

東日本大震災 10周年記念の祈り

午後2時46分の黙想

—同じ時 想いを一つに 皆で祈りを—



—すべての逝去者、困難のうちにある方々を覚えて—

2021年3月11日（木）午後2時15分

礼拝の開始時間（午後 2 時 15 分）は目安です。礼拝が始まってから福音書朗読が終わるまでは約 10 分程度です。説教または勧話を 15 分程度としますと、午後 2 時 46 分まで約 5 分程度の黙想時間となります。

それぞれの状況に応じて、時間を調整し、この式文の全体、あるいは一部を用いて、祈りの時を共にしていただければ幸いです。

ひがしにほんだいいしんさい しゅうねん きねん いの
東日本大震災 10周年記念の祈り

この祈りは午後 2 時 15 分から用いてもよい。
司式者は沈黙のうちに入堂する。

つど
ともに集う

一同立つ。

司式者 ちち かみ しゅ ちち かみ しゅ ちち かみ しゅ
父なる神と主イエス・キリストからのめぐみと平和が、皆さんとともに
会衆 また、あなたとともに

く あらた いの
悔い改めの祈り

司式者 かみ ひと ご あた よ あい
神はその独り子をお与えになったほどに、世を愛していただきました。
この神の愛に応えるため、みづか かえり つみ ゆる いの
みづか かえり つみ ゆる いの
みづか かえり つみ ゆる いの
ここで一同ひざまずく。しばらく自らを省みた後、一同で唱える。

一同 あわ ぶか かみ
憐れみ深い神よ、わたしたちは、してはならないことをし、しなければな
らないことをせず、おも ことば おこな とな びと たい
おも ことば おこな とな びと たい
おも ことば おこな とな びと たい
して多くの罪を犯しています。どうか罪深いわたしたちをお赦してください。
あたらし いのち あゆ ところ したが さか あらわ
あたらし いのち あゆ ところ したが さか あらわ
あたらし いのち あゆ ところ したが さか あらわ
すく ぬし ねが
すく ぬし ねが
すく ぬし ねが
新しい命に歩み、み心に従い、み栄えを現すことができますように、
救い主イエス・キリストによってお願いいたします アーメン

聖歌 第 481 番

1 この世の なみかぜさわぎ いざな
2 ひとつの のぞみにい く る はらか

いしげきときも かなしみ なげきのあ
らともにつどい たがいに つかえむつ

らしむねにす さぶときにも
めば一世になき やすき満ちて

みまえにつどいいのれば なやみさり
あめなるよろこびあふる うるわしか

※変ニ長調で歌う場合には481の譜を用いることができる
※481番の指示に従い、292の譜を用いた

Konoyo no namikaze sawagi
Francis Itaro Matsudaira (1906-1987)

LONDONDERRY AIR
Irish traditional
arr. John L. Bell (1949-)

うきはき ゆ — いざとも にたたえう た—わん
 みのむれ よ —

めぐみ ふかき主の—み—名 名 —
 1 2

1 この世の波風さわぎ
 かな なげ あらし
 悲しみ嘆きの嵐
 まえ つど いの
 み前に集い祈れば

いざない しげきときも
 むね
 胸に すさぶときにも
 なや さ 憂き き
 悩み去り うきは消ゆ

(おりかえし)

