

# 栄光

説教・「百人隊長の信仰」  
中村謙一教師…1  
特集・  
暑さをしのぐ……2  
説教・「平和に過  
ごすために」  
岸俊彦牧師……5  
礼拝委員会報告…6  
問安委員会報告…6  
図書委員会報告…7  
長老のファイル…7  
牧師の書斎から…8

説教

## 『百人隊長の信仰』

マタイによる福音書8章5節〜13節

聖学院幼稚園・小学校チャプレン 中村謙一

本日の聖書箇所舞台は今から約2千年前のローマ帝国属州ユダヤのガリラヤの都市カファルナウムです。あるローマ軍の百人隊長が主イエスに近づいてきて病氣の子を助けてほしいと頼みました。主イエスは、7節で、「私が行って癒やしてあげよう」と言われ、敵をも愛す深い神の愛をお示しになりました。当時、ローマ帝国はユダヤとの戦争に勝ちました。そしてローマ帝国はユダヤを占領し民に重税をかけ苦しめました。ユダヤ人たちはローマ人を憎み、律法を守らないローマ人のような異邦人と交わると宗教的に汚れると考えました。

8節には次のように書いてあります。「すると、百人隊長は答え

た。『主よ、私はあなたをわが家にお迎えできるような者ではありません。ただ、お言葉をください。そうすれば、私の子は癒やされます』。主イエスをローマ軍の百人隊長の家に入るだけで、主イエスが汚れた者であると他のユダヤ人たちから非難されることを、この百人隊長は心配し避けようとしていました。この深い判断と配慮だけでも、この百人隊長の人柄がよく分かります。この百人隊長は他のローマ兵たちとは違いました。この百人隊長には信仰がありました。主イエスなら必ず子を癒すことができるという信仰をこの百人隊長は持っていたのです。

この百人隊長は、「主よ」と主イエスに呼びかけました。メシア

は主であることをこの百人隊長は知っていました。そしてメシアは父なる神様が遣わされたに違いないと確信していました。さらに、この百人隊長は、旧約聖書の創世記1章3節にある「光あれ」という御言葉に触れていたのではないのでしょうか。つまり、この世界は愛を持った神の言葉で創造された、ということはこの百人隊長は受け入れていたと思われれます。だから、この百人隊長は言葉にこだわったのでした。この百人隊長は旧約聖書を読み、その御言葉を神の言葉として信じたのでした。そして、メシア救い主であられる主イエスは、神の言葉を語るお方であると、確信したのであります。『光あれ!』と愛を持ってこの世界を創られた神を、暗闇を神の言葉の光で照らしてください。愛の神を、この百人隊長は信じ、その神が主イエスを通して語っておられると信じたのであります。

さて、百人隊長の信仰が神の言葉への信仰であることが明白となりました。主イエスが感心したのは百人隊長の信仰の正しさでした。主イエスが神の言葉を語るお

方だと信じる正しさでした。ヨハネによる福音書3章34節には「神がお遣わしになった方は、神の言葉を語られる」と書いてあります。バプテスマのヨハネも、この百人隊長よりも早く主イエスの正体に気がつき、神の言葉の正しい信仰をヨハネが信じていたことが理解できます。「主よ」と呼びかけた百人隊長は、主イエスの中に神の言葉を語る神を見ていたのでしよう。主イエスは神と共におられるお方だと信じたのでしよう。

この百人隊長に対して、大変感心された主イエスは、マタイによる福音書8章13節で言いました。『行きなさい。あなたが信じたとおりになるように』。ちょうどその時、その子は癒やされた。神の言葉はこのように出来事を起こす力があります。神は、主イエスを通して語られます。主イエスは「あなたが信じたとおりになるように」という御言葉で、私たち一人ひとりの魂に語りかけてくださっています。私たちも、この百人隊長から神の言葉の信仰を学び、主イエスを通してそれをいただき、礼拝から遣わされましょう。

# 「暑さ」をしのぐ

近年猛暑が続いていますが  
更に今年は平年よりも暑くなるそうです。  
聖書で「暑さ」といえばヨナの物語ですが  
現代の私たちはどのようにして暑さをしのぎますか？

