慈濟

ものがたり

ツーチー　2020年7月　283

●表見返し　文・證厳法師　訳・済運　撮影・黄筱哲

敬虔に斎戒して疫病を終息させる

疾病が癒えるのはいつになるのでしょうか。
至誠以外に妙法はありません。
心から斎戒して初めて疫病を終息させることができるのです。
真心からの願で幸福と平安を祈りましょう。

慈済日本サイト

目次

【編集者の言葉】
大いなる教育　慈願／訳　4

【主題報道】
感染未だ収まらず、第一線で警戒が続く　葉美娥／訳　8
台湾慈済ボランティアの防疫への取り組み　葉美娥／訳　10
自宅待機で思いがけず得たもの　庄司惠子／訳　20
マレーシア
最悪の事態を想定して最良の準備をする　心嫈／訳　24
オーストリア
厳しい規制で感染症に功を奏する　庄司惠子／訳　32
イギリス　会えない日々　庄司惠子／訳　37

【聞・思・修】
自宅待機を終えて　惟明／訳　46

【健康の玉手箱】
食卓上の防疫対策　心嫈／訳　50

【行脚の軌跡】
自分で理解する　済運／訳　57

【證厳法師のお諭し】
妙法が苦難を救う　慈願／訳　64

【命の贈り物】
幸せの一枚　本諦／訳　70

【撮影ノート】
シエラレオネ共和国を旅して　有田夏子／訳　74

慈済大記事【六月】　済運／訳　106

表紙

新型コロナウィルスの感染拡大期間中、第一線の医療スタッフに感謝しようと、台北市大同、中山、八徳の３つの区の慈済ボランティアは３月下旬、市立連合病院の中興分院に、菜食の惣菜弁当を贈呈した。写真：中山区のボランティアが回収した弁当箱を洗おうとして蓋を開けると、中に心温まるメッセージが書かれた付箋を見つけた。（撮影・黄筱哲）

大いなる教育

◎訳・慈願

新型コロナウイルス（ＣＯＶＩＤ－１９）が昨年暮れに出現してから、現在まで四カ月余りが経つが、感染は既に全世界に広がっている。百万人以上が感染し、数万人が亡くなるという恐ろしい事態の中で、人と人の関係に微妙な変化が起きている。

疫学者の観点から見ると、治療薬とワクチンがないまま感染が急速に拡散した現在、防疫に有効な方法は、人々が集まらないことで密集を回避することしかないそうだ。具体的には自宅待機から市街地の封鎖、人との距離を１メートルから２メートル空けることがあげられる。

コミュニティ内の感染が危ぶまれる中、それを防止するため、台湾では四月よりこの「ソーシャルディスタンシング」を実施している。こまめな手洗いだけでなく、マスクの着用、公共の場所で人との距離を空けることである。

感染者が減少することを期待し、医療系統の崩壊を防止しつつワクチンと特効薬の開発を待つ間は、最も人々が不安に感じる時期である。しかし、今は常時会ったり抱擁することで感情を表すのが困難である。それによって焦燥感や不安を引き起こす可能性があり、別種の危機をはらんでいるといえる。

医学の研究から分かっているのは、ＳＡＲＳ等の経験から伝染病隔離者と特に医療スタッフが過度なストレス等の影響を受けており、時間が伸びればそれも倍増して長期化していくということだ。隔離者が社会の支持を

得られることを含めた有効な防疫対策と、揺るぎない安心感を与えることで、「隔離」が「変則的な懲罰」とならないようにしなければならない。

医療人類学者アーサー・クレイマンは、伝統な中国人社会を観察した時のことをこう語っている。医師が或る家庭へ往診に行くと、そこには漢方薬を煎じる匂いが立ち込め、隣近所の人々がその来訪者に協力して、コミュニティ全体が「治療空間」になっていた。人と人が距離を保つことを余儀なくされる今日、人々に何ができるだろうか？

本期の主題報道では欧米諸国に焦点をあて、公共衛生政策及び文化認識が異なる中、元々マスク着用の習慣がなく、やがて「マスクが買えない」状況に陥っていることを取り上げている。現地の華僑系慈済ボランティアは無用な外出を控え、裁縫に慣れていようといまいと皆、布マスク作りに参加した。ネットを通じてケアや慈善機構の必要に応じ、現地の住民たちも地域のお年寄りたちのために布マスク作りに参加するようになった。完成したマスクは郵送されたり、屋外に置いて人々が取りに来るようにしている。

台湾では、慈済ボランティアが医療従事者に内容が豊富な菜食弁当を届けると共に、弁当箱の洗浄と消毒も念入りな計画の下に行われている。ボランティアはマスクと手袋、レインコートを着け、汗が背中を流れても、奉仕する機会があることに喜びを感じている。

彼らは互いに距離を保つと同時に、更に多くの人と繋がる新方式を創り出した。

證厳法師は、今回の大災難は大いなる教育であり、改めて人々に尊重と謙遜を学ばせていると指摘した。「柔和な労りがお互いの気持ちに通じることを信じています」。（慈済月刊六四二期より）

●今年1月21日に台湾で初めて新型コロナウイルスの感染が確認されてから4月中旬まで、症例数は合計400例を超えた。各医療機関は数カ月間、重圧に耐えている。来院者の流れは厳重にコントロールされ、少しの油断も許されない状態が続いているのである。（撮影・黄筱哲）

感染未だ収まらず

第一線で警戒が続く

―主題報道―

訳・葉美娥

厳しい冬から間もなく熱い夏になろうとしているが、新型コロナウイルス感染症は一つの季節を通して人々に苛立ちを覚えさせて来た。医療スタッフは一般の人と同じようにウイルスから遠ざかり、家で悩みを抱えながらもゆっくり流れる時間を過ごすことはできない。彼らは分秒分かたず、感染リスクの高い中で自分の職責を守り、私たちの平安を守っている。

台湾慈済ボランティアの防疫への取り組み

訳・葉美娥

「安心祝福パック」を自宅待機者や在宅隔離者に届ける

●台湾全土の在宅隔離者（濃厚接触者が対象）と自宅待機者（海外帰国者が対象）の数は10万人を超えた。彼らは行動制限という犠牲を払って台湾国民の健康を守っている。慈済はその人たちに栄養補給食品等を届け、防疫中の心と体の健康を心から祝福して、長い隔離期間を安心して過ごせるよう支援している。

●2月25日から4月17日までに、台湾全土の13の県と市の政府に合計4万1千9百個の安心祝福パックを寄贈した。パックの中には、證厳法師の慰問の手紙、お湯で溶かして飲む五穀パウダー、即席ご飯や即席ラーメン、紅茶、健康食品、ミニマム版静思語などが入っている。

行動で感謝を表し、医療チームを支援

●高雄では慈済ボランティアを動員して1万5千個の防護フェースシールドを製作し、近隣の病院や診療所に寄贈するほか、各地慈済病院の医療スタッフにも届けた。

●台湾中部の慈済ボランティアは防水隔離衣を縫製して、台中慈済病院に寄贈した。

●台湾北部の慈済ボランティアは布マスクと防護フェースシールドを製作して台北慈済病院に提供した。

●慈済ボランティアは大林慈済病院と台北慈済病院で屋外の隔離検査ブースの設置を手伝った。

地域から辺境まで
第一線の人たちに防護物資を届ける

●コミュニティでの感染を予防するため、第一線の警察は勤務を強化した。3月、台湾は海外渡航に関する警戒を「第3段階」に引き上げた。国境の防疫に関わる人員の仕事量は大幅に増え、防護物資も必要となった。慈済は彼らが安心して仕事ができるよう必要な物を寄贈した。

●物資の來源：国内外の慈済ボランティアが各地で調達し、大愛感恩科技公司が開発したもの。

●贈呈対象：
海巡署（海上保安庁に相当）、
移民署（法務省入国管理局に相当）、
警政署航警局（警察庁の国際空港警備隊に相当）、
税関の桃園空港支部、
國道警察署等。

●物資の内容：防護フェースシールド、医療用と一般用のマスク、隔離服、防護服、アルコール消毒液、手洗いソープ、手袋など。

●台北内湖区では、一周間継続して医療スタッフに弁当を届けた。毎日約５０人のボランティアが食材の用意、洗浄、調理、盛り付け、配送を一手に引き受けていた。
写真：ボランティアは医療スタッフを応援する心意気で、盛りつけた弁当を丁寧に発泡スチロールボックスに納めていた。弁当は野菜の色合いに工夫を凝らすと共に栄養面でも気を配っている。（撮影・黄筱哲）

いつものように奉仕し、誰もが防疫に参加して国を守る

●慈済各支部、病院、学校など志業体は、中央感染症指揮センターの政策に基づき、防疫作業を着実に行うよう、慈済ボランティアと協力して「体温の測定、マスク着用、こまめな手洗い」の実行を呼びかけている。

●通常の弱者家庭訪問ケアと屋外でのリサイクル活動はいつものように行う。

●台湾１６の慈済拠点では、延べ1万6千人を動員して、約１７万個の布マスクを至急製作して、会員やリサイクル拠点、小学校、貧困者などに寄贈した。

●「愛の弁当を届ける」活動が始まり、４月中旬までに病院や診療所、政府機関及び民間団体など、台湾全土２８の機関に計1万4千食の菜食弁当を寄贈した。

●慈済ボランティアの王憶偵は、この期間中、皆と一緒に毎日1千個以上の弁当箱を洗って大変だったが、医療スタッフからの感謝のメモやSNSによる感謝メッセージを見ると、1日の疲れが吹き飛び、翌日また全力で投入することができた。（撮影・黄筱哲）

（撮影・黄筱哲）

●弁当を食べる人を安心させると共にボランティアの安全面も考慮して、弁当箱の回収作業も慎重に行われていた。回収する時は箱にアルコールを噴霧してから静思堂に運び、そこでもボランティアが洗った後の弁当箱をもう一度アルコールで拭き、再び洗浄してから高温殺菌することで翌日に使えるようにしていた。

（撮影・黄筱哲）

（撮影・蕭耀華）

（撮影・蕭耀華）

自宅待機で思いがけず得たもの

訳・庄司惠子

百八十以上の国や地域でコロナウイルスの感染が確認され、全世界で四十億人近くが、感染を避けるため自宅待機を余儀なくされている。外出禁止令の下、以前と異なるライフスタイルが生まれた。

