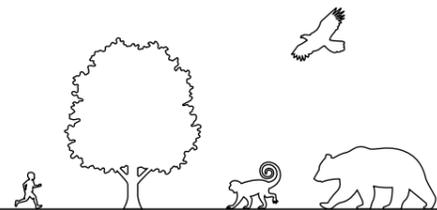




## —— 2022年 大齋節 ——

すべての被造物を愛し守るために  
シリーズ③ 新たな選択に踏み出し、喜び祝おう

- 神さまがお造りになったすべての被造物を愛し守ることは、私たちの大切な責任であり喜びです。その具体的な取り組みとして、一昨年そして昨年の大齋節に「プラスチックを減らそうカレンダー」を作成しました。
- しかしここ2年間、コロナ禍の中で、プラスチック問題はほとんど棚上げされてしまいました。その上、感染防止やテイクアウトのためにさらに多くのプラスチックが消費されるようになりました。
- しかし、プラスチックがもたらす環境破壊は非常に深刻で、コロナ禍の中にあっても、私たちはこの問題を忘れるわけにはいきません。私たちの便利な暮らしの代償として、被造物の多くが汚され、傷ついているからです。今年の大齋節は、「シリーズ③ 新たな選択に踏み出し、喜び祝おう」をテーマに、すべての被造物を愛し守り、すべてのいのちを喜び祝う道をご一緒に模索したいと思います。
- 今年もこのテーマをもとに「新しい選択カレンダー 2022」を用意しました。今年、プラスチックだけでなく、もう少し視野を広げて、それぞれの場所で日々取り組むことのできる提案が記されています。新たな選択を考える機会になれば幸いです。
- 3月27日（日）の主日の聖餐式では、「大地に感謝し大地を守ろう」をテーマにみ言葉に耳を傾け、共にいのり、主の創造の業を感謝賛美します。
- また、学びの機会として、「断食という祝祭」というタイトルのもと、断食について学び黙想するプログラムが用意されています。



### 被造物保護のための共同メッセージ（抜粋）

エキュメニカル総主教 バルトロメオ  
ローマ教皇 フランシスコ  
カンタベリー大主教 ジャスティン

私たちは、未来の世代にどのような世界を残したいのかを、決めなければなりません。神は、「あなたはいのちを選び、あなたもあなたの子孫もいのちを得るようにしなさい」（申命記30・19）と命じておられます。私たちは、これまでとは違う生き方を選ばなければなりません。いのちを選ばなければならないのです。

私たち三人は、すべての人に、地球と貧しい人々の叫びに耳を傾ける努力をし、自分の行動を反省し、神が与えてくださった地球のために意味のある犠牲を払うよう呼びかけます。

今この瞬間、わたしたちには、悔い改め、決意をもって方向転換し、反対の方向に進むチャンスがあるのです。生き方、働き方、お金の使い方において、身勝手な利益ではなく、寛大さと公平さを追求しなければなりません。これは責任ある対応を求める霊的な命令です。今が正念場です。私たちの子どもらの未来と、わたしたちの共通の家の未来は、この取り組みにかかっているのです。（2021年9月1日）

