

慈濟

ものがたり

ツーチー 2018年2月 254



表見返し●

文・證嚴法師/訳・済運/撮影・涂鳳美

大愛で衆生に付き添う

永遠に大愛は続く。

迷いを拭い、欲を取り除いて、
心を清めれば、

古来から大愛は永遠に続いているのです。

世界は無量の愛に溢れている。

いつも感謝の気持ちを持ち、
あまねく奉仕すれば、

大愛は際限なく世界に広まります。

一人ひとりが地球を護り、
大愛で衆生に付き添いましょう。



目次

【社論】

子供たちのために夢を築く

慈願／訳 4

【主題報道】 減災希望プロジェクトシリーズ 花蓮編

減災を第一に

森玄一郎／訳 8

佳民小学校で育まれる集落の未来

心嫻／訳 20

【菜食生活誌】

元氣おにぎり
手作りは美味しくて楽しい

葉美娥／訳 30

【特別報道一】

懐かしい竹工芸を永遠に
技術を独り占めせずに伝える

済運／訳 36

【證嚴法師のお諭し】

唯一の一秒一秒を大切にしよう

慈願／訳 60

【特別報道二】

老後の新定義 楽しく働く

高嶋由紀子／訳 71

【納履足跡】

責任を担う勇猛さ

済運／訳 100

【慈済国際ネパール】

十五元の教え

慈願／訳 104

慈済大事記【一月】

済運／訳 106

表紙



新烏路で竹彫りの鴨を売る陳復源さん。木工師だった陳さんは年を取ってもこの特技を生かしている。大切なのはいくつ売れるかではなく、作る楽しさと客からの称賛である。

(文・陳世慧 撮影・劉子正)

子供たちのために夢を築く

二〇一七年の十月二十四日、慈済が花蓮で建設を支援した小・中学校六校の校舎の合同起用式典が行われた。翌日、「遠隔地教育法」が国会の審査に取り上げられたが、その目的は遠隔地の教育平等権を着実に行使することである。

慈済は一九九九年の台湾中部大震災の後、子供たちが堅固で美しい校舎で安心して学べるようにするために、五十一校の被災した小中学校を再建した。

その十数年後、一歩進んで、「災害を減らす希望工程（校舎の支援建設）プロジェクト」を展開し、全台湾の老朽化した二十六校の校舎の補強工事を始めた。台湾は半世紀前に九年間の義務教育を始めた時、大量の新校舎が必要になったが、予算が足りない上に免震について考慮されていなかったため、建てた校舎は日が経つにつれ老朽化して危険な状態になっている。多くの学校は政府による建て替え工事を待ちきれず、元々資源に乏しい遠隔地ではその状況がより顕著に表れている。

「遠隔地教育の現況についてのアンケート調査」によると、全台湾の三分の一の小・中学校が「遠隔地校」に属している。ここで言う「遠隔地」とは、都市部から地理的に遠くにあるとは限らず、教育資源の配分不均等である所も含まれる。

児童福祉連盟の調査報告によると、貧しい子供の四人のうち三人は遠隔地にいる。家庭の経済が安定していないため、子供たちは「未来の見えない」

無力感が生まれ、学習意欲も喪失している。このような状況下において、学校の教育機能はさらに重要になっている。

「慈済月刊」六一三号の特集記事で取り上げられている花蓮市郊外の化仁中学校と佳民小学校は先住民の居住地域にある。化仁中学校はアミ族の里漏集落にあり、七割近くの学生が弱者家庭である。生徒の運動能力は傑出して、国の代表選手やプロ野球選手を排出しているが、学校には長年体育館がなかった。慈済は先生や生徒の夢を叶えるために、大型の多機能体育館を建造して、集会や運動に使用している。

佳民小学校はタロコ族の佳民集落にある。働き手人口の都市部への流出により、祖父母と子供だけが残されているため、「隔世教育問題」が起きている。生徒の多くが放課後も学校に残り、慈済大学の教師や学生が集落発展協会と共に学習指導を受けている。数年前からタロコ族の織物工芸を学ぶ生徒

が出てきた。以前は給食室を使って織物をするしかなかったが、慈済が建設を支援した時、特別に織物教室を設置した。学校が家庭の一部を補っただけでなく、放課後の生徒を世話し、文化の継承にも役立っている。子供たちは尊厳を持って自分たちの民族を発展させようとの夢を叶えようとしている。

花蓮市の明義小学校では、多くの芸術的才能のある生徒を養成し、卒業生が母校に戻って教師になっている。校舎の老朽化を受けて慈済が建設を支援した。五階建ての芸術科教室や演芸ホールも建設し、子供たちの才能をさらに伸ばす芸術教育ができるようになった。

教育の普遍的価値は平等であり、子供たちに未来の希望を与えるものである。私たちの次の世代は皆公平で均等な教育機会を提供されなければならない。遠隔地の学校はさらに、より一層の社会の関心が必要とする。具体的な行動を取り、恵まれない環境下にある子供たちの夢を培うことで、彼らが安定し、かつ自信を持って成長できるようにすることである。

減災を第一に

花蓮県における減災希望プロジェクトで修築を援助した六校の工事が、十八カ月の月日を経て完成した。慈済は台湾全土の二十六校の古い教室や施設の修築を援助している。自然災害が多い台湾で、防災・減災の観点から災害リスクを最小限にとどめ、子々孫々健やかに成長するよう願う。

十月二十四日、連日降り続いた雨が上がり、白い雲がたなびく青空の下、完成したばかりの国風中学校の校舎はさらに輝きを増していた。慈済基金会在建設を

支援した花蓮県の学校六校の「減災希望プロジェクト」修築校舎完成・寄贈式典が、活気にみちた雰囲気の中で行われた。式典のはじめは、明義小学校芸術クラ

スの教師・児童による弦楽合奏である。軽快なメロディーの「グリーンスリーブス組曲」を選曲したのは、深い意味と感謝の気持ちが含まれている。明義小学校弦楽合奏団を率いる李柔鈴先生は、英国の作曲家、グスターブ・ホルストが書いたこの曲は、防音工事の完成を祝うとともに、学校に感謝の意を表すため合奏したという。

●10月24日、花蓮の6校の教師・生徒が生まれ変わった国風中学校の校内で一堂に会し、得意の出し物で校舎の落成を祝った。



●来賓と校長が除幕を行い、花蓮県の減災希望プロジェクトが無事に完成したことを喜んだ。

緩い地盤 階段崩落

続いて、昨年全国大会で優勝に輝いた国風中学校リコーダークラブが登場した。国風中学校は、台湾で九年間の義務教育が始まった一九六八年、第一陣として開校した学校の一つだ。創立から四十九年間、約三万人の卒業生がいる。少子化の進む現在、花蓮・台東地区ではクラス数、生徒数の最も多い学校で、全校生徒は約千五百人に上る。



鍾宜智校長も十八期卒業生だ。鍾校長が中学生の時に一番困ったことは、雨期や台風の時、時折一階の教室が浸水して、水の高さがふくらはぎを超え、生徒たちが水に浸かった状態で授業を受けざるを得なかったことだ。

学校が建っている場所はかつて田んぼや沼地だったところで、浸水の被害に遭いやすい。また、地盤が緩く沈下しやすいことはさらに大きな問題で、延べ五十センチ以上沈下している。数年前には一階の階段下のスペースを通り抜ける際、階段に頭をぶつけることもあった。後に一階の教室は使用禁止とし、倉庫にした。

一階の廊下の壁面は歪んで亀裂が入り、一組の赤いダンパが梁を支えているだけの状態でとても恐ろしい。三年生に上がったばかりの周芷彤は、以前の教室はいつ崩れてもおかしくない状態であり、階段も不均一の状態で、上ると波の上を歩いているような感じだったと説明した。

慈済基金会營建所の林敏朝主任は、この光景を不思議に感じた。建物の重量が不均等なので沈降量もばらばらとなり、少し重い部分は沈下の程度もひどくなっていた。外見からも、高低差があることは一目瞭然で、このような学校が花蓮市

の中心部にあるとは信じがたい。このような危険な学校が長い間放置されてきたのだ。

学校も一貫して改築経費を行政に要求してきた。国風中学校の呉碧珠前校長は、八年間の在任中、常にこのことを気にかけていた。とくに花蓮は地震が頻発する地域なので、もし昼間に大地震が発生したらどんな状況になるのか、想像するだけに恐ろしかった。「時々夜に地震が起これと、心の中で、もし学校が倒壊したら経費が出て学校が改築できる」と考えたこともあったそうだ。

呉前校長は、「改築費用はざっと見積

っても二億元（一元は約三・七円）を上回り、県の財政状況や改築を待つ学校の順番を考えると、十年以上待たなくてはなりませんでした」とやるせなさそうに語った。

資金不足の学校の改築には 支援なし

半世紀近く前、台湾では九年制義務教育を推進するため、学校が大量に建設さ

●慈済の減災希望プロジェクトでは、生徒と教師の安全を第一に、設計から施工に至るまで細かく検討し、毎月専門家を派遣して工事の進行をチェックした。生徒が安心して学べることを願っている。



れた。資金不足のため、古い校舎の上に増築し、まるで年寄りが若者を背負うような建物という意味で、「老背少」と呼ばれる校舎になってしまった。

一九九九年の台湾中部大地震の時、台湾西部断層帯付近のほとんどの学校が被災し、全台湾で数百校が倒壊するか、もしくは危険建築物となってしまった。台湾東部は揺れが比較的小さかったため、古い校舎の多くが未だに使われている。

花蓮県玉里中学校の張長寿総務主任は、「昔、校内に老背少の校舎があったが、地震で上下に割けてしまい、危険建築物

となっていました」と話した。

老朽化した校舎の耐震性不足の問題は、地方自治体も国も、よく承知していることなのだが、限られた予算のなか、どのように改築を進めるかについて頭を悩ませている。

教育部（文科省に相当）の国民教育・就学前教育署の林明輝主任秘書は、「政府は台湾中部大地震の後、全台湾の校舎の総点検を行い、この八年間で四百七十億元をかけて、耐震性が不足している校舎の補強工事を行っています。が、全ての学校に行き届いていません」と話す。

花蓮県内だけでも百二十五の小・中学校があり、国家地震工学研究センターが改築あるいは補強を勧める建物は二百校強に上る。政府の改築を待っていたのでは、少なくとも十年、場合によっては二十年後になってしまう。

慈済が援助を差し伸べる

減災プロジェクト始動

證嚴法師は台湾の子供たちが危険な環境で勉強していることに心を痛め、二〇一四年から「減災希望プロジェクト」を推進している。各県市と協力し、

屏東、高雄、台東、花蓮、苗栗などで二十六校の修築支援を行った。これは慈済基金会が行った「九二一希望プロジェクト」以来、最大規模の校舎修築援助計画だ。

慈済教育志業の蔡炳坤事務局長は、台湾は地震や台風などの影響を受けやすいとした上で、「減災プロジェクトの最も大切な理念は、災害が起きてから救助を行うのではなく、未然に防止することにあります」と説明した。

慈済基金会営建所の胡勝勇課長は、政府の一般建築物に対する規定では安全係数を一としているが、慈済の修築援助に

●佳民小学校の教師や生徒は、安心してブロックで舗装された道を歩くことができるようになった。頑丈な校舎と四季折々に違った色彩をみせるタイワンモクゲンジが、子どもたちの学習と成長を見守る。

おける安全係数は一・二で、付近に断層がある場合は建築強度をさらに引き上げることもあると説明した。

また、各校は緑化建築計画の下、風通しや日当たりに配慮した設計になっているほか、雨水リサイクルシステムを備え、雨水が植物の水やりやお手洗いの清掃に再利用されている。

