

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、天草八十八ヶ所霊場巡りに惹かれて、5年かけて遂に全ての巡礼を成しました。
まったく異なる歴史と文化のジャマイカの青年が、なぜ天草遍路に惹かれたのか、その心をたずねてみました。



般若心経をマスター

外国人にとっ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、流ちょうに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った理由は、潜伏キリシタンの存在を知っているが、誰にも密告しなかったこと、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ったのが天草の人たちで、その歴史の礎を作っ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。

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、いつか日本に行っ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



大矢野町の曹洞宗遍照院でご住職と参拝

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年のうちに流ちょうになったのですが、そこで天草八十八ヶ所霊場の存在を知って、お遍路をはじめました。

天草中を巡っている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、天草八十八ヶ所霊場巡りを令和6年7月に成満されたのでした。



松島町樋合島の大師堂での参拝



本渡町の染岳観音院で梵鐘を打つ体験

老人クラブでお遍路体験

天草で本物のお遍路ができる！
四国と同じように、天草でも本格的な八十八ヶ所霊場巡りができます。

一度体験したいお遍路さん

です。

四国遍路に関心があつても、八十八ヶ所霊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。

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、円性寺と崇円寺の浄土宗二ヶ寺は、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。

しかし、天草の人でもそのことを知る人は少ないのようになりまし

やがて、天草島原一揆後、天草には多くの仏教寺院が再建されました。そして、古くからあった天草の民間信仰「お大師様まつり」が盛んに行われるようになりまし

た。また、天草八十八ヶ所霊場巡りでは、大矢野島、湯島、維和島、樋合島、上島、樋島、御所浦島、下島、通詞島、産島、天附島の全部で十一の島を巡ります。

また、天草八十八ヶ所霊場は地域ごとに八組に区切られていて、一組が十一ヶ所の霊場で、車で一日で巡れるコースになっています。

次の頁の「天草八十八ヶ所霊場地図」をご覧ください。と分かるように、天草の全島を網羅した霊場巡りで、天草に居ながら行ったこと

がない場所を巡ることができるので、本格的な天草島巡りができます。

全島巡りができる

天草八十八ヶ所霊場巡り

では、大矢野島、湯島、維和島、樋合島、上島、樋島、御所浦島、下島、通詞島、産島、天附島の全部で十一の島を巡ります。

また、天草八十八ヶ所霊場は地域ごとに八組に区切られていて、一組が十一ヶ所の霊場で、車で一日で巡れるコースになっています。

次の頁の「天草八十八ヶ所霊場地図」をご覧ください。と分かるように、天草の全島を網羅した霊場巡りで、天草に居ながら行ったこと

がない場所を巡ることができるので、本格的な天草島巡りができます。

感謝の遍路

ちなみに四国遍路のテーマは「お願いの遍路」で、八十八ヶ所霊場において御祈願を納め札に記して御祈願をして巡ります。

先達がお世話どり

座禅、写仏、写経、木魚を