しのぎきれない暑さ

石橋祐子

毎日本当に暑い日が続いていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？ 私は今、京都で仕事をしていますが、京都の夏は本当に本当に暑いです！ 風鈴の音も蝉の声にかき消され、扇子も持ち扇風機も熱風しか送ってくれません。このように全然暑さをしのげない私ですが、今回改めてヨナ書を読んでみました。

ヨナが神様に行くように命じられたニネヴェは今のイラク北部で夏は45度を超えるような暑い地域のようなのです。日本の暑さなんてまだまだなのか…と思ってしまうのですが、砂漠は湿度が低い！ 京都市にある青少年科学センターには砂漠と京都の35度を体験できるコーナーがありますが、入ったことが断然過ごしやすいとのこと。流石に45度以上なので日本より涼しくはないですが、きつと

40度近くなる日には我々もヨナと同じ暑さをリアルに体験しているのではないのでしょうか。屋外に出ると、日向はジリジリと肌が焼ける音が聞こえそうな暑さで、木陰があるだけで嬉しくなり、目的地までできるだけ日陰を探しながら歩く感覚は、一夜で生じ、一夜で枯れるとうごまに一喜一憂するヨナとかなり近い気がします。

しかし、いくら木陰にいても暑い！ エアコンという文明の利器なしにこの暑さは乗り切れそうもありません。どうぞ皆様も暑い時間ではできるだけ外に出ず、エアコンの効いた所でお過ごしください。私の職場はエアコンが効いていますが、正直通勤だけでも暑いので、外出時には体感温度を下げてくれるミントのミストを服にかけてから家を出ます。体感だけなので熱中症対策としては微妙ですが、飲み物にいれても効果があるので、神様がくださる自然の陰に感謝しつつ、エアコンの効いた部屋とミントティーやミントの香りです少しでも暑さをしのいでいこうと思います。

## 夏に想つこと

岡田 基

園児の時に母が召され、父方の祖母が母親代わりになって育ててくれました。太平洋戦争の空襲で代々木の家を失ってから、外房長者町に住んでいた祖母と過ごす夏休みは素晴らしい時間でした。

夷隅川の支流で川船を操りながら水泳や釣りを楽しんだり、祖父が育てたスイカやまくわ瓜を食べる等、素敵な夏休みを過ごすことが出来ました。8月生まれの私にとって、暑い夏はまさに命の生き返る良き季節でした。

社会人になってからは、祖母と共にする時間も制約され、電話の無い時代でしたから手紙での遣り取りで我慢していました。

社会人1年目、未だ有給休暇が貰えない期間にいただいた3日間だけの貴重な夏季休暇、同期の仲間との旅行の話をこたわって長者町で過ごした時の祖母の嬉しそうな顔が今でもはつきりと臉に浮か

んできます。

結婚して子どもが小さい頃の夏は、家族で海や山で過ごしていました。記憶に残る山旅の一つは子どもたちが未だ小学生だった時の妙高・火打山です。登山道の途中で通った展望の良い通称「天狗の庭」と呼ばれている場所です。それ迄見たことのないような素晴らしい景観で、まさに天狗が創り出したのではないかと思わせる自然の創り出す大きな力を覚え、山登りの苦勞を吹き飛ばしてくれました。

子どもたちが皆独立した現在は、妻と共に山のいで湯を楽しむようになりました。万病に効くペニシリン温泉とも呼ばれている温泉で、家族だけで経営する小さなお宿さんを見付けました。お風呂もお料理も家庭的で、くつろげて、日頃の疲れを取り去ってくれる、まるで我が家に居るようなのんびりできる場所です。

お宿さんのお風呂でゆつくりとくつろぐと共に、町のあちらこちらに点在する無料で入浴できる共同浴場を尋ね歩き、泉質の異なる幾つもの温泉を楽しんでいます。

## 酷暑

牧内美和

食べ物も飲み物も冷蔵庫に入れないと全てダメになってしまう暑さ。蝉時雨も耳に痛く、茹だるほどの暑さ。おまけにここ1ヶ月ほど喘息のような咳が治らず、そのまま夏風邪に突入してしまった。

