天還帶了兩位學員一起來參加。

其中，堤理惠子女士是一位退休音樂老師。她曾造訪臺灣多次。她說這是她第一次做志工，「我只是幫忙切紅蘿蔔和高麗菜而已，但是看到大家的動作都很俐落，又那麼認真，讓我很感動。」

料理完畢後，幫忙協助送餐的她說：「感動得想哭！很開心體驗當志工的歡喜，這真的是一場很感動的活動。你們為日本孩子、高中生、大學生付出這麼多，非常感謝！謝謝！」

京都府福祉協議會的職員原伸子女士，近中午時分，專程帶一對有經營經驗，熟知「兒童食堂」的朋友西川昭寬夫婦來參觀，志工立刻端上蔬食什錦飯，請他們品嚐和指教。西川先生表示，今天的蔬菜什錦飯真的非常好吃，能夠把野菜的美味都提現出來。

端，志工孫素秋負責準備參與志工的午齋，又特別叮嚀他們要多吃一點，期盼在他鄉異地的年輕志工有回到家的感覺。

志工張玲英負責當天的兒童食堂外場，也承擔事前的籌備，邀約在地的新志工，期待大家有志一同、歡喜付出。

活動進行到兩點半左右，志工們互相分享心得。原來「助人為快樂之本」，竟是如此信手拈來，垂手可得之事。大家歡喜相約，下個月再見！

上班族林育德說：「以前遊學的時候，接受了很多人的幫忙，（現在）用感恩的心，把這份愛再傳出去。」

呂幸融在臺灣時曾是一位捐髓者，她分享自己是在二〇



■ 1 京都兒童食堂第二次參與志工23名相見歡。攝影／陳靜慧

■ 2 呂幸融（右）在臺灣時曾是一位捐髓者，今日參加活動幫助到很多人覺得很開心。攝影／王孟專

他又熱心地提出一個宣傳的好方法，就是由中京區的足立醫院負責策劃的「宅配食材服務」每兩個月一次宅配食材到需要協助的家庭。志工們可以協助事前的裝箱作業，利用裝箱打包食材的機會，把兒童食堂的傳單放在箱子裡，將訊息送到有需要協助的家庭。

青年來助善 暖心故事多

今日有七位年輕志工，有短期遊學生、上班族，也有人透過志工的社團平臺認識慈濟後前來參加。

其中，范姜建發剛到京都念了半年的語言學校，因志工張玲英的邀請而來。他說：「參加這樣的活動非常有意義，透過日文和日本人交流，然後透過這個有意義的活動，宣揚了很多的精神，分享了很多的愛與關懷。自己可以參與，內心感到非常充實。」

跨越生死的愛 異國圓願的最後旅程

■ 撰文／王孟專・施燕雪



■ 慈濟志工前往助念，誠心送上祝福。攝影/王孟專

張老菩薩，今年八十七歲。是慈濟長期的會員，一生信佛、向善，也始終心繫花蓮的靜思精舍。年輕時曾到日本旅遊，談話裡曾告訴子女們說，若能再到寺院禮佛、看看山水，就心滿意足了。這些話，子女全都聽在心裡。於是，圓夢旅程開始了。去年，家人陪她到東京看富士山；今年，她提起夢中所見的景象——「好多觀音菩薩、好多佛，像是在日本。」孩子們細心搜尋後，決定帶著母親來到京都，讓她再一次完成心願。

圓夢京都 此生最後心願

十一月五日這天，一家人抵達京都。隔天老菩薩在子女與孫子女的攙扶下，一步一步走進寺院。她行動不便時，兒女便一左一右抬著輪椅、陪著她往上走，只怕媽媽錯過任何一處想禮佛的地方。當走入了京都的三十三間堂寺院，看到

莊嚴的觀世音菩薩，感動之餘，媽媽順口而說：「這輩子死無遺憾了。」誰也沒想到，那竟成了她此生最後的心願成就。

當天夜裡，老菩薩突然胸悶劇痛，被緊急送往京都第一赤十字病院。醫師判斷是急性心肌梗塞，立即為她裝上葉克膜搶救。面對龐大的醫療費用、陌生的語言與突如其來的打擊，家屬們無助又慌張。

家屬立即緊急連絡臺北駐大阪辦事處，得到協助後，又有朋友提議：「也可以找慈濟日本分會試試看」，九日這天透過臺灣本會的提報，聯絡上了日本志工，志工立即主動與家屬連絡後，當日傍晚，便前往醫院關懷了解狀況。

生命無常 最溫暖的依靠

志工抵達ICU病棟時，

證件不符等的問題。

在慈濟志工們的陪伴下，老菩薩踏上最後旅程，安祥、無牽掛的表情，讓完成任務與圓滿孝心的家屬，終於也可以放心地返臺。志工們同心祈願，張老菩薩萬緣放下；相信這是一趟圓夢的旅程，也是一份圓滿的道別。

院方也正著急聯絡不上家屬，擔心萬一病況急轉直下，沒有家屬在場會更困難。志工留下聯絡電話，做為醫院和家屬緊急聯絡的轉達。後來才得知全部家屬為了龐大的醫療費不得已而暫時返臺籌款。

終於老菩薩的孫女先訂到十一日十一點抵達關西機場的班機。大阪志工以先至機場等候，另一志工也分工趕緊協助接洽葬儀社，及一路陪伴孫女到醫院確認遺體，之後隨同葬儀社將老菩薩移送安置。

隔天主治醫生通知患者狀況暫穩，準備拆除葉克膜，但心臟是否承受得住仍是未知數，心跳隨時有可能停止，需要家屬同意。家屬得知後回覆已經有最壞的心理準備，所以主治醫生再次打電話確認家屬意向後，於當天下午拆除了葉克膜，透過志工的翻譯轉達，讓醫療流程得以順利進行。

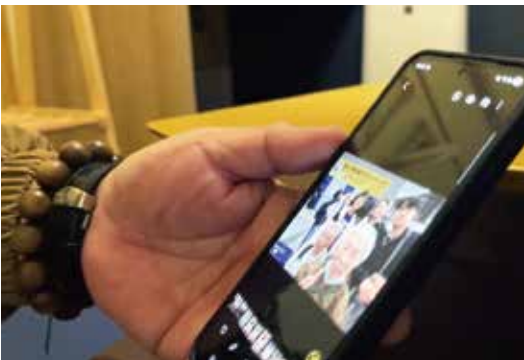
取得醫院的死亡證明後，志工又陪孫女至區役所領取火葬許可證明，再趕回大阪。當天夜裡得知兒子張先生已抵達，志工再度往返機場接送。志工的陪伴，讓異國的城市多了一份溫暖。

然而生命無常。十日深夜老菩薩安詳往生。志工立刻撥打電話通知家屬。那晚，臺灣剛好颱風來襲，兒子與孫女半夜趕至機場，等待著搭上任何一班能回到母親身邊的機位。

隔天，志工陪同家屬與院方商談龐大的醫療費用。雖然總額高達近八百萬日圓，但志工不斷協助家屬翻譯、溝通，除了已先繳納的四百萬日圓外，餘款最終爭取到每月小額分期還款的方案，也順利取得診斷書與所有所需文件，家屬心裡的重擔因此放下許多。

十四日九位關西地區的慈濟志工也前往助念，佛號聲聲、祝福滿滿。最後志工與家屬一同獻花，並在莊嚴肅穆中為老菩薩送行。隨後志工陪伴家屬前往火葬場，陪著他們度過最難捱的時刻，直到火化與檢骨程序圓滿完成。

「有你們，真的很幸運」張先生說，沒想到在日本，慈濟成了他們最依靠的家人。他感恩志工每天的接送與溫馨陪伴和全程協助，體貼如親人一般；也感恩駐日辦事處即時提醒證件上的母親姓名，與臺灣



■ 家屬展示老菩薩生前京都寺院巡禮的照片。攝影/王孟專

能登關懷三日行

探望鄉親 久別再會的溫度

繼四月之後，十一月二十一日中午，東京四位、大阪四位慈善志工，再次前往能登關懷組合屋的鄉親。從金澤往能登的路上，時而大雨滂沱，抵達穴水町後卻是晴空，海上現出一道彩虹，為此行揭開一個溫暖的開始。

■ 撰文／許麗香・吳惠珍・陳靜慧



■ 廣田阿嬤捐出竹筒後，又拿出一枚錢幣投入說是今日的愛心。攝影／慈涓

下午首先前往公立穴水綜合醫院，島中公志院長不在，由護士長接待，與志工們分享過去熱食、咖啡屋的溫情回憶。之後志工分成兩組家訪，前往關懷組合屋的長者。

等了好久 若喜見親人

A組志工抵達時，廣田阿嬤已站在門口等待多時，看見志工時激動擁抱。她遞出已存滿善款的竹筒，說：「一直在等你們什麼時候來。剛想到你們，你們的電話就打來了。」阿嬤靠年金過生活，也自己務農，仍願意天天存下一円、十円回報，令人感動。