教良木の金性寺をはじめ天草中のお寺の裏山に四国八十八ヶ所霊場を模した独自の八十八ヶ所霊場があります。

マは「お願いの遍路」で、八十八ヶ所霊場において御祈願を納め札に記して御祈願をして巡ります。

これに対して、天草遍路のテーマは「感謝の遍路」です。

これまで無事に暮らしてきたことや、多くの人たちにお世話になり、さらに神仏のお加護を頂戴してきたことに対して、深く感謝して巡るのが天草遍路の特徴です。

感謝は人の心を豊かにし、喜びで満たしてくれます。

毎日感謝していると、幸せに暮らせます。

しかし、多くの人たちは日常の雑事に追われ、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いきます。

そこで、お遍路をして心の掃除、浄化をして、感謝で満たされる心を養うと、幸せに暮らせます。



先達会の研修の模様

叩いての念仏や、梵鐘をたたかせて頂く体験などできます。

天草に居ながら、古き良き日本の文化を感じる事ができるのが天草遍路です。

昨年、天草八十八ヶ所霊場復興十周年を迎えた先達会では、若手の先達育成や、外国人に対するお遍路のお世話の研修なども行っています。

灯台下暗しの天草遍路

徳川幕府が天領として治めた幕府である天草に、立派な曹洞宗と浄土宗の寺院をたくさん建立しました。

それらの寺院を巡るだけではなく、キリシタン供養碑や、倉岳山頂神社、産島不動尊など、宗派を越えて、お互いを敬い、たすけ合う感謝の遍路を進めています。

それはとても価値ある素晴らしい天草の文化です。近くに居ながら知らない天草遍路、一生に一度は体験したいです。



弘法大師

空海

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



写仏体験で心を浄化



巨大な木魚を叩く体験

5 組 苓北方面

1 番…潮音寺(釋迦如来)曹洞宗
2 番…二江高山教会(大日如来)
3 番…通詞海潮庵(釋迦如来)
4 番…天真寺(釋迦如来)曹洞宗
5 番…上津深江養老庵(大日如来)
6 番…観音院(觀世音菩薩)曹洞宗
7 番…切支丹供養碑(大日如来)
8 番…水之元観音堂(觀世音菩薩)
9 番…壽覚院(阿弥陀如来)浄土宗
10 番…圓通寺(釋迦如来)曹洞宗
11 番…都呂々大慈庵(釋迦如来)

6 組 下島西海岸方面

1 番…寺の尾大師堂(大日如来)
2 番…福連木大師堂(大日如来)
3 番…隣湯寺(釋迦如来)
4 番…小田床慈泉庵(釋迦如来)
5 番…十三仏大師堂(大日如来)
6 番…隣峰寺(釋迦如来)曹洞宗
7 番…江月院(釋迦如来)曹洞宗
8 番…軍ヶ浦海蔵庵(釋迦如来)
9 番…普応軒(釋迦如来)曹洞宗
10 番…今富大師堂(大日如来)
11 番…信福寺(阿弥陀如来)浄土宗

7 組 下島東海岸方面

1 番…宗心寺(釋迦如来)曹洞宗
2 番…大宮地大師堂(大日如来)
3 番…海潮寺(釋迦如来)曹洞宗
4 番…明栄寺(釋迦如来)曹洞宗
5 番…中田大師堂(大日如来)
6 番…碓石大師堂(大日如来)
7 番…法香寺(阿弥陀如来)浄土宗
8 番…一之瀬大師堂(大日如来)
9 番…観音寺(觀世音菩薩)浄土宗
10 番…薬師寺(薬師如来)
11 番…量性寺(阿弥陀如来)浄土宗

8 組 牛深方面

1 番…主留西光庵(阿弥陀如来)
2 番…久留十善庵(阿弥陀如来)
3 番…大蓮寺(阿弥陀如来)浄土宗
4 番…産島不動尊(不動明王)
5 番…深海観音堂(觀世音菩薩)
6 番…梅香庵(阿弥陀如来)浄土宗
7 番…慈眼庵(阿弥陀如来)浄土宗
8 番…茂串大師堂(大日如来)
9 番…無量寺(阿弥陀如来)
10 番…潮深寺(釋迦如来)
11 番…烏帽子瀬(大日如来)

天草八十八ヶ所霊場地図

1 組 本渡五和方面

1 番…明徳寺(釈迦如来)曹洞宗
2 番…普門院大師堂(大日如来)
3 番…迦葉寺(釈迦如来)曹洞宗
4 番…観音寺(釈迦如来)曹洞宗
5 番…東明寺(薬師如来)曹洞宗
6 番…鬼の城大師堂(大日如来)
7 番…芳證寺(釈迦如来)曹洞宗
8 番…中央新町大師堂(大日如来)
9 番…溪月庵(釈迦如来)曹洞宗
10 番…無畏庵(千手観音)曹洞宗
11 番…観音院(聖観音)曹洞宗

