

日本一幸せな  
健康長寿社会を目指す  
天草の地域情報誌

※のさる…「天の恵みを授かる」の意味

# のさる新聞

【名称】のさる新聞（無料）  
【編集】花咲 実  
【発行者】幸せラボ  
【所在地】天草市古川町1-8  
【電話】0969(23)3839  
【制作】のさる出版  
《平成26年4月18日初版発行》

# 天草遍路は皆の宗

天草遍路には国際社会に通じる貴重な価値がある  
天草にALTとして赴任したジャマイカのダリル・ロウさんは、天草八十八ヶ所靈場巡りに惹かれて、5年かけて遂に全ての巡礼を成満しました。



大矢野町の曹洞宗遍照院でご住職と参拝

## 真心は普遍的なもの

ジャマイカでの小学生時代、日本のアニメをテレビで見て育ち、日本に興味を持って、いつか日本に行つてみたいという希望が叶い、ALTとして赴任したところが天

草が世界遺産になつた理由は、潜伏キリストンの存在を知つて以来、誰も密告しなかつたこと、異教徒や異文化の人でもお互いの命や人格を尊重してたすけ合つたのが天草の人たちで、その歴史の基礎を作つたのが鈴木重成公であること。

このような事を、時には天草の人より分かり易く解説しています。



本渡町の染岳観音院で梵鐘を打つ体験



松島町樋合島の大師堂での参拝

## 般若心経をマスター

外国人にとつて特に漢字は苦手な日本語の一つです。

お経を唱えるとなれば、さらに難しくなりますが、なんとダリルさんは、流ちようには般若心経を唱えてお勤めをします。

その上、ダリルさんは日本人のガイドに負けないレベルでALTの後輩の先生たちに天草遍路の解説をします。

天草が世界遺産になつた理由は、潜伏キリストンの存在を知つて以来、誰も密告しなかつたこと、異教徒や異文化の人でもお互いの命や人格を尊重してたすけ合つたのが天草の人たちで、その歴史の基礎を作つたのが鈴木重成公であること。

そこで体験したことは、天草の人たちの優しさで、誰とでも和気あいあいと会話できる幸せでした。最初はたどたどしかった日本語も5年のうちに流ちようになつたのですが、そこで天草八十八ヶ所靈場の存在を知つて、お遍路をはじめました。天草中を巡つていろんな地域の人たちと仲良くなれるお遍路が大好きになり、ついにダリルさんは、天草八十八ヶ所靈場巡りを令和6年7月に成満されたのでした。

草でした。

そこで体験したことは、天草の人たちの優しさで、誰とでも和気あいあいと会話できる幸せでした。

最初はたどたどしかった日本語も5年のうちに流ちようになつたのですが、そこで天草八十八ヶ所靈場の存在を知つて、お遍路をはじめました。

天草中を巡つていろんな地域の人たちと仲良くなれるお遍路が大好きになり、ついにダリルさんは、天草八十八ヶ所靈場巡りを令和6年7月に成満されたのでした。

# 老人クラブでお遍路体験



お大師様は弘法大師のこと

天草中で昔から親しまれている「お大師様」は、実は弘法大師空海のことです。

空海は、今から1200年前に天草灘沖を遣唐使として唐に渡り、その後日本で初めて真言密教を開きました。



禅僧による座禅の指導



写仮体験で心を浄化



巨大な木魚を叩く体験

そんな方に朗報なのが、天草でも四国と同様に本格的なお遍路体験ができるということです。

しかも、天草には立派な寺院がたくさんあります。天草が幕府直轄の天領で、鈴木重成代官が天草島原一揆後、復興のために京都に負けないほど立派な寺院を天草中に建立しました。東向寺と國照寺の曹洞宗二ヶ寺、円性寺と崇円寺の淨土宗二ヶ寺は、天草の四ヶ本寺といわれ、徳川家の菩提寺として歴代將軍の御位牌が祀られています。