臨別前，阿嬤熱情地想把自己家種的農作物分送給大家。「柿子好不好？帶一點回去！」說著便拿起袋子裝了幾顆。經過走廊，她看到木竿上晒的辣椒，順手摘下一串：「辣椒呢？這樣夠嗎？」又放進袋裡。「洋

蔥要不要？」大家連忙搖手婉拒。她看看眾人，改口說：「那：柚子和地瓜好了！」又裝入袋內。就這樣，志工們滿載而歸，心裡也裝滿廣田阿嬤滿滿的愛與溫暖。

B組志工前往探訪若林美惠子阿嬤，九十一歲的她，年輕時是幼稚園園長。去年地震後家屋全毀，只好入住組合屋。她擅長俳句，也獲獎多次，志工小野雅子常與她互通訊息問候。得知志工要來，她特地站在門口等待。

小小的空間，一下子來了四個客人，志工兩人坐在阿嬤的單人床上，另外兩人只能坐在床邊的地板上。圓木盤裝著滿滿小點心，像是等待兒孫回來，阿嬤又是泡茶，又是切水果，忙個不停。

熱情的阿嬤，好不容易坐下來後，接著再拿出刊登著自

驚喜。

大廚石河直先生分享這一年來一直思考：「為什麼慈善願意這麼對我們好？」跨海相助的善意讓他深受震撼。上個月他還讓兒子專程飛到花蓮參加樺加沙風災後的清泥志工，「花蓮街上滿滿的志工，真的很震撼！」他說：「這樣的志工能量，是我們要學習的。」

己得獎作品的俳句本，一句句的唸著、分享著。離別前，她說新家正在原地重建，明年就會完工。「我們可以去拜訪嗎？」「好！好！到時候一定要再來！」

志工回到借宿的本地志工南里美女士家時，日式黑輪、水果、沙拉等早已等在桌子上了。大家忍不住歡呼！回到能登，回到這裡，彷彿回到自己的家鄉一般，親切而溫暖。

乙崎午餐交流會 音樂與熱食

翌日清晨，志工七點半先前往由比之丘組合屋，協助合作伙作也是大廚的石河直先生準備午餐「柚子風味什錦燴飯」另一組則前往今日的午餐交流會場乙崎公民館布置場地。

十點左右，鄉親陸續到場。山田紀子阿嬤第一個到，志工請她選一個石卷志工特別

驚喜連連 三位特別來賓

熱食時間，撲鼻香味讓鄉親們直呼「好香」。石河直先生的兩位女兒協助送餐，長者們不停稱讚。不少鄉親回憶去年熱食與見舞金，帶著感動與謝意，忍不住眼眶泛紅。

輪島 塗田谷漆器的久保研一先生，帶著妻子與一歲半女兒到會場來 慈濟於臺北、臺中



■ 1 島中公志院長(左4)驚喜現身，與大家熱情合影。攝影／慈涓

■ 2 志工帶領鄉親們做「無量義經勇建操」活絡筋骨。攝影／陳靜慧

二十一日下午交流會後，志工前往輪島市的門前町，訪問去年見舞金發放時認識的上崎真理子，會談時，意外串起去年曾家訪的神崎智子女士的親屬關係，還有好友大倉好子三位女士，平日都熱心於社區活動，她們帶志工查看可使用的料理空間與集會所，討論明年舉辦茶會的可能。

由比丘團地 重逢祝福與前行

二十三日早上十點不到，最早抵達會場的是葭谷内冨子阿嬤，她開心地告訴志工「我今天和同學約在這裡見面，我們已經三十多年沒見了。因為地震避難到這裡，有一天竟然在團地裡偶然重逢，之後就常常相約聊天。」她說很喜歡參加集會所的活動，「一直都抱著愉悅的心情來，因為不知道今天會遇到什麼活動，所以非常期待。」

主廚石河直先生的女兒楓小朋友擔任迎賓簽到，跑進跑出，不漏過任何來賓，十分貼心又盡責。

輪島塗職人寺西松太老師與妻子，首次前來參加慈濟的茶會，早就來到會場。剛拜訪了花蓮的靜思精舍，他回憶花蓮天空與山景，說那份「像故鄉般的空氣與景色」將成為創作靈感。也特別感念證嚴上人忙碌的身影，祝福上人保重身體。

廣田阿嬤今天則是帶著二位朋友前來，其中新田阿嬤特地帶著存錢筒捐給慈濟，希望能幫助更多人。一位高田先生還中途跑回家拿竹筒來「回娘家」。

今天的交流會也是由日語流暢的志工



■ 1 鄉親高田伸一先生，捐出竹筒善款。攝影/許麗香

■ 2 輪島塗職人寺西松太夫婦，認真端詳福慧紅包，感受上人的祝福。攝影/陳靜慧

小野雅子主持，除了說明「五毛錢」與竹筒歲月的故事外，還帶動〈無量義經〉勇健操、日本懷念的老歌；志工們也將去年熱食服務與見舞金發放的片段剪輯成短片播放，與鄉親們一同回顧在能登的點點滴滴。大家邊看邊微微點頭，臉上浮現溫暖與感動的神情。

最後透過司儀的說明與簡短的影片，傳遞證嚴上人福慧紅包所代表的祝福意涵後，鄉

親們都認真端詳手中的紅包；此時，志工走近鄉親，一一說明紅包上的「靜思語」的意涵，場面莊重而溫暖。

最後在日文〈愛與關懷〉手語歌聲中溫暖落幕，茶會告一段落。鄉親們接著享用石河直先生準備的蔬菜燴飯，純天然有機的食材，讓鄉親讚不絕口，大家也互相約定「明年春天再見！」

善的循環在東京

三十三年不間斷的愛心足跡

二〇二五年十月五日，東京華僑總會一年一度的國慶大典暨園遊會，在東京中華學校舉辦。二十一個攤位中，慈濟日本分會連續三十三年支持這項盛會。

撰文／羅文伶・攝影／陳文絲

酸梅湯勾起故鄉回憶

東京中華學校五年級的小學生宮真希，第一次嘗試素食蘿蔔糕，品嚐這道美食，對其味道充滿好奇。宮真希說，如果有機會，她希望能到慈濟會所走走，體驗更多中文及文化學習的機會。

從事保險工作的李欣瑜回憶，自己之所以對慈濟印象深刻，是因為十幾年前父親曾受到花蓮慈濟醫院的照顧。在慈濟攤位品嚐了手工酸梅湯，感受其自然清爽的滋味，也讓她

想起故鄉花蓮的味道。李欣瑜認為，透過園遊會這樣的活動，不僅能推廣素食文化，也能拉近社區與慈濟的距離。

留學日本的慈濟因緣

玉居麗在日本生活超過三十年，當初因為留學而來到日本。談起與慈濟的因緣，她笑著說，她對慈濟在臺灣長年投入的各項社會公益活動早有認識，也十分敬佩。

來到日本後，透過多年好友東京慈濟志工黃秀桃，因緣再度牽起。這次來幫忙的她誠懇地表示：「我知道慈濟在世界各地都在做很多好事，如果時間允許，我也希望能盡一份心力，幫助慈濟的活動。」

凝聚各界情誼 共創善的力量

此次協助義賣的培訓志工林玉珠與其先生單寶孫夫妻倆已來到日本三年。玉珠認識慈

濟多年，曾在臺灣參與環保工作。她提到，來日本前，每次出國都會先查詢當地是否有慈濟會所，若有便會特地前往探訪。她認為，慈濟不僅令人安心，也能感受到慈濟在國際間的影響力。

平時玉珠會安排參與適合的志工服務，維持社會互動。她表示，希望透過這些經驗，不僅充實自己，也能帶動周遭的人了解慈濟的理念。

日本分會執行長許麗香表示，今年的園遊會意義特別深。雖曾因人力不足考慮停辦，但她相信僑界對慈濟有所期待，活動應持續進行。她強調，只要方向正確、心念一致，就能克服困難、圓滿完成。

此次活動的成功，展現了志工們共同承擔與團結的力量，也讓慈濟與僑界的距離更近，體現了慈濟精神的凝聚與大愛的力量延續，三十多年來不曾間斷。



■ 家鄉口味吸引前來的會眾，行善同時解鄉情愁。攝影/陳文絲

東京中華學校國慶義賣會 在異鄉綻放的笑容 日本年輕夥伴的成長與心路

撰文／羅文伶



中華民國留日東京華僑總會與中華民國留日東京同學會所舉辦的「雙十國慶慶祝大會」十月五日在東京中華學校舉辦，吸引衆多人潮。

從內向到自信 人群中綻放笑容

見習志工青山實夏子個性較內向，但在參與慈濟活動後，她逐漸打開自己，學習與陌生人互動。她表示，看到志工們對每位來訪的民衆都親切招呼，自己也學著主動向客人打招呼、引導購買，逐漸克服了原本的害羞。實夏子表示，自己十多年前曾因女兒學中文而接觸慈濟，但之後中斷多年。兩年前她因生病而重新回到慈濟，從聆聽證嚴法師開示與經