2 組 上島北海岸方面

1 番…高雲寺(釋迦如来)曹洞宗
2 番…大光寺(釋迦如来)曹洞宗
3 番…功德庵(釋迦如来)曹洞宗
4 番…正覚寺(釋迦如来)曹洞宗
5 番…横峰大師堂(大日如来)
6 番…赤崎大師堂(弥勒菩薩)
7 番…須子地藏堂(地藏菩薩)
8 番…藤乃観音堂(觀世音菩薩)
9 番…九品寺(阿弥陀如来)浄土宗
10 番…龍雲寺(不動明王)真言律宗
11 番…愍性寺(阿弥陀如来)浄土宗

3 組 上島南海岸方面

1 番…利明寺(阿弥陀如来)浄土宗
2 番…実行寺(阿弥陀如来)浄土宗
3 番…小ヶ倉観音院(觀世音菩薩)
4 番…倉岳山頂神社(大日如来)
5 番…光蓮寺(阿弥陀如来)浄土宗
6 番…江岸寺(阿弥陀如来)浄土宗
7 番…東岸寺(阿弥陀如来)浄土宗
8 番…稱念寺(阿弥陀如来)浄土宗
9 番…城山大師堂(大日如来)
10 番…遠迎寺(阿弥陀如来)浄土宗
11 番…古江大師堂(大日如来)

4 組 上天草方面

1 番…地藏院(釋迦如来)曹洞宗
2 番…地藏堂(地藏菩薩)
3 番…山田大師堂(大日如来)
4 番…樋島大師堂(不動明王)
5 番…龍岸寺(阿弥陀如来)浄土宗
6 番…祝口観音堂(観音菩薩)
7 番…金性寺(釋迦如来)曹洞宗
8 番…樋合大師堂(大日如来)
9 番…維和大師堂(大日如来)
10 番…遍照院(觀世音菩薩)曹洞宗
11 番…湯島説教所(阿弥陀如来)浄土真宗

天草遍路は8組に分かれています

天草八十八ヶ所霊場は、8組の巡礼コースに分れていて、それぞれ11ヶ所の霊場があります。
全8ヶ所霊場は、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。
霊場の場所は、江戸時代の天草八十八ヶ町村にあります。

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！

みんなで楽しくお遍路さん

素敵な御朱印帳

天草八十八ヶ所霊場では、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は各寺院で御朱印を頂戴するのではなく、あらかじめ墨書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きます。御朱印帳には各札所ごとに上中万五郎先生の見事な墨絵と、心に沁みる和歌が綴られています。

この御朱印帳は、お母さんの故郷である天草で、天草遍路を巡られた女優の由美かおるさんも大満足です。

白衣の貸し出し

お遍路さんといえば白装束ですが、わざわざ白衣を購入して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。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。お遍路の時だけ安価で借りれますのでとても便利です。

美味しい食事

その中で、なんといっ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、どこに行っても素材が新鮮で、美味しい料理が堪能できます。豊富な種類の地魚はもちろん、お米、野菜、果物、肉類も豊富で最高です。やっぱり食べる楽しみが一番です。

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)



先達会公認お遍路バッジ

【天草巡礼世話所】
0800-47411887
世話役 山口

お遍路の事なら先達会に

もしも、天草八十八ヶ所霊場を巡りたいと思ったら、お気軽に先達会にご相談ください。ご相談には料金はかかりませんので、特に初めての方はいろんな疑問や不安があるので、何でもお尋ねください。先達会を通して天草八十八ヶ所霊場巡りをすると無料で先達会公認の「お遍路バッジ」を差し上げます。このバッジを付けていると、お寺の方は正式なお遍路さんとして適切に対応して下さいます。個人でも、団体でも、歩きでも、自転車でも、バイクでも、自動車でも天草遍路は巡れます。お問合せは、左記へお電話下さい。

