



# GOOD NEWS ときのこえ



「ありがとう」と  
「ごめんなさい」

石川  
里志

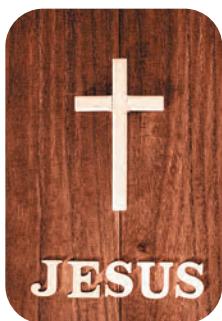
私の自宅には、いくつかの日めくりカレンダーがあります。一日一語、指針を与えてくれる言葉と向き合うことはとてもいいものであります。

その中の一つに「あなたを俾せにする魔法の言葉」というものがあります。それは「ありがとうございます」と「ごめんなさい」というものでした。

人とのコミュニケーションをとる上で挨拶は欠かせません。家庭でも職場でも「お早うございます」や「お疲れ様」は日常語です。でも、そこに親しみや相手を思いやる気持ちが込められていなければ、良い関係は保てません。人間関係がうまくいかないことほど私たちを苦しめるものはありますね。

「ありがとうございます」という言葉は、自分に良くしてくれた方に対して表す感謝の言葉です。一方、「ごめんなさい」は、迷惑をかけてしまつた方に申し訳ない気持ちを表す言葉です。しかし、恥ずかしかつたり、高慢でなが言えないのが私たちの感情ではないでしょうか。

「わたしは罪をあなたに示し咎を隠しませんでした。わたしは言いました『主にわたしの背きを告白しよう』と。そのとき、あなたはわたしの罪と過ちを赦してくださいました。」



「ごめんなさい」と言い表すことが必要です。神様は私たちの悔い改めを喜ばれます。そして、私たちが感謝をもって生きることを望んでおられます。

「いかに幸いなことでしよう  
背きを赦され、罪を覆つ  
ていただいた者は、  
いかに幸いなことでしょ  
う

主に咎を数えられず、心  
に欺きのない人は。」

(詩編32編1、2節)

幸いな人生は、自分の罪  
を言い表し、悔い改め、日々  
神様からいただく恵みに感  
謝をもつて生きることで得  
られます。

赦され、愛されることで  
私たちに真の平安が与えら  
れます。

私たちにはイエス様の十字  
架を忘れてはなりません。  
「ありがとうございます」  
そして「ごめんなさい」と、  
神様に自分の気持ちを心か  
ら言い表しましょう。



# どんな時も神様の声を 聞きながら

佐藤 瑞さん

(救世軍清灘小隊所屬)

日曜学校の頃

私が五歳くらいの頃、母が祖母の介護をしており、母に付いて祖母の家へ行くのが週末の過ごし方でした。祖母は元救世軍清瀬病院の看護師長でした。そのため、祖母が「聖別会（日曜礼拝）に行きたい」ということで、祖母と母と私と三人で清瀬小隊（教会にあたる）に行つたことが、救世軍との出会いでした。そのまま自然と毎週日曜学校に通うようになりました。母はクリスチヤンではありませんが、教育にいいからという理由で日曜学校に通わせていました、と最近になって聞きました。小学生の頃は聖書の学びより、日曜学校に来ていたお兄ちゃんお姉ちゃんたちと遊ぶことが楽しくて通っていました。それでも小学六年生になると、「日曜はお昼まで寝ていい。学校の友達と遊びたい」と思うようになります。どうやって日曜学校

新年度を迎える季節です。進路の選択や、どう生きるかは、青年のみならず多くの人が直面する課題です。いろいろな方法を通して、神様が繋ぎ止めていてくださったという佐藤さんの信仰の証言です。

を休むかを毎週のように考えていました。しかし母は、毎週日曜は絶対に八時に私を起こし、九時までに家を出るよう<sup>せ</sup>に急かしていました。そんな母の言動に、当時はとてもイライラしていました。何度も公園で時間をつぶして日曜学校に行つたことにして、家に帰つた日もありました。いわゆる反抗期です。それでもなぜか休み続けることはできず、

勉強もしたくない。というか何もしたくない、全部つまんない」と、何もかも嫌になってしまっていました。そんな中学一年の夏、私はウエストWEST.(旧ジャニーズに所属している関西出身の七人組アイドル)に出会いました。何歳も年上の彼らが全力でふざけて笑い合っている姿に惹かれました。それから学校が楽しくなり、日曜学校にも自分から積極的に通う

