

# 成願寺

季報

147

令和8年2月18日  
(2026年)

目次

|                           |   |
|---------------------------|---|
| 中野たから幼稚園「自園調理給食」について…………… | 1 |
| お授戒の報告……………               | 4 |
| 成願寺境内「旧防空壕」見学会実施の報告……………  | 5 |
| 山内短信……………                 | 8 |

発行 多宝山成願寺  
〒164-0012 東京都  
中野区本町 2-26-6  
電話 03-3372-2711

## 中野たから幼稚園「自園調理給食」について

成願寺が運営する中野たから幼稚園では、園庭脇に調理室があり、温かい給食を園児に提供しています。担当する株式会社アイコーメディカル管理部の加藤大介さんに「自園調理給食」についてご寄稿いただきました。

「みなさま初めまして。中野たから幼稚園にて給食調理業務を行わせていただいております、株式会社アイコーメディカルと申します。私どもは幼児給食の専門企業でございます。日々のメニュー開発に始まり、安心・安全な食材の調達、徹底した衛生管理体制（ISO9001-HACCPを取得）による調理業務までの全てを厳格な品質管理体制のもとご提供させていただきます。よろしくお願いいたします。」

お子様の成長に合わせたおいしい給食を安全にご提供する事、食育をお手伝いする事、徹底した衛生管理を行う事が我々の目的でございます。大切なお

## ◎春彼岸中日法要

「修証義奉読会」「講談・中野長者と成願寺」のお知らせ

三月二十日（金）春分の日

十一時 受付始まり

十二時 講談「**中野長者と成願寺**」

日向ひまわり師

十三時 中日法要 修証義奉読



彼岸会法要前の恒例となつた日向ひまわり師の講談。春のお彼岸では、成願寺開基・中野長者鈴木九郎の伝説を講談に仕立てて高座をおつとめいただきます。十年ぶりの再演です。ぜひおいでください。引き続き十三時より、春彼

岸中日法要が厳修されます。「修証義」をご参列のみなさまと一緒に唱和いただきます。



炊き上がったご飯。クラスごとに計量。



冷めないように保温庫へ。



中まで温まっているか、食品用のデジタル中心温度計で確認



一皿ずつおいしそうに盛り付け。

子様方が、中野たから幼稚園において、すくすくと成長されるお手伝いを給食を通じて行わせていただいております」。

中野たから幼稚園の自園調理給食は、四年目を迎えました。以前はお弁当を届けていただくかたちでしたが、現在は園庭協の調理室に調理スタッフさん二名ないし三名が配属され、木曜日のご家庭のお弁当の日以外の毎日、炊きたてのホカホカご飯、暖かなお味噌汁、季節に応じたおかずを各教室まで届けていただいています。

アイコーメディカルではハイブリッド給食システ

ムを採用していて、セントラルキッチンにて専任の管理栄養士によって献立を立案。肉や魚など園の調理室では衛生管理が難しい食材は、セントラルキッチンで調理し、パックした状態で調理室に届きます。調理スタッフさんはご飯やお味噌汁の調理のほか、野菜のカット、おかずの温め、盛り付け、教室までの運び入れ、器の回収、使用した調理道具、器の洗浄などを行っています。

中野たから幼稚園で勤務する調理スタッフさんは、みなさん卒園生の保護者さん。取材当日に勤務されていたお二人は、それぞれ三人のお子さんが未就園



給食にはたっぷり時間を取ります。食べきれない時は残しますが、子どもたちは自分が納得するまで食べることができます。急かされたり、食べることを強要されることはありません。食べ終わった子は他の子を待ちながら食休み。



食事を終わると自分で器を下げます。



残食は毎日計量して記録。何が残っているかを必ず確認するそうです。



使用した食器や調理道具は手洗い→食洗機→乾燥殺菌を行います。



各教室へ運び入れ。何往復もして重労働です。



子どもたちは給食の前に手洗いうがい。



担任の先生が「大盛り？ 小盛り？」と聞いて一人ひとりに合わせてご飯をよそいます。



「いただきます」のごあいさつ。

児の時からで、十年近く保護者として通われたそうです。たまたま新設の給食調理室に求人があることを知って応募されたのがきっかけで、「たから幼稚園

が大好き」とのお話でした。残食ポウルというものが各教室には配られて、食べきれなかったものが集められます。どのくらい残った

たのか重さを測って記録。入園したての子どもたちは食が細い場合が多いのですが、だんだんと残す量が減ってくるそうです。ある日、残食がゼロだった際「おいしかった♡」と子どもたちから空っぽの残食ポウルにメッセージカードが入っていて、とても嬉しかったと教えていただきました。