三十多年來，慈濟日本分會在東京中華學校國慶園遊會上出攤義賣，年年，總是有資深志工，也有剛加入的年輕夥伴參與。對他們來說，這不只是義賣活動，更是一場心靈修行。

典學習開始，如《心經》與《地藏經》，幫助自己心情平復。

她回憶，第一次參與慈濟活動時，受到志工劉美珠的熱情接待與照顧，讓她印象深刻，也因此逐步參與更多服務。隨著身體狀況改善，她也更有信心獨自來慈濟服務，先生因此放心讓她參與各項活動。她表示，來到慈濟後能感到輕鬆自在，心情平穩，也學會面對過去的挫折與困難，不再對他人抱怨，而是將這些經驗化為正向力量。

認為這些經驗非常寶貴。

讓善循環 年輕人激年輕人

帶著微笑的中野愛琳表示，這次能夠參加慈濟的活動，主要是因為她在臺灣求學期間結識了一位學妹——王譽秦。譽秦長期參與慈濟志工服務，並在今年剛剛授證為慈濟委員。從去年夏天開始，她便不斷邀請愛琳一同參加慈濟的活動。愛琳第一次參與慈濟的志工服務，是去年六月在能登的賑災活動。

她說自己離開臺灣已經兩、三年，很久沒有體驗過雙十節的氛圍。這個節日對臺灣而言意義重大，她希望能藉此機會再次感受節慶的溫度。同時，她也希望

透過這次活動，讓更多人了解慈濟在日本的努力與行動。



被問到對慈濟的印象時，愛琳回憶，在她於臺灣求學期間，曾有一位學弟在新北市發生交通意外，被送往新店的慈濟醫院急救。不幸的是，學弟最後仍不治身亡。「那位學弟和我一樣是基督徒。」她說，當時大家希望在臨終時能由牧師為他祈禱，但牧師一開始有些猶豫，擔心慈濟作為佛教團體是否方便配合。不過，慈濟醫院方面非常理解與包容，表示信仰雖不同，但「心意是一樣的」這讓她深受感動。「慈濟關懷的是人，不分宗教，這一點深深觸動了我。」之後，

她開始更加關注慈濟，也逐漸在生活中實踐慈濟的理念，例如茹素。

她說自己現在也在努力推廣素食，甚至在家裡嘗試開發一些適合日本人口味的素食料理。她最後說，希望未來能持續參與慈濟的活動，並透過自己在日本的生活圈，讓更多人認識這個以愛為出發點的團體。

從參與到帶動 老闆娘邀員工來

魏沁凱來自臺灣，今年是來到日本的第一年，持打工度假簽證。他在公司任職已滿一年，由於老闆娘黃秀桃（慈濟志工，法號慮侑）的帶領，參與慈濟志工活動，此次義賣會中他協助素麵線攤位。

沁凱對慈濟並不陌生，曾於花蓮就讀慈小、慈中，母親受證高雄區委員，他也曾參與杉林慈濟大愛園區（八八莫拉克風

災）連鎖磚之鋪設，一路走來，「很感恩許多慈濟師姑、師伯的陪伴」，讓他清楚自己的人生方向。沁凱表示，參與慈濟活動時，對現場氣氛感到相當正面，民衆購買意願良好，活動也井然有序。沁凱坦言，只要時間允許，他都願意參加慈濟活動，曾於去年國慶活動及今年端午節包粽活動到分會參與。他希望日後也能繼續參與慈濟相關活動，關心與服務需要幫助的人群。

學習中成長 服務中發光

對許多在日本的志工而言，慈濟不只是服務的平台，更像是心靈的家。有人在這裡找到自信，也有人重新感受到被需要的溫暖。三十年的延續，不只是慈濟的足跡，更是善與愛的證明。一份蘿蔔糕的香氣、一杯酸梅湯的清涼、一次微笑的相遇，都在異鄉的土地上，綻放出溫柔的力量。

■ 1 見習志工青山實夏子（中）克服病痛，積極參與志工活動。攝影／羅文伶

■ 2 魏沁凱先生歡喜參加志工活動。攝影／羅文伶

■ 3 中野愛琳期許自己未來能多參加慈濟活動，再傳遞給更多的朋友認識這個以愛為出發點的團體。攝影／羅文伶

日本受證營隊報導

新委的發心立願

二〇二五年十一月二日上午，第一場慈濟（海外）委員慈誠受證典禮圓滿後，下午，學員們與證嚴上人溫馨座談，有緬甸、日本、韓國、馬來西亞檳城及吉打志工分享。來自日本的慈濟志工十位中，包括四位新受證的委員慈誠與長期陪伴日本團隊的義福法師。

編輯／雙月刊團隊（原文／林靜君）・攝影／慈濟本會提供

義福法師是日本富山縣「六渡山專稱寺」住持，陪同參加五天的慈濟海外受證營，從開營前一晚，一直到受證典禮圓滿，也一同回到靜思精舍參與溫馨座談。

成就衆生 成就自己（文武）

這一天的溫馨座談，日本組由志工陳靜慧開場，首先介紹來自大阪的文武師兄，他與同修王旭師姊一同走入慈濟，如今夫妻同修、同受證，滿懷法喜。

文武憶起慈濟因緣的起點，因義福法師引領他們認識了大阪的余瓊珠師姊，參與大阪西成區街友的熱食發放。

從二〇二二年開始，那一

次，他雙手端著熱騰騰的素便當，與街友的手相觸的瞬間，「像過電一樣」，讓他深受感動。後來也參與能登半島地震的熱食發放，文武師兄原本就吃素推素，能夠以食物溫暖災民的心也是他的期盼。

「我感覺到他們哪裡是什麼流浪漢。他們明明就是佛、是菩薩、是阿羅漢！他們在陪我們成就善心。」募款時，街友投入零錢箱的叮噠聲，那聲響回響令他深悟：「幫助別人，其實是成就自己。如果能啟發他們的善心，讓他們也加入行善的團隊，就是成就衆生。」

見貧知福 發願茹素（王旭）

「以前總以為日本是富裕

國家，第一次見到街友領餐時，震撼中生起慈悲心：「原來日本也有貧困的人。見貧知福，我要知足。」王旭說，她也因此毅然決定加入見習與培訓。

王旭向上人發願說：「我覺得這條路是正確的路。我要用我學到的知識影響更多人，讓慈濟發揚光大。」她也向上人懺悔還沒茹素，「從今天開始，我要茹素」王旭師姊的決心，語氣堅定，誠誠懇懇跟隨上人走菩薩道。

上人慈語開示：「你們都很有好因緣。夫妻同修行在菩薩道上，茹素非常好，兩個夫妻一同茹素方便多了，志同道合。為你們祝福，感恩（義福）法師的引渡。」

生生世世的約束（野口佳容）

野口佳容回憶自己是二〇二三年時，在大阪參加與臺灣連線的《經藏演繹》，當時兒子病逝，她悲痛萬分，但也因此堅定了入法的決心。

「我不知道，是兒子要度我入法門，還是我度兒子一路好走。從那時候起，我下定決心要真正入法，慈濟是我修行的道場。」兩年培訓期間，她積極參與地震募款、西成區熱食、能登半島災區見舞金發放。

「在慈濟的大家庭裡，我學到什麼是謙卑，什麼是愛與關懷。尤其我自己在阪神大地震時也是受災戶，所以到了能登，我更能體會那份心情。災民握著我的手、相擁而泣，真的太感動了。」

■ 1 授證圖緣日，日本新授證慈誠文武師兄代表發願「向習氣宣戰，萬人腳下行」。

■ 2 日本四位新授證委員、慈誠，於精舍與前往陪伴的日本志工合影。

■ 3 義福法師接受專訪時表示，特別佩服與景仰上人。

她真誠地說：「我以前是一個很傲慢的人，常用世間法評論事情。感恩上人的指導，讓我懂得什麼是智慧——能放下執著與習氣。」野口佳容發願勤行菩薩道。

上人給予開示：「記得今天與我說的話，跟我約束好，所以要以生生世世。祝福你。」

懺悔重生 入如來室（黃杏玖）

出生於嘉義朴子的黃杏玖師姊，她聲音微顫語帶哽咽，卻語氣真摯：「在一次到泰國旅行時結緣慈濟，就這樣走入慈濟。在日本經過培訓與讀書會，我認識了上人智慧的偉大，也明白了人生的方向。」