も、八十八ヶ所靈場を巡る時間や体力やお金の余裕がないという方がおられます。そんな方にお勧めなのが、天草でも四国と同様に本格的なお遍路体験ができると天草でも四国と同じように、一度体験したいお遍路さん

です。

天草はお大師様の島

天草の弘法大師信仰の歴史は古く、十六世紀にキリスト教が伝来する以前は、

天慶四年（西暦941年）に染岳観音院が真言密教の寺院として建立されて以来

天草中に真言宗の寺院がありました。

しかし、天草五人衆のキリシタン改宗と小西行長の影響で、昔からあつた寺社

仏閣が取り潰されて、その跡にキリスト教会が建てられました。

また、天草八十八ヶ所靈場は地域ごとに八組に区切

られていて、一組が十一ヶ

所の靈場で、車で一日で巡

れるコースになっています。

感謝は人の心を豊かにし、喜びで満たしてくれます。

しかし、多くの人たちが毎日感謝していると、幸

せに暮らせます。

しかし、多くの人たちが日々の雑事に追われ、目先

のことに囚われて不満やストレスで心が苦しい生活をして

天草に居ながら行つたことが

きるので、本格的な天草島

を網羅した靈場巡りで、

天草に居ながら行つたこと

ができない場所を巡ることがで

きので、本格的な天草島

を網羅した靈場巡りで、

天草に居ながら行つたこと

ができない場所を巡ることがで

きので、本格的な天草島

を網羅した靈場巡りで、

天草に居ながら行つたこと

ができない場所を巡ることがで

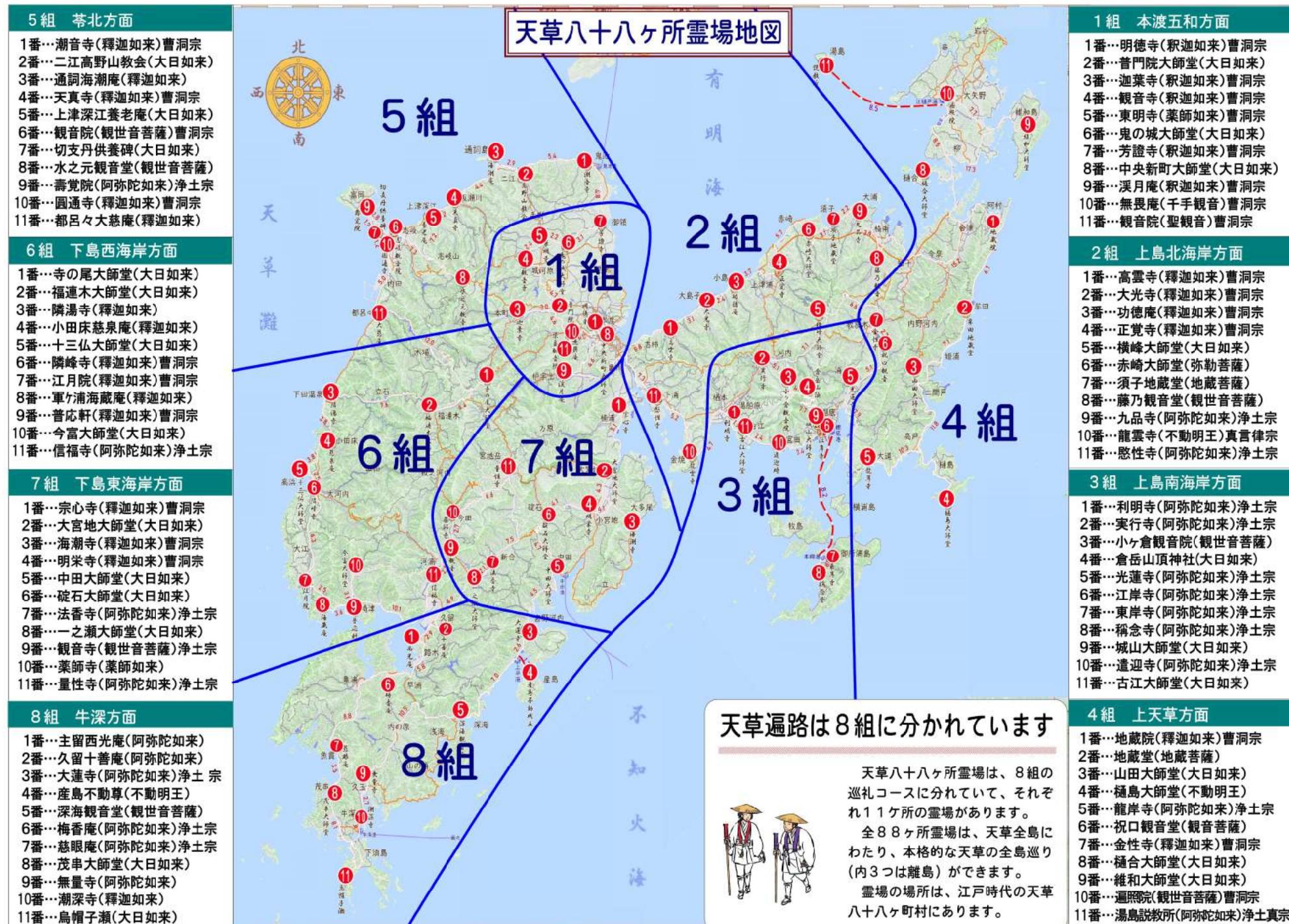
きので、本格的な天草島

を網羅した靈場巡りで、

天草に居ながら行つたこと

ができない場所を巡ることがで

きので、本格的な天草島



## 万五郎先生直筆の和歌と挿絵の豪華な御朱印帳！



由美かおるさんお勧めの万五郎先生直筆の御朱印帳(1,800円税込)だけでも価値あり大満足！

## お遍路の定番衣装4点セット！

まずは、形から入ると心も自然に整います。  