例えば、花蓮県玉里中学校の多目的ホールについて、建築士の黄建興氏は「学

校は線路にほど近く、長い間騒音に悩まされてきました。そこで、体育館内部のレイアウトを変え、舞台の側面を線路側にして騒音を遮断できるようにし、強風を受け止められるようにしました。南北向きには大きな窓を、屋根にも天窓を設置し、対流を利用して熱を放出できるようにして、冷房がなくても蒸し暑く感じないように設計されました」と説明した。

ハード面における要求もさることながら、慈済基金会はプロの建築委員（建築を専門とする慈済ボランティア）の団を無報酬の顧問として毎月学校に派遣



し、施工内容と設計図の一致性を確保したほか、施工時に生じた問題の解決をサポートした。

ベテランの建築委員である王明德氏は、「自分の会社の工事現場は、子供や従業員に任せてあまり見に行きませんが、慈済の建設現場にはすべて足を運んでいます。建築委員の奉仕の方が仕事のようにです」と冗談交じりに語った。

慈済の建築委員は思いやり深い実業家たちで、ボランティア活動を自身のビジネスよりも重きを置いている。減災プロジェクトの品質管理をサポートした十数名の建築委員の中には音響の専門家もい



る。せっかく音楽ホールが完成したのに設備がないということがあった。学校では翌年に予算申請をしてからでなければ発注できないというので、彼は自分のポケットマネーで設備を購入し寄贈した。

また、別の建築委員は舞台の幕を製造する会社を経営しており、学校が必要としているのを知って、現場で採寸し、布の幕を寄贈した。さらに、いくつかの学校では改築後とてもきれいになったが、グラウンドは依然古びた状況であったため、何人かの委員が資金を出し合って整備し、学校全体を一新

させたこともある。

夢に向かって羽ばたけ！

開花する子供たちの潜在能力

減災プロジェクトで援助した学校の多くは辺境地にある。一般教室の建設のほか、各学校の発展重点項目に合わせた整備も行われる。慈済が修築を援助した学校では、学校の設備のニーズ、学生の多面的な発展、人材育成の三つの方面から整備に取りかかった。

例えば、台東県の知本中学校は重量挙げの強豪校だが、学生たちが練習して

いた場所や寮は、想像しがたいほど劣悪な環境で、どれも五十年近くたった古い教室を改造したものだ。慈済基金会は重量挙げの練習場を修築援助し、学校はその建物を「夢翔館」と名付けた。この名前には、子どもたちがグレードアップした環境で練習し、夢に向かって羽ばたいてほしいという願いが込められている。

今年の夏に開館した夢翔館は、快適な寮と設備が整ったトレーニングルームや重量挙げ用の床が整備され、今では県内で開催する重量挙げ大会の試合会場となっている。

施工期間中、慈済はできるだけ樹木の保存に努めた。自然を大切にするほか、もう一つ教育と密接に関わる理由があった。蔡炳坤氏は「十年かけて木を育て、百年かけて人材を育てる」という諺を引用し、「これらの木々は子供たちの成長を見守り、子供たちの将来の思い出となるでしょう」と話した。

学校は再び子どもの夢をのせて動き出した。慈済は蒔いた愛の種が、子供たちに善と愛を伝え、彼らが社会に貢献し、人を助けられる人になるよう願っている。

（慈済月刊六一三期より）

佳民小学校で

育まれる集落の未来

児童数わずか五十名ほどの佳民小学校は、集落の文化を伝承する重責を担うことになった。祖先の霊に見守られた学校で未来の希望が織られていく。

「ここは原住民の学校です。すべての児童は原住民で、九十パーセントが佳民集落に住むタロコ族なのです」と花蓮県佳民小学校の游彦中学校長先生が話してく

普通は原住民の子どもを各学校に振り分けて就学させるのだが、一九三四年に創立したこの佳民小学校は、もとも原住民の子どものために誕生したのである。

慈済が支援して建設する建物は洗い出しの素朴なグレーを基調としているが、ここでは黄建興建築士が地域の文化を考慮して、タロコ族がよく使う黒、赤、オフホワイトの三色に近い石を加えている。多少手間がかかっても、染色加工が施された石ではなく、環境汚染の心配がない自然建材を使用している。

学校で一番高い建造物は「祖霊の眼」というトーテムで、モザイクで仕上げた。

花蓮県原住民新部落発展協会の古雲珍理

●5年生の林筱涵が機織りに真剣に取り組んでいる。上下の糸を入り交ぜて織ると、きれいなトーテム模様ができる。





●再建前の佳民小学校。老朽化した教室はよく雨漏りがした。(上図)

事長は、「祖先の霊の目は年配のタロコ族にとって、まるで祖先に見守られているように重要な意味があります」と説明した。

伝統工芸の機織りを 授業に取り入れる

小学校では普通水曜日の午後は授業がない。しかし、佳民小学校の女子児童は、

●吹抜けの廊下は、雨の日には運動場として使用できる。天井に透かし彫りでほどこされた星、月、太陽の図案は、大自然と共に生きる原住民の哲学の理念を象徴する。(左図)



午後一時半から三時半の間に、もう一つの勉強である伝統工芸の機織はたおを習う。

昔、タロコ族の母親は、娘が嫁に行くときは「地機」（伝統的な脚のない原住民の織機）を使って布団を織り、嫁入り道具として持たせた。近年その伝統工芸の伝承は次第に途絶え、とりわけ佳民村に住む婦女子は、機織りがほとんどできなくなってしまった。

三年生から六年生の女子児童に機織りを指導するのは、昨年佳民小学校を定年退職した陳美恵さんである。うまくできない子は「おばちゃん！」と声をかけて助けを求めている。

取材の日は、ちょうど年に一度のコンクールに参加するため、グループに分かれて練習をしている最中だった。整経（布織の準備工程）から綁綜銃線（機織りで一番大切な綜銃そうこうという縦糸を交互に上げ下げする道具で、横糸を編むための重要な働きをする）をしつかりと結び、決められた長さの帯を織りあげる。コンクールでは、すべての作業を四時間以内に終えなければならない。

昨年は、十二のタロコ族集落の中で、陳美恵さんが指導した子どもたちが、金賞、銅賞、佳作の好成績に輝いた。また今年は、花蓮県秀林郷が主催した感謝祭

の機織りコンテストでも金賞、銀賞、佳作と良い成績を獲得した。そのような優れた伝統工芸の指導者が漢民族の先生であることに審査員は驚嘆した。

「科学技術のない昔、原住民の祖先はすべてのトーテムと編み方を脳に刻みこんで覚えていました。実は私の方が深く感心しているのです」と陳美恵さんは謙虚に述べた。「二十年以上もの間中断していたコンクールを復活させた役所にも

●機織り機に糸を結びつけ、トーテム模様を織り上げる技を習得する。コンクールへの参加で、自然と集落の文化や伝統を理解するようになった。



●花蓮県原住民新部落発展協会の林秀瑛幹事長は、自宅の空き部屋を子どもたちのために開放し、宿題や勉強の指導拠点に変身させた。

感謝します。そのおかげで、子どもたちは自らの文化を理解し、基礎を固めることができました。卒業してからももし興味があれば、さらに深い技法の研究もできるでしょう」

陳美恵さんは、子どもが織ったタロコ族のトーテムの鉢巻を手にも、「一見簡単そうな一本の機織りの中でも、メリヤス編み、ガーター編み、斜紋編み、インターシャ編みなどの技があります。子どもたちが織った帯を加工して、様々なトー

テムのプレスレットに作り直したものもあります。佳民小学校ではそれを外国から参観にこられた来賓に記念品として贈呈しています。また、新入生は入学の時に、織帯に刺繍のある佳民小学校のオリジナルバッグがもらえますよ」と丁寧に説明してくれた。

説明してくれた。

慈済大学の学生が 勉強に付添い 地域で補習を行う

女子児童が機織りコンクールの練習に励む一方、図書館も活気に満ちていた。

慈済大学人類発展学部の謝穎慧先生が学生たちを引率し、マンツーマンで子どもたちの宿題や勉強を指導している。毎週水曜日午後に行われる学習指導の企画は、すでに四年目に入った。また、花蓮県原住民新部落発展協会では、地域で夜間の補習も行っている。

佳民小学校の游彦中学校長は、「佳民小学校の子どもの半数は貧困家庭です。担任の先生は、時々親の役割をも担わなければなりません。時には親の代わりに病気の子どもを医者へ連れていくこともありますよ」

昨年、佳民小学校は「総統教育賞」に

余欣茹を推薦した。彼女の成績はクラスでトップから三番目だったが、今年秀林郷が主催した作文コンクールでは金賞に輝いた。さらに、バドミントンチームのキャプテンと打楽器チームの副キャプテンも務める。

「慈済新芽奨学金」を受けている余欣茹の兄と姉は慈済科技大学の看護学部に在学している。自分の将来について、好きなスポーツを選ぶか、あるいは進学するか、それとも兄や姉のように看護師になるのか、決心がつかないようだ。「私はまだ小さいので、そこまで考えていません」と、彼女はにっこり笑って言った。

「子どもたちの将来に扉を開いてあげれば、もしかするとチャンスをつかむことができるかもしれませんよ」。まさに游彦中学校長の言ったとおりだ。さまざまな授業や活動を子どもに体験させ、その中から自分に合った技能や趣味を見つけて。そして、それをなしとげようと力を尽くしていけば、たとえ不毛の地でも花が咲きほこるだろう。

（慈済月刊六一三期より）

●佳民小学校の全員が新しい校庭で記念撮影。児童数はわずか50名だが、先生たちは学校が児童にとって第二の家であるようにと願い、子どもたちの成長を愛情深く見守る。



元気おにぎり

◎ 撰文・姚茶瓊（臺北慈濟病院栄養科栄養士） 訳・葉美娥
撮影・徐嘉珮、姚茶瓊 レシピ考案・吳靜宜、徐嘉珮、姚茶瓊

手作りは美味しくて楽しい

おいしい



小さくて可愛いおにぎりは、色とりどりで栄養も豊富。持ち運びに便利で美味しくて、見た目もよし。作ってみるのも楽しいですよ！

台湾では、近頃手作りが大ブームです。忙しい都会生活では、手作りのある暮らしが、人の心を落ち着かせてくれます。手作りの品物や食べ物には、体になじみ、ゆったりと心を癒す力があります。



和風おにぎり（三品）



▶ パプリカ チーズ おにぎり（1個分）

玄米 75 g、油あげ 1 枚、
ビーガンチーズ 5 g、パプリカ 10 g、
つぶコーン 10 g、しそ油 1/2 さじ

▶ 昆布おにぎり（1個分）

玄米 75 g、油あげ 1 枚
糸昆布 5 g、しょうがの千切り 5 g、
つぶコーン 5 g、しそ油 1 さじ

▶ 梅おにぎり（1個分）

玄米ごはん 75 g、油あげ 1 枚、しその葉 1 枚、
梅肉 5 g、枝豆 5 g、つぶコーン 5 g、
しそ油 1 さじ

▼ 作り方

1、玄米ごはん：玄米（あるいは五穀米）は、まず水に2〜3時間浸しておきます。濃い味にしたい場合、塩と粉末昆布を適量ふりかけ、玄米油1〜2滴を入れて炊

今月は日本料理の達人、吳靜宜さんを招いて、和風のおにぎりを三品紹介してもらいました。皆さんに美食を楽しんでもらうと同時に、手作りによる癒しの効果も体験してほしいと思います。美味しくて、見た目がよくて、作る面白さもある三つの要素が結びついた「元気おにぎり」が出来上がりました。

▶パプリカ チーズ おにぎり (1個分)

エネルギー：213.9kcal、
たんぱく質：7.8 g (15%)
脂質：7.7 g (33.4 %)
炭水化物：26.6 g (52 %)
植物繊維：1.4g

▶昆布おにぎり (1個分)

エネルギー：199.3kcal
たんぱく質：7.9 g (16%)
脂質：7.3 g (32 %)
炭水化物：26.8g (52 %)
植物繊維：3.8g

▶梅おにぎり (1個分)