她坦言自己過去生活無規律，脾氣差、愛打麻將、抽煙、玩樂成性，但在師姊們陪伴做環保、聽上人法語後，徹底改變。「我現在已經不抽煙了，脾氣也變好了。以前我身邊的人都不願意靠近我，現在我能用感恩的心

對待他們。」她笑著說：「雖然我年紀大了，但我不後悔，因為我還能做有意義的事。」

「上人說過五毛錢的竹筒，我現在真的這樣做，帶著朋友們一起耕福田、積善德。我本來開推拿店，現在改成預約制，好讓我有時間參與慈濟活動，帶動大家做善事。」說到這裡，她感恩地說出：「我改變了一切，也要堅持下去，不辜負上人與師姊們對我的期待。」

上人看著她，開示：「今天開始，你就要真正把過去的習氣都丟掉，開始要承擔起如來的家業，當菩薩。祝福你。」

陪伴同行的義福法師也滿懷感恩與法喜，如今終於如願踏入靜思精舍，在證嚴上人座前恭敬聆聽法語，也圓滿了義福法師多年心中「拜見上人」的願。座談中慈悲與智慧交融，衆人以感恩的心發願，要將上人慈悲的法傳回日本，讓愛的種子在異鄉繼續萌芽，讓人間菩薩道，生生世世延續不息。



愛惜生命與資源 從減塑生活中實踐

■ 撰文／陳書慧

慈濟日本分會人文教室九月份的靜思語課，特別以「減塑生活」為主題，透過科學事實、環保教育與互動遊戲，帶領學員從生活細節中體會環保的重要。課程最後，以靜思語「可用的物資，都是值得珍惜的寶」做為結語，讓學生們將所學融入心中。

塑膠微粒警訊 減塑刻不容緩

課程一開始，徐麗霞老師分享最新的科學研究：空氣中、甚至許多動物體內，都已檢測到塑膠微粒。這個發現引起學員熱烈討論，也讓大家意識到，塑膠並非只是環境的負擔，更直接威脅到生態與健康。因此，「減塑生活」不再只是選擇，而是當下每個人都應積極實踐的行動。

在「垃圾變黃金」的單元裡，黃韻璇老師介紹如何正確進行資源分類，包括塑膠、寶特瓶、玻璃瓶、鋁罐、鐵罐與紙張。透過圖片與案例，學員驚訝地發現，回收後的寶特瓶竟能再製成環保筆，甚至變成災區居民

所需的簡易桌椅。課堂上也特別分享二〇一〇年巴基斯坦水患的故事，說明證嚴上人如何因災民困境而推動環保資材研發，讓學員明白回收背後蘊含的人文關懷。

靜思語收攝 環保在心

最受學員喜愛的，莫過於「環保小尖兵」遊戲。上臺的學員們親手把不同物品放入正確的回收箱，邊學邊玩，樂在其中。課後，有家長回饋：孩子回家後主動提醒大人「垃圾要丟對地方」，把環保從教室延伸到家庭。

活動的最後，老師帶領大



■ 九月份靜思語課，以「減塑生活」為主題。攝影／洪秀瑩

生命缺口 以愛填滿

鄭春枝

■ 撰文／羅文伶

一九九九年三月十一日進入日本分會的志工鄭春枝，在日本生活已逾四十年。年過七十她總是笑容可掬。鄭春枝說：「我不太會煮飯，只會擇香綴拜。」因不太會煮菜，剛參加慈濟香積組時也只能幫忙洗菜切菜，「看久了慢慢就會了」她回想道。

一張照片 牽起慈濟緣

想起許多年前，當時小兒子不願升學讓她憂心如焚。某天，她走在街上，看到一棟大樓內掛著證嚴上人照片，以為是寺院，想找師父聊聊心事，便走了進去。迎接她的志工聽完她的傾訴後，便邀她上樓幫

忙香積，那天是她第一次參加慈濟活動。

在香積幫忙時，又遇見志工高淑惠。二〇一一年三月東北大地震發生後，日本分會要接待來自臺灣的賑災團隊，她跟著高淑惠和一群志工忙進忙出，也立志要向她學習。

草仔粿香 異鄉傳情

剛開始，她對「受證」一詞一無所知，是志工們的一路陪伴、鼓勵，讓她在二〇一三年，受證成為慈濟委員。她感恩地說：「能遇到大家，是我這輩子的福氣。」

除了香積她也熱心參與義賣、手語演繹。在日本的廚房裡，最能代表她的是那股「草仔粿」香。她曾為一位懷念家鄉味的罹癌患者，自製草仔粿，並親手送到醫院去，讓人非常感動。

坎坷人生 以法安身

春枝的一生並非都很順遂。十七歲因家貧早婚，半年後離異，獨自到臺北打工，再遠赴日本打拼。後來再婚，所幸日本先生對她很好，也很照顧她和留在台灣的孩子，婚後衣食無憂，然而二〇二四年，大兒子因車禍驟逝，成為她心中永遠的痛。

同一年，她還曾連續兩次因騎腳踏車跌倒受傷，分別住

院兩個月那段時間，法親輪流探望，二兒子也從美國飛回照顧。出院後，她更懂得「平安即福」的道理，「那時真的體會到，慈濟是一個充滿愛的大家庭。」

生命有裂縫，正因如此，光才能透進來。鄭春枝用一生實踐證明：只要心中有法、有愛，無論身在何方，人生都能綻放柔軟而堅定的光。



■ 1 志工鄭春枝(右)迎接「駐日台北經濟文化代表處沈淳先生」簽名報到。攝影／陳文絲
■ 2 拿手的「草仔粿」。攝影／李淑娟

桂花滿庭香 愛心行動在石卷

■ 撰文／羅文伶

十月十五日清晨，東京志工林真子、王美玲與羅文伶出發前往慈濟新設立的東北聯絡點「石卷共修處」，十七日志工郭惠珍也加入行列。志工們連續三天在當地共修、交流，並全力準備十八日至十九日於大船渡市舉辦、以慰勞遭受森林火災鄉親的「水餃交流會」。

以行入心 手採桂花 話竹筒

抵達當日，石卷共修處院子裡三棵桂花盛開，空氣瀰漫淡香。志工在共修處院子裡盛開的桂花樹下採集花朵，準備



於大船渡活動中沖泡桂花茶。滿樹菊花瓣隨搖落下，空氣瀰漫淡雅花香。林真子分享，眼前景象讓她想起花蓮靜思精舍常住師父與志工耕作農園的畫面，深感「勤耕惜福、以法入行」的精神。她說，雖然自己當時未動手耕作，但看著師父們用心照顧土地，能感受到清淨與法喜，「蔬菜與茶樹不只是食物或裝飾，更是修行的一部分。」

溫暖心意的延續

為了活動順利進行，三位東京志工抵達石卷後，由培訓志工郭英接待，並在東北第一顆種子張君帶領下，一邊準備水餃餡料，一邊拜訪3・11時期認識的老朋友。

志工們依約前往龜山千代志先生家中探訪，恰巧奈良坂京子女士也在現場，與志工閒話家常。交流中得知，龜山先生近期脖子活動不便，行動略受限制。志工們細心關心他的身體狀況，詢問日常所需並聊近況，談話氣氛溫馨輕鬆。自3・11以來一直支持慈濟的龜山先生表示，雖然捐助的金額不多，希望能夠為颱風受災的鄉親盡一份心力。

在3・11賑災期間，東京志工的住宿曾受到經營民宿的奈良坂京子女士的照顧。她表達對受災的鄉親感到擔憂，也希望能夠捐出一份心意給慈濟，為需要的人帶來溫暖與支持。她也表示，這份心意和行

次日五位志工前往「富有愛心店」（註：置放慈濟「愛心竹筒」之店家），與小山先生及紫桃孝幸、順子夫妻聚會交流。志工分享慈濟「竹筒歲月」精神，源於證嚴上人號召三十位主婦每天節省五毛錢，一個月集得四百五十元，用於購買油與物資幫助貧困家庭，象徵「小錢行大善」的起點。

林真子談到，二〇一一年東日本大地震時，慈濟募得五十億日圓善款，正是日常匯聚的善念跨越國界的結果。她表示，每一份心意都在延續、累積，匯聚成溫暖的力量。

正如林真子所說：「每一個人都能成為善的起點，當愛心連結在一起，世界就會變得更柔軟、更有光。」慈濟的行動再次印證了，無論時空、國界，真誠付出的善意都能生根、發芽，讓世界充滿希望與溫暖。