辛い。しんどい。会社も休まざるを得ない。具合悪く、夜中に目が覚める。そこで気付かされた。外気温は31度。自分の体温は38度。寒い。そんなことあるかしら。この暑さで「寒い」なんて。お風呂に入る。家族が37度に設定していた。冷たい。もはや酷暑は私の身体の中にあつた。

幸い、5日ほど寝ていたら熱は引いていった。病み上がりの体に夏の日照りは厳しすぎる。会社に着くと冷房の涼しい風でほっと一息つく。基本的には冷房が嫌いだ。でもそんなことを言つて冷房をつけずに救急車を呼ぶことになった。から世間に迷惑なので、28度設定で。

今度は電気メーターが上昇する。今年の夏の電気代が恐ろしい。いつからこんなに暑さが厳しい地球になってしまったのだろう。私たち人間が地球を壊しているのだから。牛の吐息以上に人間の吐く息は地球を壊しているのかもしれない。どんな行動で地球の寿命を延ばせるだろう。

病み上がりの頭で考える。暑い↓冷房つける↓地球の温暖化が進む↓気になって冷房を消す↓暑い↓冷房をつける…。うーむ、冷房以外の出来ることを考えよう。ゴミを少なくしよう。洗濯物を増やさないようにしよう。歩いて行けるところは自転車や徒歩で行こう。公共機関を利用しよう。体力つけて風邪をひかないようにしよう。早寝早起き…。

子ども時代は暑さをものともしない夏だった。未来の子どもたちにも美しい地球を残して、夏休みを満喫できるように今できることをしたい。何ができるかしら。冷房を消す↓暑い、という思考が繰り返されるのは暑さのせいか。とりあえずタライに水をはって足をつけてアイスでも食べよう。

## 夏の恵み…近況報告

森 昭子

夏といえば旅行が楽しみだった。5月からコロナ感染症が5類に移行して社会の動きはもとに戻りつつある。私たちも、久しぶりに旅行に出たいとも思った。

コロナ禍の3年の間に夫は80才になり仕事をやめ、私も昼食作りなどのボランティアの会を解散。社会参加がなくなり、隠居の身となったが、悠悠自適などというゆったりした気分ではない。断捨離も進まず、家もすっきりしない。自粛生活の間に、体力、知力が衰え、老化が進んだと感じる。コロナ前から、肺の持病（非結核性抗酸菌症）や目の不調があり、加えて、歯の不具合や手の腱鞘炎にも悩まされ、通院が続いた。体調等考えると旅行に出る決断ができない。肺の病気は私の場合、少し疲れやすく、時々咳や痰がある程度で、そんなに重い症状はない。完治はしないらしいが、伝染しない

ので投薬治療しながら普通に生活ができる。無理せず養生すること大切らしい。歯と手は良くなったが、ここにきてこの暑さ、命に関わる猛暑が続く。日中は涼しくして家で過ごさなければならぬ。礼拝堂で皆さんと共に、礼拝に与りたいという気持ちも強いが、なかなか行けない。

以前よく旅した涼しい高原でないので残念だが、散歩は大切なフレッシュの時だ。今も、暑さを避けて外に出る。木々の緑、季節の花々、自然を楽しむ。木陰に入ると風を感じてホッとする。神の恵みを思う時だ。

夏になると出てくる露地の野菜にも元気をもらおう。トマト、ナス、カボチャにオクラやゴーヤ、モロヘイヤ等々。ミョウガや青ジソもある。大地の恵み、実りに感謝する。マンネリの食卓に、そうした食材を使って夏料理を並べる。料理を楽しもう。主婦業に卒業はない。健康に留意して、今できることを、感謝して、喜んで励もう。暑さが和らぎ、教会に行けたら、そして旅行にも出掛けられたらうれしい。