1 世界中の慈済ボランティアが自宅からネットを通じて花蓮の静思精舎の勉強会に参加している。（写真提供・易洪澤）

2 花蓮本部は、感染予防策に関して全米の慈済支部執行長とオンラインで討論する準備をしていた。（撮影・顔婉婷）

3 クアラルンプールの楊秀娘さんは、自宅のキッチンで菜食料理の動画を撮影していた。（撮影・楊文輝）

4 ペナンの呉乃恵さんは、布マスクを作って会員に配っていた。（撮影・譚雪芬）

密集せず、離れず、怠けない

「慈済精進オンラインサイト」で会いましょう。

訳・惟明

- 防疫期間中、「安全な距離」を守りながら安心して精進を続けられるよう、慈済はオンライン勉強会を立ち上げた。
- オンライン勉強会の内容：静思精舎の朝の礼拝、定期的な法要、多様な精進修養講座。
- 近くの慈済集会所に行く場合も安全な距離を保ちながら修行できるほか、「慈済精進オンラインサイト」通じて自宅で修行することができる。

宗教の力により人々の心が落ち着くことを願い、心から感染症の早期終息を祈り続けたい。

勉強会参加方法と時間割表は
慈済グローバルサイトへ

Malaysia

最悪の事態を想定して、最良の準備をする

文・陳佳芮（マレーシア・ペナン慈済ボランティア）
訳・心愛

マレーシアでは新型コロナウイルスの感染症例が横ばい状態から急激に増えたため、全国の病院は次々と緊急事態に突入した。医療スタッフは皆、最悪の事態を想定しているが、先ず直面したのは防護設備の不足だった。

マレーシアの慈済ボランティアは善念を結集して、新型コロナウイルスが拡散しないよう祈りを始めていたが、まさかウイルスが徐々にマレーシアに近づいてきていたとは誰も考えていなかった。三月初め、衛生総指揮者であるヌオシーシャンさんは、マレーシアは既に感染症の第二波に入っていると公表した。毎日、ウイルスの感染者が凄まじい勢いで増え続けた。マレーシア各地の病院は相次いで緊急事態に突入し、医療スタッフは最悪の事態を想定して、ベストを尽くして戦いに備えなければならなかった。

慈済クダ支部の荘菀佳（ジュアン ユアンジア）副執行長は、クダ州中央病院の腎臓専門医で、新型コロナウイルス防疫チームの対策員でもある。彼女の任務は医療用品を充分に確保することで、その任務で一つだけ要求されるのは使命を間違いなく果たすことである。

お金があっても買えない

病院では、医療スタッフが毎日使用するマスクと手袋を確保するために、適量のストックをしている。しかし、防護フェースシールドだけは普段使う機会が少なく、争って買う商品でないため、メーカーは大量に生産していなかった。

防護フェースシールドが医療スタッフにとってなぜそれほど重要なのか？普通はマスクと防護服などと一緒に使用され、ウイルスを含んだ粘液または体液が医療スタッフの目や鼻、口にかかるのを防ぐからだ。とりわけ、PCR検査で鼻や喉から粘膜のサンプルを採取したり、重症患者に気管挿入を行う時、フェースシールドは感染のリスクを大きく下げてくれる。

救急外来であっても重症者治療室であっても、全ての防護用具は一回で使い捨てになる。感染症が発生してから防護フェースシールドの使用は大幅に増え、メーカーは供給に応じ切れなくなり、品薄になっただけでなく、価格も三リンギット（約七十八円）から十六～二十リンギット（約四百十六円～五百二十円）に値上りした。

防護フェースシールドはお金が有っても買えないほどの「ヒット」商品となり、荘医師も心配でならなかった。病院の医療関係者は仕事の合間に、透明なフェースシールドを手作業で製作していたが、供給が間に合わないため慈済に応援を求めた。慈済ボランティアは直ちに動き出し、医療スタッフを応援しようと全面的にサポートを開始し、無色透明なフェースシールドの製作に取り掛かった。

知らせがクダ中央病院に届くと、医療チームは喜びに躍り上った。荘医師は防護フェースシールドの作り方を学んだ後、慈済ボランティアと意見を交換しながら改良を重ねた。また防護フェースシールドの品質と衛生面の向上を考慮して、彼女は慈済の静思堂で作業することを提案した。感染拡大防止のために参加者の数を一日十人に制限したが、一日当たりの製作数は千三百枚を数えたので、とりあえずクダ中央病院の不足状態は緩和された。

しかし三月中旬、政府は行動規制を発令した。民衆の行動を制限し、ソーシャルディスタンシングを行うことで感染の拡大を抑えるものであり、ボランティアも外出することができなくなった。するとクダ州衛生局の副局長は直ちに慈済ボランティアに通行許可証を発行してく

●荘医師（右から1人目）はボランティアと、ステープラー、接着剤、スポンジ、粘着テープ、透明プラスチックシートを使って改良された防護フェースシールドを製作していた。支部以外では、少人数の近所のボランティアたちが集まって、流れ作業で分業している。また、あるボランティアは自ら工場の空きスペースを製作に提供していた。（写真提供・慈済クダー支部）

れたため、ボランティアは安心して静思堂で防護フェースシールドを作り続けることができた。

慈済が中央病院に防護フェースシールドを寄付したという善行は、瞬く間に市中に広まった。多くの政府系診療所や民間クリニックは、新型コロナウイルスによる肺炎の治療は行っていなかったが、ウイルスは相手を選ばないため、誰が感染者か判別出来ない状況下では医療関係者は常に危険にさらされているのである。

ある政府の保健所に勤めている慈済ボランティアは慈済に、同僚のために三十枚の防護フェースシールドを提供してくれないかと電話で聞いた。荘医師は、その保健所が遠隔地にあって往復に相当な時間が掛かることを考慮して、一度に百枚提供することにした。また、そのボランティアを通じて、他の政府系保健所も防護フェースシールドが必要なら地域や人種、数量を問わず慈済は無制限に供給すると伝えた。

それ以後、政府系保健所の関係者から防護フェースシールドの作り方について問い合わせが相次いだため、慈済クダ支部の撮影チームは製作過程を撮影して配信し紹介した。

ある日、荘医師は個人のクリニックや歯科医院から、「スタッフが感染を恐れて出勤しないため、既に十四日間も診療を停止しています。安心して再開できるよう、慈済から防護フェースシールドを提供してもらえないでしょうか」という電話を受け取った。

防護フェースシールドを受け取った医師たちは感激し、何度もお礼を言った。「人を助けるのであれば、十分かつ徹底的に助けなければなりません。慈済人のコミットメントが医療スタッフの強力なバックアップになることを願っています」という證厳法師の言葉を荘医師は伝えた。

防護が一層増えれば、より安心である

文・鍾詠名、劉寶聆（マラッカ慈済ボランティア）
写真の提供・鍾詠名

三月二十五日の夕方、慈済ボランティアの梁佩君（リヤンペイジュン）さんが中央病院に防護服のサンプルをもらいに行った時、そこで看護スタッフが家庭用ミシンを病院に持ち込み、靴カバーやキャップなどの保護用具を応急的に製作しているのを見て、心を動かされた。

病院からサンプルと材料を受け取った後、クルアン市の慈済ボランティア

は直ちに製作過程について話し合った。その仕事を受け持った徐國貞（シューグオジェン）さんは翌朝早速、自分の縫製工場から数人の従業員を動員して生産チームに参加した。職人の徐さんは「初めて国のために貢献できるのです。こんなチャンスはめったにありません。これらの防護服で医療スタッフを保護するガードをもう一層厚くして、より一層安心してもらえることを願っています」と心境を語った。

サイズの計算から型紙作り、裁断、縁取り、縫製、包装まで八時間で百三十二枚が完成し、一日のうちに防護服の最初のロットが納入され、医療スタッフの士気を高めた。

（慈済月刊六四二期より）

（撮影・蕭耀華）

オーストリア
厳しい規制で感染症に功を奏する

文、撮影・游月英（ウィーン慈済ボランティア）
訳・庄司恵子

ロックダウンされたウィーンの街では、外出して散歩する際は一人で歩かなければならなくなり、大勢での集会には三千八百ユーロの罰金が科せられる一方、「覆面禁止法」が緩和されてマスク着用が許されるようになった。様々な規制が明らかに感染拡大に功を奏している。

新型コロナウィルスの感染症は全世界に大きな打撃を与えた。オーストリアは八百万ほどの人口にもかかわらず、隣国イタリアの高感染者数、高致死率の影響を受け、一万四千人を超す感染者が出た。三月中旬、政府は、銀行・薬局・郵便局・スーパーやコンビニを除き、商店・レストラン・コーヒーショップなどの営業を一律休業にする規定を設けた。住民はできる限り外出を自粛し、散歩は一人でするように制限され、二人であれば家族である証明書類を持参しなければならず、そうしなければ、二千一百八十ユーロ（約二十五万二千六百円）の罰金が科せられ、大勢での集会には、三千八百ユーロ（約四十四万円）の罰金が科せられる。厳しい規制の下のロックダウンの三週目、感染拡大が緩やかになってきた。

オーストリアの感染防止対策は他のヨーロッパ諸国に先駆け、国境の封鎖、イタリアへ入国する列車の運行停止・交通規制・外出禁止などが行われた。残念なことは「覆面禁止法」というオーストリアの法律規制で、公共の場所では正当な理由なくして顔を隠すマスクを着用して警察に見つかると、一五〇ユーロ（約一万八千円）の罰金が科せられる。病気が理由でマスクを着用する場合、医師の証明書を持ち歩かなければならない。

ヨーロッパ人はマスク着用の習慣がないため、感染症のピーク時でも、街やスーパーなどでマスクを着用する人は数えるほどしかいなかった。私たち華人は皆マスクを用意していたが、初めの頃はマスクを着用する勇気がなかった。ロックダウンが施行されると、やっとマスクを着けるようになった。オーストリア当局も、三月末よりマスクを着用するよう住民に呼びかけ始めた。

誰もが自宅待機している間、私は丁度引っ越しの最中で、毎日の外出を余儀なくされ、人に遭遇することが多かった。他者との距離は一・五メートルと規定されているが、やはり心中ではひどく心配