エネルギー：199.3kcal
たんぱく質：7.9 g (16%)
脂質：7.3 g (32 %)
炭水化物：26.8g (52 %)
植物繊維：3.8g



きます。炊きあがり、全体をよくかき混ぜれば、柔らかくふつくらとしたご飯になります。

2、油あげ：フライパンを弱火にして、油あげの両面を焦げ目がつくまで焼き、軽く塩をふりかけて、細切りにしておきます。

3、その他の材料：梅は刻み、枝豆とつぶコーンはゆでておきます。

4、玄米ごはんにしそ油を加えて、それぞれの材料と混ぜ、分けます。

5、さらに油あげを加え、好きな形にして、海苔やしその葉の上のせてできあがりです。

▼菜食の食材を選ぶ心がけを



ビーガンチーズ

市販の加工食品は、乳成分を含むものが多いようです。考えてみると私たちの畜産方法は牧牛に対して本当に優しいでしょうか。また、大量の牛乳の需要に对应しているでしょうか。私はそれらのことを改めて考え直しています。

それなのに、チーズの美味しさが忘れられず、すぐに食べたくなります。それがきっかけで、ビーガンチーズの達人ステファニー林さんと知り合いました。

●食べる量のアドバイス

1食2つにし、朝食は1つと豆乳1杯が適当です。

動物性ではなく自然の食材、例えばカシューナッツ、有機ココナッツオイル、ビール酵母、塩、味噌などに水を加えて発酵させると、美味しいビーガンチーズができます。そこで、私たち日常の食べ物には、もう一つの選択肢が加わりました。食物の美味しさを考えると同時に、動物の生存権を尊重し、人間の勝手に奪わないということです。

チーズあるいはビーガンチーズは、どちらも脂質とエネルギーが多い食物ですので、適量を摂取することをお勧めします。

▼菜食の食材を選ぶ心がけを



食用油の選択

ω-3（オメガ3）とω-6（オメガ6）は、人間の体にとって必要な脂肪酸です。一般の食事における脂肪中のω-3とω-6の比率は1対2から1対4です。洋食でよく使われているω-6脂肪酸には紅花油、ひまわり油、コーン油などがあります。ω-6を過剰に摂取した場合、皮膚炎が発生しやすいので、今回のおにぎりは高脂肪酸のω-3であるしそ油、亜麻仁油などを使い、食事の中の脂

肪酸のバランスを調整しています。

ω-3脂肪酸は高温に耐えられないので、サラダにするか、あるいは料理ができあがった後にかけることをお勧めします。



▼菜食の食材を選ぶ心がけを



栄養に気をつけよう

高たんぱく質の食物を摂取しましょう。たんぱく質には細胞を修復、再生させる重要な機能があり、バランスのよい食事には、高品質のたんぱく質が欠かせません。今回のおにぎりは、玄米を利用するほか、油あげも加え、ふつうのおにぎりに足りないたんぱく質も補充できるようにしました。

さらに多様な植物性たんぱく質を増やしたい場合、玄米を五穀米に変え、多種多様な豆類、たとえばひよこ豆やフジマ

メ、あずきなどを使用します。おにぎりが彩り豊かになるだけでなく、高品質のたんぱく質と豊富な植物繊維が摂取でき、一石二鳥となります。

食物の安全について：台湾の夏は暑くて湿気が高く、食べ物の保存が難しいため、できあがったら早めにお召し上がりください。未完食の場合は冷凍か冷蔵にし、食用前に十分に加熱殺菌することをお勧めします。

（食用油参考資料：台湾菜食栄養学会、ビーガンチーズの作り方：Stephie Lin）



懐かしい竹工芸を永遠に

技術を独り占めせずに伝える

簾、編み笠、籠、鶏籠などは昔、一般的な竹編み農具であった。工芸師は先人の工芸技術と器用な編み方を学び、精緻な工芸品に仕上げた。

「双銭花籠」と題した作品で台湾工芸コンクールの新人賞を獲得した邱錦緞は竹編みの世界に入ってから二十五年になる。人間国宝の黄塗山氏から技巧を引き継ぎ、より多くの若者に竹編み文化を伝えていくという伝承の志を立てた。

◎文・洪婉恬 訳・済運 撮影・顔松柏

●6角花柄編ハンドバッグ（2011年）



●双銭花籠（2003年）





●邱錦緞は竹竿の山に埋もれて、注意深く材料を選んでいた。竹の表面の質と色は作品の出来具合と密接な関係がある。邱錦緞が一番よく選ぶ竹は弾力性がある桂竹である。

食卓に肉がなくてもいいが、住まいに竹はなくてはならない。肉を食べなければ人は痩せるが、竹がなければ人の品位は落ちる。

蘇東坡（中国北宋の詩人・政治家）

師の手によって編み上げられる。竹の命と品格が一つひとつの精緻な工芸品に受け継がれて行く。

庶民の思い出を引き継ぐ

台北現代工芸設計館に來ると、竹編み工芸師の邱錦緞が丸い菓子盆の底の部分を編む学生の手伝いをしていた。竹を薄く削ったものを縦横に交錯させ、一つごとに上と下に差し入れては引っぱり出し、やがて精密な四角形の図案が織り出された。高く伸びた青竹を何度も加工して薄く平べったくなった竹ヒゴが、工芸

竹は高温多湿の氣候に適し、台灣の山林面積の十パーセントに生息している。成長が速く、三、四年で伐採でき、環境保護の観点からも家具や建材、農業用に使われている。簡単に手に入るため、昔から農家では竹製の農業機具や魚用の籠、ざる筥、野菜籠、編み笠など粗く編んだ農具を手作りしていた。家庭で自家用に

使う以外、一九七四年、竹が豊富な南投県竹山に加工工場ができたことで、大量に竹製品が加工されて輸出されるようになった。最盛期は一九七〇年代から八〇年代にかけての頃で、竹山は台湾最大の竹製品の生産地であった。

しかし、プラスチック製品が出回るようになってからは、竹で編んだ用具はあまり見かけなくなった。南投県竹山鎮の数多くの有志は、貴重な竹編み庶民文化を残すために、新しい概念の下に、竹を多方面に利用することを提案した。例えば、古くなった台西バスの待合室にある「竹青庭人文スペース」を刷新すること

であった（写真は五十八ページに）。不規則に見えても、実は精密な編み方でできている五千五百枚の竹に包まれた天井と梁や柱の部屋に一步入ると、竹に包まれた温かみを感じられる。「竹生活文化協会」は中高年の人や失業者を指導して、竹編みによるアイデア文化製品を作っている。花籠やコースター、ピクニックバスケットなどがあるが、面白いのは、協会のフェースブックを見てもらうために、竹で編んだQRコードを提供していることだ。

そして、同じように竹編み文化を存続させようとしている有志たちとは、精密

な工芸品を作る竹編み工芸師たちのことである。彼らは煩雑で多様な編み織り技法を用いて、きめ細かくて丈夫な実用性と芸術的価値を兼ね備えた竹編み工芸品を作っている。台湾の中堅世代の竹編み工芸家は多く、それぞれ特色を持っている。国家工芸賞を獲得した葉寶蓮はその代表的存在である。そのほか二十年以上の経歴を持つ陳高明と蘇素任は「竹籟文創データベース」(Bamboo-Lai Culture & Creative)を創設し、三十年以上に渡って竹山の竹工芸文化を牽引して来た頼進益などがある。

同様に国宝級の竹編み大師、黄塗山の

弟子である五十五歳の邱錦緞は、自分の創作以外に、工芸技術を伝える重要な任務を担い、自分の知っている竹編み技法の知識をすべて教えている。「工芸は伝承されるべきもので、独り占めするのはとても惜しいことです。私は竹編みが大好きなので、もっと多くの人に好きになってもらいたいです」。二十年近くクラスで教えてきたが、実践することで貴重な竹編み文化を永續させたいと思っている。

「以前、二百以上の竹製品加工工場がありました、今では二十数軒を残すのみです。竹の楊枝や箸は全部竹山で生産されていました」と邱錦緞は竹山の最盛

期を回顧する。

一九九〇年代、中国や東南アジアの製造市場が出現して競争が激しくなるにつれ、竹山の竹製品工業は衰え始めた。不



●竹の加工工場はオーダーが入ってから裁断する（写真上）。桂竹を燻蒸する技術は工場長の劉昭明が2年の時間をかけて開発したもので、時間と労力を必要とし、コストが高つく。

技法を学んだ八年間

景気の影響で、家庭で竹製品を作る時に使う機械類の製造工場は仕事が減り、三十一歳の邱錦緞は余暇を使って、農委員が竹山高校で開設していた竹編み教室を受講することにした。竹編み製品の美しさが彼女を虜にし、その世界にのめり込んで行った。昼間は小学校で講師をし、夜、子供が寝た後に竹編みの練習をした。

竹編み教室に通っていた五年間、教師が何人も入れ変わった。その度に新しい教師は基本に戻って教えるため、邱錦緞



の竹編み技術はあまり進歩しなかった。しかし、全課程を終えた後、三年間、国宝級の竹編みの名人である黄塗山の助手を務めたおかげで、竹編みの技術が大幅に向上した。一九三六年、日本人が竹山に「竹材工芸伝習所」を開設した。黄塗山は基礎から編み方と精緻な工芸技術を日本人から学び取り、後の台湾の精緻竹編み工芸のスタイルを築き上げた。

「二歩ずつ進み、奥義まで学びました」。黄塗山の竹ヒゴや藤皮の角は全て丸くし、人を傷つけやすい鋭利な縁を取り除きながら、竹ヒゴを同じ厚さに仕上げてある、と邱錦緞が詳しく説明した。「教

師によつては、竹ヒゴにした後、厚さに関係なく編み始めるよう教えていました」。黄塗山のきめ細かい工法は邱錦緞に受け継がれ、彼女に精緻な作品を作る重要なポイントを教えた。

二〇〇五年に作った「連菱」という作品は、一ミリ幅の細くて薄い竹ヒゴを七種類の技法を用いて編み上げたものである。編んだ隙間がほとんど見えないほど精緻なできで、途中で切れた場合は初めからやり直した。もつと特別なのは、表面の菱形模様の光沢と色合いはゆつくり研磨して出したものである。その作品を作るだけで彼女は四力月近い時間を費や

した。一つの完成した竹編み工芸作品は、その美しい造形はもちろんのこと、深い編み織りの技術が精緻な作品を完成させる鍵となる。

しかし、邱錦緞が竹編みを学んだ過程の全てが順調だったわけではない。「先生の助手をしていた時、挫折感を味わいました。というのは、先生のようにあらゆることに精通していたわけではなく、学生の手伝いをして壊してしまったことがありました。『あつ、助手の先生が僕の作品を壊しちゃった!』と学生に言われました」。自分の技術の未熟さのために、学生に恨まれたのが悲しかった。そ

の後、彼女は真剣に竹編み技術を修得しようと思い、夜中の二時、三時まで練習した。

三十七歳になった邱錦緞は竹山町役場の要請で、竹編教室を受け持つと同時に黄塗山の助手も続けた。「初めて教壇に立った時、自分一人なのだということに気づきました。先生の助手をしていた時は、先生に訊くこともできましたが、一人では分からなくても訊けないので、もつと努力するしかありませんでした」と初めてのクラスのことを回顧した。不屈の学習精神によつて、邱錦緞は後の奥深い技巧を身につけたのである。

竹ヒゴで編んだ二つの中国結びが瓶の側面に飾りとしてつけられている。松葉編みで全体を形作り、きめ細かい藤飾りでアクセントを出している。瓶の口は波打った蓮の葉で縁取られている。そのアイデアと精細な技巧によって、人々から竹工芸の奥深さに対する賞賛と評価を得ている。この台湾の桂竹を使って編み出された精緻な傑作、「双銭花籠」は、二〇〇三年、工芸コンクールで新人賞を獲得した。それだけ是非売品として竹山の「邱錦緞竹編工房」のガラスケースの中に飾られている。「他の入賞作品は全部、売ってしま

