

ぴゅあめいる

第42号

2025年12月発行

お知らせ

写仏会 ・ 無料相談

表紙：阿佐ヶ谷神明宮へ行こう
お葬式ザッツ学：喪中期間の初詣について
ニュースでレインボー：社長 杉田直樹のご紹介
健康通信：健康寿命を延ばそう
参拝に行こう！～おみくじ編～ など

▶ 阿佐ヶ谷神明宮
東京都杉並区阿佐谷北1-25-5
JR阿佐ヶ谷駅北口より徒歩2分
駐車場有り



鎌倉時代に創建しており、江戸時代から地域の人々に信仰されてきました。主祭神は天照大御神で、光と繁栄をもたらす神として崇められています。境内は静かで美しい雰囲気が漂い、人々に安らぎと幸運をもたらしています。神社の穏やかな雰囲気を感じながら、心をリフレッシュしに訪れてみませんか。

阿佐ヶ谷神明宮へ行こう



天神社（北野神社）
御祭神は学問の神様として知られる、菅原道真公。五角形の鳥居が特徴的で、「五角」と「合格」をかけて多くの人が、学業成就・文化芸能・災難除けに参拝されています。



猿田彦神社
神明宮の敷地内にあり、それぞれ独自の歴史と信仰を持ちながらも、相互に影響を与え合っています。参拝者は、阿佐ヶ谷神明宮で地域の発展や人々の幸福を天照大御神に祈ると共に、猿田彦神社において交通安全や成功を祈願することができ、訪れた際は両方の神社を多くの方が回ります。



能楽殿（杉並区無形文化財指定）
地域の文化交流の場としても機能しており、能楽堂は一般の人々にも公開されています。お正月には、狂言や能、お囃子や箏の演奏など、日本の伝統的な芸能が奉納されます。伝統芸能に興味のある方は、この機会にぜひ訪れてみては。



全国唯一 八難除の阿佐ヶ谷神明宮
厄年とその前後（前厄・後厄）八方塞がりなど、現生に数多ある災難厄事総てを取り除く八難除は、全国で唯一阿佐ヶ谷神明宮だけが行っている方法でご祈禱が受けられます。受付時間 9時から16時半



お守り・御朱印
ご神縁を受け、運氣が上がるようにご祈禱された「神お守り」は、レースのブレスレット型お守りとして頒布されています。形、色は様々で、季節の神お守りも、大変人気のお守りです。他にも美濃和紙と優美な刺繍を重ね合わせた、特別御朱印符も頒布されており、刺繍入り御朱印発祥の神社となっています。



ペットも一緒に参拝
境内は静かで落ち着いた雰囲気で、他の参拝者と一緒にご参拝することができます。ペットと一緒に参拝することができます。

無料相談のご案内

葬儀・仏事に関する悩みごとやご心配ごと、また困ったこと等ございましたら、お気軽にお尋ねください。専門家として、皆様の不安を安心に変えるお手伝いをしてまいります。ご予約も承ります。まずは、お気軽にお問合せください。

ご予約・お問合せは
(株) 杉田フューネス
03-3302-6767



写仏会のご案内

セレモニーホールシオンでは、毎月最初の友引の日に、写仏会を開催しております。優しい音楽と墨の香りに包まれて、心を休めるひとときをお過ごしください。



【日程】1月はお休み月です
2月2日(月)
3月2日(月)
4月6日(月)
5月4日(月)
【時間】10時30分～12時頃
【場所】セレモニーホールシオン 世田谷区代田6-22-6
【費用】800円
写仏の他に写経のご用意もご用意しています。筆や墨、下絵などお道具もそろっています。

健康通信

健康寿命を延ばそう！



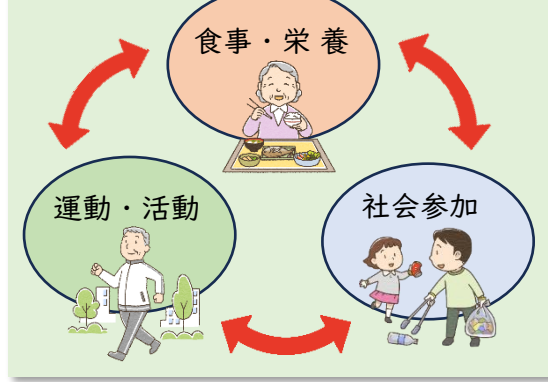
健康寿命とは日常生活に制限のない状態（介護の必要がない自立した状態）で過ごせる期間のことをいいます。平均寿命と健康寿命を比較すると、男性で約9年、女性で約12年、平均寿命より健康寿命の方が短いという結果が出ています。このことは、生涯のうち日常生活に支障のある状態で過ごす期間が平均して9～12年もあるということになるのです。健康寿命を延ばすことが出来れば、必然的に健康で生活できる期間が長くなり、生活の質（QOL）が向上するだけでなく、医療費や介護費用などの負担軽減につながります。