示：「這不是『我們很了不起』，而是大家的感情聚在一起，就能成就好事。」她進一步勉勵，真正的富有不在金錢，而在於心是否充滿愛與關懷，「每個人都能成為善的起點，當愛心連結，世界會更柔軟、更有光。」

王美玲分享，慈濟在土耳其援助花蓮地震（二〇二四年）時，有當地孩子捐出零用錢。一位小男孩雖無現金，將想捐的金額寫在紙上，由志工代為換成現金投入捐款箱。林真子表示，這不只是金錢，而是孩子對世界的承諾；張君則指出，善念能自幼萌芽，未來成為連結世界的力量，如3・11賑災後延續至今的援助網絡。

紫桃孝幸與順子夫妻已連續半年參加共修處舉辦的《行願半世紀》日文讀書會。孝幸



■ 1 志工們在石卷共修處院子裡採集桂花。攝影／郭英

■ 2 新鮮桂花泡出的桂花茶，香氣淡雅。攝影／郭英

■ 3 石卷市第一家響應「富有愛心店」募心募愛活動的台灣料理店，志工前往回收善款，店家表示要捐給花蓮光復鄉因颱風受災的居民。攝影／張君



水餃子交流会 心温まるひととき

■ 訳 / 朱家成・文 / 陳思道 羅文伶

今年二月から三月にかけて、大船渡市三陸町において山林火災が発生し、約百棟の住宅が被害を受けました。慈濟では見舞金の支給を実施し、65世帯・193名の方々が支援を受けられました。支給活動終了後も、慈濟ボランティアは被災された皆さまを継続的に訪問し、心に寄り添う支援を行うことを計画しました。

3・11のご縁をつなぐ
寄り添う行動へ

大船渡市の地元ボランティアである平山睦子さんは、活動会場の調整や地域の皆さんへの広報を担当しました。平山さんは積極的に地元紙「東海新報」を訪問し、慈濟による支援活動の実施について、記事として掲載していただくよう依頼しました。

平山睦子さんは、次のように語りました。「十四年前の東日本大震災、3・11の天津波以降、慈濟ボランティアの皆さんから温かい支援を受けて続けており、心から感謝しています。今回、私の故郷である三陸町で山林火災が発生した際にも、慈濟の皆さんが再び支援してくださったことに、改めて深い感動を覚えましました。」

彼女は、「これまで『奉仕』という言葉は知っていました

が、実際に行動に移すことはできていませんでした。しかし、慈濟と出会い、人に寄り添うとはどういうことなのかを学びました」と語りました。さらに、二ユーヌを通じて台湾・花蓮県光復郷が台風により被災したことを知り、同郷の被災者の方々のために寄付を行いました。

手作り餃子を通じて生まれた
温かなひととき

十月十八日午前九時三十分、石巻のボランティアが大船渡市長里地区の「綾姫会場」に到着しました。当日は、朝に東京を出発した六名の東京ボランティアも合流し、活動を支援しました。

石巻共修処のボランティア張さんは水餃子作りを得意としており、この日は講師役を務め、餃子の餡作りから生地をこねて伸ばし、包み、茹で

し、ご縁として皆さんに届け
てくださいました。

正午頃には、山林火災の被災者である袖野雄さんが、六人家族で会場を訪れました。末っ子の男の子が恥ずかしがって会場に入ろうとしないとき、ボランティアはすぐに温かな水餃子を届けましたが、男の子はさらに照れてしまい、車の座席の下に隠れてしまいました。そのとき、慈濟の次世代の謝承軒さんが、事前に準備していた餃子をテーマにした絵本『餃子はどこへ行ったの?』と七巧板（知育パズル）を取り出し、やさしく読み聞かせを始めました。すると男の子は次第に安心して、ついに車から降りて会場へ入ってきました。最初は両親の後ろに隠れていましたが、謝承軒さんが絵本と七巧板で寄り添い続けるうちに、少しずつ心を開き、やがて笑顔でお菓子を口にするようになり

るまでの一連の工程を丁寧に指導しました。参加者とともに作業を進めながら交流を深め、完成した水餃子を皆で味わいました。

また、ボランティアたちは四月の見舞金支給の際に、特に継続的な寄り添いが必要とされていた数名の方々に、綾姫ホールの村上芳春さんに近況を確認しました。最近の状況が落ち着いていると伺い、参加者一同、安堵の表情を浮かべました。餃子作りを終えた後には、地域の皆さんが出来上がった水餃子を手で、笑顔で記念写真を撮影しました。

橋本さんは、自宅近くで慈濟ボランティアが配布していた活動チラシを目にし、今回の活動に参加されました。「思っていたよりもずっと簡単でした。普段は料理をする際、レシピを見て分量を量りますが、今回は『目分量（目で見

て調整すること）』を学ぶことができ、とても新鮮で達成感がありました」と、笑顔で話してくださいました。

また別際には、「このような活動を開いてくださった慈濟に心から感謝しています。皆さんとおしゃべりしながら手を動かし、楽しく学ぶことができ、何気ない朝がとても特別で幸せな時間になりました」と語られました。

思い出と笑顔を包み込んで

イベント中、渡邊さんは手際よく、終始笑顔で餃子作りに取り組んでいました。子どもたちがまだ小さかった頃に、家族みんなで焼き餃子を包んだ日々を思い出しながら、次のように語られました。

「当時は子どもが三人おり、現在は主人と二人で暮らしています。今日こうして餃子を包んでいると、多くの思い出

大船渡市の地元ボランティア水野貞一さんは、活動に参加した後、慈濟ボランティアに対し、自身の地域でもぜひお茶会を開催してほしいと、声をかけていました。

また、隣接する釜石市のボランティア伊東信一さんは、脳梗塞の後遺症により身体の動きが不自由になった後も、慈濟のイベントには欠かさず参加しています。この日も梨を一箱持参

ました。心のこもった愛と寄り添いが、子どもの不安と緊張を、信頼と安心へと変えていきました。

新芽奨学生に寄り添って

十九日には慈済ボランティアが、現地で新芽奨学金を担当している数名のボランティアと交流しました。岩鼻清一先生ご夫妻も、日頃から貯めていた硬貨を持参し、台湾で発生した台風の被災者支援のために寄付を行いました。

今野さんは、山林火災発生後、ボランティアと共に被災状況の確認を行い、会場の借用や被災者への広報などに協力してきました。今後は、地域の新芽奨学金ボランティアとしても活動していきたいと話しています。また、今野さんは平田公民館の館長でもあり、将来的に同館で慈済のお茶会を開催する約束も交わしました。

帰路の途中、ボランティアたちは気仙沼市を通り、新芽奨学金を受けている牛渡冠土さんのご両親が営む飲食店を訪ね、店内で昼食をいただきました。牛渡さんのご両親は、慈済の支援によってお子さんが無事に学業を修められていることに、深い感謝の思いを慈済に寄せていました。

その後、仙台駅に到着したボランティアたちは、列車を待つ時間を利用して、仙台で学ぶ新芽奨学生たちとの交流を行いました。

和食料理を専攻し、来年三月に卒業予定の村上斗輝（トキ）さんは、卒業後、東京のホテルで料理人として働く予定です。ボランティアは、休暇の際にはぜひ東京の慈済を訪ねてほしいと声をかけました。

また、教師を志す佐藤優輝（ユキ）さんは、今年四月に大学一年生となり、夏休みには地元の学校で積極的に実習に取り組み、経験



■ 新芽奨学生さんと一緒にボランティアが和やかに語り合っていました。
写真 / 思道

を積んでいました。

家庭環境が厳しい中でも、素直で前向きに学ぶ学生たちの姿に、ボランティアたちは大きな喜びを感じました。そして、慈済の精神を分かち合い、将来は「手のひらを下に向けて人を支える存在」になってほしいとの願いを伝えました。

数日間になれたる心に寄り添う活動の中で、大船渡市の山林火

東北には慈済の拠点である「石巻共修処」があります。現在は慈済委員の張君さんが一人で担っています。彼女は地元ボランティアと共に、今年二月に発生した大船渡の森林火災で被災された方々への活動を続けます。

十月十八日にも再び近況の把握に現地を訪れるというので、東京のボランティア四名も、一足先に、その三日前から応援のために現地入りし、十月十五日には石巻共修処に到着、事前の準備作業に取り掛かりました。ボランティアたちは時間とご縁を大切にし、十七日には石巻のメンバーと共に、近隣住民の家庭訪問を行いました。

皆で協力し障子を張り替える

千葉おばあちゃんとの出会いは、震災時にお見舞金を受け取られた伊藤幸子さんからの紹介

おばあちゃんの和室障子を素人ママが張り替え

訳 / 邵世軒・文 / 羅文伶・写真 / 林真子

日々の暮らしの中で、善縁と互助の精神は、ふとした瞬間に芽吹くものです。東日本大震災（3.11）での炊き出しやお見舞金の配布から始まったご縁は、日々の訪問や修繕のお手伝い、住まいの片付けへと形を変え、今日まで続いています。慈済ボランティアは、支援を必要とする方々がいれば、今も変わらずきめ細かなサポートを続けています。

