

仏・法・僧の三宝に見る
現代を生きる知恵

生き方を学ぶ仏教入門

田中治郎 著



はじめに 6

第一章 仏〔ブツダ〕 9

ブツダとはなにか 10 / ブツダから仏へ 12 / 示現したブツダ——お釈迦さま 13

実在したお釈迦さま 16 / 経典の成立 17 / 経典に登場するブツダたち 20

時間の系にいるブツダたち——三世の諸仏 23

空間の系にいる仏たち——十方の諸仏 25 / ブツダの姿かたち 28

人間ブツダ——お釈迦さまの誕生 30 / お釈迦さま以前のインド社会と思想 32

激動の時代	35
シッダールタを取り巻く人々	36
若きシッダールタの悩み	38
シッダールタの出家	40
六年間の苦行	43
お釈迦さまの悟り	45
初めての説法とサンガの誕生	48
遊行と教化	54
祇園精舎	57
ふるさとでの教化	59
お釈迦さまの悲しみ	61
最後の旅	63
お釈迦さまの入滅	65
ブツダの遺児たち	67
三蔵の成立	70
サンガの分裂と部派仏教時代	72
仏塔と仏伝	73
ジャータカの成立とブツダ観の変容	75
大乘仏教の誕生	78

第二章 法〔ダルマ〕 81

私たちが生きる六道世界 82
 解脱と涅槃と菩提 86

四つの真理 88 / 八つの修行法 90 / 縁起の思想 92

十二因縁（十二縁起） 94 / 諸行無常 98

諸法無我 101 / 一切皆苦 104 / 涅槃寂靜 105 / 中道とはなにか 108

空の思想 110 / 唯識思想 112 / 如来蔵思想 116

仏性という救い 118 / 華嚴の思想 119

『法華経』という經典 124 / 理想の浄土——南無阿弥陀仏 128

禅とはなにか 131 / 密教の世界 134 / 中国と日本の密教 137

第三章 僧〔サンガ〕 141

ダルマを継承するサンガ 142 / サンガの意味 145 / サンガを支えた人たち 148

サンガの変容 150 / 儀式の成立 153 / 現前サンガと四方サンガ 156

戒と律	159	大乘仏教の戒律	161	精舎と伽藍	165
サンガにおける衣	168	サンガにおける食	170	大乘仏教における食	173
在家信者の行	176	サンガのリーダーたち	180	十大弟子	183
サンガを支えた女性たち	190	サンガの理想	194		

はじめに

私たちには、生きていくためのヒントになる材料や道案内になる地図のようなものが必要です。そういうものがないと、どこに歩き出せばいいのかわからず、とても生きづらい事態に直面するのではないかと思うのです。でも、いったいそんなものがあるのでしょうか。もちろんあります。それは、先達せんだつの考えてきたこと、行つてきたことを過去にさかのぼつて学ぶことです。新しいものとは、過去の積み上げがあつてその最先端にあるものことに相違ありません。過去の総体が最新のものを形成するのです。「温故知新」という言葉がありますが、これはどこの国にも共通する真実だと思えます。そこで、ここではおよそ二千五百年前にインドで興り、千五百年ほど前に日本に伝わつた仏教、私たち日本人の思想や感性、国の体制などに大きな影響を与えてきた仏教に目を投じ、仏教のものの見方や考え方を振り返つて「考えるよすが」を探したいと思うのです。本書では、仏教の全体像をなるべくわかりやすく把握したいと思っています。そこで、第一章で「仏（ブツダ）」を取り上げ、第二章で「法（ダルマ）」とはなにかを考え、第三章で「僧（サング）」について見ていくことで、その目標に至りたいと考えました。これをつなげると「仏・法・僧」となります。真理を悟つた「仏」と、その真理の内容である「法」と、それを奉じ、人々に伝える「僧」のことです。仏教では、この三つを、「三宝さんぼう」と呼んで敬つています。

なぜ仏・法・僧は宝なのでしょう。共通した価値観や判断の機転を失つて無力感と絶望感に

覆われている私たちの世界を闇にたとえれば、仏さまは、「いや、そうではない。この世には信じるに足る真理がある」と言つてその真理を示し、暗闇に光明をもたらしてくれたのです。それは、闇の中で震えおのく人々にとつて救いでした。だから仏は宝なのです。

そして、仏さまはその真理を具体的に私たちに指し示してくれました。これを「法」と呼びます。私たちは、この法をたどることによつて真理に近づく努力ができ、また仏さまの悟りに思いを致すことができるのです。だから法は宝なのです。

お釈迦さましやくかという仏は八十歳で入滅しました。仏教が仏の教えであり、それを学んで実践することであるとすれば、仏さまが亡くなった時点で仏教もともに消滅しても不思議ではありません。それが宮々と今日まで継承されてきた理由は、ひとえに仏さまの教えを受け継ぎ、学び、実践してなおかつそれを人々に伝えようと努めてきた弟子たち、僧団、つまりサンガそうぎや（僧伽）があつたからです。だから僧は宝なのです。

本書では、この三宝に沿つて仏教とはどのような教えなのかを見ていきたいと思ひます。読者のみなさまとともに、できるだけわかりやすく仏教の教えを振り返る旅に出たいと思ひますが、その旅が私たちの今を考えるよすがになれば幸いです。