椅子体験をして車椅子を押している時に「あ、私将来この仕事をしてる！」と思いました。そしてその日の分かち合いの時間に、このことを皆の前で話しました。そのくらい強く確信したのです。でもこの時はまだこの強い確信が神様の声だとは気づいていませんでした。

で清瀬小隊（教会にあたる）に行つたことが、救世軍との出合いでした。そのまま自然と毎週日曜学校に通うようになりました。母はクリスチャンではありませんが、教育にいいからという理由で日曜学校に通わせていました。小学生の頃は聖書の学びより、日曜学校に来ていましたお兄ちゃんお姉ちゃんたちと遊ぶことが楽しくて通っていました。

卷之三

学校に通わせていただけかもしませんが、神様が母を使つて反抗期の私を神様から離れないようにしてくださつていて、私自身も無意識のうちに神様から離れない道を選んでいたのだと 思います。

小学生の時は神様のこと  
を漠然と捉えており、自分  
くださった

の中では小さなものでした。しかし中学生になり、人間関係が大きく変わりました。反抗期も続いていたため、日曜学校だけでなく「中学校にも行きたくない、勉強もしたくない。というか何もしたくない、全部つまらない」と、何もかも嫌になってしまっていました。そんな中学一年の夏、私はWEST.(旧ジャニーズに所属している関西出身の七人組アイドル)に出会いました。何歳も年上の彼らが全力でふざけて笑い合っている姿に惹かれました。それから学校が楽しくなり、日曜学校にも自分から積極的に通うようになりました。WEST.を推すようになつてからは、性格も今のように明るく前向きになりました。あの時WEST.に出会つてなければ今の私は絶対にいないと思います。



左:仲の良い友人と  
右:推しのコンサートで

い方法、人を使うこともあ  
る」というものでした。この  
説教を聞き、まさに神様は  
私に対して、WEST.を使つ  
て、神様から離れ、真っ当  
な道すら外れようとしてい  
たところを繋ぎ止めてくだ  
さったと気づきました。こ  
のことを機に私は救世軍兵  
士(信徒)になり、神様と共に  
人生を歩んでいきたいと  
思うようになりました。

そして心からクリスチャ  
ンとなつた時、車椅子を押  
していた時の「将来この仕  
事」を機に私は救世軍兵  
士(信徒)になり、神様と共に  
人生を歩んでいきたいと  
思うようになりました。

## 看護師として

学生の頃は看護師になる  
ことがゴールだったため、  
すんなりと進学先を決める  
ことができました。しか

事してます!」という強い確  
信は「将来この仕事をする  
んだよ」という神様の声だ  
と気づきました。そのまま  
ブレることなく看護師を目指  
して高校、大学と進学し、  
現在看護師として働いてい  
ます。

し、就職先となると、都内  
だけでも病院がたくさんあ  
り、決めかねていました。で  
きればキリスト教の病院が  
いいなと思い、調べてもビ  
ビっとくる病院はありません  
でした。反抗期は大学を  
卒業するまで続いていたた  
め、実家から出ることだけ  
は決めており、社宅のある、  
実家からは通いにくい距離  
の病院に絞って探しました。  
実習先や求人サイトで出て  
きた所など病院見学にもい  
くつか参加しました。それ  
でも高校、大学を選んだ時  
のようビビッとくる病院  
はありませんでした。そこ  
で神様に「私に計画して  
る病院があるならここ!」つ  
て大きな声で言つてください  
い」とお祈りしました。

そんな中、大学の先生  
に何気なく「私に合いそ  
うな病院ないですかね」と  
聞いて名前が上がつたの  
が、現在働いている東京衛  
生アドベンチスト病院でし  
た。この病院、実は高校生  
の時に東京都の一日看護体  
験で行った病院でした。高  
校生の頃は、産科が有名な  
病院という好奇心だけで選  
んでいたため、全く記憶に  
残つておらず、先生に紹介  
されてやつと思いつきました