■ 千葉おばあちゃんの家障子の修繕をするボランティア達。写真 / 林真子



1



2

でした。昨年十二月中旬にボランティアが初めて訪問した際、おばあちゃんは一人暮らしで足が不自由なため、一日の生活のほとんどを居間で過ごしていました。ボランティアが慈済の月刊誌を届けると、彼女は嬉しそうな様子でした。その際、張師姉はおばあちゃんの家の庭に物が山積みになっていることに気づきました。

新年を迎えるにあたり、ボランティアたちは、「おばあちゃんに清々しく落ち着いた気持ちで新年を過ごしてほしい。」と片付けを手伝うことにしました。まずは庭から、そして室内へと、少しずつ整理を進めました。居間から外を眺めると、青々と茂る草花が見えます。おばあちゃんは「蝶が来ると、何かいいことが起こるのよ。」と笑顔で話してくれました。

十月十七日、晴天に恵まれた

朝。石巻共修処の張師姉が運転する車で、東京からのメンバーと研修ボランティアの郭英さんは、一人暮らしの千葉百合子おばあちゃんの家に向かいました。この日で四回目の訪問です。玄関を開けると、畳の上に座った千葉おばあちゃんが温かく迎えてくれました。

おばあちゃんの家の障子は、飼い猫が破ってしまった大きな穴が開いており、冷たい風を遮ることができなくなっていました。ボランティアたちは皆、障子張りに関しては素人です。最初は「こうじゃない。」「急がないで。」「私がやるわ。」「あなたが貼って。」と賑やかでしたが、力を合わせるうちに息が合ってきました。次第にコツを掴み、最後にはプロのような仕上がりに。皆で助け合い、合計八枚の障子を見事に修復しました。

「お元氣ですか？」

地域の絆を訪ねて

同日の午後、ボランティア一行は奥田登美子さんのものを訪れました。彼女の夫、奥田正行さんは東北のボランティアとして、震災時に慈済と出会いました。お見舞金配布の最終日、「自分にできる恩返しです。」「彼は小銭でいっぱいになった慈済の貯金缶（福慧珍粥）を二つ持参されました。以来、茶話会や祈福会など、いたる所に彼の献身的な姿がありました。妻の登美子さんも地元の民生委員を務め、慈済の「竹筒（募金）会員」でもあります。ご夫婦は長年、地域のために尽くされ、深い信頼を寄せられてきました。

二〇二四年十二月に正行さんが他界され、ボランティアたちは登美子さんを元気づけようと訪問しました。彼女は「時々体が痛むこともあるけれど、身の回りのことは自分でできる

わ。」と笑顔で話しました。一度、階段から激しく転落したことが一番大変だったと振り返り、「あの時は本当にきつかった。階段を一段一段、ゆっくり上るしかない」と言います。それでも人に迷惑をかけたくないと、できる限り自分の力でやろうとする強さを持っています。

最後に、彼女は優しい微笑みを浮かべて言いました。「体は以前のようにはいかないけれど、自分で茶を淹れ、好きなものを食べられる。それだけで幸せよ。」

奉仕の中から学ぶ「智慧」

二人の高齢者を訪ね、温かい気持ちで一日を過ごしたボランティアたち。東京のボランティア、美玲さんは、千葉おばあちゃんの家での出来事を振り返ります。メンバーのほとんどが障子張りの経験がありませんでした

が、幸い、自分には若い頃に経験があったため、舵取り役をさせていただきました。貼る前にまず『下地』を整えることが大切であること、木枠の埃や古い紙をきれいに取り除いてこそ、仕上がりが平らで丈夫になるとをお伝えし、あとは皆で協力しながら、心を込めて枠を拭き、糊をつけ、紙を貼りしました。

途中失敗したりしながらも、お互いに助け合い、補修を重ね、すべての障子が真新しくなりました。整った障子を見た千葉おばあちゃんは満面の笑みを浮かべ、何度も感謝の言葉を口にしました。また、それを見たおばあちゃんの友人からも、「うちも破れているから、ぜひまた来てほしい。」と頼まれるほどでした。



3

- 1 障子の木枠の埃や古い紙をきれいに取り除いた様子。写真 / 林真子
- 2 障子の貼り替え後、掃除の手伝いをするボランティア達。写真 / 林真子
- 3 障子貼りと掃除が終わり皆でポーズ。写真 / 羅文伶

31



動。撮影/王孟專

京都に咲く愛の花 新たなボランティアと共に築く善の循環

今回、二回目となる活動に総勢二十三名のボランティアが参加。そのうち十名は初参加であり、三名は地元の日本人ボランティアでした。彼らは台湾や中国語に関心を持ち、善の行動を通して文化交流を深めたいと願っての参加でした。

■ 訳 / 吳俞輝・文 / 施燕芬・王孟專

二〇二五年十一月九日、京都はしとしとと細雨が降り、気温は十一度ほどと肌寒い一日でしたが、慈済ボランティアたちの熱意は、その寒さを吹き飛ばすほどの温かさを持っていました。

地元の新しい力 新たなボランティアの参加

山本雅章さんは新聞社の元記者で、何度も台湾を訪れたことがあるそうです。昨年四月から中国語を学び始め、慈済に自ら連絡を取り、子ども食堂の見学をきっかけに今月から本格的にボランティアに参加、ボランティアの陳盈さんと一緒に「静思語」の説明を担当しました。山本さんは積極的に活動に参加し静思語の奥深さに感銘を受けた様子で、自身の気づきを日本の友人に楽しそうに共有していました。

また、日本の浄土宗・六渡山専称寺の住職であり、中国出身の釋義福法師も参加。関西地区の慈済活動に何度も参加されている法師は、今回は知恩院「仏女会」の講師として教え子二名と共に参加してくださいました。

そのうちの一人、堤理恵子さんは元音楽教師で、これまで何度も台湾を訪れたことがあり「今日は初めてのボランティア活動。私はただニンジンやキャベツを切っただけですが、みなさんの動きがとてもテキパキとしていて、真剣に取り組んでいる姿に感動しました」と話されました。

彼女は配膳の手伝いをした後「感動して泣きそうです！ボランティアを体験して本当に法喜を感じました。日本の子どもたち、高校生、大学生のためにここまで尽くして

届けることができるという提案でした。

若者の参加が温もりを広げる

この日参加した若者は七名。短期留学生や社会人、ウェブサイトのボランティア募集を

通じて慈済を知り、参加した人もいました。

范姜建發さんは京都の語学学校に半年ほど通っており、ボランティアの張玲英さんの紹介で初参加。「日本語を使って日本人と交流し、意義ある

活動を通して精神的なものを広め、愛と関心を分かち合えたことがとても充実していて、素晴らしい体験だった」と語りました。

社会人の林育徳さんは「留学時代に多くの人に助けられ

くれて、心から感謝します。ありがとうございます！」と語ってくれました。

京都府福祉協議会の職員の原伸子さんは、子ども食堂の運営経験がある西川昭寛さんご夫婦を連れて会場を訪れました。ボランティアは早速、できたての野菜あんかけご飯をふるまい、意見を伺いました。西川さんは「今日の野菜あんかけご飯、本当に美味しいですね。野菜の旨味をしっかり引き出している」と絶賛。

加えて地域との連携提案として、中京区の足立病院が企画する「宅配食材サービス」を紹介してくれました。これは二か月に一度、支援が必要な家庭に食材を届けるもので、慈済のボランティアが事前の箱詰め作業を手伝い、その中に子ども食堂の案内チラシを入れることで、必要な情報を



2

■ 1 館内放送をきっかけに、子ども食堂の活動に若者たちが集まりました。ボランティアがクイズで交流し、会場にはあたたかな笑顔が広がりました。写真 / 陳靜慧

■ 2 子ども食堂の活動に次々と人が集まりました。若者のボランティア達が案内しました。写真 / 王孟專

た経験があるので、今はその感謝をもって恩返ししたい」と語ってくれました。

呂幸融さんは台湾で骨髓提供を行った経験を持つ方で「二〇二二年に骨髓幹細胞を提供し、それから三年、今も元気に過ごしています。誰かの助けになれたことが嬉しい」と話しました。彼女のお母さんも慈済のボランティアで「日本に来たら慈済の活動にも参加してみたら？」と勧めてくれたそうです。「今日は料理の手伝いをして、多くの人の役に立てたことが嬉しい。これからも参加したい」と微笑みました。

