

# 聞思

寺報

MONSHI

第28号

2026年4月

発行



浄土真宗  
本願寺派

田野山  
西敬寺

住職 木賣 慈教  
坊守 木賣 真由美

心に、  
一筋の陽光を。



本願寺派布教使  
吉村 隆真師

## 令和8年度西敬寺永代経法要のご案内

5月17日（日）10:00～12:00（受付 9:30より）

ご門徒の皆さまはもちろん、どなたでもご参拝いただけます

詳細なご案内・お申し込み方法は2・3ページをご確認ください

## 目次

永代経法要案内	2・3
【同封の返信用ハガキは5月6日までにご投函ください】	
西敬寺歳時記	4
聞思（もんし）のひとつとき	5
連載	6・7
いまどきの終活の作法 ～大切なひとに負担をかけないために～	
第25回 後悔しないための終活の知恵	
終/宗活公開講座・個別無料相談のご案内	8

〒381-0016 長野市南堀336

TEL 026-243-5570 / FAX 026-403-2400



西敬寺公式LINE

令和8年度  
仏暦  
2569年

# 西敬寺永代経法要

5月17日（日）10:00～12:00（受付9:30より）

心の雨の日が続いていませんか？

～亡き人と出遇い直し、私の『いま』を照らす永代経法要～

大切な方を突然のお浄土へと見送り、心に冷たい雨が降り続いているような日々を過ごされている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。「もっと何かできたのではないか」「これからどう生きていけばいいのか」—。

永代経法要は、亡き方をご縁として仏さまの「み教え」に遇（あ）い、私たちが「自らの生きる拠り所」を尋ねていく大切な場です。前を向けない時こそ、西敬寺という安心の場所で、一緒に仏さまのお話（法話）を聞いてみませんか。

今回は、各地の法座でご縁を結ばれ、多くの方に親しまれている吉村隆真師をお迎えします。聞く人の心に、雨雲の切れ間から光が差すような、ご法話を届けてくださる先生で、はじめての方にも、ぜひお聴きいただきたいご法縁です。亡き人が「お寺へおいで」と待っていてくださるこの西敬寺へ、節目の年回忌にあたるご家族はもちろん、今年は該当されないご門徒の皆さまも、どうぞお参りください。

ご法話：浄土真宗本願寺派布教使 吉村隆真（よしむら りゅうしん）師

「仏教に学ぶ老いの流儀～幸齢者への道～」

## 【プロフィール】

熊本市良覚寺住職  
元NHKカルチャー教室講師  
エッセイスト



左のQRコードから  
スマートフォンで  
吉村師の各地での  
ご法話をご視聴いただけます。

## 【ご講師からのメッセージ】

心の天気予報があったとしたら、降水確率0%の日は、生涯でどれほどあるのでしょうか。

あなたの心を快晴にはできなくても、雨雲の隙間から一筋の陽光が差し込むような気持ちになってもらえたらと思います。

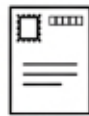
人生の「答え探し」と「答え合わせ」を、一緒にやってみませんか。

## ご出欠ご返信方法と当日のご案内



西敬寺LINE公式に  
ご登録済みの方

！ハガキを同封していません。  
恐縮ですがLINEのお申し込み  
フォームをご利用ください。



ハガキが同封  
されている方

お手数ですが  
5月6日（水）  
までにご投函ください。



来寺案内

受付開始時間に合わせて、誘導スタッフが待機しております。どうぞ安心してお越しください。

# 永代経法要ご参拝・法名簿ご記帳ガイド

## 当日のご準備チェックリスト



### 服装

仏さまの前にお参りするにふさわしい、落ち着いた服装でお越しください。



### お念珠

男性用(左)は組紐、女性用は切り房(右)が一般的です。お持ちの方はご持参ください。

### 門徒式章



### お経本



門徒式章をお持ちの方はご着用ください。お経本は当日受付でもお貸ししています。



### 御布施

「御布施」と表書きしたのし袋等にお名前をご記入いただき、法名簿とご一緒に受付にお預けください。

## 法名簿ご記帳の3ステップ

### ステップ 1: ご確認



お仏壇の過去帳でご命日の年をご確認いただき、年回忌早見表と照らし合わせてください。

### 令和8年 年回忌早見表

1周忌	令和7年
3回忌	令和6年
7回忌	令和2年
13回忌	平成26年
17回忌	平成22年
23回忌	平成16年
27回忌	平成12年
33回忌	平成6年
50回忌	昭和52年