## 2022年 大齋節：礼拝とプログラム（3月2日～4月16日）

コロナ禍の中で、以下にご案内するプログラムのすべてに変更の可能性があります。  
週報、教会のホームページ、お電話などによって最新の情報をご確認ください。

### 大齋始日（灰の水曜日）3月2日（水）：11時および19時半：聖餐式および灰の十字架のしるし

#### 主日および聖週間の礼拝

- 主日礼拝 3/ 6（日） 大齋節第一主日 聖餐式：8時および11時  
3/13（日） 大齋節第二主日 聖餐式：8時および11時：ユース聖餐式 17時  
3/20（日） 大齋節第三主日 聖餐式：8時および11時  
3/27（日） 大齋節第四主日 テーマ「大地に感謝し大地を守ろう」  
聖餐式：8時および11時：ユース聖餐式 17時  
4/ 3（日） 大齋節第五主日 聖餐式：8時および11時
- 聖週間 4/10（日） 復活節前主日・棕梠の日曜日 聖餐式：8時および11時：ユース聖餐式 17時  
4/14（木） 聖木曜日 洗足式・聖餐式：19時  
4/15（金） 聖金曜日 受苦日礼拝：12時  
4/16（土） 聖土曜日 復活のろうそくの祝福・洗礼の約束の更新・夕の礼拝：18時  
（4/17（日）復活日・イースター 聖餐式：8時および11時）
- なお、夜の聖餐式が毎週水曜日19:30から開催されます。（4月以降未定）



### 十字架の道行き：毎週金曜日19:00～ 聖堂にて（4/15を除く）

#### 研修プログラム（教会ホールにて）

\*山手教会グループ主催による静想会は今年開催されません

- ・3/ 5（土）10:30～14:00「断食という祝祭」（断食についての学びと黙想）担当：藤田美土里執事・植松功
- ・3/20（日）13:00～14:00：「明日の教会のビジョン」担当：塚田重太郎司祭

#### オンラインプログラム（パソコン・タブレット・スマホなどから参加・視聴可能です）

- YouTubeによる配信（随時、視聴可能） <https://st-margarets-church-tokyo.com>
  - 音楽の贈りもの（聖堂から聖歌およびオルガン・チェロなどの演奏をお届けします）
  - 十字架の道行き（ご自宅で、ご都合のいいときに参加できます）
- Zoomを通してのプログラム（参加・視聴を希望なさる方は教会までお問合せください）
  - 有志による朝の祈り（日曜日を除く毎日朝7時～）
- YouTube 生配信 東日本大震災11周年記念の祈り 3/11（金）14:15～  
特別プログラム「東日本大震災後を生きる」15:15～16:45（教会HPまたは東北教区HPから視聴可能）

### 2022年 み言葉と歩む大齋節 ～黙想の手引き～

東京教区と北関東教区の教役者の執筆による手引書です。教会HPからダウンロードしてお使いください。プリント版は教会に用意があります。ご希望の方はお知らせ下さい。大齋節の祈りと黙想の助けになれば幸いです。



お話しなされたい方、ご相談のある方、塚田牧師または藤田執事までお気軽にご連絡ください。  
聖マーガレット教会は、基本的に火曜日を除く毎朝9時から夕5時まで扉が開いています。  
2階の聖堂は、個人的な祈りのために開かれています。

# 新しい選択カレンダー 2022

## 第1週

3月2日 (水)  
大齋始日



3月3日 (木) 《嘆く》  
この大齋節に、私たちは、神さまに創造されたものの嘆きに耳を傾け、祈ります。私たちが創られた主よ、私たちの心をひらいて、あなたがお創りになったものが今抱えている痛み気づかせてください。

3月4日 (金) 《繋がる》  
大齋節は、イエス・キリストの受難について黙想する時です。私たちは祈ります。私たちの耳をひらいて、私たちの日々の暮らしの陰で苦しんでいるものの叫びを聞かせてください。

3月5日 (土) 《約束する》  
大齋P：断食という祝祭  
神さまのみ旨に心をひらき、私たちはこれまで以上に正しく生活することを約束し、祈ります。私たちが創られた主よ、どうか私たちに強い心を与え、あなたのお創りになったものと調和のうちに生きる勇氣と喜びをお与えください。

3月6日 (日) 大齋節第1主日  
堅信受領者総会  
ゴミを分別しよう。ガラス、プラスチック、紙、アルミニウム、スチールは、分別することでリサイクルが可能になります。