●オーストリアでの新型コロナウィルス感染者は1万4千人を超えた。一年を通して観光客で溢れかえるウィーンだが、4月はゴーストタウンと化してしまった。

だった。更に困ったのは、感染症で都市がロックダウンされ、引っ越し業者が見つからなかったため、レンタカーを借りて、自分でゆっくり運ぶしかなかったことだ。

周囲の友人は一月にはマスクを購入し始めた。だが当時の私はというと、それほど積極的ではなかったが、台湾で感染者が出たのでマスクを購入するために人々が行列を作っているという報道を見て、ようやくマスクを購入し始めた。台湾の家族と心が繋がっていたのか、私は毎日外に出て、薬局を探しては、マスクを購入した。だがどんなに薬局を回っても、一枚も買えないことも多かった。

ある日、地下鉄の駅を出ると、家庭用品を販売する店が目に入り、「ついにマスクを見つけた！」と、小躍りした。その時、花蓮静思精舎の師匠や、慈済基金会宗教処のスタッフたちを思い出した。脳裏には、證厳法師の「行動すればそれで良い」という言葉が思い浮かび、即座にマスクを精舎に送付したいという思いにかられた。友人三人と二人の師姐（スージエ）のおかげで千枚のマスクが入手でき、無事台湾に送ることができた。

二月末、病院で血液検査を終え、家路に向かうために車を待っていた時、近くに一軒の薬局を見かけた。店に入ると、薬局のスタッフが二種類の高性能マスクを見せてくれた。私はそのうちの一つを選ぶと、薬局スタッフはいくつ買うのかと尋ねた。値段が高いマスクだから、三十枚もあればいいと考えた。ところが、スタッフは安くすると言い出し、電卓を取り出すと本当に安い値段を見せてくれた。思いがけない幸運に出会い、私はさらに三十枚追加し、合計六十枚購入した。

ヨーロッパで人生の半分を過ごしてき

たが、商店で値段の交渉をしたことは一度もなかった。思いも寄らず、その薬局は自分から値引きを申し出てくれたのだ。二日後、ある友人が、いくら薬局を回ってもマスクが買えなかったと言ったので、私は彼女を連れ、わざわざ街を出て、マスクを購入しにあの薬局へ行った。奇遇なことに、一昨日と同じスタッフがいて、段ボール箱を取り出し、「これだけしか残っていませんが、全部買われますか」と聞いてきた。ところが値上がりしてしまっていたので、私は一昨日のレシートを見せると、仕方なさそうにその値段で譲ってくれ、その場で百二十枚を購入した。

その後、ウィルスの感染が拡大すると、私はＳＮＳで「マスクが必要であれば、わたしに連絡してください」というメッセージを発信した。それがきっかけで、多くの人がマスクを備蓄していないことがわかった。そこで私は、一つ一つマスクを送った。町の診療所にも送った。マスクを受け取ることができて感謝する人の様子を知って、私はこの上ない喜びを感じた。正に「与えることは、与えられるよりも福がある」という体験をした。静思語に曰く、「人生が他人に必要とされ、能力を他人のために奉仕できるのは、最も幸福な人生である」、「真の喜びとは執着をなくした清らかさと安らぎ、喜びである」。（慈済月刊六四二期より）

イギリス
会えない日々

文・王素真（マルバーン慈済ボランティア）
訳・庄司惠子

外出自粛中なのに、以前よりもお互いの距離が近くなったように思える。手作りの布マスクを贈り物にすることで、住民同士の交流が増えた。私たちは、素晴らしいストーリーや美味しい料理を分かち合い、尊い命を守るため、共に菜食を呼びかけた。

私は、ロンドンから車で二時間ほど離れたイギリス中部ウスターシャー州にあるマルバーンという町に住んでいる。今年二月中旬、イギリス中部は二度も猛烈な暴風雨に見舞われた。私たちは被災状況の視察と共に、被災者を見舞った。その三週間後、急速な勢いで新型コロナウィルスがイギリス全土に蔓延し、暫くの間コミュニティ内の慈善活動に「ストップ」がかけられた。同時に、外出及び集団活動への自粛が呼びかけられた結果、水害支援も一段落を告げた。

スーパーの食品と日用品は、不安と恐怖にかられた人々によって一掃された。

三月十九日、私は大型ショッピングセンターで買い物をしていた際、普段ならこの時刻になると、学校帰りの子供連れの人をよく見かけたものだが、その日は数えるほど僅な年配客が諦めきった顔をして、売り切れて空になった保存食品・缶詰・冷凍食品の棚の間をうろうろしている姿を見かけただけだった。

三月二十三日午後八時半、ジョンソン英首相はロックダウンを宣言した。だが、それは商店の営業停止に限られ、スーパーマーケットで買い物をすることはでき、在宅勤務で外出を自粛したり、集会を控えたりすれば、人々の行動はまだかなり自由だった。しかし、ヨーロッパ人にマスク着用習慣がないことに懸念を抱かせた。

（撮影・王素真）

イギリスは、突然のウィルス到来に不意を突かれ、一部の学校では教員に感染者が出たにもかかわらず、政府は学級閉鎖に踏み切らなかった。そのうえ、学生の多くはマスクがなかったため、一層不安を掻き立てられた。アジア出身の学生が故郷の両親に助けを求め、その両親が慈済ボランティアに支援を求める例もあった。

私たちは、留学生の健康と学校生活状況に関心を寄せ、規定方法に沿って報告すると同時に、最前線で働いている医療

●4枚重ねの手作りマスク。王素真さんは一度に大量の布をカットしては縫い合わせ、包装しては郵送したり、ご近所の人々が取りに来れるよう、ドアの外に置いておいたりした。（撮影・アンドリュー）

スタッフも支援した。というのも医療スタッフは職場では医療用マスクが配布されるが、一旦家に帰れば、買物の際に着けるマスクすらないというのが現状だったからだ。

私は外出自粛期間を利用して、布マスク作りすることを決めた。生前、私の母は仕立屋だった。亡くなって二十二年になるが、母がくれた一番素晴らしい贈り物は裁縫の腕前だった。私はその職業を受け継ぐことはなかったが、母が残した切れ端を取り出しては手作りで贈り物を作っていた。願えば叶うもので、今回も良い縁に巡り合えた。二十二年間眠っていた接着芯は丁度、布マスクを作るのに適していた。それは医師や白衣の天使たちを励ますだけでなく、母の功徳を引き継いで衆生を利することができるのである。

第一回目の布マスクの贈り物は、コミュニティに住む友人のお姉さんに送られた。彼女はフランスの病院で働いているが、病院にマスクがないため、本人だけでなく、家族も心配していたのだ。マスクを送ると同時に、コミュニティサークルのフェイスブックにもそのことをシェアし、コロナウィルスが蔓延する間、ヨーロッパの人々にマスク着用を呼びかけた。また、布マスクは何回も使用できることから環境保全に繋がるので、

使い捨ての医療用マスクは最前線で働く医療スタッフのために残してあげるようメッセージを伝えた。

その結果、思いもよらず、コミュニティの住民たちが次々と布マスクを求め、百件近くもの注文を受けた。布マスクが届いた人たちも、喜ばしい評価や嬉しいコメントを残したり、進んで募金をしたりした。市議会議員でもあり、シルバー慈善機構で働くシャロンさんは、布マスクが届いたことに大喜びしただけでなく、添えてある「静思語カード」にも心を動かされ、すぐさま友人にこのことを伝えた。

もっと感動的なことは、この動きがバタフライ効果をもたらした。私は隣町のボランティアスタッフから電話で布マスクの作り方を請われたため、サンプルと作り方を届けた。その人はコミュニティでマスク作りを広めてお年寄りたちに提供すると言った。

介護師をしている友人に布マスクと医療用マスクを送ると、とても喜ばれた。数日後、その友人は症状が現れて恐怖に怯えていたが、家族四人にも互いに健康を守るよう、布マスクを送った。

感染症は一月からヨーロッパ全土に蔓延し、人々はやっと用心し始めた。大人数の集会活動は減り、正しい手洗い習慣も身に付いた。留学生を見守る中で、

偶然に慈済青年や子供たちに巡り合うことができ、彼らを再びイギリス慈済と合流させることができた。慈済メンバーの寄り添いがあれば、もう寂しくない。

布マスクの製作はどんなに大変でも、一つ一つの過程は疎かにできず、忍耐が試されるが、大切なのは、使う人の安全と安心を届けることである。布マスクを通じて、コミュニティの住民とのふれあいが増えた。新しい友人と出会い、共に慈済や静思語を分かち合い、菜食で命を守ろうと呼びかけている。

台湾人の若者を世話する

文・彭以臻（イギリス慈済ボランティア）　訳・庄司惠子

台湾人留学生に贈る一回目の医療用マスクはあっという間に底をついた。それなのに彼らは、「緊急にマスクを必要としている人に先ずあげてください。私たちは外出しなければ、次に送ってくれるまで待てます」と言った。それを聞いて、わたしは心が痛むと同時に、感謝の気持ちでいっぱいになった。

感染症はアジアからヨーロッパに広がり、多くの国で感染者数がうなぎ上りとなった。イギリスはヨーロッパで留学生が一番多い国で、約四千人の台湾人留学生が五十三の大学で学んでいる。

一月二十四日、台湾は医療用マスクの輸出禁止令が公布された。それにより、家族が海外の子供たちにマスクを送ることができなくなった。多くの台湾人留学生はマスクが入手できず、中には劣悪なマスクや使用済みマスクを買わされた人もいて、不安と焦りを感じた。

三月十九日、私は駐英代表処に連絡し、留学生の現状を尋ねた。すると、留学生に提供できるほど多くのマスクはないと、やるせない答えが返ってきた。それを聞いて私は、この子たちは今正に助けが必要な時なのだと思った。マスクさえあれば、彼ら自身も台湾に住む家族も安心できるのである。そこでイギリス慈済ボランティアと共に方法を探して、先ず一、三五〇枚のマスクを入手し、感染隔離者と帰国予定者、病院に行かなければならない人、ハイリスクグループに贈った。