## 真夏の余の夢

重藤直樹

最近の私は暑さに突っ込んで行くような気持ちで暮らしている。一回り若かった頃の自分と今の自分を比べると、体力・気力ともに格段にアップしている自覚がある。なぜ私はこの酷暑の中でこんなにも元気なのだろうか。

私は少年の頃から音楽の虜だった。YouTubeもネット予約も無い時代、学生がレコードを買い、通学しつつもラジオを聞き逃さず、演奏会チケットを購入することが作業的にも金銭的にもどんなに困難だったことか。できうる限りのアルバイトをして、勉強そっちのけで、私はクラシック音楽の中を夢をもって泳いでいた。戦後経済的に大変苦労した両親は金銭的援助は難しくとも、私の没頭することに協力を惜しまなかった。ピアノの名手だった父は、カラヤン来日の時などは券売り場に寝袋持参の泊まり込みで、私と交

代で列を確保してくれた。

しかし私は音楽を自ら奏することはできなかった。ピアノで人生をも宇宙をも表現できる妻を、ずっと憧れを持って見てきた。馬車馬の如くに働いた現役時代から退き、私は当教会の聖歌隊で歌を始めた。遂に自分で音楽を奏する時がきたのだ！

若い頃から合唱エリートである聖歌隊の諸先輩方は、壮年から突然歌い始めたこんな私を大変に可愛いがってくださり、ご自身たちが所属されるメサイヤの合唱団に導いてくださった。毎年12月に公演を迎えるメサイヤは、私の信仰にも音楽生活にも無くてはならない光となった。今年からはモーツァルトのレクイエムの合唱にも導いていただき、来年7月の公演に向けて挑戦を始めている。

現役時代は車移動ばかりだった軟弱な私が、今は酷暑のアスファルトを夢を持って進み、電車で揺られ稽古場を渡り歩く。合唱の稽古は体力勝負。どんどんな体が強化されていく。心は燃え、肉体は軽い。



## 説教

## 『平和に過ごすために』

箴言25章21節～22節  
ローマの信徒への手紙12章17節～21節

岸 俊彦

「目には目を、歯には歯を」(マタイ5・38)は、この世の論理です。犯した罪過は同等の行為によって償われなければなりません。文字通り実行したら復讐の連鎖となるでしょう。そうならないために法による支配があります。

キリストはこの世の論理を真っ向から否定して「右の頬を打つなら、左の頬をも向けなさい」(同39節)と語られました。

パウロは「できれば、せめてあなたがたは、すべての人と平和に過ごしなさい」(ローマ12・18)と語ります。キリストの言葉はこの世では不可能だと考えたからではありません。私たちにはできませんとも神にはできるからです。

教会の使命は、キリストによって与えられた神との和解と平和を告げる福音をすべての人と分かち合うことです。この福音のゆえに「敵を愛し、迫害する者のため

に祈る」(マタイ5・44)のです。罪人であり、神の敵であった私たち自身が、キリストの福音によって、この福音を信じて、神との和解と平和を与えられているからです(ローマ5・8～10)。

その使命を実現するために「愛する人たち、自分で復讐せず、神の怒りに任せなさい」(ローマ12・19)とパウロは語ります。

なぜ「目には目を、歯には歯を」と考えるのでしょうか。自分が被害者で、自分が正しいと考えるからです。悪は罰せられ、取り除かれなければなりません。しかし、私たちは、本当に悪をどうにかすることができのでしょうか。

「復讐する」は、「裁く」「罰する」という意味があります。悪を裁き、罰し、駆逐することができます。神のみです。どんなに自分が正しいとしても、私たちは神ではありません。神の立場に自らをおい

てはなりません。神が裁き、罰してくださることを信じて、自分で復讐せず、「復讐は私のすること、私が報復する」(ローマ12・19、申32・35)と語ってください。主の怒りに、任せるのです。

ただし、神が私たちに代わって「目には目を、歯には歯を」を実現してください。今は我慢ということでは決してありません。神にお任せするにしても、なお復讐を望んでいるなら、「誰にも悪をもって悪に報いることなく、すべての人の前で善を行うよう心がけなさい」(ローマ12・17)とはなりません。敵を愛することにはなりません。

