



# こひつじレター No.33

## Kohitsuji Letter

発行  
印刷  
連絡  
発行日

TNG 幼児部門  
〒162-0842  
東京都新宿区市谷砂土原町1-1  
日本福音ルーテル教会宣教室  
2020年10月

### 🍌 10 がつ 🍌

マタイによる福音書 22:15-22

**皇帝のものは皇帝に、  
神のものは神に返しなさい。**

By あきひさ じゅん (小鹿・清水・沼津)

お金があると、いろいろなものが買えますね。お金は、強い力を持っています。だけど、お金があれば何をしてもいいわけではありません。危ないのは「お金を持っていれば神様になれる」と勘違いすることです。イエス様も、生きていくために、お金が大事なことはご存知でした。だけど、お金の力と、神様の力をごっちゃにしようとする人にはこう言いました。「皇帝のものは皇帝に、神のものは神に返しなさい」と。お金を造ってる偉い人に従うことはあっても、お金の力は、この世界を造った神様の力とは別なんだよ。

### 🍌 11 がつ 🍌

マタイによる福音書 25:14-30

**忠実な良い僕だ。**

By たての やすひろ (広島)

台所から声がします。「僕、フライパン。焼くのが上手だよ」「私は包丁。よく切れるよ」。みんな自分のお仕事に一生懸命です。あれ～怒っているのはヤカンくん。「お湯沸かすだけでつまらない。もうやめた」。みんな自分のお仕事をキチンとやっています。ヤカンくんはそれでいいのかな。イエス様は「お前は少しのものに忠実であったから」と言われました。私たちの仕事は小さなものでも、神様からいただいたお仕事です。神様は私たちを選んで任せてくださいます。「ごく小さな事」にもしっかり神様の働きをしましょうね。

### ★ 12 がつ ★

ルカによる福音書 1:26-38

**お言葉どおり、この身に成りますように。**

By こいずみ もとい (函館)

ある日天使がやってきてマリアさんに「あなたはイエスさまのお母さんになりますよ」と伝えました。マリアさんはびっくりして「わたしは結婚もしていないし、それはムリです」と伝えました。けれども神さまは何でも出来る方です。「出来ません。ムリです。イヤです。ダメです」とわたしたちが応えると、神さまは「出来るようになるよ。ムリじゃなくなるよ。これから好きになるよ。あなたは素敵だよ」と伝えてくれます。神さまはわたしたちをよい人に変えてくださいます。マリアさんは、「神さまの言うとおりにになりますように」とお返事しました。

1月~3月のおはなしはうらがわにあるよ!



## えほんのせかい



『あかちゃんは かみさまのこども』



ヘザー・ヘニング 文  
アリソン・アトキンス 絵  
サンパウロ 発行

世界ではじめのクリスマスのおはなしです。  
ページをめくるごとに かくしとびらが  
あり、何がかくれているか楽しみながら読むことができます。  
嬉しいイエス様のお誕生を感じられる絵本です。



ヨハネによる福音書 1:43-51  
**あなたは神の子です。  
 あなたはイスラエルの王です。**  
 By いたう よしひこ (栄光)

皆さんはビックリしたり感動した時、それを誰かに伝えたいと思います。「どんどこんどこ(子賛 106番)」という賛美歌のように、イエス様に出会ったフィリポはその喜びを、友だちのナタナエルに伝えました。でも口でうまくその感動を伝えることは出来ません。だから一緒に会いに行ったのです。イエス様はまだ会ったことのないナタナエルを既にご存じでした。このようにイエス様は私たちのことも良く知っていて下さいます。このイエス様のもとに私たちの大切な友だちを連れて行く時、私たちはもうイエス様の弟子の一人とされているのです。



マルコによる福音書 1:9-15  
**時は満ち、神の国は近づいた。  
 悔い改めて福音を信じなさい。**  
 By あさひな はるお (飯田)

だれかから「やりなおせ」って言われたことあるかな。一生懸命やったのに字の間違いや計算ミスにあれこれ言われたら、むかつとするし、やる気もなくなるね。でもそこをやり直すと、これからは気持ちが楽になる。イエス様の「くい改めよ」も同じなんだ。このみ言葉は「まじめにやりなさい」って意味じゃなくて、神様が「ついておいで」と招いてくれている言葉です。あの人がないから自分もない、では何も変わらない。イエス様を知れば知るほど、生き方が変わる。ミスを認めてやり直し、誠実に生きる人を神様は喜んで迎えてくれるのです。



ヨハネによる福音書 12:20-33  
**一粒の麦は、地に落ちて死ななければ、  
 一粒のままである。だが、死ねば多くの  
 実を結ぶ。**  
 By こかつ なほこ (聖パウロ)

イエスさまは十字架の上で、一粒の麦のように地に落ち死んでしまわれましたが、三日後によみがえりました。よみがえるとお弟子さんたちの前にあらわれて、復活の命をお示しになりました。そして、ペトロさんたちのすべての罪をお赦しになりました。多くの実とは、イエスさまが今も生きていることを知って、イエスさまと結ばれ、イエスさまを信じる人びとが新しく生まれて、神の子たちになることだったのですね。イエスさまは一粒の麦のように死ななければならぬと言われましたが、それは、悲しみを乗り越えたイエスさまの愛の告白でした。

イエスさまのおはなしをよみかえてみよう! →



監修: 栄養士 永野智子

## 弱ったからだの救世主《ボーンブロス》!

私たちが口から食べたものは、胃腸を通して吸収され、体を作り、動かす材料となります。栄養を主に吸収する場所は小腸。その小腸が弱っていると、栄養をうまく吸収できなったり、反対に小腸が傷ついていると、吸収しては困るものまで体に取り込んでしまうこともあり、様々な体の不調につながってしまいます。

腸の状態を回復させるのに数年前から見直されているのが、「ボーンブロス」。牛・豚・鶏などのお肉や魚の骨とる「だし」です。ボーンブロス、たんぱく質が細かく分解され消化しやすい形で入っているため、胃腸に負担がかからず、腸の粘膜を修復してくれます。また、カルシウムやマグネシウムなどのミネラル、コラーゲンも含まれている、まさに天然のサプリメント。今回は2種類のボーンブロスをご紹介します。

「鶏手羽のボーンブロス」: 鶏の手羽先や手羽元、あれば香りのいい野菜の切れ端(人参、セロリ、パセリなど)を鍋に入れ、アクを取ながら2時間ほど弱めの火で煮込む。スープをザルで濾す。  
 → 野菜と塩味を足してスープにしたり、春雨を加えたり、カレーやシチューの水代わりに……  
 いろんな楽しみ方があります。



「魚のボーンブロス」 魚のアラ、又は塩焼きして食べ終わった骨と水、好みで生姜やねぎを加え、アクをとりながら15~20分ほどグツグツ煮る。→ お味噌汁のだしとして使ったり、塩と醤油で味付けして、にゅう麺やうどんに。炊いたご飯を入れて溶き卵をまわし入れると、おいしい雑炊の出来上がり!