幸いなことに駐英代表処教育関係者が、各大学の台湾人学生会会長に、私と連絡を取るようにという手紙を出し

てくれた。

初日から二十の大学から返事が届いた。手紙には、謝意と共にマスクの受け取り手順についての質問が書かれており、私は胸が締め付けられる思いがした。

一刻も早くより多くのマスクを入手し、彼らの窮地を打破したいと思った。

一部の学生は、慈済が彼らにマスクを配送していると聞いて、心が落ち着き、感謝した。それに対して私たちも、「私たちは皆家族です。心配しないでください。苦境も必ず終わりが来るでしょう」と応えた。心を落ち着けることが感染症に対する最も良い心構えなのだ。

基準に合格したマスクを入手したくても、感染症が蔓延するイギリスではそれも困難だった。一回目のマスクはすぐに送り終えてしまったので、台湾人留学生

（撮影・梁欣伶）

たちは我慢強く、次のマスクを待ってくれた。彼らは私に、「私たちよりもマスクを必要としている人がいれば、先にあげてください。私たちは外出さえしなければ、あなた方のマスクが到着するまで待つことができます」と言った。これを聞いて、わたしは心が痛むと同時に、感謝の気持ちでいっぱいになった。今回のウイルス感染拡大の中で、「お互いの理解」こそが、最も貴重な助け合いだと知った。（慈済月刊六四二期より）

●ロンドンのボランティア彭以臻さんが、提供された台湾人学生リストと住所をもとに、自宅でマスクを包装し送付の準備をしていた。

仏法をよく学び、心に染みわたらせ、しっかりと実行する！

自宅待機を終えて

◎文・郭慮聞（アメリカ・ロサンゼルス慈済ボランティア）
撮影・陳誼謙　訳・惟明

慈済のオンライン勉強会で空間の隔たりが取り除かれたため、自宅待機して自主健康管理を行なった二十二日間、私は毎日、時間を無駄に過ごすことなく、健康管理すると共に智慧という心の糧を満喫することができた。

昨年七月早々から私は今年三月三十日に台湾へ帰国する航空券を予約していた。しかし思いもよらず、新型コロナウイルスの感染が急拡大したことからアメリカ・カルフォルニア州政府は三月十三日に緊急事態を発令し、必要不可欠な場合を除いて自宅から外出することを禁止した。当日、アメリカの感染確定者数は二千八百五十人、カルフォルニア州だけで三百六十四人だった。

私は新型コロナの流行が長引くことを心配し、予定通り台湾に戻り、花蓮で慈済五十四周年記念行事に参加しようと思った。丸二日間掛けて直接航空会社に席を予約し、予定より一週間早い三月二十四日の便で台湾に着いた。

台湾の規定により三月十九日以降の入国者は十四日間、自宅待機しなければならなかった。私は空港で、基隆市八堵にある義理の妹の新居の住所を登録し、直ちに防疫専用車に乗り込んだ。車内で家に到着する前に区の幹事より電話が入り、以降の十四日間は毎日電話で私の動向を追跡することと健康状況を把握することを伝えてきた。

台湾に到着したその日、アメリカの感染者数が既に五万五千人に達していたことは予想外だった。カルフォルニア州だけで二千六百人近くに上り、その半月後には十倍以上になった。

これほど速いスピードで感染者が増えるとは全く恐ろしいことである。その為、飛行機を降りた時からの桃園国際空港内の一連の防疫措置、厳格な規制、そして私と接触する人たちの極度に緊張して強張った表情のすべてが、これほどまでとは考えてもいなかったので、初めは慣れなかった。そして突然私に接触する人た

ちを恐がらせてしまうという実に悪いタイミングで帰国したことを悔んだ。私は不安と共に少し孤立感を感じた。

ある晩、突然ドアのベルが鳴り、町長が慰問品を一杯詰めた袋を持って見舞いに来てくれた。開けてみると、中には慈済の安心祝福パックも入っていた。證厳法師からのお見舞いと祝福の手紙を見つけたので、それを読むと一日中続いていた不安な気持ちが和らいだ。

安心祝福袋の中にはサプリメント、防疫ヘルスケア用品、法師の著作である『静思語』と『過関（難関を乗り越える）』という本が入っていた。これらの贈り物と祝福が私の十四日間の自宅待機に付き添ってくれた。そして、それ以上に感謝したいのは三月二十八日から一般に開放された「慈済精進オンラインサイト」だ。家にいても以前静思精舎で『法華経』の礼拝やボランティア朝会で法師の開示を聞いた時のような感じがした。敬虔な心で祈れば、感染症早期終息の願は諸仏に届く、という法師の教えを私は固く信じており、温かみと安心を感じた。

アメリカから台湾に戻ってこの文章を書き終えるまで二十五日かかり、昨日、『法華経』二十八品（ほん）を円満に礼拝し終えた。空間の隔たりを無化した現代の科学技術に感謝しなければならない。私は自宅待機と自主健康管理をしていた二十二日間、時間を無駄にせず、健康なままで智慧という心の糧を満喫できたのである。

無常のウイルスだが、今までにないほどの規模で世界中のボランティアがオンラインで同時に勉強会に参加できるという新たな契機を見出した。これには言葉で言い尽くせないほど感謝している。ここで法師の健康を祈り、法輪が回り続け、果てしなく幸福が訪れることを期待したい。

（慈済月刊六四二期より）

健康の玉手箱

食卓上の防疫対策

◎文・伍卉苓（シンガール在住の栄養士）
訳・心愛

新型コロナウイルスの感染が拡大する中で、人と接する時は一定の距離を保つようになりました。しかし、免疫力に悪影響を与える揚げ物や甘い物に対して私たちは「距離」を保っているでしょうか。また平素、野菜や果物を食べたがらない人は、それらに対する距離を縮めているでしょうか。

友人がソーシャルメディアで、母親の薬を買うため薬局に行ったところ、あらゆる種類の健康食品、ビタミン、ミネラル類のサプリメントが置かれていた棚がほとんど空だったことを述べていました。また、他の投稿では「ビタミンCやプロテインパウダー、カロテン、ニンニクエキス及びその他の栄養サプリメントが新型コロナウイルス（COVID−19）の感染予防に効能がある」とか、そのため在庫が少なくなっているので早く買い求めるよう呼びかけ、買わないと後悔するとまで言っていました。そのような投稿に対して何百もの人が「いいね」を押しています。

私は栄養士として、それらの出来事について自分の考えを書く責任があると感じました。

三度の食事から栄養を取ろう

新型コロナウイルスの感染が広がる中、人々は外出先での感染を心配します。私がバスの中でたて続けに咳をした時、直ぐに、マスクをした乗客全員が不審な眼差しを私に注いでいるのに気づきました。ワクチンも治療薬もまだ無いことを皆知っており、自分でできることは免疫

力をバランスの取れた良好な状態に保つことです。そこで不幸にして感染したとしても、ウイルスを撃退することができるでしょう。

不安を抱きながら、健康補助食品ばかりに目を向けないで、心を静めてもっと広い角度から思考してみましょう。あなたのお皿に盛りつけるとして、どんな食物が体の栄養素に必要で、ウイルスの感染防止に役立つのかをです。

今この時期に、人々は他人を警戒して一定の距離を保ち、親戚や友人と会う時に抱擁や握手していたのを拱手（きょうしゅ）に変えました。では、免疫力に負担をかける揚げ物や甘い物など栄養価の低い食べ物とは「距離」を置いているでしょうか？一方、普段、野菜や果物を食べたがらない人は少しでも食べるようになったでしょうか？

ピンチは契機かもしれません。普段、食事を注文する時、私たちは常に美味しい料理に目を向けますが、この非常時期だからこそ、「何が体にとって良いのか」互いに励まし合って思考を変えてみようではありませんか。

体の免疫細胞を良好な状態に保つためには、睡眠を充分に取りながら、栄養バランスの方からも着手すべきなのです。

タンパク質の摂取

タンパク質は人間の細胞を構成する主な栄養素で、免疫系統は十分なタンパク質があって初めて正常に作動することができるのです。もし極力避けるべき食べ物があるとしたら、恐らく免疫力に負担をかける、肉類の加工食品や揚げ物でしょう。

菜食者は、豆類、ナッツ類、豆腐や干豆腐など大豆製品からタンパク質を摂取し、加工食品を減らしています。こうすれば、毎日タンパク質だけでなく、重要なミネラルである「亜鉛」も一緒に摂取できるのです。

様々な色の新鮮な野菜や果物

様々な色の新鮮な野菜や果物は、免疫力を高めるのにとても役に立ちます。緑黄色野菜類、例えば、からし菜、サイシン（菜心）、ほうれん草などです。また黄橙色の野菜や果物である、カボチャやパプリカ、ニンジン、サツマイモ、パパイア、オレンジなどの天然食材は豊富なβカロテンを含んでいます。色が濃いほどβカロテンの量も多くなります。体の中でカロテンはビタミンAになり、目や口腔、鼻、気道の粘膜を丈夫にし、細菌やウイルスの体内への侵入を防ぎます。

果物に含まれているビタミンCは免疫力増強に優れています。平素、果物を食べる習慣のない人は、毎日、こぶし大二、三個分の新鮮な果物を摂ると良いでしょう。

キノコ類

多くの研究から、キノコは免疫力に良いことが証明されています。毎日の食事に取り入れるといいのですが、キノコを調理する場合、体に負担をかけないよう、出来るだけ油で揚げる調理法は避けた方がいいでしょう。スープに入れたり、野菜と一緒に少量の油でさっと炒めたりするのが望ましいです。

調理時間が限られた朝などは、私はキノコをフライパンで軽く炒めて塩を少々ふりかけ、全粒粉パンに挟んで食べています。簡単で美味しいですよ。

ネット上の情報は本当？

私はネット上で多くの人から情報を受け取りますが、その中で、中国武漢から引き上げた数百人のインド人が一人も新型コロナウイルスに感染しておらず、それは彼らが食べるカレーに関係しているとの情報があり、下の方にカレーを食べて予防するよう書かれてありました。

カレーに使われるウコンには抗酸化作用があるものの、これまでにカレーが新型コロナウイルスの感染を予防できると言う報告はなされていません。カレーが好きな人はそれでもいいですが、予防のためにたくさん食べるよう呼びかける必要はなく、それより、「こまめに手を洗う」ことが肝心であることを忘れてはなりません。

また、ニンニクやタマネギを生で大量に食べると新型コロナウイルスの予防対策になるという情報もあります。WHOによると、ニンニクはある程度の抗菌作用を持つ健康食品ではあっても、現在の感染情況においては、ニンニクを食べるとウイルスに感染しなくなるという科学的な証拠はありません。