「心を新たにして自分を造り変えていただき、何が神の御心であるのか、何が善いことで、神に喜ばれ、また完全なことであるのかをわきまえるように」ならなければなりません(12・2)。

善とは神の御心に従うことです。御心を実現するためにキリストはこの世に来てくださいました。「世を裁くためではなく、御子によって世が救われるため」です(ヨハネ3・17)。御心に従って、

せめて私たちにできることをするのです。敵が飢え、渴いていたら、食べ物差し出し、水を与えることです。相手を救うことです。

敵を憎むから、敵の頭に燃える炭火をつんで、敵がいたたまれなくなったり、カッカカたりして自滅することをねらうのではなく、敵が減ぶことを願って助けを与えようとするなら、それは御心に適ったことではありません。善をもって悪に打ち勝つことにはなりません。主の願いは、信じる者になって一人も滅びることなく、永遠の命を得ることです。

「燃える炭火を敵の頭に積む」(ローマ12・20)とは復讐の手段ではありません。敵を苦しめることが目的ではありません。その時代のエジプトの習慣から悔改めを意味すると言われます。それならば、敵に親切にして、敵を救うためです。御心を実現するために、私たちが主に委ね、用いていただくためです。私たちだけでなく、敵も主の憐れみのもとにあることを伝え、分かち合うのです。せめて、敵であるあなたと私が平和に過ごすことができるためです。

## 礼拝委員会報告



礼拝委員会は、毎週日曜日に守られている礼拝を整えるお手伝いをしていきます。奉仕してください。奉仕して下さっている委員の方々は昨年度までは4名、今年度は新メンバーが加わってくださり5名となりました。毎週の奉仕は当番を決めて行っています。

奉仕の具体的な内容について述べます。2階の受付は礼拝前前の準備として新来会者用に当日の聖書箇所に来を挟んで3冊ほど用意。膝掛けを出す。ホール、礼拝堂の照明を点灯し、気温に合わせて冷暖房を確認。受付用紙、週報をセット。教会の礼拝に初めて来られた方へ聖書・讃美歌・交読詩編を貸し出して席へ案内します。礼拝が始まりますと入口の扉を閉めます。遅れて来られた方が入室できる時を見計らって誘導します。礼拝中の換気、空調などにも気を配ります。礼拝堂正面の入口の扉は、礼拝が始まると閉じ、後奏後に開きます。献金当番の出入り、聖餐当番の出入りの時も扉

の閉閉を礼拝委員が行います。その他にも、聖餐のための準備、備品の聖書・讃美歌・交読詩編の整理、礼拝出席者の忘れ物の管理、礼拝中に体調不良になられた方への対応などをします。奉仕の内容を皆様にお伝えしようとして文字に表すと細かいことまで思い浮かび、改めて委員の方々の細やかな心遣いに支えられてコロナ禍での礼拝が守られてきたことに気づかされました。

コロナ禍の前と現在では礼拝出席者も、教会の奉仕を担ってくださる方も少なくなっています。お一人おひとりにそれぞれ事情があります。3年を過ぎて少しずつ以前の日常が戻ってきているとはいえ、まだ安心できる状態ではないのが現実です。今年度の計画は具体的には立てていないのですが、6月に委員会を開き、顔を合わせて奉仕について思うことなどを話し合うことができました。これからも気づいたことなどを報告し合い、岸先生、長老会とも連絡を取り合って礼拝を整えるお手伝いをさせていただきたいと思えます。(鈴木こづえ)

## 問安委員会報告



問安委員会は現在10人のメンバーで活動しています。教会を欠席されている方のために、毎月一度、『栄光』や週報、ご希望のある方には説教を定例発送。第3日曜日には説教を持ち、教会員の方々の状況などをみんなで共有し、発送計画などを話し合っています。そのほかご病気になった方