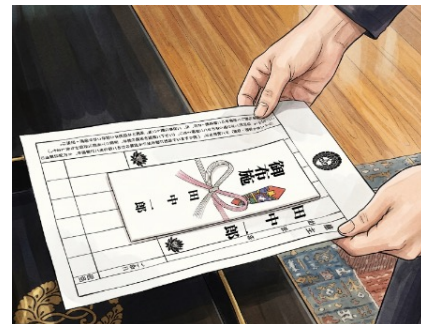
### ステップ 2: ご記入

施主 田中 太郎					
釋 間 思	釋 真 浄	釋 謙 信	釋 慈 門	釋 妙 蓮	釋 浄 信
昭和五十二年	平成五年	平成八年	平成十一年	平成十三年	令和元年
五月十日	八月八日	八月八日	八月八日	八月八日	八月八日
五	三	三	七	三	三

同封の「法名簿」に、近年にご往生された方から順に、右詰めでご記帳ください。筆ペン・ボールペンいずれでも結構です。  
6名以上いらっしゃる場合は、新しい年回忌の方を優先してご記入ください。(該当の方がいらっしゃらない場合は、「〇〇家先祖累代永代読経」と右詰めでご記帳ください。

### ステップ 3: 受付へお預け

当日の受付(9:30~10:00)へ「御布施」とご一緒にお預けください。



ご法要に際し、ご尊前にご奉呈いたします。

\* 当日ご参加が難しい場合は、5月11日~16日の間、事前にお預かりいたします。心ばかりですが、ご返礼品もご用意しております。

法名簿事前お預かりについて  
5月11日(月)~16日(土) 8:00~17:00



参加者全員で、正信偈をお勤めしました



### ご法話

「笑顔で結ぶ、いのちのご縁」

ご講師の林映寿師(小布施町浄光寺副住職)より、災害の多い時代にあって、防災を「自分ごと」として受け止めることの大切さをお聞かせいただきました。

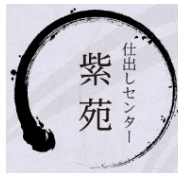
寺院・地域・人のつながりを大切にしながら、日頃から備えを重ねていくことが、いのちを守る力になると教えていただきました。

#### いただいた大切な気づき

- ①防災は、誰かの問題ではなく「自分ごと」
- ②お寺は、地域を支える拠点になれる
- ③日頃の小さな備えが、家族の安心につながる

### お楽しみ抽選会と飯山名物『笹寿司』

西敬寺の大切なパートナー企業の皆様から「お楽しみ抽選会」の景品をご提供いただき、特に休憩中の「おちつき」(お腹を落ち着かせるという北信地方の方言=軽食)は飯山名物の「笹寿司」を明石佛壇店様にご高配いただきました。