た。病院の理念が「心と身  
体の癒しのためにキリスト  
の心でひとりひとりに仕え  
ます」で、私の座右の銘に  
指して高校、大学と進学し、  
現在看護師として働いてい  
ます。

学生の頃は看護師になる  
ことがゴールだったため、  
すんなりと進学先を決める  
ことができました。しか

ついて私は「この病院だ  
よ!」と大きな声で教えて  
くださいました。

それまでは、進学しても  
知り合いが数人おり、人間  
関係に困った経験がありま  
せんでした。けれども、この  
病院には知り合いが一人も  
いません。そういう所へ行  
くのは初めてで不安でいっ  
ぱいでした。しかし、神様  
は必要なものは備えてくだ  
さる方です。

まず就職前の社宅の内見  
の日に一人の同期と出会わ  
せてくれました。その子も  
クリスチャンで、なんと誕  
生日も全く同じ。私たち以  
外の同期は付属の大学から  
来る人たちのみで、知り合  
いがないという境遇も同  
じ。さらに隣の部屋という

ことがあります。しか  
し私はそう思つたことが一  
度もなく、純粹に「え、神  
様はずっと私と一緒にいる  
じゃん」と疑うことなく生  
きてきました。それだけ今  
までの人生が恵まれていた  
ことがあります。でもそれだけでは説  
明がつかないほどに、どん  
な時も神様は一緒にいてく  
ださるという確信をもつて  
います。

しかしこの確信に甘えて、  
職場でちょっとした冗談が  
言えるほど打ち解け、受け  
入れていただいています。

日々、神様の「ここだ  
よ!」という声が本当に  
たと実感しながら、看護を  
していきます。

## これからも神様と一緒に

この会話の時間を十分にも  
たずには生活してしまうこと  
もあります。さらに看護師  
は日曜日も仕事があるため、  
聖書を読まなかつたりお祈  
りをしなかつたりと、神様  
との会話の時間が甘えて、  
聖書を読まなかつたりお祈  
りをしなかつたりと、神様  
との距離ができてしまつて  
いる感じです。

人生も、神様と共に歩んで  
いきたいと強く思つていま  
す。そのため、つい神様  
に甘えすぎてしまう私です  
が、もつと神様との会話の  
時間を増やしていきたいと  
思つていています。

今回『ときのこえ』の証  
言の依頼を受け、神様と共に  
歩んできた二十三年間を  
振り返ることができました。  
私は神様から与えられた賜  
物として芯の強さがあると  
考へています。誰しも一度  
は「神様なんて本当にいる  
の?」と疑つてしまつたこ

## 世界をみつめて

## 〈ウクライナ〉侵攻から3年

2022年2月にロシアによるウクライナへの大規模な侵攻が始まり、3年が経過しました。ウクライナでは690万人以上の人々が難民として国外に逃れ、国内では約370万人が故郷を離れて避難をし、1,200万人以上が人道支援を必要としていると推定されています(2025年2月時点)。戦闘の長期化により、人々にはうつ病、PTSD(心的外傷後ストレス障害)、パニック発作、不眠症、自尊心の低下、以前は楽しかった活動に喜びを見いだせないこと、将来への不安や恐怖など、深刻なメンタルヘルスの問題が生じています。ウクライナの救世軍は、人々の精神的、身体的、社会的な健康をサポートするための活動を続けています。

ドニプロの小隊(教会にあたる)では、女性のためのプログラムを実施しています。聖書の学びや、料理、アートセラピーやスポーツなどを通じて穏やかな時間をもち、また、参加者が互いの経験を語り合い、ス

トレスに対処する機会となっています。これらのプログラムは人とのつながりを生み、孤立を防ぎます。また、子どもたちが安全に過ごすことのできる放課後クラブやスカウト活動、音楽クラスなどもウクライナ各地で実施しています。

2月24日には世界の救世軍のリーダーであるリンドン・バッキンガム大将が、戦禍の中にある人々の平安を祈り、各国の指導者たちへ平和の実現を呼びかける談話を述べました。