ひっぱくした時期にこそ心を平静に

今は正に人心に対する試練の時です。情報が多過ぎれば多いほど社会は乱れ、正しいか否かを明らかにする必要があります。少しでも考え方に偏りが生じれば、心はパニックになって常軌を脱した行為に走り易く、人ごみに混じって必要でもないもの

ウイルスに近づかない

・橙黄色の野菜や果物はカロテンが豊富に含まれていて、目、口、鼻、気道の粘膜を丈夫にします。
・こまめに手を洗い、手で顔、特に目や鼻、口に触れないようにします。

を我先にと買い求めるようになります。

分岐点にある今、私は専門家からのアドバイスを信じます。こまめに手を洗い、手で顔、特に目や鼻、口に触れないよう心がけています。そして、家で衛生に気をつけ、しっかり食べてよく眠るようにしています。

微生物に関する絵本を娘と一緒に読み、自分もデビッド・クアメン著『Spillover㊟』という本を買い求めました。これからは人混みをできるだけ避け、家で本を読みながら平常心を保ち、皆と一緒にこの非常事態を一歩一歩乗り越えていきたいと思います。

（慈済月刊六四二期より）

㊟『Spillover：Animal infections and the Next Human Pandemic』（英語版）は２０１３年９月９日の発行。

自分で理解する

人生はとかく善と悪の綱引きであるが、重要なのは自分の選択である。

◎文・釋德仉／訳・済運

精緻に現し、誠意を表現する

三月五日、上人は大愛テレビ局の演劇チームに次のように開示しました、「人生は芝居の如く、芝居は人生のようなものです。お芝居で慈済人としての人生ストーリーを演じてください。精緻にその人の人生の精華を表すと共に、チームが精一杯、人生の精華を誠意で以て視聴者に感じてもらわなければいけません」。

また、上人はこう注意を促しました、「大愛劇場の主人公が人生の半ばで道を見失ったドラマでは、気が立つと人と喧嘩したり罵ったりする悪い癖があって、よくない言動が出てきますが、怒り立って人を罵ったり、物を投げて壊すシーンを何日も続けて放映すれば、視聴者によくない手本を示すことになります」。

「一時の怒りもやがて収まり、冷静に考えて懺悔する時がやってきます。人生はとかく善悪の綱引きであり、過ちを犯した後は良心の呵責に苛まれますが、ただ、良知が出てきてもそれを十分に把握できていなかったり、再び悪因や悪縁が現れる前に直ちに自分を改めることができないために、繰り返し過ちを犯してしまうのです。『自分でも間違っていることに気づいていないため、そういう状況になった時、どうしようもなく迷った方向に行ってしまうのです』という話をよく聞きます。それが凡夫であり、繰り返し同じ道を歩んでしまうのです。間違っていると分かっていて、改めようとしても、また誘惑に負け、我慢できなくなって同じ過ちを犯すのです」。

「人は誰もが善良な本性を持っていますが、それぞれの習気が環境に左右され、触れたり、同類の人と交流し続けると、習気は深くなるばかりです。実は誰が誰の影響を受けたわけではなく、そういう環境に入ってそのような行動を起こすのは自分の選択なのです。もし善の環境に触れる縁ができれば、人の愛と善を見て感動し、自ずと心の中に潜在している善良な本性が触発され、考え方を変えるだけで改めることができるようになります。結局は自分で道理を知ることであり、誰それの影響ではないのです」。

「喜びを表わす時は大げさに表現する必要はなく、悲しい時も泣き叫ぶ必要はありません。全て現実的ではありません」と上人は言いました。現実の人生ではそれほど起伏の激しい感情はなく、平静で僅かな動作で以って考えていることを伝え、演じる人が役柄の心情を理解し、喜怒哀楽を適度に表せば、視聴者は共鳴するはずです。

➡静思書軒の子供ボランティア、劉惜寛が上人に菜食勧誘活動で感じたことを述べた。（3月14日）

大愛劇場が人に感動を与え、視聴者を魅了してこそ、慈済人の人生ストーリーは人心の浄化という教育良能を発揮するのです。

なぜ菜食なのか？

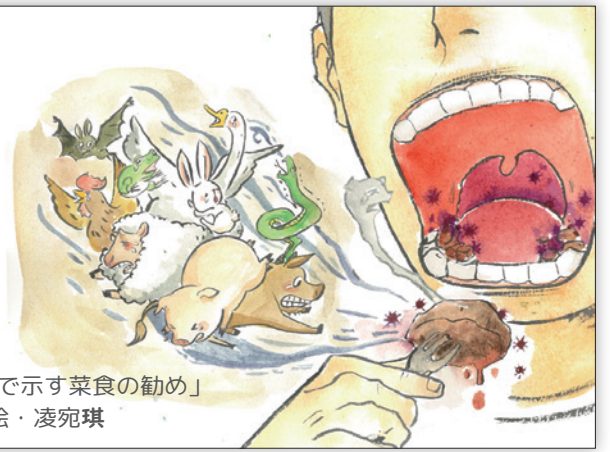
三月十四日、宗教処の職員がアジアや欧米での感染症の状況と各地の慈済ボランティアによる防疫行動及び菜食の勧誘に関する心温まる話を報告しました。菜食の勧誘は肉食する人に対するもので、元々、菜食している人に勧めても、新たに菜食を始めることに何の役にも立たない、と上人は強調しました。ボランティアが苦労して呼びかけても、何日や一週間に一回とか一カ月に二日間だけ菜食するのでは実際、徒労と時間の浪費であり、菜食の勧誘の目的を果たしていません。

「私たちは菜食を呼びかける活動では、なぜ菜食なのかを人々に知ってもらわなければいけません。菜食する人口が増えれば、地球の環境汚染が減ることを明確な数値で表すのです。そして、『病は口から』ということを知ってもらい、今回の感染症を機会に警鐘を鳴らすのです。菜食は健康を守り、一回や二回または数日ではなく、永久に変えなければ意味はありません。こう言っても聞き入れてもらえないなら、逆に誤解が生じてしまうかもしれません」。

上人はこう言っています、「活動は単刀直入に重点的に話すべきで、菜食と感染症、菜食と環境保全、そして一番大事なのは菜食と人の心の関係を説明することです。人心の汚染は大地に及び、大気をも汚染しています。近年、私はいつも公に話します、「世界中の肉食の人に食べ物を供給するのに、一秒間にどれだけの命を殺す必要があると思いますか？世界七十七億人に食べ物を供給するには年間、どれだけの動物を飼育しなければならないのでしょうか？兆の位の数字になるでしょう。一兆以上の生命が人類の食の欲望のため

世界で
一秒間に2443頭、
一日に2億1千万頭、
一年間に770億頭余もの動物が
屠殺されています。
(水中生物は含まず)

国連食糧農業機関(FAO)2018年現在の統計



「データで示す菜食の勧め」
カード 絵・凌宛**琪**

に飼育され、殺されているのです。それによって数え切れないほどの殺業が累積し、その業力が現れた時、逃げるしかありません」。

凌宛琪(リンワンチー)師姉(スージエ)が設計した「データで示す菜食の勧め」カードの絵は生き生きとしており、上人は彼女の心して描いた絵を称賛しました。「現象は心の現れです。誰も考えを変えようとせず、食べるばかりでは絶えず業を造り出し続けます。一日は八万六千四百秒ですから、一日に造られる業がどれほどになるのか?世界では一日に二億一千万もの生命が人類の食のために消えています。悪業は口に始まりますが、病も口から入ります」。

「今は活動が少なくなっており、心を鎮めて、外の環境と生態と人の心の持ち様がどう関係しているのか考えてみましょう。過去から現在に至るまで累積してきた間違った観念と行動が今のような状況をもたらしたのです。一人ひとりが懺悔すべきではないでしょうか。若い人が深く考え、毎日、ケータイやパソコンのネットを通じて友人に自分の気持ちや良い考えを伝えるのです。誰かが感動することは、人心を浄化する良能が発揮されたことであり、菜食や善の勧めはもっと速まり、効果を発揮できるでしょう」。(慈済月刊六四二期より)

【證厳法師のお諭し】

妙法が苦難を救う

皆さんの長い間に積み重ねてきた忍耐強い奉仕が少しずつ大きな効果をもたらしています。誰もが良い発願をし、心と力、願と福があれば、成せないことは何もありません。

◎訳・慈願　絵・陳九熹

毎年の灌仏会は、慈済の一大行事ですが、今年は新型コロナウイルスによる感染症のため、人々は互いに距離を保ち、集会ができませんでした。しかし、敬虔な心は一層心温まるものになっています。

今年、三節一体の灌仏会の祝典は二つの会場で行われました。台北の臨済護国禅寺で仏教界の諸長老が民衆を率いて行われたことに感謝します。一方花蓮静思精舎では尼僧たちが行い、実況中継で世界同時に灌仏会が催され

ました。各国の支部や連絡所、自宅でコンピュータやケータイを使って、六十二の国と地域で延べ五十二万人がオンラインで参加しました。

フィリピンのオーモック大愛村では、ボランティアが三尊の瑠璃仏を借りて、三台の三輪車に安置し、政府に許可を得てから潅仏会の車で家々を回ることができました。人々は自宅に香炉とお供えの果物を用意し、仏の車が家に到着すると敬虔に礼拝しました。大愛村には一、五〇〇世帯余りが暮らしており、各世帯に僅かな時間止まっても、村全体を廻るのに三、四日はかかります。人々は皆、喜びを感じていました。

もっと感動したのは、一頭の牛が礼拝している光景でした。二〇一八年に李偉嵩居士（リーウェイソンこじ）が屠殺されようとしていた牛を買い取り、村民のウェシーに絶対に殺してはならず、世話するよう言って世話させました。ウェシーは自分の土地に牛小屋を建てて、毎日世話しました。去年の世界慈済日にその牛は、師匠に供養する大きな二房のバナナを背中に括り付け、ウェシーと共に「朝山」（注）に参加しました。

注：朝山拝礼、三歩毎に五体投地する礼拝方式。

今年、牛は背中にバナナを背負っていませんでしたが、潅仏会の車が家の前に来ると牛は前足を折り曲げて礼拝したのです。情け深い主人とその恩を知る牛を愛せずにはおられません。