ご協賛ありがとうございました



最後はご参拝記念品の「Anカレンダー2026」を手に、笑顔で記念撮影

# 遺影、どうしたらいいですか?

— 住まいに合わせて、無理なく大切に —



ご葬儀で作った「遺影」は、大切な写真です。けれどご本尊のように拝むものではありません。

ライフスタイルに合わせて無理なく飾ることが大切です。



## よくあるご質問

**Q.** ずっと飾っておかなきゃダメ?

**A.** そんなことはありません。  
節目の日に飾る選択もOK

**Q.** お仏壇の中に飾ってもいいの?

**A.** 遺影はお仏壇の中ではなく、  
そばに置くとよいでしょう。

**Q.** しまうのは失礼では?

**A.** きちんと管理して、大切に  
保管すれば安心です。

大切なのは“飾り方”より  
“偲び方”です。



## 遺影の置き場所のアイデア

無理なく、大切に、あたたかく

①縮小してお仏壇のそばや  
リビングの一角に飾る



②複数の遺影を縮小  
して一つの額にま  
とめて飾る



③データ化して  
節目に見返す



お焚き上げ・保管・飾り方のご相談も承っています。「どうしよう」と迷われましたら、住職にお気軽にお声がけください。

いまどきの終活の作法～大切なひとに負担をかけないために～

## 第25回

# 後悔しないための終活の知恵

— 遺された家族が一番困るのは、お金がないことではなく  
『何も決まっていないこと』でした —

「終活」という言葉が広まりましたが、実際に何をどこまでやれば安心なのかを正しく理解している方は多くありません。法律は毎年変わり、2024年からは不動産の名義変更が義務化されるなど、知らなかったでは済まされない時代です。

そこで、今回、皆様が「わが家のリスク」を客観的に把握できるよう、特製の診断シートを作成しました。右ページのリストをぜひご自身の手で、あるいはご家族と一緒にチェックしてみてください。もし、一つでも「 (チェック)」がついたなら、それは悪いことではなく、将来の不安を安心に変えるチャンスが見つかったということです。

## 一般的なごくフツウの家が危ない

セミナー会場での雑談や法要の席などでよく耳にする言葉があります。「うちは財産なんてないから遺言なんて大げさなものはいらない」「子どもたちは仲が良いから、その時になればうまくやってくれる」。しかし、行政書士として多くの相続現場に立ち会ってきた経験から申し上げますと、実はトラブルが起きるのは「億単位の資産がある資産家」ではなく、ごく「一般的なご家庭」なのです。

## あるご家族の「後悔」

例えば、とあるご家族のケースです。お父様が認知症になり介護施設への入所が決まった際、まとまった費用が必要になりました。ところが、お父様の預金口座は銀行によって凍結されており、ご家族であっても1円も下ろせなくなってしまったのです。結局、お子様たちが自分たちの貯金を切り崩して費用を立て替えることになりました。お父様は十分な蓄えを持っていたにもかかわらず、です。さらに、お父様が亡くなった後、実家の名義変更をしようとしたところ、実は会ったこともない兄弟がいることが判明し、感情的なこじれから手続きは1年以上経った今も止まったままです。

## なぜ「決めておくこと」が最高の思いやりなのか

こうした悲劇の原因は、お金が足りなかったからではありません。「元気なうちに、万が一のルールを決めていなかったこと」にあります。相続は、単なる「お金の分けっこ」ではありません。

- ・自分の判断力が衰えたとき、誰に自分の人生のハンドルを任せるのか（任意後見）
- ・自分が去った後、誰がこの家を整理しお墓を守ってくれるのか（死後事務委任）
- ・大切な家族が、判こ一つで争わなくて済むように道を記しておく（遺言）

これらはすべて、遺される大切な人たちが、悲しみの中で「途方に暮れない」ためのあなたにしかできない「最後の思いやり」なのです。

## わが家の「老後リスク」総点検シート

～一つでもチェックがいたら、お早めにご相談ください～  
(※当てはまるものに☑を入れてください)

### その1－自分の「生活」が立ち行かなくなるリスク

- 通帳の管理**：自分が銀行に行けなくなったとき、代わりに誰に下ろしてもらうか具体的に決まっていない。
- 凍結の不安**：認知症などで判断力が落ちると、自分の預金が「凍結」される可能性があることを知らない。
- 誰が助けるか**：認知症などで判断力が落ちた後、裁判所に選ばれた「赤の他人」に財産を管理されるのは抵抗がある。
- 医療・介護の希望**：延命治療を「する・しない」、どこでどんな介護を受けたいかの意思を家族と共有していない。
- 身元保証人**：病院や施設に入る際の「保証人」がない（決まっていない）。