お手頃価格でお遍路4点セットをレンタル！



①スゲ傘

②和袈裟

③白衣

④金剛杖  
1日レンタルで  
2,000円(税込)

豊富な種類の地魚はもちろ  
ん、お米、野菜、果物、肉類  
が堪能できます。

その中で、なんといつてもそ  
の地で食べる料理は絶品です。  
天草島は自然環境に恵まれ  
ているので、どこに行つても

素材が新鮮で、美味しい料理  
も豊富で最高です。やっぱり  
食べる楽しみが一番です。

## 美味しい食事

から入ると心も自然に整います。  
お遍路の時だけ安価で借りられま  
すのでとても便利です。

せっかくお遍路をするなら形  
から入ると心も自然に整います。  
杖のお遍路の定番4点セットの  
貸し出しもあります。

だけでなく、スゲ傘、和袈裟、金剛  
杖のお遍路の定番4点セットの  
貸し出しもあります。

今まで巡るのには抵抗があるとい  
う人もいます。

そんな方のために、白衣だけ  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
うになっています。

天草の場合は、天草全島に  
わたり、本格的な天草の全島巡り  
(内3つは離島)ができます。  
靈場の場所は、江戸時代の天草  
八十八ヶ所にあります。

天草八十八ヶ所靈場では、四  
国と同じく御朱印が頂けます。  
天草の場合、四国の札所のよ  
うに各寺院で御朱印を頂戴する  
のではなく、あらかじめ墨書きで  
製本された御朱印帳に、巡った  
分だけ御朱印を押して頂けるよ  
う





多くの人たちから親しまれた「旅館白磯」



## 高浜寿芳窯に隣接する「旧上田家跡」



## 旧天草教育会館本館（現天草文化交流館）

赤崎伝三郎が高浜に建てた実家が現在の「旅館白磯」です。和洋折衷の珍しい建物で、存命中は、自宅を兼ね備えた多くの来客者をもてなす迎賓館の役割を果たしていました。昭和18年当時、木下恵介監督率いる映画ロケスタッフ一行が宿泊しました。