健康寿命を延ばすためには、3つの柱を意識しながら生活すると良いと言われています。

- ① 食事・栄養
まずは、楽しんで食事をするようにしましょう。ごはんなどの穀物を主食として、主菜、副菜とバランスの良い食事を心がけましょう。特にタンパク質は筋力生成に欠かせない栄養素です。
- ② 運動・活動
ウォーキングやラジオ体操等を取り入れて、無理をせずに自分の体力にあった活動で楽しく身体を動かしましょう。運動が苦手な方も、身体を動かすことで気分転換にもなります。食事の味も美味しくなります。
- ③ 社会参加
ボランティア活動等を通して社会貢献に参加しましょう。仕事を長く続けることもいいことです。また、お友達と一緒に食事をする等、繋がりがつづき、食事を楽しくするという食事の柱にも当てはまります。他にも、地域のラジオ体操等に参加することで、身体を動かすこともできますし、社会参加にも繋がります。少しでも健康で生活できる期間を延ばして、人生百年時代を謳歌しましょう。

健康寿命を延ばす3つの柱

※3つの柱は相互作用があります



● 編集後記 2025年も残すところあとわずかとなりました。来年2026年は午(うま)年、午年は活力・飛躍・成長の年と考えられており、縁起の良い年だといわれます。神社に奉納する絵馬の由来は、馬が神様の使いだとされていたことから、願いを馬に乗せて届けるという信仰から始まったそうです。ちなみに、2026年は60年に一度の「丙午(ひのえうま)」の年です。丙午生まれの女性は気性が激しい...という話を耳にしたことがあると思いますが、これは江戸時代に放火し火あぶりになった八百屋お七が、丙午生まれだったということから広まった迷信。逆に四柱推命では、明るく華やかで、カリスマ性があると言われています。この令和の時代、迷信など気にすることなく、縁起のよい年!と転化して過ごしたいですね。



ぴゅあめいる事務局からのお願い

日頃より「ぴゅあめいる」をご愛読頂き、ありがとうございます。お引っ越し等で住所が変更になりました方やお問合せなど、下記「ぴゅあめいる事務局」までお願いします。また、ぴゅあめいるは公式ホームページからもご覧いただけますので、郵便物が不要の方はご連絡ください。

発行人：杉田フューネス「ぴゅあめいる」事務局
所在地：東京都世田谷区上北沢4-33-3
TEL 03-3302-6767
<https://www.funes.co.jp> こちらから⇒





杉田フューネス
代表取締役 杉田 直樹

杉田フューネスの ニュースで レインボー

杉田フューネス
社長の素顔を
ご紹介します！



皆様：お久しぶりです。改めてのご報告となりますが、私杉田直樹は昨年5月に弊社の代表取締役に就任いたしましたことをこの場を借りてご報告いたします。どうぞこれからも、宜しくお願い申し上げます。

さて、この「ニュースでレインボー」の登場は本当に久しぶりで、確か以前は趣味でよく作っていたパスタをご紹介させていただいた記憶があります。しかし最近、忙しさにまけ、なかなか料理をする機会に恵まれず、です。今回は久々に家族で出かけた時のエピソードを一つご紹介しようかと思います。

私には、現在小学4年生の息子がいるのですが、少し前から「釣り」に興味をもち始め、一緒に釣り行こうと誘われていました。そこで「釣り」で「BBQを楽しもう！」と銘打ち、先日家族で川崎市王禅寺にある施設へ行ってきました。

ただ、恥ずかしなから私たち親子は釣り経験なしの初心者...



施設のの人に、いろいろ話を聞きながら釣り糸を垂れること数十分、チョンチョンとあたりが来るとあたりが来るとなんとニジマスが釣れました。しかし喜びも束の間、今度はその釣れたニジマスをどうやって処理したらいいのか解らずに一苦労。施設内の水場で、お手本動画を見ながら、息子と二人で大奮闘。

ちなみに息子は、まな板の上でまだ命のある魚に包丁を入れることが怖かったようで、覚悟を決めるまでに随分と時間がかかりました。目に汗をかきながら、なんとか塩焼きの準備が整って、有難く「命をいただくことになりました。普段は食残しの多い子ですが、自分で釣った魚は一匹まるまる綺麗に食べつくし、私自身も「頂きます」の意味について深く触れさせてもらえた一日となりました。