いました。これだけは息子が売らせてくれません。違う意義があるのです」と邱錦緞は笑って言った。

精緻な「芸術」をさらに深める

竹編みの世界に入って十年目の時、新人賞を受賞して認められた邱錦緞は、最初の五年間に大いに達成感を感じた作品を出してみると、そこには見るに耐えないような作品が目の前にあった。彼女はそれらを山積みにして全部、燃やしてしまった。

「全く人に合わせる顔がありません。

習い始めた頃は作品ができればよかったのですが、やがて自分で考え、違ったものを作るようになってから、精緻さを求めるようになりました」。作品に対する要求が高い邱錦緞はその時、もう学生に文句を言われた新米の助手ではなかった。

二〇〇二年、四十歳になった邱錦緞は工房を開いた。一心に竹編み工芸に専念する一方、工芸技術のさらなる精進のために、工芸所の漆器クラスで学んだ。天然の漆にはフェノールが含まれていて、皮膚がフェノール成分を含んだ空気に触れるとアレルギー反応が出る人もいる。

彼女もひどいアレルギー反応を起こした。全身がかゆくなり、掻いた跡が赤く腫れて傷跡を残した。冬でも我慢して冷たい氷枕でかゆみを抑えたりした。

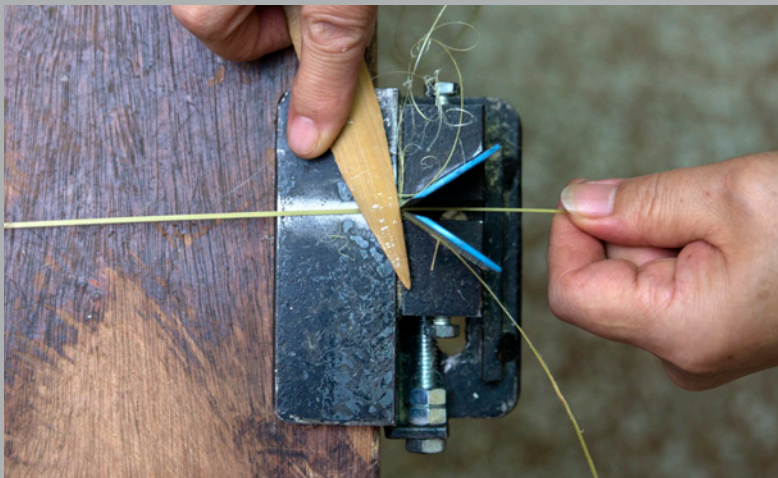
●Yīīブランドの作品「花景」は邱錦緞と新鋭設計士が共同で設計し、作成した花瓶である。





竹を割って竹ヒゴを作る

- 「青削り」という工程（上）。湾曲した刃物を上下に動かして削って、表面の青い部分を取り除く。
- 十字鉋という工具を使って竹を割る。「縦割り」（右上）という竹割り。
- 「幅に合わせて割る」（中）。薪割り鉋の柄で叩き、繊維をほぐす。
- 「厚みの調整」（右下）。剃刀で竹の内部を徐々に削ぎ取り、外側だけを残す。
- 最後の細部動作である「幅の調整」と「厚みの調整」、「滑らかにする動作」（下）。鋭利な刃物で何度も削って微調整し、竹ヒゴを一定の厚みと幅、滑らかにする。



「初めは我慢できなくて、注射してもらったり薬を飲んだりしました。しかし、薬の効果がなくなると、すぐにまたかゆくなるのです。また、そうやってかゆみを抑えていると、逆に治るまでの時間が長くなってしまふのです」。毒で毒を制したアレルギー体質の彼女は、今では天然漆と共存できるまでになった両手を差し出して見せてくれた。当時の引っ掻き傷の跡はほとんどなく、わずかに左手に小さな浅黒い跡が見られた。彼女は何事もなかったかのように以前の辛い出来事を話してくれた。

注意して彼女の掌と指先を観察する

と、練習の時にいつも怪我して絆創膏を貼っていたという跡は見当たらなかったが、わずかに淡く白い絹糸のような跡が見られた。それは長年、竹を削ったりする時に擦れてできた跡かもしれない。

竹編みには主に二つの過程がある。竹割りと編みであり、ほとんどの学生は最も困難な竹割りの段階で先に進めなくなってしまう。また、最も怪我しやすいのもこの段階である。

「怪我しなければ、進歩しない」と邱錦緞が授業の時に学生に言ったことを、竹編み初歩クラスの班長だった劉素琴が話してくれた。丸い竹からヒゴになるまで、

全て鋭利な刃物で少しずつ削り、竹ヒゴが均等な幅と厚みを持ち、滑らかになるようにするのである。その過程では絶えず、怪我する可能性があり、それは優秀な工芸技術を持った工芸師でさえも同じである。「不注意で怪我することもあれば、竹の棘に刺されることもあります」と邱錦緞が慣れてしまったとでも言うような調子で言った。細やかな気配りをする邱錦緞は学生たちのために、いつもハンドバッグにバンドエイドを入れていた。

彼女は特別に、私たちに竹割りをして見せてくれた。長さ五メートル、周囲七センチ、厚さ七ミリの大きな竹は、邱錦

緞の手にかかると、一時間後には絹糸のような竹ヒゴになっていた。その厚みはわずか〇・六ミリ、幅〇・九ミリである。

「農委会主宰の竹編み教室は、初めは大勢来ていましたが、最後には七、八人しか残りませんでした」。竹割りの難しさについてゆけず、一人また一人と辞めていった。しかし、邱錦緞は頑に続けて今日に至っている。「今では竹割りの方が好きで、楽しいものです」。竹を割った時、「聞いてごらん！」と神経を集中させていた邱錦緞が突然、顔を上げて、子供のような笑顔で私に聞いた。「聞こえましたか？」と、ボーツとしていた私に注意して聞く



●精緻な芸術品を生活に取り入れる。邱錦緞は毎週、竹山から台北に来て竹編みを教えている。助手の謝玉環（右）は彼女に学んで4年以上になるが、故郷の桃園に戻って現地の竹編み工芸を盛んにしたいと思っている。

よう促した。やっと割られた竹の繊維が発したわずかな炸裂音が聞こえた。

よく日本に行つて竹工芸家たちと交流している邱錦緞は、日本と台湾の竹工芸の違いを話してくれた。彼女は、日本人は竹を植える段階から編む段階まで緻密で丁寧であることに感服した。「日本の竹は最初から大事に育てられます」。日本の竹林農業団体は密生した竹の一部を間引いて、互いにぶつかり合つて成長を

妨げることがないようにしている。定期的

に土を掻きならし、雑草が生えるのを抑える。伐採した竹は布団や気泡の入った紙に包み、人手を使つて運び出す。こうして、竹工芸家が買いつける時は、良好な竹が手に入る機会が大幅に増えるのである。

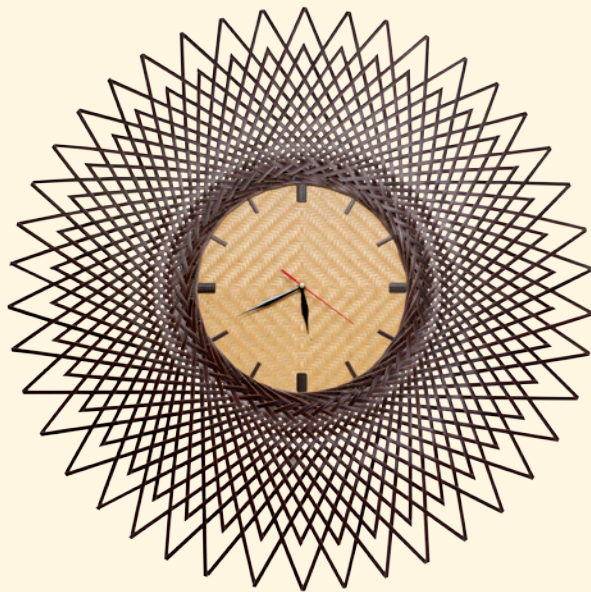
「台湾はそうではなく、伐採した後、山の麓まで落とすか引っぱってくるのです。その途中で竹はひどく衝撃を受けてしまいます」と邱錦緞が説明した。加工工場に着いた時は、傷がついていないものはほとんどない。それを割る時が大変で、傷ついた部分を取り除いたり、濃い

色に染めたりするしかない。

インタビュウの途中で、邱錦緞の主人の林基正が整えたばかりの竹の帯を彼女に見せに来た。二人は言葉を発することもなく、手にした竹の帯をじつと見つめていた。しばらくして邱錦緞がそれに線を描き、「ここはもうちょつと直した方がいいいわね」と言った。夫婦は長年連れ添ってきたので、言葉を多く交わす必要はなく、身振りで理解し合えた。「今、工房の竹帯は全部、彼が整えているのです」と邱錦緞が恥ずかしそうに言った。

不景気で工場をたたんだ林基正は、今は邱錦緞の竹編み工芸の手伝いをしてい

● 邱錦緞が設計した竹編み時計は実用性を兼ねているため、コレクターに好まれている。



る。十数年前、邱錦緞のために竹ヒゴの厚みを一定にする手伝いをしようとしたが、いつも必ず、「どうしてこんなに難しいんだ？」と言って苦闘した。半年間考えた挙げ句、彼は幅と厚み、角を取る三つの工具を作った。今では多くの学生が皆それらを使うようになり、竹ヒゴの製作がスピードアップした。

それは夫としての愛情から作ってもらったものかもしれない。邱錦緞はその三つの工具を使って竹帯を整える時、水を得た魚のように動作がてきぱきしている。

邱錦緞竹編み上級クラスの学生である傳錦秀は、市民大学で三十年間さまざま

なクラスを受講して学んだことがある。

「講師たちの模範的な人柄と度量の大きさにとても感銘しました」と言った。多くの講師は学生が自分よりも腕が上がることを恐れ、学生同士の討論を禁じる人もいるが、邱錦緞は録音したり写真を撮ることを大いに歓迎した。「月謝を払っているのに、何も学べなかったとなったりしないか心配しました」と、傳錦秀は話すうちに感極まって目頭を赤くした。

竹編みの美を伝承する

「人間いつかはこの世を去ります。技

術を独り占めしていても何にもなりません。それよりも後輩に残した方がいいと思います」。竹編み教室で教えることを楽しんでいる邱錦緞は、教える中で新しい作品を考えながら進歩し続け、学生により多くの技法を伝授しようとしている。

竹編みクラスの助手である謝玉環は桃園の客家人であるが、現地の二人の竹編みの先輩が共に年老いて教鞭を取ることができなくなったため、彼女はネットで竹編教室を探した。その縁が元で邱錦緞に学び、すでに四年以上になるが、同じ客家文化である竹編み工

芸を桃園で伝承しようと心に決めた。二〇一二年、謝玉環は初級、中級の二つのクラスに同時に参加し、両方の作品を学んだ。邱錦緞は竹割りをまだ教えていなかったが、彼女は早く練習したくて我慢できず、講師に竹を送ってもらおうと頼んだ。

二〇〇七年、工芸研究所は「Y i i」というブランドを作った。伝統的な工芸師と新鋭のデザイナーを協力させ、伝統技法を新しい概念に取り入れることで創作の火花を散らそうというアイデアである。

一年の準備段階という長い時間をかけ

竹編み教室の講師となった邱錦緞は学生に対する期待を込めて、老婆心から忠告を繰り返している。

木工机の上に長さが区々な竹ヒゴと色々な工具が積み上げられた中、座ったり立ったりしている学生たちは真剣にオーダーブル皿を編んでいた。邱錦緞は順番に学生たちの品を手にとって、きめ細かく次の手順を指導した。