終戦後、赤崎伝三郎亡き後、赤崎家の豪邸は「旅館白磯」

## 「旅館白磯」のはじまり

日露戦争で日本が勝利すると、酒場は益々賑わい、ホテルジャパンや映画館を開業しマダガスカル島唯一の富豪と称されるほどの富を築きました。昭和4年、事業を譲つて帰国し、下田温泉にホテル望洋閣や高浜に豪邸を建てる一方で、日本赤十字社に寄付をするなど、公共事業に尽力しました。昭和20年5月、享年75歳で亡くなりました。

く調べて、インドの日本領事館に通報しました。

として開業しました。その後、地元の人じめ、多くの人たち白磚館の一つとして親しまれた。

「旅館白磯」は天草の数少ない国の登録有形文化財です。天草の登録有形文化財は、わずかに三つしかありません。「旅館白磯」の他に、「旅館白磯」から歩いて3分の場所にある高浜寿芳窯に隣接している「旧上田家跡」と、もう一つは現在の天草文化交流館となっている「旧天草教育会館本館」です。

**時代の変化の中で**　日本の戦後の復興、昭和の高度経済成長に伴い、天草では「雲仙天草国立公園」の指定、天草五橋の開通によつて天草を訪れる観光客はどんどん増加していきました。

時代の変化の中で

磯」の文化的価値を知る人や  
旅館としての存続を願う有志  
によつて、この度「旅館白磯」  
を復興する活動がはじまりま  
した。

現在、「高浜白磯協議会」  
が組織されて、毎月活発な話  
し合いが行われています。

その目的は、高浜地区振興  
のためと、国立公園である西  
海岸を中心とした天草町全体

「旅館白磯」もその一つで、時代の波にさらされて、かつては賑わった旅館も閉館となつてしましました。

した。  
さらに、令和時代に入り、  
新型コロナウイルスの影響に  
より、旅館宿泊業、飲食業は  
大打撃を受けました。

「高浜白磯協議会」では、現在「旅館白磯」を拠点とした新たな高浜のまちづくりを進めています。

頂くと、現在進行中の白磯の活動や、これから予定している楽しいイベントを知らせ致します。

白磯の活動を誰よりもよく知りたいという方は、登録料は無料なので、下記通りご登録ください。



# 脳はスマホで若返る！回想法で楽しく脳トレ

認知症ケアの第一人者川畠智先生と天草スマートカレッジが協働開発したスマホを活用した「回想法」は、脳の若返りだけでなく、日常生活が快適で楽しくなります。4つのコースがありますので、ご希望に応じてあなたに相応しい講座をお選びください。

## 回想法とは？

認知症ケアの第一人者である理学療法士の川畠智先生がお勧めの回想法は、認知症の予防や改善、心の安定、コミュニケーションの促進などの効果があります。

回想法は、昔の写真や音楽を聴いて、そこから過去の記憶をたどって、一対一で語り合ったり、グループで語り合うことで、脳の活性化、不安や孤独の軽減、自尊心や自信の回復、記憶力の維持や改善、精神の安定、コミュ



川畠智先生お勧め

ニケーション能力の改善、意欲、自発性の向上など、様々な効果があります。

## 語り合うこと！

回想法は、人と語り合うことで抜群の効果を發揮します。

特に楽しい会話は、脳を刺激して、幸せホルモンのセロトニンの分泌量が増えて、心を喜びで満たします。

逆に一人ぼっちで、誰も話し相手がない人は、心が暗くなりがちになります。



また、相手のある会話は常に脳を使うため、脳細胞が刺激されます。

回想法は、過去の印象的な出来事に焦点を当てて、人と楽しく会話するため、昔の快活だった自分を思い出し、自信を取り戻す効果もあります。

人は語り合うことで、様々なプラスの効果が生まれます。

## スマホで脳トレ！

天草スマートカレッジでは、回想法に加えて、スマホを活用して、過去の出来事やニュースを調べたり、曲の題名や歌手の名前や歌詞を調べて、さらに詳しく過去の出来事を回想していきます。