平成二十五年、台風三十号（アジア名ハイエン）が過ぎた後、慈済がオーモック市に仮設住宅を建設したところ、村民が元どおり家を再建するのが困難だったため、大愛村を恒久住宅にしました。多くの人がボランティアになり、必要があればどこにでも出向いてお互いに助け合っています。

感染症のために外出禁止になり、農家は野菜を収穫しても市場で売ることができず、生計が成り立たなくなりました。慈済はそれを買い取って生活に困っている村人に届けました。大愛村で成長した子供たちは既に慈済青年になり、収穫を手伝っていました。世間に貧富の差はあっても、衆生は平等です。彼らの生活は豊かでなくても、心は愛に富み、安定した心で互いに助け合っており、仲睦まじい模範的な村になっています。

潅仏会は仏に甘茶をかけるだけではありません。人心には元より善念という仏性が備わっており、常時、心中の

仏が清浄無垢の光りを発するようにしなければいけません。善良な生活に戻り、衆生を護る愛の心を啓発し、敬虔な心が諸仏に達するよう祈りましょう。

＊

新型コロナウイルスは計り知れない程微小で目に見えず、掴むことも出来ません。そして突然やってきて全世界を覆いつくし、如何に強力な国であっても克服するのは困難を極めています。この期間に人心はパニックに陥り、各国の医療従事者は緊急に防護物資を必要としています。鎖国と市街地封鎖で商工業活動が止まり、貧しい人々は職を失い、生活の危機に直面しています。

衆生に困難があれば、慈済人は直ちに関心を寄せます。たとえ行動が困難でも、精神理念は通じ、お金のある人は防疫物資を買い、体力のある人は米などの食糧や油を運びました。物資の提供だけでなく、生活が安定すれば、心も落ち着き、社会は安定します。「貧しい人を支える」というのはこういうことなのです。報告を聞くと簡単そうに聞こえますが、安全距離を保ったまま、相手に愛を感じさせるのは何重にも難しいのです。慈済人は忍びない心で以て、大愛を繋いで互いを伴侶とし、妙法を善用して各人が力を発揮することで、苦難の人に尽すと共に心から感謝しているのです。

この期間ずっと、世界の慈済人と視聴会議を続けており、何万キロと離れていてもネットを通じてお互いに顔を見ることも声を聞くこともでき、一緒に精進することもできます。科学技術にはそれなりの「神通力」があり、人には人の「心の力」があります。その力は大きくなくても、堅い信念があり、同じ心、同じ精神理念、同じ方向に向かっているのです。心の力が揺るぎないものであれば、どれだけの時間が残っているかにかかわらず成就するでしょう。皆が一点一滴を積み重ね、長い時間をかけて奉仕すれば、願の力は目標を達成することができるでしょう。

永久に尽きない愛のエネルギーとは、千変万化の神通力のことではなく、精神の力である真の神通力であり、その行動と言葉は人々が感じ取れるものです。心と力、願と福があれば、成し遂げられないことは何もありません。皆さん、心して精進に励みましょう！

（慈済月刊六四三期より）

命の贈り物

幸せの一枚

◎口述・許埼珍（台中慈済病院看護部監督）
整理・曾美雪　絵・陳舜芝　訳・本諦

看護師が癌末期患者の願いを叶えた。コンピューターソフトを駆使してオーストラリア旅行の写真を合成し、カンガルーと一緒に写っているようにした。何よりも、命の最期に念願の家族写真が完成し、家族に別れを告げることができた。

病棟で看護師たちはいつも一人で表情がなく、窓の外を見つめている男性の患者を見かけ、ケアする時にできるだけ話しかけるようにした。最初は一言二言の返事しか返って来なかったが、徐々に言葉が増え、最後には幼い頃から大人になるまでのことを話してくれた。

四十歳の周さんは子供のときに両親が離婚し、父親が食道癌で亡くなって、母親は再婚した。異父兄弟の妹がいるが、余り親しくなく、母親とも偶にしか連絡を取っていなかった。

彼は家庭に温かさを感じなかったため、高校卒業後、家を出てスナックで働いた。

毎日、酒を呑み、酔って寝、酒の中に目覚めるという生活だった。

数年前、突然人生はこのままではいけないと悟り、タクシーの運転手に転職した。しかし何年も経たない今年の初め、腹部の痛みと食欲がない症状を覚え、台中慈済病院で検査したところ、末期の胃がんだと分かった。

病院での治療を続け改善を期待したが、三月に大量吐血して緊急外来に行き、再び入院した。しかし、母親は仕事があり、妹も大学生で、付き添うことができないため、いつも一人弱々しくベッドに横になっていた。彼の生活にケアが必要なのを見て、数人の看護師たちは、「大丈夫、あなたの家族や妹になってあげますから」と言った。

同僚が退勤した後も、交替で二、三時間彼に付き添い、必要な手助けをした。また治療後は彼を車椅子に載せ、外へ散歩に連れて行った。

今回の入院では、彼の病状は目に見えて悪化していた。二週間後、看護師は彼に聞いた、「何か叶えたい願望はありますか？」彼はオーストラリアのシドニーに行き、グレートバリアリーフで海亀を眺めながら潜水したいと思い続けてきたことを話した。海外旅行という幸せを味わいたかったが、恐らく退院できないだろう。また、子供の頃から家族写真を撮ったことがなく、いつも一枚欲しいと思っていたそうだ。

看護師たちは彼の夢を叶えるため、コンピューターソフトを駆使して、オーストラリアのシドニーで船に乗ったり、カンガルーや、潜水で海亀と楽しんでいる合成写真を作り、家族写真も作った。

皆で彼に祝福カードを書いた。内容は病気から早く回復するようにではなく、「あなたが入院している間、最後まで痛みがないよう努力します」という誠意のあるものだった。このプレゼントを贈った日、彼の妹とお母さんを呼んで、ベッド脇で簡単な生前告別式を行なった。

命の贈物

その日、彼はやっとお母さんとゆっくり話をすることができた。若い時から家を離れ、お母さんとの関係は良くなかったが、スナックで働くなどしてお母さんに心配をかけて悲しませたことを謝り、感謝し、懺悔した。

カードを受け取って一週間後、彼は眠るように息を引きとった。看護師たちは家族と共に、ベッドの側で別れを告げた。こんなに若くて輝いていた命が、こんなに早く消えてしまったのである。私たちは悲しみと同時に、彼の人生の最後を共に歩んだことにいくばくかの安らぎを覚えた。

患者に付添う際には、より多く思いやりをかけ、話しに耳を傾け、優しく彼らの心を探ることが大切だ。実はこれは基本的なことである。患者も我々の努力を通してそれを感じ取ることができる。温かい話は慈済病院の様々な場所で起きており、誰もがストーリーの主人公であり、作者なのである。私たちの病院がそういう場所であることを伝えていきたい。（慈済月刊六三三期より）

撮影ノート

シエラレオネ共和国を旅して

文と撮影・蕭耀華　訳・有田夏子

●シエラレオネ共和国の首都フリータウン西部の郊外にて、ホテルの窓から見える黄昏時の海岸風景。

Republic of Sierra Leone

窓を開ければ、静かな黄昏の海辺に心を慰められる。ごく普通の海岸リゾートに見えるが、これはシエラレオネ共和国の首都フリータウン（Freetown）の西部にある小さな丘の上のホテルから見える景色だ。この景色を楽しむための対価は一日あたり一六〇米ドルの宿代。決して安い金額ではない。これがシエラレオネの人々にとってどれほどのお金であるのか。それを知るためには、ホテルを出て街を歩いてみなければ分からない。

西アフリカに位置するシエラレオネ共和国。ヨーロッパ人が大航海時代にこの地を「発見」して以来、数々の貿易拠点がここに築かれた。ヨーロッパ人は次第に貿易だけでなく、この土地の住民の生活をも管理するようになった。イギリスがこの土地の独立を認めたのは、六十年代になってからのことである。ヨーロッパ人がシエラレオネに貿易拠点を築いたのは、主にこの土地の鉱物資源と森林資源に目をつけたからであったが、やがて労働力の輸出が彼らのビジネスになっていく。彼らはアフリカ大陸の各地で奴隷となる黒人を捕らえ、アメリカ大陸へ輸出した。

アメリカにおける奴隷制度廃止運動の高まりを受け、一七八七年にロンドンから最初の一団として約四百人の黒人たちがこのシエラレオネの海岸へ戻って来た。彼らは既に奴隷ではなく、自由の身分であったことから、その居住地がフリータウンと名づけられた。フリータウンはその後、次第に人口が増えてシエラ

●首都フリータウンにある青少年更生施設で、施設の人々の飼っている猿が狭い空間を不安そうに動き回っていた。その様子はまるで施設の子供たちの心情を、そして狭い市街地13平方キロメートルに密集して暮らす住民百万人の心情をも映し出しているように見えた。

レオネ共和国の首都となったが、その地名は変更されることなく用いられ続けている。しかし、中国語による表記が従来の「自由鎮（自由の町）」から「自由城（自由の都市）」へと変更されているのは、おそらく当時の翻訳者たちが一国の首都として「鎮（町）」という字を用いることに違和感を覚え、首都にふさわしいイメージを持つ「城（都市）」という字を用いることにしたためであろう。

かつて四百名の自由を得た黒人の集落として始まったフリータウンは、いまや人口百万人以上を擁する立派な都市となった。そのうち百万人がフリータウン市内の面積わずか十三平方キロメートルの中心街に密集して住んでいるのだから、押さえつけられた生活がもたらすストレスの大きさは想像に難くない。

頭に商品を載せて行商で生計を立てる人々

フリータウンの中心街では、大通りも脇道も交通量が多く、行き交う人のにぎやかな声が絶えない。人々は頭の上に商品を載せて通りを歩きながら声を上げて物を売っている。彼らが売っているものはさまざまで、数本のバナナから炭酸飲料、歯ブラシ、歯磨き粉、くたびれた靴、もろもろの台所用品、こまごまとした日用品など何でもある。思いつく物や必要なものは何でも、彼らの頭上から見つけることができると言っていい。