いざともに たたえ歌わん

めぐみ ふかき しゅ な
 恵み深き 主のみ名

2 ひとつの望みに生くる
 たが つか 睦
 互いに仕え むつめば
 あめ よろこ
 天なる喜びあふる

兄弟姉妹 とも つど
 はらから 共に集い
 よ み
 世になき やすき満ちて
 うるわし かみ む
 神の群れよ

とく とう
特 禱

司式者 主は皆さんとともに

会衆 また、あなたとともに

司式者 祈りましょう

天地の創り主である主よ、今わたしたちは東日本大震災の発生から満10年の日
を迎え、共に祈るためにここに集いました。東日本大震災の地震と津波によって、
そして東京電力福島第一原子力発電所事故によって大きな苦難を受けた人々
のために祈ります。またその日から今日に至るまで、新型コロナウイルス感染
症をはじめ、幾多の災害が日本国内において、また世界の各地で起こりました。
その中で犠牲となった人々、また今なお困難な生活が続いている人々のことも思
い、祈ります。どうぞあなたの慰めと励ましのみ力がそれら多くの人々の上に
ありますように。多くの災害とともに、争い、憎しみの絶えることのないこの世界
にあって、わたしたちがあなたの創造の美しさを回復させるため、小さな器とし
て用いられますよう、力と導きをお与えください。苦しみ、悩む人々と共に歩ま
れる主イエス・キリストによってお願いいたします。アーメン

ともに聞く

司式者 聖書のみ言葉を聞きましょう

会衆は着席する。

だい ろうどく
第1朗読

朗読者 第1の朗読は、申命記第30章15節から

15 見よ、私は今日、あなたの前に命と幸い、死と災いを置く。16 私が
今日あなたに命じているとおり、あなたの神、主を愛し、その道を歩み、そ
の戒めと掟と法を守りなさい。そうすればあなたは生きて、その数は増え
る。あなたの神、主は、あなたが入って所有する地であなただけを祝福される。

17 しかし、もしあなたが心^{こころ}が^が変わり^がして^き聞き^{したが}従^{まど}わず、惑^たわされ、他の神々に
ひれ伏^ふし、仕^{つか}えるならば、18 私^{わたし}は今日^{きょう}、あなたがたに^{せんげん}宣言^{せん}する。あなたが
たは必^{かなら}ず滅^{ほろ}びる。ヨルダン川^{がわ}を渡^{わた}り、入^{はい}って行^いって所^{しやう}有^とする土^ち地^{なが}で長^いく生^い
ることはできない。19 私^{わたし}は今日^{きょう}、天^{てん}と地^ちをあなたがたに^{たい}対^{しょう}する証^{しょう}人^{にん}として呼^よ
び出^だし、命^{いのち}と死^し、祝^{しゅ}福^{ふく}と呪^{のろ}いをあなたの前^{まえ}に置^おく。あなたは命^{いのち}を選^{えら}びなさい。
そうすれば、あなたもあなたの子孫^{しそん}も生^いきる。20 あなたの神^{かみ}、主^{しゅ}を愛^{あい}し、そ
の声^{こえ}を聞^きいて、主^{しゅ}に付^つき従^{したが}いなさい。主^{しゅ}こそあなたの命^{いのち}であり、主^{しゅ}があな
たの父^ふ祖^そアブラハム、イサク、ヤコブに与^{あた}えらると誓^{ちか}われた土^と地^ちでああなたは長^{なが}
く生^いきる事ができる。

(申 30:15-20)

朗読者 第1の朗読を終わります

詩 編 第16編 1 - 11節

- 1 神よ、わたしを守^{まも}ってください || わたしはみもとに逃^{のが}れます
- 2 主に向^むかってわたしは叫^{さけ}ぶ、「あなたはわたしの主 || あなたのほかに幸^{しあわ}せ
はない」
- 3 地にある聖^{せい}徒^とたちに || わたしの大^{おお}きな喜^{よろこ}びがある
- 4 ほかの神々のもとに走^{はし}る者^{もの}は苦^{くる}しみを増^ます || わたしは血^ちの祭^{まつ}りを献^{ささ}げず、
その名^なを口^{くち}にする事はない
- 5 主よ、あなたはわたしの受^うける譲^{ゆず}り、わたしの受^うける杯^{さかずき} || わたしの行^{ゆく}方^え
を決^きめる方^{かた}
- 6 測^{はか}り縄^{なわ}はわたしのために良^よい所^{ところ}に落^{おと}された || わたしの受^うけたものはすば
らしい
- 7 わたしに勧^{すす}めを与^{あた}えてくださった主^{しゅ}をたたえよう || 夜^{よる}わたしは深^{ふか}く悟^{さと}る
- 8 わたしは絶^たえず主^{しゅ}を思^{おも}う || 神^{かみ}はわたしの右^{みぎ}におられ、わたしは揺^ゆるがない
- 9 心^{こころ}は喜^{よろこ}びに満^みち溢^{あふ}れ || 体^{からだ}は安^{やす}らかに憩^{いこ}う