これにより、アナログとデジタルのバランスがとれて、最高の脳トレができます。

<b>体験コース</b>	<会場> 最寄りの集会場 <対象> スマホの初心者 <内容> 基本+スマホの楽しみ方 <受講費> 無料 <特徴> 講師対面(120分×1回) <期間> 要相談(随時開催)
--------------	--

<b>本校初級コース</b>	<会場> 社協本渡支所 <対象> スマホの初心者 <内容> 基本+便利アプリ <受講費> 3,000円 <特徴> 講師対面(90分×全6回) <期間> 年4回(1/4/7/10月開講)
----------------	---

<b>本校中級コース</b>	<会場> 社協本渡支所 <対象> スマホを大体使える方 <内容> AI、地図、カレンダー等 <受講費> 3,000円 <特徴> 講師対面(90分×全6回) <期間> 年4回(1/4/7/10月開講)
----------------	--

<b>リモート講座コース</b>	<会場> 天草各地の会場 <対象> 初心者～大体使える方 <内容> 基本+便利アプリ+脳トレ <受講費> 3,000円 <特徴> リモート講座(120分×全6回) <期間> 年4回(1/4/7/10月開講) <受付> 3月31日締め切り
------------------	--

**天草ケーブルネットワーク**

**LINE**

公式アカウントはじめました!!

登録方法

①二次元コードを読み取る



②追加を押す

どちらか片方押せば登録可能です



便利にご利用いただけるように  
アップデートしていきます!!

放送予定を見る
  

  
**放送予定**
  
[詳細を見る](#)

ご契約情報を知る
  

  
**各種契約情報**
  
[請求書発行等](#)  
[マイページ](#)

メッセージを送る
  

  
**再放送・投稿ニュースなど**
  
[リクエスト](#)

## 天草スマートカレッジ受講生募集 4月からはじまる6週間の講座



天草スマートカレッジ本校の様子

天草スマートカレッジでは、本年4月15日（火）より6週間の講座を開始いたします。コースによって開催日が異なる場合がありますので、受講の申し込みや、問合せ、ご相談は、下記へご連絡下さい。

【ご連絡先】080-4741-1887  
(山口)



詳しくはウェブでご覧になれます↓

**ご先祖様へ 感謝の気持ちを届けませんか**

# 墓地清掃管理サービス

サービス利用料金		
利用回数	利用料金	備 考
1 回	3,500円 (1基1回)	お墓の広さ、墓石の数により、利用金額に変動があります。(10m <sup>2</sup> を超える場合、複数の墓石がある場合は、別途お見積もりいたします。)

※複数回ご希望の方は、利用料金×回数の金額になります。

サービス内容	
基本作業	墓地内の除草及び枯葉やゴミ等の掃除と、手作業による墓石の水拭きを行います。(高圧洗浄機等は使用しません。)
供 花 (別途料金)	<p>ご希望により、生花等をお供えします。</p> <p>●供花料金 1対 1,500円(税込)</p> <p>※生花等については、時期により価格の変動がありますので、上記金額内で対応いたします。</p> <p>※宗派の関係で、生花以外の供花や造花などのご希望にも対応します。(実費の負担となりますのでご相談ください)</p>
その他	<p>※その他、故人の嗜好品などのお供え物を希望される場合は、墓地所在地の社会福祉協議会支所でお預かりし、作業時にお供えいたします。(遠方にお住まいの方は、お送りください。)</p>

※ご利用については、お気軽にお問合せください

支所名	住 所	TEL
本渡支所	亀場町亀川 1886-2	(0969)24-0100
牛深支所	牛深町 2286-103	〃 72-2904
有明支所	有明町赤崎 2010-9	〃 53-0110
御所浦支所	御所浦町御所浦 3527	〃 67-3782
倉岳支所	倉岳町棚底 1997-1	〃 64-3895
栖本支所	栖本町馬場 179	〃 66-3367
新和支所	新和町小宮地 669-1	〃 46-3770
五和支所	五和町御領 2943	〃 32-1076
天草支所	天草町高浜南 488-1	〃 42-0678
河浦支所	河浦町白木河内 223-12	〃 76-1401