一家の生計を頭に載せた行商という小規模経済活動がシエラレオネ経済の主流なのだ。炭酸飲料を売る住民に「商売はいかがですか？どのくらい稼げるのですか？」と尋ねてみると、一日に約２米ドルとの答えが返ってきた。これはお小遣い稼ぎではなく、家族を養うためのお金だという。では、一世帯あたりの人数はおよそ何人か？あるデータによれば、シエラレオネの女性が一生の間に出産する子供は平均５人、平均出産年齢は十九歳である。これらのデータから計算してみれば、一世帯あたりの人数をおおむね推測することができるだろう。

こうした小規模経済活動は、外国人の、特に写真が好きな人にとっては、魅力的な異国情緒に映る。だが、頭上運搬に頼る商業形態がシエラレオネ共和国全体の経済にとって何を意味するのか。市場経済の研究者ではない私が安易に結論を出すことは控えたいが、このような生活を仕方なく送る人々があまりにも多いとい

うことは、労働人口の大いなる無駄を意味し、生産性の向上のために活用できていないことを感じる。

住民がこのようにして生計を立てているということは、政府の税収にも影響があるはずだ。医療、教育、住居、道路、水道や電気といった社会のニーズを満たすための建設を行おうにも、おのずと力不足となろう。

生活は苦しく　自分だけが頼り

フリータウンを一通り歩いてみると、そのような課題が容易に見えてくる。イギリス植民地時代の一九一二年に建設されたコノート病院（Connaught Hospital）に入ると、医療設備が古く、器材も不足しているのが分かる。数年前にイスラエルから寄贈された全国で四台しかない腎臓透析装置がこの病院にあるが、現在も稼働できるのは一台だけである。

患者は多いが、病床や医師が不足して

●フリータウンの街角で、獲った魚を頭にのせて売る女性。

いる。満足なものは何もなく、全てが不足しているのだ。このような状況が二〇一八年十二月、全国の医師によるストライキをもたらした。医師たちの要求は、職場環境と給与の改善、そして医療器材の追加購入であった。十三日間のストライキにより、シエラレオネの医療サービスは機能不全に陥った。このような環境で得られる医療の品質がいかなるものかは、想像に難くない。

首都フリータウンにあるコノート病院は、シエラレオネ共和国最大の病院である。国営レベルの病院がこの有り様なのだから、他の地方病院については言うまでもない。人々は病気になっても自分に頼るしかないのである。

教育の状況も、医療と似たようなものである。シエラレオネ共和国には無償の九年間の義務教育制度があるが、資金や学校、教師が不足しているため、その理想が本当に実現されているとは言い難い。

過去を振り返れば、内戦で全国の千二百七十カ所の小学校が破壊され、二〇〇一年の内戦終結時には全国の学齢児童の六十七%が学校に通えない状況であった。現在の状況は多少改善されているとはいえ、教育に望まれる最低条件すら満たしているとは言えない。公衆衛生、インフラ整備、社会福祉制度に至ってはいつになるだろう。その長い道のりがいつまで続くのか、政府の官僚ですら答えることはできないだろう。

苦難を見つめ、逃げ出さない

台湾の二倍ほどの面積のこの国は、ダイヤモンド、金、チタンが産出されるが、七百万人の人々は苦しい生活を強いられている。

医療が不足し、教育が行き渡らず、これといった公共施設もない。国の制度や効率の問題なのか、人的な要因なのか、はたまたよそ者には見えない問題でもあるのか。おそらく数週間滞在しただけの外国人では、その原因を明らかにすることはできないのかもしれない。

ホテルに戻って窓の外を眺めると、あの穏やかな海辺が見える。外から持ち帰ったざわついた気持ちは、徐々に収まっていった。百六十米ドルの宿代と引き換えにこの美しい風景を眺めながら、街角の喧騒や日々の生活に追われる住民の姿を思い出すと、少し罪悪感を感じた。だが、これもやむを得ないことである。シエラレオネのホテル代はいずれも百ドル

以上が相場となっている。ホテルは外国人のために建設されたもので、現地の人々を対象にはしていないのである。

シエラレオネを訪れる外国人の目的は、基本的には観光ではない。ホテルの主な客層は、商売のチャンスを探りに来たビジネスマンや、人道支援活動のために訪れる外国のＮＧＯ関係者などである。私も自費で休暇を取ってやって来た慈済基金会の師兄や師姐と共に、台湾から一万三千八百キロメーター以上も離れた世界で最も貧しいと言われるこの国で、何ができるか考えた。

慈済のシエラレオネ共和国に対する人道支援と物資配付は、二〇一五年から始まった。過去の内戦、それに続くエボラ出血熱の流行、そしてここ一年間に発生した数々の天災が彼らに与える苦しみを少しでも和らげるよう、助けになればと願っている。

シエラレオネ共和国は、慈済人にとっての福田である。この福田はとても大きいため、実りの日を迎えるのはいつになるか、私にも分からない。だが確かなのは、慈済人は力を惜しむことなくこの福田を耕し続けるだろうということだ。理由は明らかで、人としてやらなければいけないことだからである。

時が止まった　都市の光景

人通りが絶えないフリータウンの中心街で、青空市場が賑わっていた。六〇年代にイギリス植民地支配が終了した当時の郵便ポストがそのまま街中に立っていることも、この都市の停滞を意味している。

首都フリータウンの小さな土地に、シエラレオネ共和国の全人口の七分の一が生活している。生活のストレスの大きさは容易に想像できる。

庶民経済の中心は街の行商人

フリータウン、そしてシエラレオネ共和国ならどこでも、頭に商品を載せて売り歩く人々に出会う。彼らは常に街中を移動しながら、自分で客を探さなくてはならない。それが彼らの生きる道なのだ。このような個人単位の超小型ビジネスがシエラレオネ共和国の主な民間経済の一面を担い、住民はこれで生計を立てている。

隣り合わせの危機
蝕まれる健康

1 首都フリータウンにあるコノート病院の外に、足を怪我した老人が地面に座り込んで休んでいた。

2 国営コノート病院で今も使われているベッド。

3 「ヒト免疫不全ウィルス（HIV）」の感染予防を呼びかける大きな看板は、シエラレオネ共和国のどこでも見かけることができる。

●小児麻痺の患者がよろめき、杖に支えられながら、厳しい人生を歩んでいた。

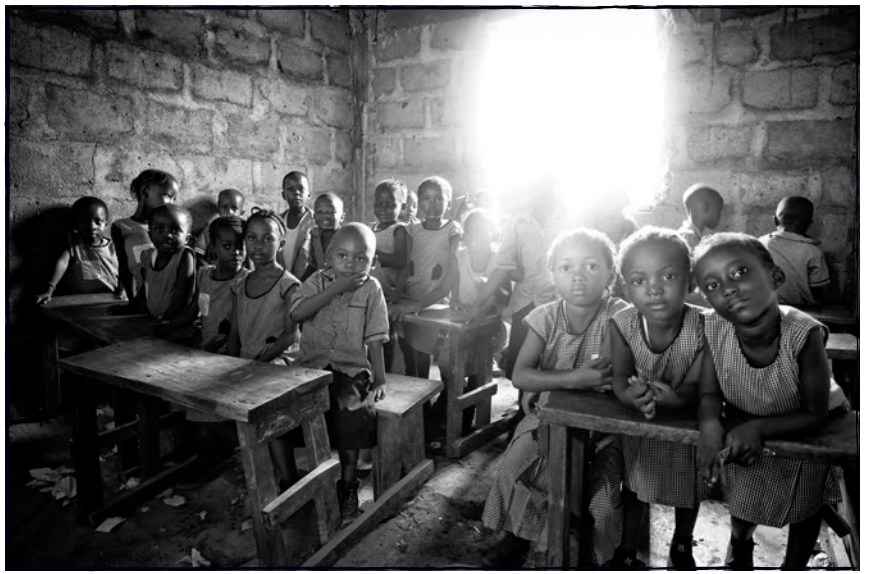
これらは、フリータウンでありふれた日常生活の映像である。ここから「シエラレオネ共和国の医療と公衆衛生面には、まだまだ改善の余地があることが見てとれる。

生きるための試練は生まれた瞬間に始まる

子供が5人いるという38歳の婦人。子供の数はシエラレオネ共和国の出生に関する統計データに合致している。腕に抱いている2人、後方左右の2人、そして最後列右端に立って両手を胸の前で交差しているスカートを穿いた女の子が彼女の子供たち。