先人の苦労と智慧がつまった竹編みはかつて、どの家でも日常的に使っていた竹具だったが、時代の変化と共にあまり見かけなくなってしまうた。今では竹編み工芸師が実用性と芸術性を結合させ

て、デザイナーと頻繁に交流したが、Y i iに属する五人の工芸師の中でも、邱錦緞だけが五、六年間絶えず活動し、懸命に自分の持っていた技法を若い人に伝授しようとした。

邱錦緞は三十歳になるまでは一人の平凡な主婦だったが、思いもよらず、三十を過ぎて豊かになった人生を編み出したのは、彼女が幼い頃に住んでいた家を取り囲んでいた竹林であった。「私はいつも学生たちに真面目に学ぼう言ってきました。私が教えたなくても、学生はそれを受け取ろうとしないのはとても悲しいことです」。今、竹編み工芸師として、



●イルミネーション飾り「鳥籠電灯」のアイデアは邱錦緞の幼い頃の記憶に残っている竹編みの蓋状の鳥籠から来たものである。



●南投竹山の旧台西バス発着場は今、竹青庭人文スペースになり、竹編みを取り入れた室内設計は現地の竹編文化の多様性を現している。

て、歴史のある文化を精緻な工芸品に編み上げ、さらに品格のある内容に仕上げている。貴重な竹編み文化を永續させるために、有志たちは教室を通して伝承し、

多様な造形の竹編み用品で、生活を豊かにすることで、竹編みの美を永續させようとしている。

（経典雑誌二二七期より）

【證嚴法師のお諭し】

唯一の一秒一秒を
大切にしよう



◎ 訳・慈願 絵・陸素華

去り行く一日を感謝の心で送り

未来の一刻一刻を真心込めて迎えましょう。

どの一秒も生涯における重要な唯一の一秒であり、

仏法の真理は人生で正確な方向を示してくれています。

誰もが今の一刻を把握し、慎んで放逸せず、精進するよう願っています。

時間は実に早く過ぎ去ります。過ぎ

去った一年の日々が平穏であったことに感謝の心を持って送りましょう。そ

して、戒め慎み、敬虔な心を持って新年を迎え、自分のために発願すると同時に天下の衆生が息災無難であるよう祈願しなければなりません。

私にも心願があります。一年一度で

はなく、日々刻々欠かさず心を込めて

天下の平穏息災、この世の平和、人同士の愛、人心の浄化、智慧の成長、家庭の幸福、柔和な社会を祈ります。

縁によって仏法と出会い、慈済に入ったからには時々刻々と心を調整して、誤ちや煩惱、無明を一つ一つ直していかなければいけません。日々、生命の

価値を発揮しているだろうか、智慧は増しているだろうか、生命を尊重し、親と天地の養育、社会への恩返しをしているだろうかと心に問いかけるのです。そして、未来に向かって自分を鼓舞して精進し、人々を善と愛に導き、共に奉仕するのです。

飛ぶように過ぎ去る一分一秒は人生で最も大事な唯一の一秒なのです。仏法の中のどの一句の真理も全て、人生における正確な方向を示してくれています。皆が発心立願してこの一刻を把握し、放逸にならず、慎み精進するよう願っています。

くのボランテニアが、心から地球をいとおしみ、人々に物を大切にすること身を以て示しています。

環境保全が一刻の猶予もないのは、地球がすでに傷ついているからです。環境保全ボランテニアたちは苦勞を厭わず、腰を曲げて活動しています。それは長い時間をかけて初めて成果が現れるのです。正に観音菩薩の百の手、千の手が子孫のために環境を守っているのと同じです。

物質が豊富になるにつれ、消費も多くなり、排出されるゴミも多くなりました。現代の人は日常生活の中で容易

リサイクルボランテニアの手は正に観世音菩薩の手
百の手、千の手で永遠に奉仕し
子孫のために大地を守ろう

難多きこの世を嘆くと同時に、喜びを感じます。多くのボランテニア菩薩が慈悲と智慧を発揮し、愛の力を結集しているのです。

慈済は慈善団体であり、人々の愛と善を啓発し、人類だけでなく、大地をも守っています。大愛テレビの番組「草の根菩提」は、環境保全の最も良い教材であり、年齢や地位もさまざまな多

に廃棄物を作り出し、使い終えたものを簡単に捨ててしまいます。とくにプラスチック製品や発砲スチロールがゴミになると、地中では千年経っても分解されず、焼却すると、大気を汚染します。また、体積が大きくて、処理が難しいのでリサイクル業者はあまり引き取ってくれません。

これら一般の業者が回収しないものを慈済ボランテニアが回収し、細かく整理分類して環境汚染にならないようにしているのです。大愛感恩科技公司は研究を重ねて回収物を再生しており、その一例としてペットボトルから衣類、靴下、ボ

タンやベルトを生産しています。

回収物を物資に変え、それを慈善救済に活用することで善の循環を生み出しています。十二月、メキシコで慈済ボランティアは地震被災者にペットボトルから再生した毛布を贈りました。回収されたペットボトルは原料に戻り、糸から織物にしたもので、人々が寒さをしのげるよう、特別に厚くしました。一万二千枚の毛布は船便で送られ、現地政府の同意を得て免税で通関されました。寒空の下、被災者は毛布を広げて体を包んでいました。ボランティアはその毛布には台湾のリサイクルボ

ランティアの真心と大地をいたわる心がこもっていることを紹介しました。

環境保全ボランティアは毎日、手に触れているので、空き瓶、空き缶、紙を手にとった瞬間、すぐにその材質が分かれます。そして、彼にとつての常識を智慧に変換すると同時に、現在世界で討論されている大問題を解決しているのです。すなわち、ゴミを減らして回収物を再生し、必要な物資を作り出すことができる。とすれば、これ以上、天然資源を採掘しなくて済むのです。

多くの環境保全ボランティアが守っているから台湾は幸せなのです。善と

愛は台湾が世界に誇れる人間性の美です。皆で今の幸福を大切にし、さらに福を作り出してこそ真の智慧と言えます。台湾だけでなく地球を守らなければなりません。大気も大地も繋がっている地球が平穏であって初めて、人々は安心した暮らしができるのです。

ンティアに慈済委員や慈誠隊員の認証を授与する式典が行われます。彼らは何年も養成講座を受け、菩薩の使命を心得て、「仏の心を己の心とし、師の志を己の志とする」ことを発心立願するのです。

この世に苦難が多く
人生の無常を警告している
無限の情を啓発し
無量の大愛を育む

毎年この頃になると、国内外のボラ

認証を受けたということは、今生の菩薩道の起点に立ったことであり、来世にまで続けることを約束したのです。師弟の間で、師匠は弟子に何も求めていませんが、「仏心」を培い、「師志」を堅持して、世の衆生を悟りに導いてくれることを心から願っているのです。誠、正、信、実は慈済人共通の志です。

すなわち、心から衆生を悟りに導くこと、正しい心で煩惱を絶つこと、信ずる心で法門を学ぶこと、真心で以て成仏することを誓願することです。

誠心、正心、信心を以て仏法を学ぶ以外に、日常生活に仏法を取り入れ、人間菩薩となつて、堅実に、智慧を用いてこの時代に向かい合うのです。

人との交流では「誠」から離れることはできず、誠心誠意互いに励まし合うことです。広く衆生を悟りに導くには自分も悟りを開き、煩惱を断ち、この世の菩薩道で正法を体得し、心に銘記するのです。

に努めなくてはなりません。

今年の歳末祝福のテーマは「大愛で衆生に付き添い、一人ひとりが地球を護ろう」です。多くの愛があり、情が続き、人をいたわれれば、たとえ災難が起きても速やかに回復することが出来ます。台湾のみでなく、心を広く持つて世界の苦難に喘ぐ衆生に手を差しのばさねばなりません。

広い天地は古に亘つて永久に存在し、人々の仏性も永久に存在しています。衆生は仏と同等の智慧、同等の愛、同等の無量の情が具わっています。慈済は長年に亘つて世界各地で奉仕し、この世に苦

仏が予言した五濁惡世とは現代のことです。大自然の災害は成、住、壊、空を警告しています。人の心にある迷いと病苦は、外で起きる災難よりももっと苦しいのです。少数の考え方が偏った人によって人災がもたらされるのです。慈済ボランティアがここ数年間に世話している難民たちのように、戦火で生き延びても非常に辛い生活を強いられています。

社会の調和がとれなくなると、危機が訪れ、国家が動乱に陥った時、想像を絶する状態になります。私たちは今ある平穏を大切にし、さらに人心浄化

難が多いことを悟り、人生の無常を警告し、さらに「いつの世にも情のある衆生が存在し、広い世界には無量の愛がある」ことを体得して来ました。歩んで来た道や足跡は全て、導いた無数の情と大愛なのです。少人数では愛のエネルギーは発揮されなくても、大勢集まればいつまでも続くのです。

平穏無事で幸せな人は人助けをすることが出来ます。菩薩の奉仕は労力、時間、如何なる力をも惜しまず、世界の人々が愛の力を感じ、人々が善に向かい、禍がなくなり幸せになることを願うのみです。

年齢を重ねても

鈍くなることなく

聞法、如法、説法、伝法すれば
命の輝きは永遠に消えない

十二月、彰化静思堂の歳末祝福会で、彰化和美記憶保養クラスのお年寄りたちが、子供たちに付き添われて、壇上に上がり、演奏していたのを見ました。彼らは手を引かれたり車椅子で出てきましたが、プラスチック容器を振って出す音や太鼓を叩く音律は整然としていました。娘や嫁が感想を話していた間、お年寄りたちは子供のように容

器を揺らし続け、注意を促されて初め手を止めました。

誰も記憶の喪失を望む人はいませんが、現実の人生で自分を見失い、コントロールすることができなくなったのです。しかし、現代社会では多くの家庭にこのような困惑があり、子供たちは性格や考え方が変わったり、辻褄の合わない親の話を、いたずらな子供を教えるように対処しますが、時が経つにしたがって苦痛になります。

脳の退化と生理状況は思いのままにならず、現代医学でもどうしようもありません。どんな家庭であつても心が

痛むものです。

大林慈済病院の認知症センターの曹文龍主任に感謝します。彼は慈済人医会とボランティアに呼びかけて、地域で数多くの問題を抱える家庭に寄り添い、子供達に脳の退化による病を理解させ、お年寄りを思いやることで家庭の倫理維持を支援しているのです。

年を取ることは敬愛されると共に悲しいことでもあるのです。私は現在、年に二度行脚をしています。久々に会う古参のボランティアは皆、志を一つにして慈済が社会や地方のために貢献できるよう励んでいます。彼らは中

年から老年になるまで私に従ってきましたが、月日の流れとともに体格も動作も以前と全く異なっていました。

彼らの人生は全て鏡のように自分を映し、感慨深いものがありました。しかし、私の心の中にあるのはただ一つ、今この時を大切に把握することです。

一日が過ぎれば命は一日少なくなり、一年過ぎれば寿命も一歳少なくなります。「残された日は多くなく、生命は急を告げている」という意識を智慧に転じて、正法を聴き、正行を歩み、心念をしつかり守って、少しの迷いもないようにしなければなりません。

斗南でもお年寄りのボランティアたちに会いました。自分たちが環境保全に参加している意志と人生の方向を語り、病でベッドで死ぬよりも、最後の一息までリサイクル活動ができるよう発願していました。

私は、彼らが私に頑張るよう言っているような気がして、私も説法を続け、私と縁のある人が一人でもその機会を逃さないよう、最後の一息まで説法することを発願すべきだと思いました。