隠れた天草の文化遺産



映画「花咲く港」(昭和18年木下恵介監督)の出演者

【写真】上は日露戦争と赤崎伝三郎、下は映画「花咲く港」ロケスタッフ

日露戦争の立役者！

赤崎伝三郎の伝説

明治時代にマダガスカル島で、ホテル、レストラン、映画館を経営して成功した赤崎伝三郎の実家「旅館白磯」が高浜の地域振興を目的に復興します！

1904年(明治37年)2月から1905年(明治38年)9月、大ロシアが満州、朝鮮半島と侵略を始める中、国防のために闘った日露戦争で、遠くアフリカのマダガスカル島からいち早くバルチック艦隊の動向を日本軍に打電し戦勝に貢献した赤崎伝三郎の偉業とは！

なぜマダガスカル島へ？

赤崎伝三郎は、明治4年9月に天草町高浜村皿山で生まれ、小学校を終えた後、陶器製造などを行いました。

明治22年春に長崎に出てホテルのコックになり、翌年、念願の海外渡航を果たしました。

上海、香港、サイゴン、ボンベイ、ザンジバルを放浪した後、明治37年1月にフランス領マダガスカル島の軍港ジェゴスワレズに落ち着きました。

ここで特筆すべきことは、当時の日本の一般庶民で、海外に出稼ぎをする感覚を持った人が果たしてどれほどいたかということです。

高浜出身の赤崎伝三郎は東南アジアを放浪した後、最後にマダガスカル島で大成しました。その感覚は、天草人独自の気質で、一般の日本人とは違う、優れた国際感覚を持ち合わせていました。

例えば、世界遺産となった長崎大浦天主堂、三角西港、崎津教会などを手掛けた五和町大島出身の小山秀之進が、明治維新以前から、長崎でグラバーと商売をしたり、ロシア軍相手にホテル業を営んだ大矢野町出身の道長栄、他に15歳でベトナムに出稼ぎにいった天草町大江の松下光廣、中国天津に病院を開業した牛深の宇良田唯など、天草人には海外進出することに抵抗がなかったことがうかがえます。

当時の天草人の方向感覚を地図で表しました。



図) 天草人の方向感覚地図

天草島では船が主要な交通機関で、北は肥前・筑前・筑後、東は肥後・豊後・日向、南は薩摩・琉球・台湾、西は中国・アジア・欧州といった世界観を持っていたと思われます。これは、九州本土や他の地域の人々にはない独自の感覚です。

実際、東の江戸(1100キロ)に上るより、西の上海(800キロ)に行く方が近かったため、昔から当り前のように行き来していました。幕府が天草を天領(直轄地)とした理由の一つもそこにあると思われます。

高浜出身の赤崎伝三郎もその一人で、国際感覚に優れた天草人のDNAが流れていたのです。

当時フランス領だったマダガスカルでは、フランス軍人相手の酒場を開き、大いに繁盛しました。

そんな中に明治37年2月、日露戦争が勃発し、ロシアのバルチック艦隊がマダガスカルに立ち寄った情報を、いち早く詳しく



多くの人たちから親しまれた「旅館白磯」

「旅館白磯」のはじまり
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」

く調べて、インドの日本領事館に通報しました。アフリカの地より日本人の同胞が日本軍へ打電したことは、日本海軍に大きな感動を与えました。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、事業を譲って帰国し、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。



高浜寿芳窯に隣接する「旧上田家跡」

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って天草を訪れる観光客はどんどん増加していきました。しかし、平成時代になり、バブルが弾けて不況に陥り、人口減少と共に地方では過疎化、限界集落が現れはじめま

として開業しました。その後、地元の人たちをはじめ、多くの人たちが「旅館白磯」を訪れ、天草の名物旅館の一つとして親しまれてきました。「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。



旧天草教育会館本館(現天草文化交流館)

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

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。「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っていました。「旅館白磯」の閉館は、高浜の人たちだけでなく天草町の人たちにとって、親の代から親しみがあり、同窓会や懇談会、会食などで活用して馴染みがあるたくさんの人たちにショックを与えました。