余談ですが、息子はその後本格的に釣りにハマってしまったようで、「次はもっと大きな魚を釣るぞ!」と意気込んでいます。



ご報告 人形供養祭

10月26日(日)セレモニーホールシオンにて人形供養祭を開催いたしました。私どもで初めて人形供養祭を開催したのが2000年。弊社でお手伝いさせて頂きましたお客様や地域の皆様のお陰で、今年26回目を迎えることができました。

お人形やぬいぐるみ等お預かりする時、そのお人形との思い出をお話しくださる方がいらつしやいます。ずっと大切にしていたからゴミとしては捨てられなくて、というお話を聞くと、温かいお気持ちが伝わってまいります。



日蓮宗 天龍寺 吉水住職から
ご供養のお経をいただきました

日本では古くから日頃使っているものには魂が宿ると考えられてきました。ですので、ずっと大切にしていたお人形に感謝をして、供養したいと思う気持ちが生まれるのですね。

事前にお預かりしていただき、ご供養品も、当日一緒にご僧侶からお経を頂きました。このことをご報告いたします。



参拝にいろいろ ～おみくじ遍～

大吉・吉・中吉・小吉・末吉・凶・大凶の7種類ですが、京都の伏見稲荷大社は、32種類の「平」という種類は、運勢の変動が小さい状態という意味で、出る確率は少なく今ではかなりのレアもの。他に埼玉県の水川神社、長野県の戸隠神社、広島県の厳島神社などで「平」を入れているそうです。吉凶の順列や意味は神社により違いがあるので、気になる方は直接尋ねてみて下さい。

おみくじの種類
大吉・吉・中吉・小吉・末吉・凶・大凶の7種類ですが、京都の伏見稲荷大社は、32種類の「平」という種類は、運勢の変動が小さい状態という意味で、出る確率は少なく今ではかなりのレアもの。他に埼玉県の水川神社、長野県の戸隠神社、広島県の厳島神社などで「平」を入れているそうです。吉凶の順列や意味は神社により違いがあるので、気になる方は直接尋ねてみて下さい。



初詣で凶を引いてもガツカリしないください。易经には「吉凶悔吝(きききょうかいりん)」という言葉があります。反省しておこないを改めると凶が吉に変わる、奢りや慢心によつては、吉が凶に変わるという意味だそうです。

おみくじは「神様からのメッセージ」何気なく引いたおみくじひとつひとつに神仏の意思が関わっています。与えられたアドバイスを有意義に活かして一年を過ごしましょう。

おみくじの由来
日本では古代より、国のまつりごとに関わる重要な事を決める際、神様におうかがいを立てるためにくじをひいていたとされます。平安時代、中国のくじを基に天台宗の僧侶によつて「元三大師百籤(がんさんだいいひやくせん)」が作られました。多くのお寺で使われ、当時は武士が戦の行方を占うために引いていたそうです。おみくじを漢字で表記すると、お寺の場合は「御籤」、神社の場合は「御神籤」。

日本一の神社
一方で、伊勢神宮には「おみくじ」がありません。一生に一度と憧れたお伊勢参りは、参拝すること自体が大吉とされているそうです。



ペットと一緒に 参拝しよう!



ペット同伴をお断りしている神社も多いと思いますが、最近はペットのお守りや絵馬もあり、ペットと行ける神社も増えてきました。神社によってルールは様々なので、確認してからマナーを守って参拝しましょう。

- 市谷亀岡八幡宮
【市ヶ谷駅】愛犬と家族の名前を入れられる「彫り札守り」や「ペットとの初詣」祈禱も受付(予約制)
- 桜神宮
【桜新町駅】サザエさんの街桜の季節に訪れたい古式神道の神社「レースお守り」が人気
- 神田明神
【お茶の水駅】縁結び・商売繁盛・肉球型のペットお守りがキュート
- 座間神社
【相武台駅よりバス】全国でも珍しいペットのための神社。ペットお守りや犬猫みくじ、絵馬など。ペットのご祈禱もしてくれます。
- 等々力不動尊
【等々力駅】紅葉スポットとしても人気。日本庭園もありワンちゃんとお散歩もOK
- 根津神社
【根津駅】つつじの名所くぐり抜けると邪気が祓われるとされる千本鳥居も有名

喪中期間は 初詣に行ける?



喪中とは故人の死を悼む期間であり一般的には、一周忌を迎えるまでを指します。喪中期間だったとしても忌中(きちゅう)の期間を過ぎていれば初詣に出掛けても問題はありません。

ちなみに忌中期間中は、初詣は故人やご先祖に対して新年の挨拶をする機会と捉えられており、忌中であつてもお寺に参拝することは問題ありません。

特に神道は、神様をお祀りする神社に死の穢れを持ち込むことを嫌いますので、初詣と忌中の期間が重なる場合は、神社に参拝することは控えましょう。