《お墓の清掃管理でお困りの方へ》

天草市内にお墓があり、身体的な理由やご家族の都合で、墓地の清掃管理にお困りの方に代わり、天草市社会福祉協議会が、新たな福祉的視点でソーシャルファームの理念に基づき、登録団体等と共に、お墓の清掃や供花を行います。

お墓の清掃管理に対する不安やニーズにお応えする為、天草市社会福祉協議会が、地域の大切な空間であるお墓の永続的な管理に取り組みます。

墓地内の除草やゴミ等の掃除、手作業による墓石の水拭き、生花等のお供え、作業報告（清掃後の写真等の送付）、その他、ご依頼の内容にそつて、真心を込めて行います。

※ソーシャルファームとは

障がいをお持ちの方や引きこもりなどで、仕事を見つけることが困難な方へ、働く場を創りだし提供する取り組み。



社会福祉  
法 天草市社会福補協議会

三863-2201 王墓市五和町御領 2043 番地

TEI (0969) 32-2552 / FAX 32-2551



無料小冊子「感謝の三部作」プレゼント

読むとストレスが消えて喜びが湧く小冊子「感

「**村の三部作**」をご希望の方にプレゼント

- 1、極楽は感謝の世界
  - 2、感謝の名言集
  - 3、のさりに感謝



この小冊子（B6版80頁）が、少しでも皆さまの心の豊さにお役に立てたら幸いです。

ご希望の方は、下記のLINE公式アカウントより、  
ご氏名、郵便番号、住所、連絡先(携帯)を明記し  
て、お申し込み下さい。

お電話でも受付けていますので、ご連絡ください。

〈連絡先〉  
080-4741-1887(山口)

# 令和七年春の運勢判断



巳(み)	辰(たつ)	卯(う)	寅(とら)	丑(うし)	子(ね)
目立たないところで力を蓄えたり、良き指導者や先生（専門家）を探すべき時です。高級品を買うよりも、貯金したり大衆的なものを選んだりした方がよろしいです。焦らずに相手をその気させる戦略が功を奏します。	同じことを何度も繰り返すことが必要になります。現状維持に努める方が得策です。自己主張を控え、裏方や縁の下の力持ちに徹するのが良い方に向かいます。	ゆとりのある喜びと楽しみがあります。今まで準備してきたことに、発展・進出のチャンス到来！積極的に行動するのが吉です。新しくことを始めたり、いままで遠慮していたことにチャレンジするのは大いに吉です。	毅然とした態度で強気に押すのが良いです。良い方に進もうとするのに、邪魔なものは放置せずちゃんと排除すべきです。情にはだされず、不正や過ちを正すべきです。正攻法・正論で、直接交渉は吉です。	台風が来た時には、しっかりと戸締りをしていれば大丈夫です。難しいことは置いといて、いまは自分の身の回りをちゃんと整えておけば安心です。シンプルズベストで、単純で簡単なことを大切にすると良いです。	強引・無謀なやり方ではなく、相手を立てて事を進めるとうまくいきます。寄らば大樹の陰で、自分の力だけに頼らず、強い者の下について働いていれば、チヤンスが巡ってくる運気のようです。
亥(い)	戌(いぬ)	酉(とり)	申(さる)	未(ひつじ)	午(うま)
現在がピークポイントですが、これから少しづつ変化が訪れます。物質的には恵まれますが、精神的にはいま一つ満たされないかもしれません。問題は早めに解決した方が良く、困難な事柄には応援を頼むと良いでしょう。	正論も誠意も通らない状況があります。身近な人と口論して正そうと努力しても無駄に終わりそうです。それよりも、感情的にならず静観して、一歩身を引いて対応すると、禍は起こらず、事態は次第に好転します。	人や物が集まって来て、景気良く賑やかな様子。お金も集まって来る意味があるので、仕事関係も良い感じ。貧乏臭いやり方はケチがつくので、どーんと派手にやるのが効果的です。イベントやレジャーが盛んになりそうです。	今まで苦しみが続いてきた人には、その苦しみから解放される兆しです。逆に嬉しいことが続いてきた人は、その喜びが終了する兆しです。環境が変化する様相です。素手で事を為すよりも、道具を用いたほうが良いです。	進もうと思つても進めないので、止まつて時機を待つのが良いです。走つばかりより、一息入れるのが吉です。同じ事を繰り返すことになる様相で、目標を一つに絞り、それに向かって努力を積み重ねて行くのが良いです。	「損して得を取れ」の状態です。今は世話を焼いたり苦労したりする時ですが、それは後に実りとなつて返ります。春に種を蒔くと、秋に実りがある道理です。ボランティア精神が吉を呼びます。他者と分かち合うと吉です。