- 10 ^{かみ}神よ、あなたはわたしを^し死の^{くに}国に見^み捨てられず || あなたを^{うやま}敬う^{ひと}人が^{くち}朽ち
は
果てるのを^{のぞ}望まれない
- 11 あなたは^{いのち}命の^{みち}道を^{しめ}示してくださる || ^{まえ}み前には^{あふ}溢れる^{よろこ}喜び、^{えい}みもとには^{えい}永
^{えん}遠の^{たの}楽しみがある

^{ふく}福 ^{いん}音 ^{しょ}書

朗読者 マタイによる福音書 第11章 25節から

1 その^{とき}時、イエスは^いこう^い言われた。「^{てん}天地の^{しゆ}主である^{ちち}父よ、あなたを^{ほめ}ほめ
た^たえ^ます。これらの^{ちえ}ことを^{もの}知^{かしこ}恵ある^{もの}者や^{もの}賢^{かく}い^{おさなご}者に^{しめ}隠して、^お幼子^{しめ}たちにお^{しめ}示
し^しになりました。2 ^{ちち}そうです、^{ちち}父よ、これは^{みこころ}御心に^{かな}適う^{こと}ことでした。3 「^すす
べての^{ちち}ことは、^{わたし}父から^{まか}私に^{ちち}任せられています。父の^こほかに^し子を知る^{もの}ものはな
く、^こ子と、^こ子が^{しめ}示^{おも}そうと思^{もの}う^{ちち}者のほかに、^{ちち}父を知る^し者は^{もの}いません。4 ^{おも}すべて^{おも}重
荷^おを負^おって^{くろう}苦労^おしている^{わたし}ものは、^{わたし}私のもとに^き来^きなさい。あなた^{やす}が^{やす}たを^{やす}休ませ
て^ああげよう。5 ^{わたし}私は^{にゅうわ}柔和^{こころ}で^{こころ}心の^{へり}へり^{くだ}くだ^{もの}った^{わたし}者^{くびき}だから、^{わたし}私の^お軛^{わたし}を負^おい、^{わたし}私
に^{まな}学^{まな}び^ななさい^えそう^えすれば、^{たましい}あなたが^{やす}たの^え魂^えに^え安^えら^えぎ^えが^え得^えられる。6 ^{わたし}私の^{くびき}軛^{くびき}
は^お負^おい^おやすく、^{わたし}私の^に荷^{かる}は^{かる}軽^{かる}いからである。」

(マタイ 11:25-30)