体の老化または記憶の衰退は人間の自然の法則です。年齢的に老いても立ち止まっただけではありません。立ち止まれ

ば鈍くなるのです。心して伝承し、人材を育成して一つ一つの灯を輝かせるのです。しかし、自分の灯は永劫に光を放ち、消えることのないようにしなければいけません。

懇慫に法を聴き、実践したことを分かち合い、口にしたことを行動に移すのです。これが聞法、如法、説法、伝法なのです。

一分一秒と消えて行く命を、健康な時に善行する機会を逃さず、慧命を成長させ、愛のエネルギーが絶えずこの世に福をもたらすようにしなければなりません。皆さんの精進を願っています。

◎文・陳世慧 撮影・劉子正 訳・高嶋由紀子

老後の新定義

楽しく働く

●貿易会社の経営者だった葛似蕙さんは、六十一歳の時に喫茶店の店主に転じ、人生の第二のステージに踏み出した。医療の発達で寿命が延びているのにもなって、高齢者も収入と社会への参画を求めて働くようになった。



「正直言えば、ちよつと後悔しているんです。退職が早すぎたんじゃないかって」。今年六十五歳になる朗らかな性格の林君儀さんは、こう率直に語った。

小さな貿易会社を経営し、世界各地の展示会を駆け回ってきた。仕事に疲れ切った彼女は、十年前に五十五歳で年金を受け取ると、すぐに会社をたたんだ。

最初の頃は肩の荷が下りて、籠から放たれた鳥のように毎日が楽しくてしかなかった。「旅行したり、ぼんやりし

●世界で一の長寿国、日本では、高齢者の再就職も珍しくない。写真は退職後、学校の守衛をしている日本の高齢者。（撮影／安培博）



たり、いろいろなことを勉強したり。よ

うやく自分がしたい生活ができるようになったと思います」。しかし、忙しい生活から離れて二年が経つと、「忙しくない」生活は「暇」になり、「暇」な生活は「退屈」で、毎日が味気なく感じられるようになった。

林さんだけではない。政府が発表した国際労働統計によると、台湾の法定退職年齢は六十五歳だが、二〇〇九年から二〇一四年にかけての実際の退職年齢は、男性六二・八歳、女性六〇・七歳で、調査を行った主要三十五カ国中、退職年齢が最も遅い韓国よりも十歳、日本よりも六、

七歳若かった。

五十五歳から五十九歳の労働参加率を見ると、日本の八一・一％、韓国の七二・六％、米国の七一・五％に対し、台湾は五五・一％と著しく低くなっている。

勤勉で名高い台湾人が、どうして早期退職を好むのか。労働部人力労働署の蘇昭如係長によると、林さんのように多忙な毎日から抜け出したい、自身の健康や家庭の事情による、といった理由で仕事を辞めた人や、会社の都合による失業人口を除けば、早期退職は大きく数種類に分類できるという。

一九七〇～一九八〇年代の世界経済



の急速な発展の恩恵を受けて、十分な資産を形成できた戦後ベビーブーム世代は、早く退職ができます。また、政府が公務員の世代交替を進めるため、公務員や教員が満五十五歳で退職を申請すれば一時退職金を受け取れる『五五プラン』を打ち出しました。それから、労働保険が破産するかもしれないという話が流れたこと。これらさまざまな要因によって、退職金を早期に受け取って安心したいと考える人が多くなったのです」と蘇係長は話す。

問題は、個人にとって合理的な選択が、時に制度的な不合理をもたらすことであ

る。一見個人の生涯設計に見えても、多くの人が同じようにした場合、国家の行く末を変えてしまうことがあるのだ。早期退職がその一例である。少子化は今後若年労働力の減少を招くであろうし、また最近の若者は卒業を延ばしたり進学することを選択し、就職年齢が遅れる傾向にある。退職は早く就職は遅い。だから、早晚、労働力不足の危機がやってくる。

労働力に赤信号！

国家発展委員会の指摘によると、台湾

の労働人口は二〇一五年にピークの千七百三十八万人に達した後は次第に減少し、二〇六〇年にはわずか九百六十万人になると予測されている。そうなれば、税収の減少により、国家の財政や保険制度は逼迫し、政府が国民の面倒を見ることなどできなくなる。また、企業はコスト削減のため、退職金の支払いをあの手この手で逃れようとするか

● 永和地区にあるシルバー人材資源センターは高齢者の就業相談や教育訓練を行っている。IT講座から就業場所の実地見学まで、講座の内容は豊富だ。

●曹さん（まん中）は退職後看護の仕事をしている。まだまだ体力のある若いお年寄りがベテランのお年寄りを介護することで、介護の人手不足を補っている。



もしれない。

最近日本で話題になった『下流老人』という本では、今後は一人一人が健康を維持して医療費が元本を浸食するのを防ぐ必要がある、また健康寿命の伸びにしたがつて、老後も仕事を続ける傾向に拍車がかかることは間違いないと指摘している。

しかし、ポジティブに考えれば、老後も仕事を続けることにメリットがないわけではない。多くの研究が示すとおり、仕事は人にポジティブなフィードバックを与えてくれる。給与収入だけでなく、ある程度社会に参画し、社会とのつなが

りを維持することで、心の健康や生活に対する満足度が高まる。この点から見れば、経済的に必要かどうかにかかわらず、高齢者の就業にはメリットがある。

台湾では、二〇〇八年、年金支給額の増加を抑えるために各国に倣って「労働基準法」を改正し、法定退職年齢を六十歳から六十五歳に引き上げた。二〇一四年、失業や退職をした高齢者の再就職を後押しして労働力を補うため、労働省は「高齢就業法」の起草に着手したのに加え、台湾初のシルバー人材資源センターを設立した。

「私たちのサービス対象は中高年が中



心で、年齢に上限はありません。満五十五歳以上で仕事をしたい人なら、全力でサポートします」。センターの余瓊君主任はこう話す。ここでは、民間の人材バンクと違って、高齢者は企業がインターネットに求人登録するのを待っていればいいのという。センターはインターネットを通じてシルバー人材支援セン

● 蔣萍先生は高校を退職した後、私立の実験小中一貫校からスカウトされ、副校長となった。豊富な教育経験を次世代に伝えるこのケースは、高齢人材活用最高のモデルである。



●塾の数学の名講師、鄭麗華さんは大病を完治した後、授業数を減らして、再び教鞭を取ることを選択した。学生との楽しいやりとりの中にやりがいを感じ、心身もより健康になったようだ。

ターを宣伝し、その一方で、「すべての仕事が高齢者向きというわけではないので、毎月KPI (Key Performance Indicators) 重要業績評価指標」を設定して、企業を一軒一軒訪問し、求人を開拓しています」と余主任は話す。

センターのスタッフの努力で、たった二年余りの間に一万件以

上の求人を開拓できた。職探しに訪れた約三千人のうち、千七百人以上が仕事を見つけ、マッチング率は五割を超えている。しかし、台湾の現在の非就業人口（早期退職、就業難の人口）がおよそ百万人であることから考えると、膨大な開拓の余地が残されていると言える。

問題は、求人の開拓や高齢者の求職の過程で直面する台湾社会の年齢差別が想像以上に広く根深いということだ。

広く存在する年齢差別

「就業サービス法」では、年齢差別を

した企業は罰金を科されることになっている。しかし、多くの高齢の求職者はいたるところで差別にぶつかる。

台北工業專科學校（現在の国立台北科技大学）の出身で、今年六十九歳になる張隆興さん（仮名）は、もう何度センターを訪れたかわからない。三十年前、台湾企業の現地派遣幹部として中国大陆に派遣され、エンジニアと工場長を務めた。その後、台湾に戻ってガイド資格を取り、いくつもの大手旅行会社と契約して働き、働きぶりは悪くなかった。

その後、観光客が激減してガイドも開店休業状態になった張さんは、体も元氣

だし家でだらだら過ごすのも嫌だと考えて再就職しようとした。しかし、その時、年齢の壁に阻まれたのである。

「前は自分で仕事を探していたのですが、企業側は身分証の生年月日を見るとうつむいて、変な話し方をするようになるんですよ」と張さんは首をふった。

体格がよく元気いっぱいの際は、ガイドをしていた時も「少なくとも十歳は」若く見られていたという。本人の口から

●退職金が足りないため仕事を続けざるを得ない高齢者も少なくない。シルバー人材資源センターの統計では清掃家事代行サービスはマッチング成功数が最も多い業種である。

言われるまでもなく、筆者もそう思った。彼にとって悲しいのは、そんな彼でさえ年齢の壁に阻まれることだ。職を選ばず、警備員でも何でもすると言っても、マッチングの際に面接の機会さえ与えられないのだ。

これについて、シルバー人材資源センターの余主任は、年齢に対する先入観や、仕事内容と求職者の希望とのギャップがセンター設立以来、最も頭の痛い問題だと話す。多くの企業は、医療技術が進歩したおかげで今の高齢者が皆健康だということは認めるものの、それでは高齢者を雇用してもらえないかという話になる





●新聞社を退職した廖大順さんは、昔取ったプロ運転免許が再就職に役に立った。

と、とたんに及び腰になるといふのだ。

「年寄りには反応も遅いし、物覚えが悪くて学習能力も低いし、管理しにくい……。多くの企業が判で押したように答えます。まるでカンペでも持っているんじゃないかと思うほど、スラスラと」。ずっと第一線で求人開拓をしてきたセンタ―業務指導員の沈俊宏さんは、その経

験からこう話す。

「そんな時は、あえて否定はせず、ポジティブに高齢者の長所を見てほしいとお願いしています」。沈さんはよく映画『マイ・インターン』の中のロバート・デ・ニーロを引き合いに、若い人が落ち着きがなく、些細なことで辞めてしまうのに比べ、高齢者はEQが高く、経験豊富で

あるだけでなく、非常に安定性が高く、企業の離職率を下げることにつながると説明する。

マッチングの結果に高齢者が満足できないということはあるのかという点については、「一般の人と同じです。仕事によって要求する条件が違い、求職者によって希望が違う以上、完全に希望通りというのは難しいことです。ウイン・ウインを目指すには双方が考え方を変えなければいけないと思います。企業は、高齢者を雇用することで流動率を下げれば、今までより管理コストを削減できるかもしれません。求職者

は、企業経営にはリスクがあるため雇い入れに慎重になるのは当然だということを理解しなければなりません。ですから、本当に仕事を見つけないなら、労働市場の条件に合うよう、生涯学習し続ける態度を持つことが絶対に必要です」。沈さんは最後にこう語った。

生涯学び続ける

高齢化現象がさらに明確になるころには、望むと望まざるにかかわらず、労働市場により多くの高齢者が加わってくることは間違いない。その日が来れば、企

業側も求職側も時代の流れに対応しなければ生き残れなくなる。

上述の張隆興さんは職探しで何度も壁にぶつかった後、独学で新北市政府景觀樹木剪定技術認証訓練の試験を受けることにした。すでに筆記試験には合格し、月の中旬に実技試験を受ける予定だ。「合格したら自分で仕事を受注して、マンション型コミュニティの屋上緑化の仕事を

●あまり体力を消耗しないビルやマンションの警備も高齢者に適した仕事の一つだ。



するつもりです」と、彼は希望に満ちた笑顔を見せた。

会計部門の責任者をしていた荘さんは、現在九十歳になる母親の世話をしており、適当な仕事があれば慌てて再就職することもないと考えているものの、いつもシルバー人材資源センターに来て、さまざまな無料講座に参加している。たとえば取材当日は東南科技大学の学生たちがチューターとなって動画をユーチューブにアップロードする方法を教えており、多くの高齢者が楽しそうに学んでいた。

それにしても動画をユーチューブにアップロードするのには、元々手薄だったことから、政府が投入する資源も多くありません。それというのも台湾では六十五歳を過ぎたらお年寄りと思われてきたことと関係があつて、台湾の文化では、お年寄りは働く必要などなく、働いていると『気の毒な老人』だと思われるんです。ですが、高齢者が今後ますます増えていくにつれ、この点はきつと変わっていくでしょう」と、中正大学労働関係学科の周玖瑛教授はこう話す。

