



信愛館だより

Vol.127
2018年5月号

発行／ケアハウス信愛館
近江八幡市北之庄町492-2
TEL／0748-32-2220
FAX／0748-33-7555
<http://www.shinaikan.com>
Mail／vories@zb.ztv.ne.jp

みよ、兄弟達が一つになって共に住むことは、(詩篇133の1)
なんというしあわせ、なんという楽しさであろう

「自分でコントロールできないことに悩まない」



社会福祉法人近江兄弟社地塩会
理 事 木村 隆司

自分でコントロールできないことに悩むことほど、ストレスがたまることはないのです。「自分でコントロールできることに全力を尽くす」ということです。とりあえず目の前の仕事を精一杯やることです。「人事を尽くして天命を待つ」と言います。本当に全力を尽くしていたら、あとは神様に判断を任せようという心境になれる。悩む前に、やれるだけやってみることが大切です。そういう習慣がつくようになれば、ストレスにも負けなくなります。全力で目の前のことにあたれるようになります。すると結果もどんどんでるようになるはず。それから「言い訳をしない」言い訳というのは、多分にウソを含みます。うそをつく、たとえそれがどんなに巧妙でも、世界で一人だけウソであることを知っている人がいます。それは、自分です。心理学的に言うと、ウソは深層心理にたまるそうです。そして、ストレスに変わります。言い訳は、その場しのぎにはなっても、自分の心にダメージを与えてしまうのです。まずいことを言ってしまったら、言い訳などせずに、正直に素直に、まず謝ること。素直に謝れば、ストレスはたまりません。

それから、「時には自分を甘やかせる」いつも自分にプレッシャーをかけ続けていたのでは、生身の人間ですから、それに耐えられなくなることもあります。時には自分を甘やかすのです。ただし、いつも甘やかしてはいけません。「時には」のバランスが大事です。「休むことは良くない」「とにかく頑張らないといけない」と、多くの人が思いがちです。そう教えられてきたというのかもしれない。いいのは、つらくなる前に、休むことです。「疲労と悩みを予防する第一の法則は《たびたび休養すること、疲れる前に休息せよ》である」体調の平均ラインというのがあるとすると、多くの人はその平均ラインよりかなり下に調整しておけば疲れても平均ラインになるだけなのです。この三つのストレスマネジメント法を実践することで、かなりストレスから逃れられると思います。ちょっとしたことを常に心がけておくことが大切だと感じます。



キリスト教 あいうえお「礼拝」

近江金田教会牧師 横田 明典

信愛館には金曜日に「朝礼拝」がありますので、礼拝がどのようなものかはご存知の方も多いかと思いますが。礼拝の形としてはいろいろありますが、人が集まって讃美歌を歌い、聖書を読み、祈り、聖書からのメッセージを聞くというのが基本的なスタイルです。教会の礼拝も基本的には同じです。

ただ「礼拝とは何か」「何のためのものか」については、考え方がいろいろとあって簡単に説明することは難しいのですが、基本的には「礼拝」という字が示すように、神様の前に出て「礼—神様に敬意を表し、頭を垂れる」の思いを持ち、「拝む」ということです。

つまり、神様という絶対者の前においては、私たち人間は小さな者であり、謙虚になって礼拝することです。このことは神様のみならず、他者への愛と奉仕の業へと促されるものでもあります。日頃の自らの行動や言動を省み、砕かれた思いをもって神様の言葉に耳を傾け、そして愛の業へと押し出される。それが礼拝において大切にすべきことだと思っています。

英語ではworshipとかserviceと言われます。直訳すれば「崇拜」「奉仕」ということです。この英語の意味からも礼拝の本質を考える事ができると思います。

◆ ぜんざいの会 (1 月 11 日)



ぜんざいの会を開きました！
温かく、甘い味に
皆さんほっこりされています。



◆ 竹行灯展 近江八幡まちや倶楽部 (2 月 13 日)



竹行灯の見学にでかけました。
評議員の中谷哲夫様の作品も展示されていました。
細やかな細工に驚きです！！



◆ お餅を食べる会 (3月2日)

はじめて**ずんだあん**を提供しました。
あまりのおいしさに、おかわりされる方も！！



◆ 絵本を読む会 (3月22日)



入居者の鶴谷頼子様に絵本を読む会を開いていただきました。
たくさんの方が参加されました。



◆ お花見ツアー (4月2日)

安土城跡周辺



◆ 中路融人展 (4月11日)

てんびんの里五個荘



◆ お寿司バイキング (4月11日)



お寿司バイキングを開きました。
目の前で握って頂くお寿司は格別おいしいです！！
みなさんたくさん召し上がられていました。

◆ 新しい入居者の声

M.M

「これは奇跡としか言いようがない」と私は美しい緑鮮やかな畑の間をまっすぐに西の湖にのびる白い道を歩きながら思いました。

大阪の商人の家に生まれ、戦災で焼け野原になるまで、私達の遊び場は大丸の屋上だったと母は言ったものです。その後もずっと、街で育った私の田園生活への憧れは相当なものだったのです。

5人兄妹の末っ子で、極度の引っ込み思案だった私を心配した母がバレーを習うように命じた事も、その教室が教会の幼稚園のホールだった事も、誘われてその教会の日曜学校へ行った事も、ずっと後の事です、キリスト教精神の学校で学んだ事も、聖公会系の児童養護施設で働くことになった事も、道形^{みちなり}に沿って運転するように、何も考えず歩んで来ただけですが、それは全てイエス様の導きであったと今は確信しています。

3年位前から友人と2人で毎週、み言葉と讃美の祈りのひとときを持っていたのですが、その人が毎月「湖畔の声」を貸してくださいました。その中にいつも「信愛館」の記事があり、こんな所で暮らしたいと思うようになりました。昨年の12月に見学に来ました時、ベランダから美しい景色を見せていただき、感動して、ほとんど即決した次第です。

神様の不思議な導きでここに来て、神様が創造し、保って下さっている美しい自然をベランダから眺めることのできる毎日。これは私にとっては、まさに奇跡です。感謝です。

皆様方がきめこまかに教えてくださいますので、ここに来て1ヶ月余りですが、もう長くここに住んでいるような気分です。ありがとうございます。



寒い季節もいつの間にかすぎさり、夏目前となりました。
どんどん暑くなる夏本番に向けて、熱中症・食中毒等の対策をしっかりしていきましょう。
今後もみなさんによりよい生活を送っていただけるよう頑張っていきたいと思います。

