

# もみじ通信

お盆の準備はお済でしょうか？



【お盆の期間】4日間

8月13日 (お盆の入り)

8月14日

8月15日

8月16日 (お盆の明け)

## 【新盆】

お盆は正式には「盂蘭盆 (うらぼん)」といいます「先祖の霊が自宅に帰ってくる日」などといわれ、先祖供養の大事な行事とされています。【浄土真宗では、霊が帰るとは言わない】四十九日の忌明け後、最初に迎えるお盆を「新盆 (にいぼん)」もしくは、「初盆 (はつぼん)」と呼びます。もし、四十九日前にお盆を迎えた場合は、その年の新盆の行事は行いません。新盆は、他のお盆よりも丁重に仏の供養をするため、自宅に僧侶を招いて読経してもらいます。この時のお経を

「棚経 (たなきょう)」といいます。【宗派によっては異なります】新盆の場合は特に盛大な法要を催すものなので、親戚や故人の友人・知人などを招いて精進料理でもてなしましょう【地域により異なります】

## 【新盆の準備】

新盆を迎える家では、前もって墓所を清掃し、家の仏壇・仏具もきれいに清めておきましょう。掃除をした仏壇にはお盆の期間中朝・昼・晩と3度家族と同じように食事を供えるようにします。これを「霊供膳 (りょうぐぜん)」と言います。新盆では仏壇の前に「精霊棚 (しょうりょうだな)」を作ります。(浄土真宗以外) 色々なお供物や、生前故人様の好物だった物などを精霊棚に置きます。しかし部屋に精霊棚を作るスペースが無い場合は、仏壇の中にお供えしたり、簡易台にお供えしてもかまいません。

皆様でご先祖を尊う  
気持ちを大切に



## 仏事の

### ☆☆☆マメ知識☆☆☆

いざという時に陥る香典の包み方！

#### ①お札の向きを揃える

(お札のお顔が見えない様にお札のお顔を裏にして包みます)

#### ②新札は用いらない

(不幸を見越して準備していたという事から新札は用いらず、一旦お札を二つ折り等にして包みます)

## 瀬戸内海を望む花の寺

(広島市佐伯区坪井)

### 臨済宗 観音寺

## あじさい祭り



350種類・5000株のあじさい。同じ色・同じ形に見えても・・・よーく見ると！！1種1種に名前があって ちょっと驚きました。庭園の広さと 高台から望む景色に感動！みなさんも是非一度行かれて見て下さいね・・・ —磯本順子—

## いちおしの本

自分の心が一番尊いと信じて  
自分一人の生き方をする

『百歳の力』  
篠田桃江



## アサガオはどうして朝だけに咲くの？

アサガオが朝咲くと言うのは少々誤解です。正しくは日の入りから8~10時間後に咲くというのが正解です。なので夏なので、朝咲きますが冬至頃、花をつけるよう秋頃に種を植えると真夜中に花を咲かせます。

### ★ 娘と初めてのガーデニング ★

5月中旬から育て始めたアサガオ、娘が保育園から帰って、毎日欠かさずにお水をあげていたら・・・こ～んなに大きくなりました。これから何色のお花が咲くかとっても楽しみにしています。次回(秋号)に経過を掲載しますので楽しみにしていて下さい。

—阿曾 真弓—

快眠のためのストレッチ ～コリをほぐして熟睡を～  
就寝前の軽いストレッチは心地よい眠りに誘う効果があります。体がほぐれるくらいの体操で心身をリラックスさせましょう。

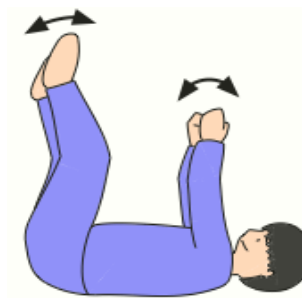
### 【首のストレッチ】

- 1.頭の後ろで両手を組みます
- 2.息を吐きながら頭を前に倒す
- 3.ゆっくり呼吸しながら10秒ほど維持
- 4.息を吸いながら頭をおこす



### 【手首・足首のストレッチ】

1. 仰向けに寝転び両手両足を天井に向けて伸ばします
2. 手首・足首の力を抜いて15秒ほどぶらぶら～～～



株式会社あそセレモニー 呉市中央6丁目4-6  
葬祭会館もみじホール (0823) 24-6044  
<http://www.momiji-hall.com> もみじホール 検索