### その2－残された「家族」が揉めてしまうリスク

- 遺言書の不在**：形式の整った「遺言書」をまだ作成していない。
- 不動産の分け方**：自宅（実家）を誰が継ぐか、あるいは売るかについて、子どもたちと話し合っていない。
- 登記の放置**：亡くなった親や祖父の名義のままになっている土地・建物が、実はまだある。
- 平等の難しさ**：「同居して介護してくれた子」と「遠方の子」で、財産の差をどうつけるか決めていない（差を付けるべきかも悩ましい）。
- 隠れた相続人**：前妻との間の子や先に亡くなった子の孫など、連絡が取りにくい相続人がいる。

### その3－旅立った後の「片付け」で迷惑をかけるリスク

- 死後の手続き**：役所の届け出や各種解約など膨大な「死後の事務」を誰がやるか決まっていない。
- デジタル遺品**：スマホやパソコンのパスワード、ネット銀行の存在を家族に伝えていない。
- 遺品整理**：捨てにくい貴金属や趣味の道具、着物などが山積みで片付けを家族に丸投げしている。
- お墓の今後**：どこのお墓に誰が入り、その後の管理費を誰が払い続けるか子世代と合意していない。
- 最後の整理**：賃貸物件や老人ホームの「退去手続き」を、誰が行うか決まっていない。

#### ★判定★

**チェックが 1～3個**：早めの対策でリスクはゼロにできます。今のうちに準備を。

**チェックが 4～9個**：【**要注意**】すでに家族が困る火種があります。  
一度整理が必要です。

**チェックが 10個以上**：【**緊急**】今すぐに専門家との現状確認をお勧めします。



このリストで「あ、これはマズいかも」と思った項目はありませんか？その「不安」「モヤモヤ」を解消することが、将来のご家族を守るための第一歩です。「どこから手をつければいいのか分からない」「こんな些細なことを相談してもいいのか」と迷われる必要はありません。ぜひご相談ください。



事務所サイト

<https://www.office-angei.com/>

－ご意見・ご要望・ご質問などお気軽にお寄せ願います－

伊藤 安芸：インサイド・アウト行政書士事務所代表  
(行政書士・家族信託専門士・葬祭カウンセラー)

TEL090-4051-6443 メールy-itoh@office-angei.com

原則毎月  
第2日曜日

# 西敬寺 終/宗活公開講座

どなたでも  
参加費不要

人生の節目にまつわる不安や、仏事・相続・終活のお悩みを、分かりやすく学ぶ講座です。

日程	講演・法話テーマ
第57回 5月10日	講演【失敗事例に学ぶ】 「良かれと思って」が仇になる？遺言のNG集
	法話「誕生日と命日」
第58回 6月21日	講演【認知症への備え】 自分の「財布」を他人に任せないための準備
	法話「忘れてもわすれても」
第59回 7月12日	講演【遺言では遅すぎる】 「希望通り」に送ってもらうための事前準備
	法話「縁起」～人間関係を見つめ直すヒント～

## ▶タイムテーブル

### 各回共通

13:30～15:00

(受付開始13:00より)

13:30 仏事作法体験

13:50 法話

14:10 休憩

14:20 講演

14:50 質問タイム

15:00 終了

タイムテーブルのように前半(13:30～14:10)・後半(14:20～15:00)に分けてありますので、どちらかのお時間だけのご参加も可能です。

**\*6月は第3日曜日(6月21日)開催です。ご注意ください。**

講座のあと、気になっていたことを個別にご相談いただけます

### 【終活・相続

なんでも相談】

担当:伊藤 安芸

行政書士/家族信託専門士

・遺言書や相続の手続き

・お墓や財産の整理 など



### 【仏事よろず相談】

担当:木賣 慈教

西敬寺住職/本願寺派布教使

・「お寺葬」事前相談

・墓じまいや納骨壇など

ご相談無料・要予約

☑ 「まだ先のことだけれど、少し気になる」 ☑ 「何から考えればよいのか分からない」

そんな時も、どうぞお気軽にご相談ください。

ご相談時間は通常、講座終了後の**15:00～17:00**です。

※ご都合が合わない場合は、別日でのご相談にも随時対応いたします。

ご予約・お申し込みは ☎ 026-243-5570 もしくは西敬寺公式LINEへ