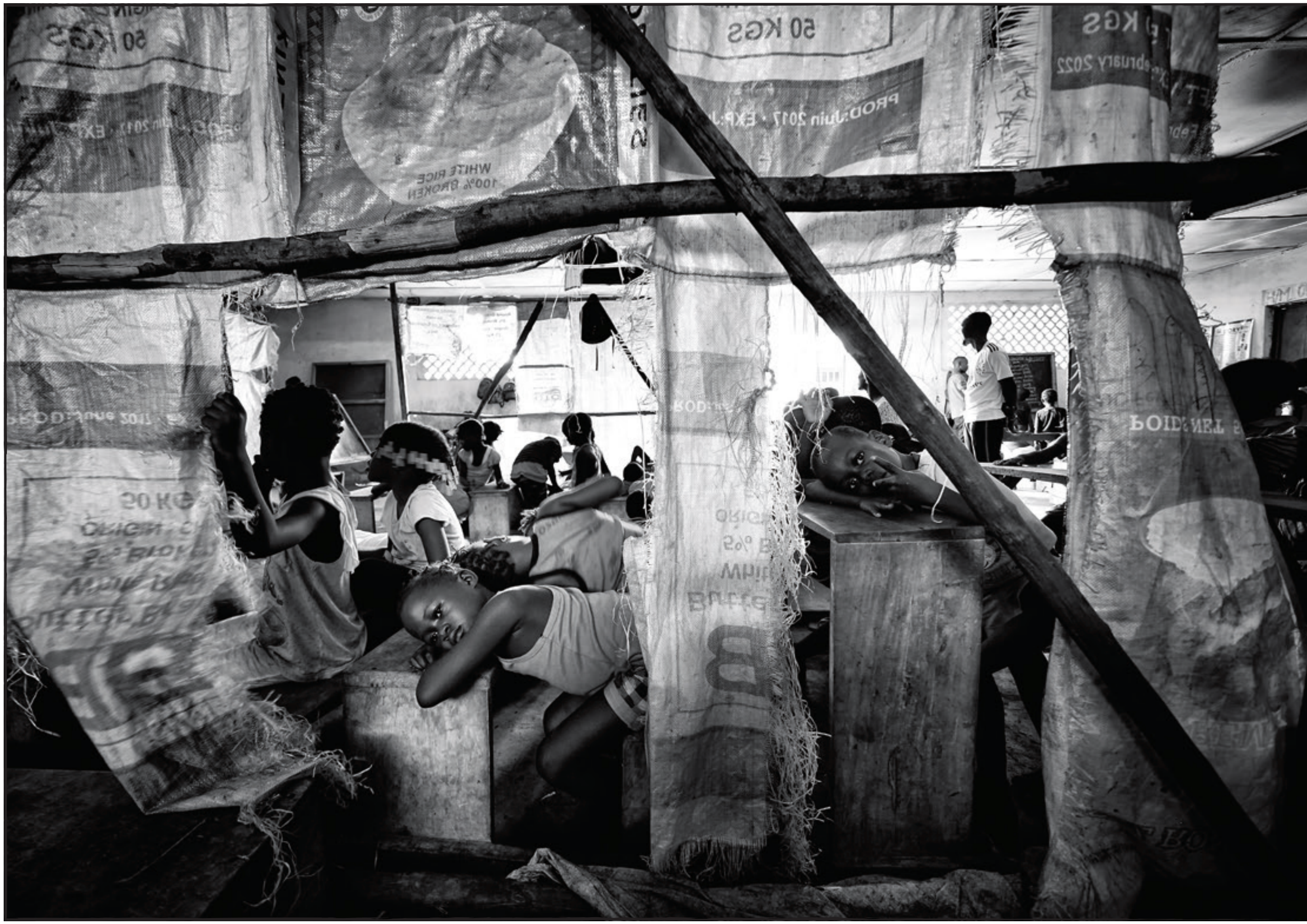
●食器で雨をしのぎながら、慈済の炊き出しを待っている子供たち。

国連児童基金（ＵＮＩＣＥＦ）の２０１０年の統計によれば、シエラレオネ共和国は出産時に死亡する女性の数が世界で５番目に多く、２０１４年の統計では、児童死亡率が世界で１１番目であった。



義務教育とはいえ何もない

シエラレオネ共和国では内戦中に１２７０カ所の小学校が破壊された。内戦が終結した今でも、教育環境は十分には復旧していない。これはフリータウンの西部（Western Area）にあるグラフトン下肢切断者キャンプ（Grafton Amputee Camp）の傍にある小学校の一室。



トンボ地区のある小学校で、子供たちが授業を受けていた。この私立学校の校舎は捨てられた倉庫を使っており、この中に全部で７クラス、約１００～１５０名の子供たちがひしめいていた。教室は木板や不織布などの回収品を利用して区切られ、照明や空調などの設備はない。百名余りの子供たちが狭い場所に集まって受ける授業の質や学習の成果がいかなるものか、想像に難くない。

貧困者コミュニティの出口は見えない

首都フリータウン、クルーベイ地区の海辺にある貧困者コミュニティは、およそサッカー場の2、3倍ほどの大きさだ。6万人が生活するこのコミュニティでは水や電気が不足し、衛生環境はひどく、人が活動できる場所はほとんどない。シエラレオネ共和国の民衆の居住環境を最も反映しているといえよう。

貧民地区では、若者はすることがなく、無為に日々を過ごしている。シエラレオネ共和国の失業率は高く、仕事は少ない。若者たちは生活基盤を築くことができず、苦しみから抜け出せないでいることが、人々や社会にもかなりの悪影響を及ぼしている。

貧困と病に慈済は寄り添う

物資配付の過程で、青少年更生施設（Approved School Wellington and Life Line）を訪問した慈済のボランティアたち。かつて過ちを犯した子供たちが職業訓練の機会を得て社会復帰できるよう、手話を用いて願った。

Republic of Sierra Leone

南部州のボー地区にあるポール盲学校（Paul School for the Blind）にて、二人の失明した少女達が言葉と体の触れ合いを通じて遊んでいた。当校は極貧の家庭の学童を受け入れている。慈済は現地の協力パートナーであるランイ基金会を通じて、当校の床板や壊れたベッドを補修する計画を進めている。

（慈済月刊六三九期より）

慈済大記事六月……

訳・済運

06・01	慈済大学模擬医学センターで1日から4日まで台湾口腔顔面外科学会、脊椎内視鏡学会、血液外科学会による合同課程が行われる。本日、8名の無言の良師の起用式典が催され、117名の医師が参加して18項目にわたる模擬手術が行われた。5日は葬儀と感謝追悼会及び入龕式典が行われる。
06・03	◎慈済基金会はネパールに対する新型コロナウイルス感染症支援で、本日、マスクと手袋、防護服及び呼吸器などの医療物資を現地政府に寄贈した。

	◎慈済高雄市のオンライン読書会は英語の同時通訳チームを発足させた。チームは高雄、アメリカ、シンガポール、マレーシア、ニュージーランド、オーストラリアなどのボランティアで構成され、週単位で夫々が通訳を行うもので、本日が第1日目である。
06・04	ボリビアの慈済ボランティアは4日、サンタクルス市の2軒の市立病院に呼吸器を届けた。6日には慈済基金会による当国への第3回医療支援物資がサンタクルス市政府とモンテロ市の病院に贈られる。
06・05	◎慈済基金会はワールドビジョン、アイシヤモスリン婦女会、アジア気候変動連盟、ジャカルタ国立大学などと共同で、世界環境の日に国際間のオンライン討論会を催し、「信仰の見解、行動力」と題して自然生態を取り戻す方法を探求する。

	◎慈済基金会は新型コロナウイルスの感染拡大期において、郵便配達員の防疫物資配達の苦労に感謝するため、5日と16日に中華郵政台南及び高雄郵便局に祝福パックを届ける。
06・06	慈済大学は2019年度の卒業式を行なった。新型コロナウイルスの感染予防措置として静思堂で開幕式と授与式が行われ、各学部が16の式場に分かれてオンライン方式で参加し、教授たちが卒業証書の授与と角帽のタッセルを左に移す儀式を行なった。また、慈済韓国支部では台湾に戻ることができない学生に対して、オンラインで卒業式を行なった。
06・09	◎慈済基金会は新型コロナウイルス予防措置として本日、額体温計

	20本とマスク1千個をモーリタニア世界医師連盟（M．D．M．）に寄贈した。 ◎慈済カナダ支部は使い捨てマスク12万枚と顔面防護シールド4千枚を感染症対策支援としてブリティッシュコロンビア州政府に寄贈し、州の健康管理局中央供給センターのメリンダ・ムイ副総裁が代表で受け取った。
06・10	慈済基金会は国連環境計画（UNEP）気候技術センター、ロヨラマリーマウント大学、SHE基金会と共同でオンライン講座を開き、世界の食糧危機と気候変動に関する討論を行なった。
06・13	慈済基金会は第3回「Fun広い視野で未来に立ち向かおう・青年

	公益実践計画」で、台湾全土から２１７チームがアイデアを出して参加し、最終的に１３チームが選抜採用され、本日、慈済台北東区連絡所で発表会が開かれた。
０６・１５	◎慈済大学模擬医学センターは１５日から１８日まで台湾頭頸部腫瘍学会と泌尿器科学会、尿失禁予防治療協会、フォルモサ婦女泌尿器科学会が一堂に集まり、１０４人の医師が８名の無言の良師の体から１８種類の手術の術式を学ぶ。１９日に葬儀と感謝追悼式及び入龕式典が行われる。 ◎慈済医療財団法人は嘉義市西区の安泰ビルに嘉義慈済診療所を設置した。責任者は大林慈済病院の蔡任弼主任で、地域の基礎医療と慢性医療及び長期ケアを行い、住民に多元的な医療を届ける。本日、

	試験運営を始めた。
０６・１６	慈済基金会は新型コロナウイルスの感染拡大防止支援で、医療用ゴーグル８千個、隔離服１万６千２００枚、防護服１６２０枚、使い捨て医療用マスク４万枚、防護マスク８千個、手袋４千セット、額体温計８０本をアフリカ・スーダンの赤十字社に寄贈した。支援物資は２回に分けて送られ、赤十字社は６月１６日に全てを受領した。
０６・１９	花蓮慈済病院は衛生福利部の「新南向政策」に呼応して、フィリピンと医療関連の交流を行っている。血液腫瘍、病理、外科など異なった領域の４人のフィリピン医師が２０１９年８月から花蓮慈済病院で訓練を受け、本日、「フィリピン精英の種子論壇」で訓練期間の経験と成果を発表した。

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 台東県関山鎮和平路 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 新北市新店区建国路 289 号
TEL:886-2-66289779
台中慈済病院
427 台中市潭子区豊興路一段 88 号
TEL:886-4-36060666
大林慈済病院
640 雲林県斗六市雲林路2段２４８号
TEL:886-5-5372000

慈済大学
970 花蓮市中央路三段 701 号
TEL:886-3-8565301

台北支部（新店静思堂）
231 新北市新店區建國路 279 号
TEL:886-2-22187770
慈済人文志業センター
112 台北市立徳路 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 Mexicali
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 London
TEL:44-20-88699864

フランス Paris
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

２０２０年７月１５日発行・２８３号
中華郵政台北誌字第９０９號執照登記為雑誌交寄
Printed In Taiwan

発行人　釋證厳
発行所　慈済基金会
〒 112 台湾台北市北投区立徳路 2 号
編　集　慈済日本語翻訳チーム
杜張瑤珍・陳植英・黒川章子・王麗雪
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

證厳法師のお言葉、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に存じます。（日文組編集同人）

「慈済の家」にある安心できる田んぼ

マプト市の「慈済の家」施設内にある大愛農場で、ボランティアたちが植えた野菜がすくすく伸びていた。

新型コロナウィルスの感染症がアフリカまで拡大している。七割の食糧を南アフリカから輸入しているモザンビークでは、南アフリカが国境を封鎖したため、モザンビーク国内の物資は逼迫し、物価が高騰している。ボランティアは農場の耕作面積を広げることで、食糧不足に備えた。

（文、撮影・龍嘉文　モザンビーク・マプト市　2020年5月2日）

慈済日本サイト　慈済ものがたり