朗読者 マタイによる福音書を終わります

* ^{かん}勧 ^わ話^{せつきょう}または^{せつきょう}説教

勧話または説教をする。

* ^{ちん}沈 ^{もく}黙

午後2時46分まで沈黙のうちに待つ。

* ^だ打 ^{しょう}鐘

午後2時46分に鐘を鳴らす。

一同、鐘とともに立ち、1分間、黙祷の時を持つ。

黙祷後、次の唱和を用いる。

司式者 ^{ひがしにほんだいしんさい}東日本大震災によるすべての^{ぎせいしゃ}犠牲者を^{おぼ}覚えます

主よ ^{えいえん}永遠の^{へいあん}平安をこの^{ひとびと}人々に^{あた}与え

会衆 ^た絶えざる^{ひかり}み光を^てもって照らしてください

使徒信経

一同立ち、歌いまたは唱える。

わたしは、^{てんち}天地の^{つくぬし}造り主、^{ぜんのう}全能の^{ちち}父である^{かみしん}神を信じます。

また、その^{ひと}独り子、わたしたちの^{しゅ}主イエス・^{しん}キリストを信じます。主は^{せいれい}聖霊によ

って^{やど}宿り、おとめ^うマリヤから生まれ、^うポンテオ・^{くろ}ピラトのもとで^う苦しみを^う受け、

^{じゅうじか}十字架につけられ、^し死んで^{ほうむ}葬られ、^{くだ}よみに降り、^{みつかめ}三日目に^{しにん}死人のうちから^{よみ}よみ

がえり、^{てん}天に^{のぼ}昇られました。そして^{ぜんのう}全能の^{ちち}父である^{かみ}神の^{みぎ}右に^ざ座しておられます。

そこから^{しゅ}主は^い生きている^{ひと}人と^し死んだ^{ひと}人とを^{さば}審くために^こ来られます。

また、^{せいれい}聖霊を信じます。^{せい}聖なる^{こうかい}公会、^{せいと}聖徒の^{まじ}交わり、^{つみ}罪の^{ゆる}赦し、^{からだ}体の^{よみ}よみがえ

り、^{えいえん}永遠の^{いのち}命を信じます アーメン

平和の挨拶

司式者 ^{へいわ}キリストはわたしたちの平和です

会衆 わたしたちは^{しゅ}主のみ^な名によって^{であ}出会い、^{しゅ}主の^{へいわ}平和を^わ分かち^あ合います

司式者 ^{へいわ}平和の^{あいさつ}挨拶を^か交わしましょう

ここで、互いに「主の平和」と唱えて挨拶を交わす。

ささげもの

ここで次の言葉を用いてもよい。あるいは他のふさわしい言葉が聖句を用いてもよい。

司式者 ^{しゅ} ^{すく} 主の救いの ^{わざ} ^{かんしゃ} み業に感謝し、 ^{さん} ^び ^{ささ} ともに賛美を ^{ささ} 献げましょう

信施はここで集める。その間に聖歌を用いてもよい。

信施を献げるときは、以下の言葉を歌いまたは唱えてもよい。

司式者 ^{しゅ} ^{たまもの} すべてのものは主の賜物

一同 ^{しゅ} ^う わたしたちは主から ^{しゅ} ^{ささ} 受けて主に ^{ささ} 献げたのです アーメン

とも^{いの}に祈る

司式者は次のように言う。会衆の代表者が言ってもよい。

司式者 すくぬし 救い主イエス・キリストのみ言葉とみ業^{ことば わざ たよ}に頼り、全公会のため、また世^{ぜんこうかい}界^せのために、ことに東日本大震災^{ひがしにほんだいいしんさい}を覚えて祈り^{おぼ}ましょう

司式者 いつく ぶか かみ なくさ しゅ いま 慈しみ深い神、慰^{なぐさ}めの主よ、今、わたしたちは10年^{ねん}を経た東日本大震災^{ひがしにほんだいいしんさい}を覚えて祈ります。どうか、被災地^{ひさいち}にある人、避難生活^{ひなんせいかつ}を強い^しられている人、特に日本社会^{にほんしゃかい}の中で生きる^なことの困難^{こんなん}に苦しむ^{くる}人、将来^{しやうらい}の希望^{きぼう}を見い出せない人（ことに ）を支^{ささ}えてください

会衆 しゅ 主よ、お聞き^きください

司式者 げん しりょくはつでんしよじ こ 原子力発電所事故により、失^{うしな}われた自然^{しぜん}と人々の生活^{ひとびと}を覚え^{せいかつ}ます。故郷^{おぼ}を離れて生活^{ふる}する人、危険な作業^{きげん さぎょう}に従事^{じゅうじ}する人とその家族^{ひと}をお守^{かぞく}りください。そして政治^{せいじ}と社会^{しゃかい}に責任^{せきにん}を持つ人々に正しい道^もを歩^{ひとびと}ませてください

会衆 しゅ 主よ、お聞き^きください

司式者 わたしたちもまた、これらの苦難^{くなん}をつねに覚^{おぼ}えることができますように。日本聖公会^{にっぽんせいこうかい}の被災者支援^{ひさいしやしえん}の働^{はたら}きを強^{つよ}めてください。そしてわたしたちも思い^{おも}と力^{ちから}を合^あわせて、共に歩^{とも}み続^{あゆ}けることができるように導^{みちび}いてください