人気のメニューはお肉料理もさることながら意外にもお魚料理で、アイコーメデイカルの工夫（スチー



ム調理等）でしっかりとりしてとても美味しいとのこと。また、年中行事に応じたメニューも人気だそうです。

逆に苦手な子が多いパプリカやいんげん、なすなどは薄くカットする、下味をつける、よく茹でるなど、食材によっていかに食べやすくするか工夫しています。

毎月発行している季節に応じた「食育だより」もぜひご覧ください。幼稚園のInstagramで公開中です。

ご父母が確認できるよう、当日の給食を展示しています。



## お授戒の報告



昨年十一月十六日(日)、本堂に於いて授戒の法要が執り行われました。授戒とは、これまでの生活をかえりみて、お釈迦様から伝わる戒を受け、仏弟子の仲間入りをしていただくことを言います。戒を授ける側(戒師)からは授戒、戒を受ける側(戒弟)からは受、戒となります。戒は仏弟子が守るべきお釈迦様との約束とも言えるもので、以下の十六条からなり、これを菩薩戒とお呼びします。

三帰戒さんきがい… 帰依仏きえぶつ・ 帰依法きえほう・ 帰依僧きえそう

仏教徒としての根本となる戒で、仏法僧の三宝を深く敬うこと。

三聚淨戒さんじゆじやうかい

・ 摂律儀戒しやくりぎかい(悪いことはしない)

・ 摂善法戒しやくぜんぽうかい(善いことをする)

・撰衆生戒（全ての衆生を救う）

十重禁戒

・不殺生戒（殺さない）

・不偷盜戒（盗まない）

・不貪婬戒（犯さない）

・不妄語戒（うそ偽りを言わない）

・不酤酒戒（酒に溺れない）

・不說過戒（他人の過ちを言わない）

・不自讚毀他戒（自らを褒め、他人を悪く言わない）

・不慳法財戒（教えや財産を与えることを惜しまない）

・不瞋恚戒（怒らない）

・不謗三宝戒（仏法僧の三宝をそしらない）

途中、戒師より「此の戒、能く持つや否や」と戒弟へ向けて問いかけがあります。戒弟は「能く持つ」と述べてお誓いになるのです。誓いの言葉を聞き届けた戒師は生前戒名を授け、お釈迦様の弟子となつた証とも言える法脈（血脈）を授与されます。最後に輪袈裟を戒弟の肩に掛けると、新たな仏弟子が真の自覚を持って歩まれることを本尊様に祈念して、授戒の儀式は円成となります。

受戒をご希望の方は寺務所へお申し込みください。

成願寺境内「旧防空壕」見学会実施の報告

沖繩空手道剛柔流尚礼館 師範・事務局長 諸田博

私達は、成願寺様の施設をお借りし「沖繩空手道剛柔流尚礼館」を名乗る、会員約百四十名を擁する伝統空手の団体です。

このたび、成願寺様の境内に防空壕が維持・保存されているとお話を伺い、会員よりぜひ内部を見学させていただきたいとの要望が寄せられました。成願寺様にご相談申し上げたところ、快くご承諾を賜り、昨年十月に見学会を実施する運びとなりました。当日は、四十名が参加しましたが、その中で戦争を実際に経験された九十五歳の伊藤孝三郎尚礼館館長からは感想を伺い、親子で参加された清水父子、さらにポランドから来日していた十人の友人とともに参加された吉田オルガさんからは感想文をいただきましたので、以下にご報告いたします。



伊藤館長（左）とポーランドからの参加者（奥）

伊藤孝三郎先生の戦争と避難にまつわるお話

一九三〇年十二月生まれ、九十五歳の伊藤館長は、終戦の年である一九四五年三月三十一日、調布飛行場にて一泊二日で少年航空兵の採用試験を受けました。初日は腕立て伏せ、懸垂、駆け足などの適性検査が行われ、夕食にはカレーライスが出されたそうです。二日目は学科試験が実施され、合格発表後、実家のある日本橋へ戻りました。しかし、実家は高島屋裏で骨董屋を営んでいたものの、前日の空襲により一帯は焼け野原となり、家屋も消失してしまいました。その後、一家は東中野の別邸へ移り住みました。当時、東中野駅から早稲田通りにかけて、道路の両側には約五十メートルおきに、縦・横・高さ約二メートルほどの簡易的な防空壕が掘られていました。しかし、それらに避難していた人々は、防空壕の上を覆った激しい炎による酸素不足のため、全員が亡くなったといえます。伊藤館長の自宅では、庭に防空壕を掘り、さらに貴重品を保管するための穴も別に掘って備えていました。

清水伸太郎さん（四十二歳）

私は長年中野区に住んでおり、成願寺に防空壕が

あるという話は耳にしましたが、実際に中へ入るのは今回が初めてでした。想像以上に大きく、爆風の影響を抑えるため通路がジグザグに造られており、二十〜三十人は収容できる本格的な構造でした。東京山の手の大空襲の際には中野坂上周辺も焼け野原となりましたが、この防空壕に避難したことで命を救われた方もいたと伺いました。現在もウクライナでは戦争が続き、今この瞬間にも空襲の恐怖にさらされている家族がいる中で、妻や子どもと共に、今の平和のありがたさを改めて実感しました。