へのお見舞いカード、お悔やみカード、結婚出産の喜びカード、夏のお見舞いはがきも寄せ書きしてお送りしています。クリスマス、イースターには岸先生からのメッセージをいただいた経堂北教会と関わりの方々のあつた方々や、その年召された方のご遺族にもお見舞いを差し上げています。コロナが始まる前まではイースターやクリスマスにお見舞い訪問もしていたというのですが、現在はお訪ねすることが出来ていません。

コロナを契機にたくさんの方々

の方々を思いつつ、少しでも教会との繋がりを感じていただきたいとの思いで、主のとりなしを祈りながら作業しています。

現在新たなメンバーの参加を切望しています。今迄担って下さっている方々も高齢になつてきて厳しい状況です。少しでもお気持ちがある方はどうぞ手を挙げてください。とても助かります。

ただ発送作業をするだけでも皆様のお手元に郵便物は届きますが、少しでも温かみのある形でお届けしたい、祈る思いをお伝えしたい、共に励まし合いながら信仰の道を歩んでいきたいという思いで、皆様のお手元にお届けしています。時にお手紙や励ましの言葉を掛けていただくとみんな共感しています。時に嬉しく頑張る気持ちが出てきます。そして何より笑顔で皆様と再会し、みんなで礼拝を共にすることが出来る日を心待ちにしています。主のお守りを心から祈ります。(小嶋幸子)



## 図書委員会報告



本年度、図書委員会を担当することになりました。長老になって初めての担当ですので、皆さまに色々ご指導いただきながら運営していきたいと考えております。

教会図書は、1階フロアのカーテン裏側に収蔵されており、毎週日曜、礼拝の始まる前に図書委員がカーテンを開けています。また、新刊や寄贈図書は個人のBOXの上に展示し、皆様にご覧いただけようようにしています。現在のところ、教会図書に対するニーズは必ずしも高いとはいええず、あまりご利用が進んでいないように思えます。また、古くて読まれていない本も多く、今は視聴されることのないビデオテープやCDが段ボールに収納されている状態です。そのため、今後の図書委員会の課題を次のように考えています。

・所蔵図書等について

多数の蔵書があるため、カードと表や現物との照合、並び順の再検討(新しいものを前面に等)、ビデオテープやCD、古い図書の

処分等を進めること。

・新刊について

献本を含めた新図書の追加は年4、5冊と考え、購入は『本のひろば』や、『信徒の友』の図書コーナーからキリスト教関係に限定しつつ、興味を持っていただける本を選別して購入すること。

・図書利用の拡大について

現在は週報への掲載程度だが、今後は寄贈された本や新刊の告知方法を検討し、認知度を上げて利用拡大に繋げること。

・茶話会について

コロナ禍が落ち着いたこともあり、より本に親しんでいたいただき、教会員同士の交流を図るため、本年度も茶話会を実施すること。本年度1回目は秋の実施を予定しています。

委員会は毎月第1日曜日の礼拝後の定期開催とし、前述の課題の実施に関して協議する場としていきます。寄贈いただいた図書には、「キリスト教書店大賞2023」に掲載の『老いと祝福』『ヤバイ神』という本もあります。皆様ぜひ、教会図書をご利用ください。

(門田浩一郎)

## 長老のファイル



6月21日に勤め先のメールフォームに問い合わせが来しました。米子にある伝道所の方からで、内容は以下のようなものでした。

「昨年春より無牧となり、その中での伝道活動としてリーフレットを作るようになった。キリスト教会のことをよく知っていて、対応してくれるところを教文館に尋ねたところ、御社を紹介された。つきましては作成の全体の流れを教えてくださいませんか。伝道所のホームページも見てください。」

メールをくださったのは絵本作家の方でした。福音館で仕事をしているのですが、ある程度のことには分かります。とも書かれていました。さつそく返信を送ったところ、仕事で東京に行くのでその時に寄らせていただけないかと、これまた嬉しいタイミングになりました。