●信義計画区で花を売るおじいさん。花束を売るのは、子供に頼らないですむよう、小遣い金を稼ぐためだ。

ップできるようになったとして、職探しの役に立つのだろうか。

「高齢者がデジタル製品の使い道についてもっと理解できるよう、手助けしたいと思っています」と余瓊君さんは言った。「仕事に直接関係する講座もあります。たとえばホテル業に就きたい人はベッドメイクを、飲食業をしたい人は軽食の作り方やコーヒーの淹れ方を学ぶことができます」

ただ、センターはまだできたばかりで、スタッフも十人ほどしかいないため、できることはかなり限られている。

「台湾の高齢者研究のうち就業につい





周教授は、もう一つの公共職業訓練システムである労働省や各自治体傘下の職業訓練センターを例に出した。それらの場所でこれまで職業訓練の対象者は一般の求職者が大部分だったが、社会の変化につれ、中高齢者の割合が次第に増えてきている。ただ、それでも年齢は四十五歳から六十五歳に限られ、六十五歳以上は対象外だ。

従来中高齢者にとつての学びの場である地域大学や長青学苑、楽齡大学などはどうかと言うと、「講座内容が趣味や教養に偏っていて、安全・健康・参加という国連が強調する高齢社会の三つの柱の

うち、健康や参加との関連性は強いのですが、個人の経済面の安定とはあまり関係がありません」と周教授は指摘する。したがって、政府が本当に高齢者の就業支援システムを作ろうとするなら、国外の例を参考にしたほうがいいと周教授は話す。

「最近アメリカでも日本でも、地域コミュニティの役割を重視しています。地元の仕事の機会があれば、高齢者は生活費を稼ぎながら地域で老後を過ごすことができます、一石二鳥だと言えます」。周教授は最後にこう話した。「もちろんその前に職業訓練機関でよりきめ細かなカリ

キュラムを提供したり、需要と供給の双方をしつかり把握したりできれば、マッチ率も上がるでしょう。今は訓練を受けても仕事が見つからない人や仕事を探さない人がいて、資源をいわずに浪費しています。そこが改善されれば初歩的なサポートシステムは半分成功だと言えます」

●台中市政府が弘道老人福利基金会に委託して経営する「不老食埕」はかなり実験的なものだ。高齢者のゆつくりではあるが礼儀正しく行き届いたサービスに、リピーターとなる客も多い。(撮影・安培博)



●王四維さんは元は建設労働者だったが、職場で気に入らないことがあり、「早期退職」した。現在は金瓜石で小さなレストランを営む。仕事は大変だが、前よりも自由になった。

想像してみてもほしい。その日が来れば、台湾の労働市場には膨大な活力が注ぎ込まれるのは間違いない。ただし、その前に公然の秘密である年齢差別の問題を解消しなければならない。先行きは暗いようにも思える。しかし、漆黒の夜空にぼつりぼつりと瞬く星のように、変化の兆しは現れ始めている。

変わる企業の考え方 柔軟な就業時間と職務の再設計

台北市内、八徳路の路地にある金点実業。三十坪のキッチンで、平均年齢六十歳を超えるお母さんたちが楽しそうにやしやべりしながら、キクラゲを煮たり、リンゴをむいたりしている。

「作業員」と言えば多くが無表情で、ロボットのように黙々と作業するのに比べ、お母さんたちの明るい笑顔は人を和やかな気持ちにさせる。

「創業した頃は、高齢者を採用しようなんて思いつきませんでした。ほか

の人たちと同様、少し『先入観』があったんです」。そう率直に語ったのは、金点実業の林益慶社長だ。有機白キクラゲを売る林さんと創業パートナーの郭怡妙さんは、劇団メンバーをやめてこの会社を作った。金点実業を起業した後、客の一人から「母がこの製品が好きだからここで働かせてやってほしい」と言われて雇った六十八歳のおばさんが、シルバースタッフ第一号だ。

その後、会社が成長するにつれ、次第に分業が必要になってきた。食品会社を経営するには、店舗での販売ももちろん重要だが、勝負の決め手は顧客には見え



ない生産ラインなのだ。

いわゆる売り場とバックヤードでは必要な人材が異なることに気がついたのもその頃だ。売り場では業績を上げるために体力があつて社長と一緒に突き進める人が必要だが、バックヤードでは品質を安定させ、生産を途切れさせない人が必要だ。

この点に気がついたことと、当時すでに高齢の友人を雇っていたことから、林さんは高齢者の雇用を増やすとともに、労働力を二段階に区分することを決めた。

「第一に、積極的に顧客にアプローチ

する必要がある販売の仕事は、エネルギーのある若い人でなければだめですが、安定が大切な生産ラインにはやはり経験豊富で落ち着いている高齢者の力を借りようということです。第二に、高齢者は体力がないので、毎日九時から五時まで働いてもらうのは難しい。また、彼らも、誰かに頼らなくてすみ、自分の尊厳を維持できるだけの小遣い銭や生活費が稼げればいい。そこで、月水金、火木土のシフトを組んで、日曜日は全員休みにしました。全てのスタッフ、とくに高齢のおばさんたちが、十分な休息を取って、毎日楽しく仕事ができるようにしました」

林さんの考え出した戦略は「職務の再設計」と言える。実際の必要性に応じて勤務時間に柔軟性を持たせたほか、高齢者や身体障がい者といった特定のスタッフにも優しい設備を導入した。例えば老眼のスタッフのために大きなディスプレイのコンピューターを、力が足りないスタッフのために重い荷物を運ぶ機械を

●流暢な英語を話す鍾美慧さんは、労働省開催の中高齢就職フェアで英語塾の仕事を見つけた。同僚と仲良く働く彼女にとって、何よりうれしいのは、新しい仕事で能力を発揮できることだ。



●退職後の再就職とはいえ、黄碧玉さんは第二のキャリアも経済的安定の確保と生きがいを満たすものであってほしいと思っている。現在大愛感恩科技で働く彼女は、リサイクルに全力で取り組んでいる。

購入した。

これには労働省の補助金制度を利用した。高齢者の労働参加率向上のための企業を対象とした補助金だ。台中市政府の委託を受けて非営利組織、弘道老人福利基金会が経営するレストラン「不老食埕」でも、同様の方法を用いている。

旧官舎を改装したこの軽食レストランでは、メニューや伝票の字を大きくすることで注文や会計時にシルバースタッフが間違いにくくしたほか、キッチンオープン、ガスコンロ、ドリンクサーバーなども全てワンタッチにし、ボタン一つで全ての機能が正しくセットされるようにした。

「お年寄りに複雑な機械の扱いは無理だというのは事実で、正面から向き合うべきだと思いました。逆にこの機会を活用して、彼らにそのほかの潜在能力を発揮してもらうために、もっとよい方法がないか、みんなで知恵を絞りました」

ワンタッチはその成果だと、「不老食埕」のスタッフ呉素芬さんは語る。さらにレストランのメニューにもシルバースタッフの力が生かされている。例えば一番人気の碗糕（米粉の蒸し物）を例に取れば、「小光が以前機械工場で働いていた頃の経験を活かして、米粉と水と塩をどれくらい加えるか、材料をきっちり計って、一回一回試してできたものです」

呉さんが「小光」とあだ名で呼んでいるのは蔡耿光さん。蔡耿光さんはかつて五十八歳で解雇された時、どん底に突き落とされた気持ちだったが、「不老食埕」で働くようになってから、隠れていた料

●新鳥路で竹彫りの鴨を売る陳復源さんの作品はすべて本人の手づくりだ。以前木工師だった彼は年を取ってもこの特技を生かしている。重要なのはいくつ売れるかではなく、楽しさと客からの称賛である。

理の才能がふいによりがえった。誰かに腕前を褒められるたび、「うれしいです」と心からうれしそうに口元をほころばすのだ。

高齢化社会で新たな挑戦をするには、生涯学び続けるだけでは足りなくなっている。仕事の場に戻り、仕事の中に生きがいを見つけ、社会に貢献し続けるいくためには、政府の推進政策と企業の協力、高齢者自身の覚醒が必要である。

老後生活は、職場に帰ることから始まるのだ。

（経典雑誌二二七期より）



責任を担う勇猛さ

◎文・釋德仇／訳・濟運



プレッシャーの下で実力を発揮し、
着実に歩める大道を切り開く。

骨髓の縁で良縁を結ぶ

慈済骨髓幹細胞センターは十月十四日、高雄靜思堂で二十四周年記念行事を行った。骨髓を移植して健康になった十一人が念願叶ってドナーと会見し、会場は感動的な雰囲気溢れた。二十数年前、台湾で骨髓バンクを設立することを決心しました。その間、さまざまな困難がありました。私たちは強固な意志で何度も困難を乗り越えて来ました。壇上のドナーと移植患者の喜びの出会いを目にしましたが、その縁で患者の生命は続いているのです。一人の命が救われるということは一つの家庭が

幸せになることであり、多くの不思議な良縁がもたらされるのです。十八日のボランティア朝会で上人が心温まる話をした。

ドナーの一人は相手に健康な造血幹細胞を届けるために、毅然と煙草や酒、檳榔の摂取を断ち、生活習慣を改めて、最良の健康状態で幹細胞のある高校教師に寄贈してその命を救った。

「その気持ちがあれば、成せないことはありません。それが純真な善意であり、真心からの愛です」と上人が言った。壇上では患者と家族が感謝の言葉を繰り返し、ドナーも無上の喜びに浸り、観客席では涙を拭う姿があちこちで見られた。慈済がこの二十数年の間骨髓移植のドナー登録制度を推進して来なかったら、この場面も見られなかっただろう。

台湾全土には一万人近い骨髓ドナー登録者がいる。彼らが寄贈のために費やしている時間と心労は数字に表すことは難しく、まさに非親族間骨髓移植の英雄である。「この時代、医療技術が発達し、慈済ボランティアは医療関係者である必要はありませんが、衆生を救う精神を持って良能を発揮し、精一杯、生命を



●慈濟骨髓幹細胞センター設立24周年記念行事とドナーと患者の喜びの対面が行われた。対面を待ちに待っていた患者は、ついに命の恩人を抱きしめ、お礼を言うことができた。(撮影・黄俊哲)



救っているのです」。少なからぬ骨髓ドナーと患者が骨髓ボランティアとなつて愛の循環を作り出している。

慈濟骨髓幹細胞センターでマッチングに成功し、移植を達成した患者は三十一カ国、四千八百二十人に達している。「愛のエネルギーはその『髓縁』によって絶えることなく広がり、引き継がれています。心から感謝します」と上人はおっしゃられた。

愛のエネルギーは尽きない

十月半ば、マレーシアとインドネシアの実業家による交流学習キャンプがクアラルンプール静思堂で行われた。十月十八日、慈濟クアラルンプール執行長の慈露師姐^{シイシエ}（師姐は慈濟の女性ボランティアの呼称）とマレーシアの実業家たちが花蓮でキャンプの状況、インターナショナルスクール設立に向けたチャリティーバザーが盛況だったこと、そして、ミャンマーのインフルエンザ予防に関して報告した。

上人は、マレーシア慈濟ボランティアが師匠から与えられた重い責任を受け止め、実力を発揮している勇敢さを賞賛した。「土と同じように、適度に圧縮して初めて堅くなります。師匠は皆に成仏してもらえる道を歩んで欲しいのです。人生の時間は有限です。無駄に時間を過ごすのではなく、心して奉仕し、良縁を結んで広い大道を切り開き、この世を利用することをすべきです」ボランティアは慈善ケアに尽くし、辺鄙な山奥や無医村、国内の難民など手の届く範囲内で極力支援する。「慈濟ボランティアが発心して奉仕しさえすれば、そこは福を造ることができる場所になります。愛を携えた人が多い故、愛のエネルギーは広く行き渡るのです」