この日の子ども食堂のメイン料理は、文武さんとその奥様・王旭さんによる野菜たっぷりの五目あんかけご飯。ふたりはこのほど慈済の委員、慈誠となつたばかり、心を込

めて作られた料理は参加者全員から絶賛されました。キッチンの一隅では、ボランティアの孫素秋さんが、参加者のために昼食を準備。「しっかりと食べてね」と声をかけ、異国の地で活動する若い世代に「まるで家にいるような温かさ」を感じてもらえるように心配りをしていました。

ボランティアの張玲英さんは、この日の子ども食堂の外回りを担当し、事前の準備や地元ボランティアの招待も引き受けてくれました。「みんなが心を一つにして喜びをもって活動できれば」との思いを込めての取り組みでした。

活動は午後二時



■ 1 義福法師と京都府福祉協議会の原伸子さんが手伝いに来ました。写真 / 王孟專

■ 2 ボランティア達は出来上がった炊き出し料理の美味しい盛り付けを検討中。写真 / 王孟專

生死を超えた異国で叶った 人生最後の願望

撰文 / 施燕雪・王孟專



■ 告別式では、ボランティアがご遺族の悲しみに寄り添い、共に冥福を祈りました。写真 / 施燕雪

慈済の長年のメンバーであった八十七才の張女史は、生涯を通じて敬虔な仏教徒であり、いつも善の心を持ち、花蓮の靜思精舍を常に敬愛してきました。張女史は若い頃日本を訪ねたことがあって、「もう一回お寺で仏様を拝み、景色を眺めることができれば、もう心残りはないよ」と子供達に語りました。

子供達は母親の言葉をすべて心に留め、夢を叶える旅を計画しました。昨年、家族は富士山を見るため母に付き添って東京へ行きました。今年、母の夢の中で見た光景——「たくさんの観音菩薩と仏様。日本に居るみたい」を綿密に調査し、母の願いをもう一度叶えてあげようと、母親を京都へ連れて行くことにしました。

夢と人生
最後の願いを京都で叶える

十一月五日、一家は京都に到着しました。老婦人は子供や孫達に支えられながら、ゆっくりと寺院に足を踏み入れました。走行困難のため、おばあちゃんが参拝したい場所を見逃さないように、子供達はおばあちゃんの手椅子を両脇に抱えて階段を登っていきました。京都の三十三間堂に入り、莊嚴観音様を目にしたとき、あまりの感激で、おばあちゃんは「もう死んでも悔いはないよ」と思わず口に出しました。これは、張女史の最後の心願を叶えたことになることは、誰も想像してなかった。

その夜、老婦人は突然胸の圧迫感と激痛に襲われ、京都第一赤十字病院に緊急搬送されました。医師は急性心筋梗塞と判断し、直ぐにEMCO（体外式膜型人工肺）の装着処置をしました。莫大な医療費、慣れない言葉の壁とその上突然の出来事に直面した家族たちは途方に暮れて、

パニックに陥りました。

家族はすぐに台北駐大阪経済文化弁事処に連絡を取り、支援を受けました。その後、友人から「慈濟日本支部に連絡してみてもどうか」と提案されました。九日、台湾支部からの知らせで日本のボランティアに直ぐに連絡が入りました。その夜、ボランティアの施延雪と孫素秋が事態を確認するため病院を訪れました。

人生は儚い 温かい支えが何よりも大切

ボランティアがここに到着した時、病院側も患者さんの容態が急変した場合、ご家族がいなことさらに困難になることを心配し、ご家族との連絡を急ぎました。ボランティアは緊急時に病院とご家族の間で連絡が取れるよう、電話番号を残していきました。後に判明したこと

ですが、ご家族全員が莫大な医療費を捻出するため、一時的に台湾に帰国せざるを得なかったこのことです。

翌日、主治医から、患者の容態が安定し、ECMO（体外式膜型人工肺）の取り外し準備を進めていることを伝えてきました。しかし、心臓への負担が耐えられるかどうかは依然として不透明で、いつ心停止に陥ってもおかしくない状況なので、取り外しには家族の同意が必要でした。このことを知った家族は、「最悪の事態を想定しています」と回答しました。そこで、主治医が再度電話で意思確認を行った後、その日の午後にECMOの取り外しが行われました。ボランティア通訳の協力もあり、手続きはスムーズに進みました。

しかし、人生は儚いものであると言われているように、十日午後十一時半頃、老婦人は安ら

かに息を引き取りました。ボランティアたちはすぐに「ETM」で遺族に連絡を取りました。その夜、台湾を台風が襲来し、息子さんと孫娘さんは一刻も早く母の元へ帰れる便に乗りうつと空港へ急ぎました。

ようやく孫娘さんは十一日午前十一時に関西空港に到着する便を予約し乗ることができました。ボランティアの中村省吾夫婦は既に空港で待機しており、ボランティアの施延雪は葬儀社への連絡を手伝いました。ボランティアの中村ご夫婦は孫娘さんを病院へ付き添い、ご遺体を確認した後、葬儀社が安置場所へ搬送するのを見守りました。

病院で死亡診断書を受け取った後、ボランティアたちは遺族に付き添い、区役所で火葬許可証を受け取り、急いで大阪へ戻りました。その夜、息子の張さんも関西空港に到着したことを

知り、ボランティアたちは再び往復して迎えに行き、午後九時半に到着しました。ボランティアたちの付き添いにより、遺族たちも異国の地で温かいひとときを感じ取ることができたでしょう。

翌日、ボランティアたちは遺族に付き添い、病院と莫大な医療費について話し合いました。ボランティアたちは通訳やコミュニケーションを通して、総額は約八〇万円の医療費用は既に支払った四〇〇万円の他、残額を月賦で支払うことで、診断書と必要書類の取得し得て、遺族の負担は大きく軽減されました。

異国の地での見送り
孤独ではなかった別れ

葬儀一式の手配については、ボランティアが葬儀場の提案を比較検討し、ご遺族の要望に添

えて、最も厳粛でありながら簡素な式を選びました。十三日の夜、ボランティアはご遺族に付き添い、葬儀場へ向かい、静かにお母様を看取り、優しくお別れを告げました。

十四日午後一時には、関西から九名の慈濟ボランティアも参列し、祈りを捧げました。お経を唱えている祝福な音色は空間を満たしました。最後に、ボランティアとご遺族は共に献花を行い、老婦人に莊嚴の別れを告げました。火葬と骨上げ（収骨）が無事に完了するまで、ボランティアはご遺族に付き添い、最も辛い時期を乗り越えられるよう支えました。

「皆さんに出会えて本当に幸運です」と張さんは言いました。慈濟が日本で一番頼りになる家族になるとは、想像もしていませんでした。ボランティアの皆さんが毎日送迎してくれたこ

と、温かいお付き合ひ、そして家族のように接してくれたことに感謝の意を表しました。また、台北駐日経済文化代表処の方々が、母親の書類と台湾の書類の氏名が一致していないといった問題をすぐに指摘してくれたこ

とにも感謝しました。

慈濟ボランティアの皆さんに見守られながら、張女史老婦人は最後の旅に出発しました。彼女の穏やかで悔いのない表情は、使命と親孝行を果たした家

族に、心安らかに台湾へ帰国することができました。ボランティアたちは皆、張女史がすべての執着を手放し、この旅が夢を叶え、完璧な別れとなれることを祈りました。



■ 1 ボランティア達が助念と祝福をしています。写真/施延雪
■ 2 おばあさんは家族と一緒にお寺巡りをしたことで、最後の願いが叶いました。写真/家族提供

能登支援三日間の訪問記

久しぶりの再会に心が温まる

訳／吳前輝・文／許麗香・吳惠珍・陳靜慧

十一月二十一日正午、東京の慈濟ボランティア四人、大阪のボランティア四人が、四月に続き、再び能登の仮設住宅に暮らす方々を訪ねました。金沢から能登へ向かう道中、時折激しい雨が降りましたが、穴水町に着くと青空が広がり、海の上に虹がかかっていました。まるで、この訪問をあたたく迎えるかのような幕開けでした。

午後、まず公立穴水総合病院を訪ねました。島中公志院長は不在でしたが、看護部長が対応してくださいました。二〇二四年に行った炊き出しやカフェ活動の思い出を、ボランティアとともに語り合いました。その後、ボランティアたちはA、B二組に分かれて、仮設住宅を訪問しました。

長く待ち望んでいた
まるで家族のように再会

A組のボランティアたちが到着すると、廣田おばあさんはすでに玄関先で待っていて、ボランティアたちを見るや否や感激して抱きしめてくれました。彼女は満杯になった竹筒募金箱を

差し出しながら「ずっと、いつ来てくれるのか待ってたの。ちようどあなたたちのことを考えてたら、電話が来たのよ」と話しました。廣田おばあさんは年金生活をしながら、自分で畑も耕しています。その生活の中で毎日一円、十円と募金を貯めてくださっている姿に、私たちは深い感動を覚えました。