7月4日、事務所ですべての方とお目にかかりました。その前にインターネットで拝見した作品などのイメージ通りの穏やかな方で、初対面とは思えない和やかな

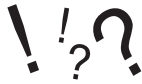
打ち合わせの時間でした。A4三つ折のリーフレットではスペースに限りがあります。どんな人に届けたいのか? どんなメッセージを入れるのか? いきなり沢山の聖句が書いてあっても分からないのでは? このリーフレットを初めて手に取った方が、「教会に行ってみよう」と思えるのはどんな内容のものなのか。事務所の3人とその方とで色々な言葉を出し合いました。最後に言ったのは「リーフレット作成のヒントがたくさん出たと思います。あとは伝道所の皆さんとも意見を出し合ってください」と思えるものを考えてきてください」ということでした。

打ち合わせをしながら、私は経堂北教会のことを重ねていました。今、私たちの教会が作るとしたらどんなものになるだろうか。だいたい(かなり)止まってしまっている自分たちの教会案内もそろそろまた作業を再開しないと!

「伝道活動としてリーフレットを作るようになった」という一文に篤い思いを感じました。この先も楽しみです。

(沢田寛子)

## 個人消息



## 掲示板



- 教会学校夏期キャンプ  
8月19日(土)～21日(月)  
於：奥多摩福音の家
- 聖霊降臨節第13主日礼拝 8月20日(日)  
説教「宝の民」出エ19：1-6、2コリ4：6-9  
久保哲哉教師
- 振起日礼拝 9月3日(日)  
説教「見えないものに目を注ぐ」  
創15：1-6、2コリ4：16-18  
神代真砂実東京神学大学学長
- 聖霊降臨節第16主日礼拝 9月10日(日)  
説教 新井美穂牧師

## 編集後記



▽毎月、介護のために帰省しています。鹿児島  
の夏と言えば氷白くま！ 最近はイチゴ味、マン  
ゴー味と種類も豊富で、なかなか選べません。  
(酒井)

「栄 光」2023年8月号  
日本基督教団 経堂北教会  
〒156-0051 東京都世田谷区宮坂3-21-11  
電話：03-3428-5029 / FAX：03-3428-5038  
牧師：岸 俊彦  
編集：栄光編集委員会  
Email：kyodon@nifty.com  
HP：http://kyodokita.life.coocan.jp

## 牧師の書斎から



3、4年に1度腰が痛み出しま  
す。運動不足とお腹の出っ張り  
とデスクワークのせいです。今回は  
朝目覚めても起き上がることがで  
きませんでした。いい加減な姿勢  
のデスクワークがあだとなりまし  
た。よい椅子に、よい姿勢で座り、  
時間を区切って仕事をしなければ  
ならないと分かっているながら、「後  
悔先に立たず」です。  
20年程前、軽いギックリ腰にな

ったのが始まりでした。一日中立  
って同じような姿勢で授業するの  
がよくないと医師に言われまし  
た。レントゲン写真をみながら「腰  
椎の○番目と◇番目の間が狭くな  
っている」と言われ、腰椎ベルト  
をあてがわれました。痛み止めと  
筋肉弛緩剤!?と湿布が出ました。  
しばらく牽引に通いました。そう  
すると教会員もいて、お互い苦笑  
い。立ったり座ったり、歩いたり  
の際に、杖をつくかつかないかで  
は大違い。それでも1週間もすれ  
ば治まったものです。

今回は湿布も痛み止めもあるの  
で、はじめは医者にかかりませ  
んでした。特段の治療があるわけ  
でもないのです、そのまましていま  
した。寝起きの時以外は以前ほど  
痛みもありませんでした。ただ、  
1週間経っても治まりませんでした。  
杖をついて歩くのはさすがに  
不便でした。立ったり座ったりが  
それなりに大変でした。

その後医師の診察を受けまし  
た。レントゲンは撮らず、薬や湿  
布は以前と同じものでした。一度  
傷つくと繰り返すそうです。  
以前は痛みが治まるまで1週  
間。今回は2週間経ってもまだ腰  
に違和感があります。こつちが痛  
い、あつちが痛いと言いながら暮  
らす高齢者の日々です。(岸俊彦)