心に愛があるから、ボランティアはどんな状況で慈濟に参加しても、団体に溶け込んで一緒に行動し、腰を低くして大衆のために奉仕することができます。上人はその菩薩精神を讃えている。「菩薩はお寺で拝まれる偶像ではなく、群衆の中に分け入って、この世の苦しみのために奉仕する人々なのです」

十五元の教え

ボランティア朝会の時、大林慈濟病院の簡瑞騰副院長がネパール医学会議に参加した感想を話した。簡副院長が二〇一五年のネパール大地震後の支援治療にも参加していたことを知った主催者側が、復元作業が行われている古城バクタプルに案内してくれたエピソードも披露した。

古城バクタプルの参観料は十五元だが、慈濟委員証を持っている人なら無料で参観ができると簡副院長が説明した。

それを聞いた證嚴法師が「簡副院長は十五元だけでなく、百五十元払わなければなりません」とおっしゃったので、皆は大笑いした。法師のお言葉を反芻して、私の心には言葉では言い尽くせない思いが広がった。

普通の人なら、自分が慈濟委員証を持っていることに自己満足して、知らず知らずにわずかながら「増上慢（注）」が頭をもたげるものだ。または十五元得したとして小躍りする。十五元は少額だが、砂粒でも集まれば堅固な城を築

くように、この十五元の集まりによって再建の美しい夢が実現されるのだ。

私は以前支援団と共に一カ月間、被災地の人たちに寄り添っていた。あれから二年が経っているが、慈濟は変わらず現地のボランティアを導いて、医療、教育などの援助を行っている。被災地の古城は今も変わらない姿をしているのだろうか。彼らのことを思い出すたび心が痛む。

法師のお言葉が私の心に強く響いた。法師は歩き始められた頃から始終、太虚を包み込むような広いお心と、平等と慈悲を持っている。三十年前、花蓮慈濟病院の建設費用に悩んでおられた時、ある日本人が二億ドルの献金の申し出たのを丁重にお断りになったのは、台湾の人々が自分の故郷に自分の手で病院を建設する発心の機会になってほしいと願われたからだだった。

法師は常に身を以て弟子たちを教え導いておられる。小銭のような小さいものにも、深い意味を込められた教えを深く心に銘記して、今後も精進することを法師は願っている。（慈濟月刊六〇四期より）

*（注）増上慢（ぞうじょうまん）とは、仏教でいまだ悟りを得ていないのに得たと思念して高ぶった慢心のこと。



慈濟大事記一月……………

訳・済運

01・01	◎苗栗県竹南町大厝里のリサイクル工場から火災が発生。慈濟ボランティアは知らせを受けて現場を訪れ、消防隊員の体力補充のためにパンとドリンクを提供した。 ◎大愛テレビが20周年を迎え、慈濟人文志業センターで「大愛20、愛のために堅持する」と題した記念行事が行われた。《法華経・序品第一》を精神の柱にして、影像による回顧と検証に対する感想を述べたり手話劇が行われ、来場者は大愛テレビ局がメディアの清流として堅持し続けてきたことを検証した。
01・04	田舎の学童の練習環境を改善するため、慈濟基金会は野球自動投球機を嘉義県六脚郷更寮小学校に寄付した。今日、ボランティアの王寿榮が慈濟の代表で出席し、嘉義県教育処体育保健科の黄宏鼎科長が県を

01・06	代表して感謝状を贈った。 ◎午前、新竹県関西町中山東路の民家から出火し、1人が死亡した。慈濟ボランティアは夕方、火災が発生した家を見舞うと同時に慰問金を届けようとしたが、被災世帯はそれを辞退した。 ◎台鉄の754号列車が6日の夜、屏東県竹田郷の高架を通過中に死亡事故を起こした。慈濟ボランティアは知らせを受けて7日に麟洛郷麟趾村の死亡者家族を見舞い、2万円の慰問金を届けた。また、その家庭が低所得者であるため、長期ケア案件として登録した。 ◎慈濟は中国貴州省三都県拉攏郷で冬季の配付活動を行い、6日には拉攏、排焼、高寨、來楼、懂術の5村で家庭訪問を行った。7日は生活物資の配付活動を行うと共に助学金の配付を行い、8日、再び5村で家庭訪問を行うと共に7日に来られなかった世帯に物資を届けた。
-------	--

01・10	01・09	この冬初めての寒波が台湾に到来し、気象庁は低気温特報を発令した。台中慈済病院医療チームと中区慈済人医会は慈済ボランティアと共に夜間に台中駅の地下通路にいるホームレスを見舞い、138人に炊き立てのお粥とコート、厚手の靴下、カイロなどの防寒グッズを届けた。 ◎9日、屏東市博愛路の平屋3棟から火災が発生し、1人が死亡した。慈済屏東支部の社会福利職員は地域ネットのホームページからそれを知り、ボランティアに知らせた。ボランティアは現場に急行し、生姜茶を提供して消防人員に温まってもらうと共に、10日、死者の家族
		設を決定した。その中には81床の養護ベッドと30床の職員寄宿舎、デイケアセンター、娯楽室などが設計されている。今日、起工式と歳末感謝会が開かれた。

01・08	01・07	◎2017年12月26日に、アメリカワシントン州シアトル郊外のオーバン市でアパート火災があり、慈済は今日、被災した17世帯に毛布と現金カードを配付した。 慈済スリランカ、コロンボ支部は歳末祝福感謝会を催し、112人が参加した。また、ケア世帯に生活物資の配付が行われた。 ◎屏東県里港郷鉄店路で里港慈済環境保全教育センターが起用された。◎気象庁は7日、9日から寒波が来襲すると発表した。花蓮慈済ボランティアは慈済警察消防人員及び家族懇親会と共に、8日、新城支局天祥派出所、合歡派出所、小風口交番で駐在人員に生姜茶と再生マフラー、即席粥などの物資を届けた。 ◎私立台東仁愛の家は建物の老朽化と共に使用スペースの不足で、外部からの応援が必要となった。慈済基金会は3階建ての建物の支援建
-------	-------	---

01・21	◎慈済基金会は中国雲南省昆明市禄勳県第一中学校の体育館で屏山街道冬季配付活動を行った。魯溪と馬鞍、岔河、茂龍、克梯、綠槐、六合の6村の1057世帯の貧困家庭を対象にしたものである。 ◎ミャンマー、ヤンゴン省ティンカンツン第二区ヨウン街で19日、火災が発生し、24世帯98人が住む所をなくした。慈済ボランティアはその日に見舞うと共に被災者のニーズを記録し、20日に配付活動を行った。
01・20	インドネシア慈済大愛病院は10日に開業10周年を迎えた。慈済インドネシア支部は21日、静思堂で記念感謝会を開催し、10年間に職した医療人員に感謝状を贈った。大愛病院の前身は慈済大愛診療所で、2003年8月25日に起用し、2008年1月10日に専科病院に昇格した。

01・13	チリの慈済ボランティアは住居区域で歳末祝福感謝会を催した。今回は特別に会場をHuellas de Inclusiónに提供して、チャリティーの売り上げをダウン症の子供へのケア費用に充てた。
01・11	◎慈済香港支部は「111世界菜食デー」を広めるため、静思堂で「菜食を味わってみよう」と題した菜食活動を開催して料理を提供し、九十八人の会員が参加した。 ◎慈済ハイチ志業パークが起用された。
	に慰問金を届けた。 ◎苗栗市玉清一街の民家から火災が発生し、家屋は全焼したが怪我人はなかった。慈済ボランティアはその家族に慰問金を届けると共に、ショックを受けた心を慰めた。

各国の連絡所

本部

971 花蓮県新城郷康樂
村精舎街 88 巷 1 号
TEL: 886-3-8266779
886-3-8059966
志業中心 (静思堂)
970 花蓮市中央路三段 703 号
TEL: 886-40510777 # 4002
0912-412-600 # 4002
花蓮慈済医学センター
970 花蓮市中央路三段 707 号
TEL: 886-3-8561825
玉里慈済病院
981 花蓮県玉里鎮民権街 1-1 号
TEL: 886-3-8882718
関山慈済病院
956 台東県関山镇和平路 125-5 号
TEL: 886-89-814880
大林慈済病院
622 嘉義県大林鎮民生路 2 号
TEL: 886-5-2648000
台北慈済病院
231 台北県新店市建国路 289 号
TEL: 886-2-66289779
台中慈済病院
427 台中県潭子郷豊興路一段 88 号
TEL: 886-4-36060666
FAX: 886-4-36021123
慈済大学
970 花蓮市中央路三段 701 号
TEL: 886-3-8565301
FAX: 886-3-8563604
台北支部
106 台北市忠孝東路三段 217 巷 7 弄 35 号
TEL: 886-2-27760111
FAX: 886-2-27761244
慈済人文志業センター
112 台北市立德路 2 号
大愛テレビ局
TEL: 886-2-28989999
静思人文
TEL: 886-2-28989888

アメリカ
総支部 (San Dimas)
TEL: 1-909-4477799
北カリフォルニア支部
TEL: 1-408-4576969
ハワイ支部 (Honolulu)
TEL: 1-808-7378885
カナダ
TEL: 1-604-2667699
メキシコ
TEL: 1-760-7688998
ドミニカ Santo Domingo
TEL: 1-809-5300972
ブラジル Sao Paulo
TEL: 55-11-55394091
イギリス
TEL: 44-20-88699864
フランス
TEL: 33-1-45860312
ドイツ Hamburg
TEL: 49 (40) 388439
オランダ Amsterdam
TEL: 31-629-577511
スウェーデン Goteborg
TEL: 46-31-227883
オーストリア Vienna
TEL: 43-1-7346988
南アフリカ Gauteng
TEL: 27-11-4503365
中国蘇州
TEL: 86-512-80990980

香港
TEL: 852-28937166
フィリピン Manila
TEL: 63-2-7320001
タイ Bangkok
TEL: 66-2-3281161-3
ベトナム Hochiminh
TEL: 84-8-38535001
ミャンマー Yangon
TEL: 95-1-541494
マレーシア
Penang
TEL: 604-2281013
Malaka
TEL: 606-2810818
シンガポール
TEL: 65-65829958
インドネシア Jakarta
TEL: 62-21-5055999
大愛テレビ局
TEL: 62-21-50558889
スリランカ Hambantota
TEL: 94 (0) 472256422
ヨルダン Amman
TEL: 962-6-5817305
トルコ Istanbul
TEL: 90-212-4225802
オーストラリア Sydney
TEL: 61-2-98747666
ニュージーランド
Auckland
TEL: 64-9-2716976

慈済

2018年2月12日発行・254号
中華郵政台北誌字第909號執照登記為雜誌交寄
Printed In Taiwan

発行人 釋證嚴
発行所 慈済基金会
〒112 台湾台北市北投区立德路2号
編集 慈済日本語翻訳チーム
杜張瑤珍・王麗雪
校閲 山田智美
電話 (886)02-2898-9000
FAX (886)02-2898-9994
E-mail: 021620@tzuchi.org.tw

慈済基金会日本支部
〒169-0072 東京都新宿区大久保1-2-16
電話 (03)3203-5651 ~ 5653
FAX (03)3203-5674
E-mail: jptzuchi@yahoo.com.tw
tzuchi@tzuchi.jp

證嚴法師のお言葉、委員や会員の体験談、慈済に関するニュース等を日本の方々にお知らせする目的でこの小冊子を編集しました。日本文への翻訳は素人である私たちがしましたので、不備な点や、つたないところがあると思います。ご感想やご教示がいただければ幸いです。 (日文組編集同人)



最高の笑顔 | 南アフリカシリーズ

ズール族で結成されたボランティアチームは、グループに分かれてダーバンにある200以上の区域を駆け回り、訪問ケアを行って病気に苦しむ人々を見舞う。祖母と孫ほどの年の差を越えて、皆は車の中で声高らかに歌い、明るく活力に満ち溢れている。

(文・袁亞棋 撮影・蕭耀華 南アフリカダーバン)



慈濟ものがたり