占陰陽



平安時代の陰陽師 安倍晴明が用いた抜群の  
的中率を誇る陰陽占術を用いて、あなたの  
干支の現在の運勢を占いました

干支開運判断

## いざとい時の防災研修

## 72時間自分の命を自分で守るために

東日本大震災級の激甚災害が発生すると、公的支援が間に合わずにライフラインが途絶え、断水、停電の中で自助と共助によって生き延びなければなりません。日奈久断層の活動が活発になる中、天草の人たちはどうしたらいいのか！2つの参考事例をご紹介します。

### 激甚災害を想定した訓練

昨年1月1日の能登半島地震の被災地では、未だに復興活動が進まず避難所生活を送っている被災者がいます。

これは、決して他人事ではありません。

今から233年前、いわゆる島原大変肥後迷惑の大災害時、有明海では30mを越える大津波が発生して、1万5千人の人たちが犠牲になりました。

天草の各所にその痕跡が残り、広瀬川を逆流した津波は本町新休の東向寺の山門に達した伝承が残っています。

天草は災害が起こらないといふのは、一つの神話のようなもので、かつて熊本県がホームページで「熊本県は地震が起きない

安全な地域です」とアピールしていたのですが、その実、2016年に熊本地震が発生して、その安全神話は崩れてしまいました。

日本は地震大国で、いつどこで激甚災害が発生してもおかしくありません。

何よりも大切なことは、激甚災害では公的援助が間に合わず72時間ライフラインが途絶えた中で、自力で自分の命を守り、共助で困った人を支援する防災能力を身につけておくことです。

そこで、天草市内で、激甚災害を想定した防災研修に取り組んでいる団体を2つご紹介します。

1つは、亀場地区振興会、もう1つは、天草市ボランティア連絡協議会です。



【亀場地区振興会の場合】

亀場地区振興会では、昨年11月16日～17日に1泊2日にわたり、避難所に指定されている稲南中学校の体育館で、激甚災害を想定した防災研修を実施しました。

協力団体は、天草市防災危機管理課、同社会福祉協議会、天草地域医療センター、南包括支援センター、天草拓心高校SBP部、本渡看護専門学校、天草市ボランティア連絡協議会、天草地域総合研究所です。

公的支援が難しい状況で、住民が自助と共助でいかにして生き延びるかを、地域で本格的に取り組んでいる防災研修として、とても参考になります。



【ボランティア連絡協議会の場合】

天草市ボランティア連絡協議会では、激甚災害で断水となった場合、1日2ℓ、3日間で6ℓの水を補給しないと命の危険に晒される状況で、いかにして水を確保するかをテーマに、泥水から真水に浄化する方法や、水やガスが無くても食料の補給ができる方法、さらに水洗トイレが使えない中で、どのように排せつ物を処理するかなど、より現実的で分かり易い防災研修を天草各地で実施しています。

天草市ボランティア連絡協議会の防災研修の受講を希望される場合は、下記へご連絡下さい。  
<天草市ボラ連事務局>  
電話 080-4741-1887(山口)