会衆 しゅ 主よ、お聞き^きください

司式者 いのちの^{みなもと}源^{しゅ}である主よ、東日本大震災^{ひがしにほんだいいしんさい}のすべての犠牲者^{ぎせいしや}、そして世界^{せかい}各地^{かくち}の災害^{さいがい}と争^あいの中で生命^{いのち}を失^{うしな}った人々^{ひとびと}を、あなたのみ腕^{うで}の中に抱^{なか}き、永遠^{えいえん}の安らぎ^{やす}を与^{あた}えてくださいますように

会衆 しゅ 主よ、これらの祈^{いの}りを主イエス・キリストのみ名^なによってお願^{ねが}いいたします。アーメン

しゅ いの 主の祈り

一同ひざまずく。

司式者 しゅ あわ あた
主よ、憐れみをお与えください

会衆 キリストよ、あわ あた
憐れみをお与えください

司式者 しゅ あわ あた
主よ、憐れみをお与えください

次に一同、主の祈りを歌いまたは唱える。

てん ちち
天におられるわたしたちの父よ、

な せい
み名が聖とされますように。

くに き
み国が来ますように。

てん おこな ち おこな
みこころが天に行われるとおり地にも行われますように。

ひ かにて きょう あた
わたしたちの日ごとの糧を今日もお与えください。

つみ ひと
わたしたちの罪をおゆるしてください。わたしたちも人をゆるします。

ゆうわく
わたしたちを誘惑におちいらせず、

あく すく
悪からお救いください。

くに ちから えいこう えいえん
国と力と栄光は、永遠にあなたのものです アーメン

かん しゃ 感謝

司式者 いの
ともに祈りましょう

みなもと かみ とお はな こ
すべてのものの源である神よ、あなたは遠く離れていたわたしたちを、み子と
であ しゅ いえ まね
の出会いをとおして主の家に招いてくださいました。このあなたの愛に感謝し、

な ことば めぐ へいわ
み名をほめたたえます。あなたからいただいたみ言葉と恵みと平和を、わたした
ちがすべてのひと わか あ
ちがすべての人びとと分か合うことができますように。そして聖霊の導きにより、

ひかり せかい て はたら あずか
あなたの光でこの世界を照らす働きに与らせてください。またあなたがわたした
ちに与えてくださった希望をか とも
望を変わることなく保たせ、すべてのものがみ名をほ

めたたえることができますように、主イエス・キリストによってお願いいたします
す アーメン

主 と と も に 行 く

終わりに司式者は次のように言う。

司式者 限りない愛と恵みの神が、世にある人と世を去った人との全公会を、み子
イエス・キリストによる復活とみ国の喜びに導いてくださいますように
会衆 アーメン

派遣の唱和

一同立って、次の唱和を用いる。

司式者 神と人にとに仕えるために行きましょう
会衆 主のみ名によって アーメン

ここで聖歌を用いてもよい。

聖歌 第476番

1 くら や み ゆ く と き に は 主 イ エ ス が し め さ れ た
 2 す く い の な い く る し み に ゆ く 手 を ふ さ ぐ と も
 3 か な し み は よ ろ こ び に あ ら そ い に へ い わ を

か が や く ほ し を も と め ひ か り に か お む け よ う
 主 の み 手 に さ さ え ら れ ひ か り も と め あ ゆ も う
 死 の な か に は い の ち を さ あ ひ か り を と も そ う

(おりかえし)

ひ か り は や み を て ら し ひ る は よ ろ を つ つ む

と り ま く か げ を め ぐ い て ひ か り を あ お ぎ み よ う

10 9 10 9 with refrain



この式文は、日本聖公会祈祷書別冊諸式『み言葉の礼拝』、
『日本聖公会聖歌集』(2006年)、『聖書 日本聖書協会共
同訳』(2018年)から抜粋したもので、日本聖公会東北
教区主教 主教 ヨハネ 吉田雅人が、救主降生2021年3
月11日の東日本大震災10周年記念の祈りでの使用を
許可したものである。

なお、聖歌481番については、楽譜内の指示に基づき、
292番の譜を用いた。