

# 辻川牧子先生講演会のご案内

主催 岩槻校校友会協議会

今年度第1回学習講演会を下記のとおり開催させていただきます。今回は現代では忘れ去られようとしている「日本のこころ」をやさしく伝えておられる辻川牧子先生をお迎えする運びになりました。ぜひこの機会にご参加くださいますようお願い申し上げます。

## 記

- 1 日時：9月13日（金）午前10時～11時30分
- 2 場所：本丸公民館視聴覚ホール
- 3 テーマ：「和の心」



昔の日本人の生き方に惹かれて学び始めました。カウンセラーとして働いてまいりました経験をもとに、一人ひとりの存在が大切にされる世の中でありますようにと願いながら活動させていただいています。わかりやすく楽しい講演や研修をめざしています。

これからの日本のために…

「温故知新」—多くの困難を乗り越えて、今の私たちに生命を繋いでくださった先人の知恵を少しでもお伝えできればと願っています。

## 辻川牧子先生プロフィール 和楽舎（わらくしゃ）代表。

言葉と挨拶、立ち居振る舞い、子育て、人間関係、助け合い、養生法、自然に添う暮らし方や商売繁盛など…様々なテーマで、幅広い年齢層を対象に、日本に伝わる知恵の数々を今に活かし、次の世代の役にも立つような講演を多方面で開催。

著書：絵本「ごはん」博進堂 講演録「半畳心得先人の知恵に学ぶ」博進堂  
「日本のしきたり 和のこころ」KK ロングセラーズ

## 「和のこころ」

和楽舎 辻川牧子

幕末から明治にかけて来日した外国人の多くが美しい自然の中で四季折々に楽しみを見出し、質素ながらも家族や友人と睦まじく暮らす当時の日本人の姿を記録に遺しました。本日は今に伝わる人づきあいや養生、暮らしの知恵をご紹介します。ついに受け継がれてきた「和のこころ」についても触れてみたいと思います。

- 笑顔の国 笑門来福 和顔施（わけんせ） 足るを知る 傍楽 言霊
  
- 人づきあいの知恵 人みな互角 挨拶は運を開く扉 十人十色 人間（じんかん）  
夜明けの行燈 「袖振り合うも他生の縁」 損得から尊徳へ  
「ありのままこそ我も人もよろし」（円山応挙）
  
- 養生の知恵 老いに入る 身を保つ 定命 畏れ・慎み・惜しむ  
—『養生訓』（貝原益軒）—  
「養生の術は、つとむべき事をよくつとめて、身をうごかし気をめぐらすをよしとす」  
「肥濃油膩の物多く食ふべからず」 「飲食をよき程にして過ぎさず」  
「怒りの後、早く食すべからず。食後、怒るべからず。憂ひて食すべからず。  
食して憂ふべからず」…怒ったり、心配したりせずに、食事は楽しく。  
「慾をおさえ、心を平にし、気を和かにしてあらくせず、しづかにしてさわがし  
からず、心はつねに和楽なるべし。憂ひ苦しむべからず」
  
- 暮らしの知恵 豊芦原の瑞穂の国 神人共食 医食同源 身土不二  
走り・旬・名残 季節の出会いもの 行事食 赤飯 糰飯  
百徳着物 粋とは 「こうと」 垢ぬける 裏まさり  
畳と障子 縁側 人が集まる家 植木を愛でる
  
- 明日に向けて 始末とは 自然とは 循環型の社会 お天道様 清福  
「情けは人のためならず」 「この世に要らぬ人は無し」  
地縁・血縁・心縁 役目 代・七代・末代続く