## 第2週

3月22日 (火)  
不要な郵送物は連絡して止めてもらおう。資源を無駄にしないことに注意を向けよう。

3月23日 (水)  
あなたは着なくなったけれど、誰かには似合うかもしれません。聞いてみよう。



3月24日 (木)  
物を買う時、自分にとって本当に必要なものかどうか吟味しよう。消費ではなく創造を喜べるように。

3月25日 (金)  
必要なものがあったら、まずリサイクルショップを見てみよう。

3月26日 (土)  
既に持っているものを大切に使おう。直して使えるものはありませんか？

3月27日 (日) 大齋節第4主日  
大地に感謝し大地を守ろう  
自然からの恩恵に感謝しよう。大人も子どもも散歩にでかけて、神様が創られたものを感じよう。家の植物を眺めたり、目を閉じて太陽や風を肌で感じよう。



3月7日 (月)  
ペットボトルにかえて、水筒を持って出かけよう。

3月8日 (火)  
シャンプーやリンスなどは詰め替え可能なものを買おう。

3月21日 (月)  
ウェットティッシュやペーパータオルの代わりに、古いシャツや布などを手頃な大きさに切って、最後まで使い切ろう。

4月4日 (月)  
冷蔵庫は少し高め、給湯器は低めに。大型家電の温度設定をエコにしよう。

4月5日 (火)  
電球は効率的で長持ちするLEDを選ぼう。

4月6日 (水)  
電気を消して、暗闇を楽しもう。キャンドルナイトを企画しよう。



4月7日 (木)  
環境破壊によって居場所を失っている動物たちのために祈ろう。北極グマ、トラ、オランウータンなどなど。

3月28日 (月)  
世界中の4割の人が、生活に必要な最低限の水、1日50リットルを得られません。あなたの水道料金を見て、自分の水の使用量と比較してみよう。

3月9日 (水)  
買い物をする時、いらぬ包装は断ろう。紙のパッケージを選ぼう。

3月10日 (木)  
プラスチックのスプーン・フォークを断ろう。マイ箸を持ち歩く習慣を身につけよう。



## 第4週

3月20日 (日)  
大齋節第3主日  
大齋P：明日の教会のビジョン  
春休みには、自然の中へ出かける計画を立てよう。

4月3日 (日)  
大齋節第5主日  
全ての被造物を愛し守ることを誓います。創造のために祈り、行動することを誓います。



4月10日 (日)  
復活前主日



4月9日 (土)  
あなた自身の行動を、周りの人に見せよう。取り組みの輪を広げよう。

4月8日 (金)  
今日は「NOテレビDAY」です。

3月19日 (土)  
脱プラスチックを実践しているお店や企業はたくさんあります。調べて応援しよう。環境問題に取り組んでいるお店を探そう。

4月2日 (土)  
野菜や花々を自分で育ててみよう。

4月1日 (金)  
地産地消のものを選んで食べよう。地域で育てられた食材は、創造のリズムに沿って、季節に合わせて生産されます。地域の小規模農家の支援になります。

3月31日 (木)  
お風呂の水を再利用しよう。

3月30日 (水)  
お皿を賢く洗おう。たらいや栓をした流しに水をためて洗おう。

3月29日 (火)  
歯ブラシ、ひげそり、洗顔、体洗う時、こめまめに水を止めよう。



3月11日 (金)  
東日本大震災11周年  
食料の保存は、ガラス、ステンレス、ホウロウ製のふた付き容器を活用しよう。

## 第3週

3月18日 (金)  
買い替える時、プラスチックではない素材に置き換えられるものを探してみよう。

3月17日 (木)  
化学繊維よりも、自然由来の繊維を選ぼう。



3月16日 (水)  
ごみ箱に被せるポリ袋は、新聞紙や包装紙で代用しよう。

3月15日 (火)  
マイバッグを忘れずに持ち歩こう。

3月14日 (月)  
プラスチックが含まれる製品を見分けられるよう、子ども達と一緒に考えてみよう。

3月13日 (日)  
大齋節第2主日  
教会・学校・職場から使い捨てをなくすには、どうすればよいか考えてみよう。



3月12日 (土)  
手拭いを活用しよう。たわしなどは自然素材のものを使おう。