## イースター(復活祭)とは

今年のイースターは4月20日(日)です



十字架にかかる死なれた主イエスが、三日目に復活された—このことを祝い、記念するのがイースター(復活祭)です。聖書は、神の独り子である主イエス・キリストが、何の罪も犯されなかったにもかかわらず、人間のすべての罪を背負い、身代わりとなって十字架にかかるたこと、墓に葬られたこと、しかし、三日目に復活されたこと、弟子たちの前に姿を現され、十字架に釘付けられた傷痕の残る手を広げ、見ないで信じる者は幸いであると言われたことを伝えています。

「神は、その独り子をお与えになったほどに、世を愛された。独り子を信じる者が一人も滅びないで、永遠の命を得るためである。」(聖書 ヨハネによる福音書3章16節)

キリストは罪と死に打ち勝ち、復活されました。それは、人間に対する神の深い愛によってなされた、救いの御業です。キリストを救い主と信じる者は、罪赦され、神の子とされて生きる、永遠の命を受けるのです。

最近ではこの季節になると日本でも、テーマパークなどイベントが開催されたり、卵やウサギのデコレーションが飾られ、春の訪れとも相まって、明るい喜びの雰囲気を感じます。そのイースターの喜びの中心は、「キリストは復活された!」という知らせなのです。

イースターは「春分の日の後の、最初の満月の直後の日曜日」で、毎年日付が変わる移動祝日です。今年のイースターは4月20日(日)です。



## 救世軍公報 ときのこえ

発行日 福音版/毎月1日、広報版/奇数月15日  
定価 福音版/1部40円、広報版/1部100円  
(税込) クリスマス特集号(12月1日号)/1部100円

振替 00180-5-4400

発行兼 救世軍

印刷人 代表者 スティーブン・モーリス

編集人 山谷 真

発行所 救世軍本営 <https://www.salvationarmy.or.jp>

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町2-17

電話 03-3237-0881(代表)

Mail [jpn.editorial@jpn.salvationarmy.org](mailto:jpn.editorial@jpn.salvationarmy.org)

印刷所 ピーアンドエス



聖書は新共同訳を使用しています © 共同訳聖書実行委員会 © 日本聖書協会 救世軍は、旧統一協会、エホバの証人、モルモン教ではありません。これらの問題でお悩みの方は、下記救世軍にご相談ください。

## 【取り扱い支部】

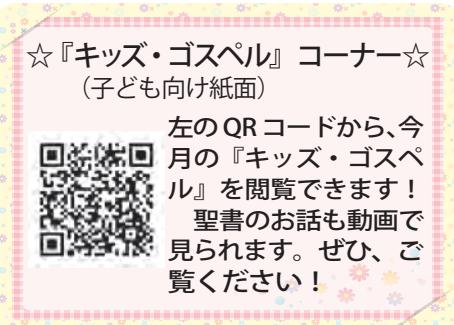
救世軍への連絡をご希望の方は、以下の項目及び住所氏名をご記入の上、救世軍本営(左記)、もしくは、上記救世軍にご連絡ください。

- ・私の近くの救世軍を紹介してください。
- ・キリスト教についてもっと知りたいです。
- ・『ときのこえ』の購読を申し込みます。
- ・相談を希望します。

## 救世軍とは?



救世軍は、世界134の国で活動するプロテスタントのキリスト教会で、国際本部は英国ロンドンにあります。1865年、英国のメソジスト教会の牧師ウイリアム・ブースと妻カサリンによって始められ、東ロンドンのスラム街で困難な生活状況にある人々に助けの手を伸べつつ、神様の愛を伝えてきました。日本では、1895(明治28)年に英国から士官(伝道者)が派遣されて活動が始まりました。今年で130周年を迎えます。各地で小隊(教会にあたる)、病院、社会福祉施設(児童養護、高齢者支援、女性自立支援、アルコール依存症者回復支援)などを通して、神と人とを愛し仕える働きを進めています。

☆『キッズ・ゴスペル』コーナー☆  
(子ども向け紙面)

左のQRコードから、今月の『キッズ・ゴスペル』を閲覧できます!  
聖書のお話も動画で見られます。ぜひ、ご覧ください!