清水攻太郎さん（五歳）



清水攻太郎さん

空手の道場があるお寺に、とても大きな穴がありました。穴の名前は防空壕でした。中に入るとクネクネしていて、小さなお部屋があつて、ちよつとこわかったです。

ばくだんが空から落ちてきたり、火事になったときに隠れるところでした。ばくだんはこわいので、いやだと思いました。

吉田オルガさん（ポーランド出身）

このような歴史ある寺院の地下に残る防空壕を見学するという、非常に貴重な機会をいただき、誠にありがとうございました。戦争という悲しい背景のもとに造られた場所が、結果として大切な寺院と文化財を守る役割を果たしたことを知り、胸を打たれました。説明担当の方のお話も非常に興味深く、この分野に対する深い知識が伝わってきました。

現在では高層ビルに囲まれ、多くの通行人がその存在を知らないまま通り過ぎている場所に、このような特別な空間が残されていることは、本当に驚くべきことだと思います。

私たちポーランド人も、戦争や都市爆撃の歴史的経験を持っています。ワルシャワは第二次世界大戦中、ほぼ完全に破壊されました。東京はまた異なる規模と形で甚大な被害を受け、当時は木造建築が多く、地下室のない建物がほとんどでした。

この防空壕が現存し、当時の時代を今に伝える貴重な証として保存されていることは、非常に重要なことだと感じます。

同じく戦争の被害を経験した国の人間として、皆さまと共に防空壕を見学できたことは、忘れがたい

体験となりました。心より感謝申し上げます。

\* 沖縄空手の稽古を希望の方：沖縄空手道剛柔流尚礼館成願寺道場でお稽古をご希望の方は、是非見学にお越し下さい。

練習日：火・木・土曜（十七時～二十時三部制）

入会金：五千円

月謝：六千円～七千円（年齢による）

問合先：鈴木健太 ○八〇―七七一六―一〇〇五



詳細は公式ホームページをご参照ください。QRコードから道場のホームページがご覧になれます。

\* 旧防空壕の見学を希望の方：成願寺では二度と使用することがないことを念じ、「旧防空壕」と称してお護りしています。旧防空壕の見学は、電話（〇三―三三七―二二七―）での予約が必要です。見学可能な日時は、月・金・土・日曜日の午前九時～十一時三十分および午後一時～四時ですが、日程により、諸行事等の都合で見学をお断りしたり、ご案内までお待ちいただく場合がございます。

詳細は公式ホームページをご参照ください。

## 山内短信

### ◎石川県總持寺祖院へ復興支援金を納める

玄関設置の復興支援募金箱に、多くのみなさまより浄財をお納めいただきました。また、裏千家茶道教室『ひさごの会』（裏千家准教授巖宗鶴先生）では「茶チャ活」という活動を行い、その参加費を復興支援金としてご寄付くださっています。募金箱と『ひさごの会』からの支援金、合わせて一〇万九一八八円を、能登の總持寺祖院様へ送金させていただきました。『ひさごの会』のお稽古「茶チャ活」については、QRコードから同会ホームページをご参照ください。

茶道教室 ひさごの会より 「茶チャ活」 のご案内

(※の湯でチャリティ朝会)

お仕事の前・登校登園の前・朝のお散歩がたらちよと立ち寄り、薄茶一服いかがですか？



茶チャ活カレンダー2026

【時間帯】朝8:30～9:20(50分)  
ご来庵の順番にお干菓子とお抹茶をお召し上がりいただき、ご自由にご退室ください。

【会場】小徳庵(通称:南書院)  
ご住所:東京都中野区本町2-26-6  
曹洞禅多宝山成願寺 駐車場敷地内

【参加費(寄付金)】  
300円(小学生までは200円)  
収益金は、成願寺さんが行われている各被災地への支援義援金として、賛同させていただきます。

【事前お申し込み】不要  
●予約は不要ですが、急な事情で開催していないこともありますので入口に【ひさごの会】の看板が出ていたら開催中です。  
●前日までのご連絡をいただけますと、殊にありがたく存じます。  
●時間に限りがあるので、1日おむね5名様までとさせていただきます。  
【その他】  
●お持ち物・お作法の心得は必要ありません。  
●おひとりさま・親子さまも大歓迎です。親子のご来庵で、お抹茶がお抹茶を召し上げられない場合のお子様参加費は不要です。  
●開催の確認やご不明点はひさごの会「茶チャ活」主催者までお尋ね下さい。  
お問い合わせ先: 090-9964-6903 ひさごの会代表 巖(いわお) 宗鶴

### ◎中野区報に紹介される



中野区報217号(二月二十日発行)の特集「時の足跡をたどる本町周辺の歴史」に成願寺が紹介されました。

### ◎テレビ朝「スーパーJチャンネル」の取材を受ける



テレビ朝日の報道・情報番組「スーパーJチャンネル」(平日午後四時四十八分より放送)からアナウンサーの田原萌々さんと渡邊慎ダイレクターが来山。企画コーナー『街の中にあるフシギな光景』の取材で、住職の孫・小林堯成が旧防空壕をご案内しました。放送は

昨年十一月二十一日にされましたが、公式YouTube「ANNnewsCH」でご覧いただけます。