帰り際、おばあさんは「柿はどう？少し持っていつて……」と言いながら、袋にいくつか入れてくれました。廊下を歩いているときに干してあった唐辛子を見て「唐辛子も？これで足りる？」とまた袋に入れてくれました。「玉ねぎは？」と勧めてくれたときは、皆慌てて遠慮すると「じゃあ……柚子とサツ



■ 若林おばあちゃんは俳句の賞状とその本をボランティアに見せてくれました。写真／陳靜慧

マイモにしようか」と言って、さらに袋に詰めてくれました。そんなふうにしてボランティアたちは手いっぱいのお土産とともに、廣田おばあさんの溢れる愛と温かさを胸に帰路につきました。

B組のボランティアたちは若林美恵子おばあさんのお宅を訪問しました。九十一歳になる彼女は若いころ幼稚園の園長をしており、昨年の地震で自宅が全壊したあと今は仮設住宅に住んでいます。俳句が得意で、これまで多くの賞を受賞しており、ボランティアの小野雅子さんとはよく連絡を取り合っています。ボランティアたちが訪れることを知り、玄関先でわざわざ待っていてくれました。

小さな部屋に四人の来客となると二人はおばあさんのシングルベッドに、残り二人は床に座りとなりましたが、若林おばあさんは丸い木製トレイにお菓子をたくさん並べ、まるで子や

孫が帰ってきたかのように、お茶を淹れ、果物を切り、大忙しでした。

ようやく座って落ち着いたおばあさんを囲んで、彼女の俳句作品が掲載された冊子から一句一句を読み上げながら、皆で鑑賞しました。別れ際には「新しい家を元の場所に建て直しているところで、来年には完成する予定なの」と話しました。「また訪ねてもいいですか？」と尋ねると「もちろん！必ずまた来てくださいねー」と、満面の笑みで答えてくれました。

ボランティアたちが、宿泊をさせてもらっている地元ボランティアの南里美さんの家に戻ると、テーブルには和風おでん、果物、サラダなどがところ狭しと並べられていました。皆、思わず歓声をあげ「ただいまー！」という気持ちでいっぱいでした。能登に帰ってきた、ここに帰ってきた、それはまるで自分の故郷に帰ってきたかのように

な、懐かしさと温かさに包まれた夜でした。

乙崎の昼食交流会

翌朝、慈濟ボランティアたちは七時半に、由比之丘仮設住宅へ向かいました。そこで、パー

トナーであり料理長でもある石河直さんと共に、昼食の「柚子風味の五目あんかけご飯」の準備を手伝いました。別のグループは、当日の交流会会場である乙崎公民館の設営を担当しました。

十時頃から、地元の方々が続々と会場に到着し始めました。一番乗りは山田紀子おばあさん。ボランティアが、石巻のボランティアが手編みした毛糸の帽子



■ 乙崎集会場にきた地元の方々が慈濟日本分會の月刊誌を読んでいます。写真／慈涓



■ 新田おばあさんは貯金箱を持参して慈濟に寄付。
写真 / 慈涓



■ やさしい音楽に包まれながら、皆で懐かしい民謡を口ずさみ、会場は温かく和やかな雰囲気満ちていました。写真 / 慈涓



■ 石河直さんが今回の炊き出し担当してくれました。
写真 / 慈涓



■ 司会者から「福慧紅包」の意義を聞くと、皆様が真剣な表情で耳を傾けていました。写真 / 慈涓

昼食の時間になると、立ち上る良い香りに「いい匂い！」と声が上がりました。石河直さんの二人の娘さんもお手伝いに来て、配膳を手伝ってくれました。参加された高齢者の皆さんからは、次々と賞賛の声があがりました。中には、昨年の温かい食事提供や見舞金の支援を思い出し、感謝と感動で目を潤ませる方もいらっしゃいました。

驚きの連続特別な三人の来訪者

一人目は、輪島塗田谷漆器の久保研二さん。妻と一歳半の娘さんを連れて、会場を訪れてくださいました。彼は慈濟が台北、台中で開催した「日本能登及び花蓮震災後の工芸復興展」の発展にも参加し、何度も台湾と日本を往復していました。この日は感謝の気持ちを伝える為にわざわざ訪問してくださったのです。久保さんは「慈濟や多くの方々の支援のおかげで、能登が

一歩ずつ自立と復興の道を歩んでいく姿を、多くの人に見てもらいたい」と語りました。

二人目の訪問者は、公立穴水総合病院の島中院長。事前連絡なく突然会場に現れ、参加者全員と熱い抱擁を交わしました。一緒に記念写真も撮り、大きなサプライズとなりました。

三人目は、料理長の石河直さん。彼はこの一年間「なぜ慈濟は、ここまで日本の為に尽くしてくるのか？」とずっと考えていたそうです。その支援の深さに心を打たれ、先月には自分の息子を花蓮へ送り、豪雨災害後の泥かきボランティアに参加させました。「花蓮の街中にあるなんて、本当に驚いた」と彼は語り「あいつたボランティアの力は、私たちも学ぶべきだ」と強く感じたと言います。

午後、交流会を終えた皆さんは、輪島市門前町に移動し、昨年見舞金を届けた際に知り合った友人を連れてきてくれました。その中の新田おばあさんは貯金箱を持参して慈濟に寄付。「もつと多くの人を助けたい」との思いからでした。さらに高田さんという男性は、途中で一度帰宅して竹筒を取りに行き「実家に戻るような気持ちで」持ってきてくれました。

この二日間の交流会は、日本語に流暢なボランティア小野雅子さんの司会で進行了しました。「五毛銭（五十銭）募金」や「竹筒歳月」の工品ソートの紹介に加え『無量義経』の「勇健操」や、懐かしの日本の歌も披露され、和やかな雰囲気包まれました。また、昨年の温かい食事の提供や見舞金配布の様子をまとめた短い映像も上映されました。参加者たちは映像を見ながら、自然と頷いたり、優しい笑顔浮かべたりと、あの日々の温もりが心によみがえってきたようでした。

最後には、司会による説明と

た上崎真理子さんを訪問しました。その時に偶然にも昨年訪問した神崎智子さんとの親族関係が分かり、さらに、友人の大倉好子さんも加わりました。三人の女性は、日頃から地域活動に熱心で、ボランティアたちを地域の調理可能なスペースや集会所へ案内してくれました。そして、来年お茶会を開催する可能性について話し合いました。

由比丘団地

再会の祝福と新たな一歩

十一月二十三日朝、最初の来場者がすでに姿を見せていました。それは、霞谷内冴子おばあさんでした。彼女は嬉しそうにボランティアに声をかけ「今日は、学生時代の同級生とここで会う約束をしたの。実は、三十年以上会ってなかったんだけど、地震で避難してこの団地にきたら、ある日偶然に再会してね。それからよく一緒にお

短い映像を通じて、證嚴上人の「福慧紅包」に込められた祝福の意義が伝えられました。参加者の皆さんは、紅包（ぼち袋の様な物）を手に取り、じっと見つめていました。その後、ボランティアが一人ひとりに近づいて、紅包に書かれた「静思語」の意味を丁寧に説明。会場は静かで厳か、そして温かい雰囲気に包まれました。

最後は、日本語の手話歌（愛と慈しみ）で心を一つにし、温かな雰囲気の中で茶会は締めくくられました。その後、石河直さんが用意した「野菜あんかけご飯」がふるまわれ、無農薬・有機栽培の食材が使われていることに、参加者たちは驚きと感動を口にしていました。食後は皆、名残惜しそつにもしっかりと約束を交わしました。来年の春、また会いましょう！



佛教慈濟慈善事業基金會
Buddhist Tzu Chi Charity Foundation

莫忘竹筒歲月初心 永誌法脈宗門弘願

May we never forget the initial spirit of the bamboo bank.
May we always remember the great vow of the Tzu Chi path.

初心不改，慈悲永續。
願行恆常，善濟人間。



【日本慈濟世界】
ホームページ

2026 令和8年 祈福感恩會

皆様のご来場を心よりお待ちしております

2/1 日

慈濟日本分會

午後 **13:00** 入場 ・ **13:30** 開場

東京都新宿区大久保 1-2-16 TEL:03-3203-5651

交通案内：副都心線 東新宿駅 B1 出口 地上出て右へ徒歩すぐ

2/8 日

慈濟関西地区
大阪連絡所

午後 **13:00** 入場 ・ **13:30** 開場

東大阪市川中 4-27 TEL:0729-66-3180 交通案内：大阪市営
地下鉄中央線学研奈良登美ヶ丘行 吉田駅⑤出口 徒歩5分