の振興ため、そして天草島全体の地域が活性化するためです。白磯復興応援団
「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。他のどこにもない高浜ならではの特別な体験ができるイベントの開催や、そのための案内ガイドの養成研修、赤崎伝三郎がマダガスカルでフランス人相手に出していた、マダガスカルコーヒーやマダガスカルティーや、マダガスカルカレーなど、単なる宿泊旅館ではなく、地域の人たちと共に新たな価値の創出を企画しています。その上で、とても大切なことですが、文化財としての価値を損なわないために、建築物としての保存活動が必要です。そのために、来訪者が「また来たい!」と思つて、何度も繰り返し来て下さる受入れ体制を整える準備を進めています。現在、「高浜白磯協議会」を中心に有志によるボランティア活動を進めています。今後魅力的なイベントをどんどん打ち出していく予定です。今回のお話を知って白磯復興活動を応援したいという方のために、「白磯復興応援団」のLINEを用意致しました。このLINEに登録をして

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お知らせ致します。白磯の活動を誰よりも早く知りたいという方は、登録料は無料なので、下記よりご登録ください。白磯を拠点に活気づく高浜のまちづくり活動を、どうぞ応援して下さい。

なんでも聞いてください!

他社ケータイご利用の方も大歓迎!

LINEの友だち登録ってなんだろう?

孫とビデオ通話したい!

写真を送りたい

料金プランを見直したい

参加無料

お問い合わせ
auショップ 本渡スーパーセンター
0969-23-5318 (9:30~18:30)

毎月の開催日をLINEでチェックできます!

開催日の見方
左のQRコードをスマートフォンのカメラで読み取るかLINEアプリ内で「@taiyo.suc」で検索

ホ
マ
ス
相 談 会

LINE「白磯復興応援団」登録

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畑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。



川畑智先生お勧め

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畑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

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発揮します。

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、誰も話し相手がいない人は、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。

体験コース	＜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
本校初級コース	＜特徴＞	講師対面(120分×1回)
	＜期間＞	要相談(随時開催)
	＜会場＞	社協本渡支所
	＜対象＞	スマホの初心者
本校中級コース	＜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)
リモート講座コース	＜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
リモート講座コース	＜特徴＞	講師対面(90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
	＜会場＞	天草各地の会場
リモート講座コース	＜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)
リモート講座コース	＜期間＞	年4回(1/4/7/10月開講)
	＜受付＞	3月31日締め切り
	＜会場＞	天草各地の会場
	＜対象＞	初心者～大体使える方
リモート講座コース	＜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)



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!!

登録はこちらから/

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

ご契約情報を知る

メッセージを送る

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。(10㎡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)	ご希望により、生花等をお供えします。 ●供花料金 1対 1,500円(税込) ※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。 ※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)	
その他	※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。)	



《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、ご依頼の内容にそって、真心を込めて行います。

※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

※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。



社会福祉法人 天草市社会福祉協議会
〒863-2201 天草市五和町御領 2943 番地
TEL (0969) 32-2552/FAX32-2551



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「感謝の三部作」をご希望の方にプレゼントします。
本書は3部構成になっています。

- 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に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そうです。大きな変化を求めるよりも、現状維持に努める方が得策です。自己主張を控え、裏方や縁の下で力持ちに徹するのが良い方向にいきます。	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。新しいことを始めたり、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。情にほだされず、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。シンプルイズベストで、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、チャンスが巡ってくる運氣のようです。
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、これから少しずつ変化が訪れます。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はじめます。	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すが、仕事関係も良い感じ。貧乏臭いやり方はケチがつくので、ドーン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には、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。	進もうと思っても進めないの、止まって時機を待つのが良いです。走ってばかりより、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って返ってきます。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。

占陰陽術

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

いざという時の防災研修 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を超える津波が発生して、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うのは、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



【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稜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20、3日間で60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、どのように排泄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)