なお、掲載した写真は、進行したがんから回復し、病後の身体をおしてインドの仏跡をめぐつたときの撮影です。それは私自身の生き方をお釈迦さまの教えに照らし直す旅でもあつたため、ここに掲載した次第です。

第一章 仏〔ブツダ〕

みずか ほとけ
自ら仏に帰依し奉る

まさ ねが
当に願わくは衆生と共に

だいどう たいげ
大道を体解して無上意を発さん

❖お釈迦さまの悟り

シッダールタは、生命の限界といっている悟りに至ることはできませんでした。苦行をしながら、究極の悟りに至る道はこれではないということを感じていました。

苦行に入って六年がたったある日、シッダールタはブラーグボーディ山を下りました。そして山の下にあるナイランジャナー河（にれんぜんが尼連禪河）に歩を進め、消らかな流れに身を沈めました。ナイランジャナー河の流れは、骨と皮ばかりにやせ細ったシッダールタの体を波に流そうとしました。しかしシッダールタは岸辺の葦あしをしっかりとつかみ、流されないようにして水で体を清めました。

そのとき、この河のほとりを通りかかった一人の娘がシッダールタを目にし、引きつけられて凝視していました。スジャーターという名の村娘でしたが、シッダールタのあまりにも神々しい姿に胸を打たれたのでした。彼女は河から上がってきたシッダールタに、思わず手に持っていた乳がゆを差し出しました。供養せずにはいられなかったのです。

シッダールタはこの乳がゆをいただき、ゆつくりと口に運びました。長年痛めつけてきた肉体は、この乳がゆによって次第に生気を取り戻していったのです。ちなみに、この「スジャーター」という名は、現在も、ある乳製品のメーカーの商品名に使われています。思いあたりませぬ。

この様子をものかげから見えていた人たちがいます。シッダールタといっしょに修行をしていた五人の仲間たちです。五人はこれを昆て、失望して山に戻っていきました。シッダールタは墮落したと思ったのです。

このあと、シッダールタはアシヴァツタ樹（ピツパラ樹）の下に行き、坐禅を組みました。そして瞑想に入ったのです。シッダールタは、極端な苦行も、また逆に快樂も悟りへの入り口にはならないことを感じ取っていました。そして心を落ちつけ、真理を見極めるために坐禅を組んだのです。このように、心を定め、禅の境地に入ることを「ぜんじょう禅定」といいますが、彼はまさにこの禅定に入ったのでした。

このとき、魔王パーピヤスの住む他たけ化け自在じざい天てんの地面が揺れ動きました。この世の真理を悟り、人々を苦しみから解放するようなものが出てきては悪魔の立場がありません。大地は、それをパーピヤスに知らせたのでしょうか。ちなみに、パーピヤスは「はじゆん波旬」と音写され、「マール」とも呼ばれます。男のいちもつを「まら魔羅」と俗称しますが、これはいちもつが煩惱の根源であることから、パーピヤスの別名にちなんでこう呼ばれるようになったのです。

パーピヤスは、すぐさま自分の三人の娘をシッダールタのもとに向かわせました。タンハー（渴愛）、ラーガー（快樂）、アラティイー（嫌悪）の三人です。三人はシッダールタの目の前でなまめかしい女体をさらし、誘惑します。しかし、シッダールタは微動だにすることはありませんでした。

次は、悪魔の大群がシッダールタを襲いました。それは恐ろしい悪魔たちが次々と襲いかかり

ますが、シッダールタの坐禪は揺らぐことがありません。

「悪魔よ、去れ。おまえたちの試みはすべて無駄なことだ。私の心は定まっている」

シッダールタといえども、禪定を邪魔するさまざまな迷いがあつて当然でしょう。年老いた父王のこともあるし、妻子の行く末のことも心配なはずです。今のような苦勞を捨てれば、シャークヤ国の王位が待っているのも事実です。悪魔とは、そのようなシッダールタの中の迷いを象徴して言ったものではないでしょうか。シッダールタは、自分の心の中の迷いと戦っていたのだと思えます。

悪魔の軍勢が去つたあとには、静寂だけが残りました。シッダールタはその静寂の中で瞑想を続けました。そして最初の夜、宇宙の成り立ち、その継続、壊滅があつてまた宇宙の生成が繰り返される宇宙の本質を余すところなく目撃しました。

次の夜、あらゆる生き物が死んではまた別の存在として生まれ、自分の善悪の行為によって何度も生まれ変わっている姿を目にしました。それらのどの生にも、永遠不変の実体などは存在しないのでした。

三日目の夜、シッダールタは人間の苦を目のあたりにしました。人間は欲を抱き、自己や物に執着します。しかし、自己も物も永遠不変ではありません。結局は消え去りゆく存在に執着するのですから、苦しむしかないのです。

では、永遠不変ではないすべてのものは、なにによつて存在しているのでしょうか。それは関

係です。時々刻々と変わる他者との関係によつて、私たちは仮に生かされているのです。この関係のことを、仏教では「縁」といいます。

東の空に明けの明星が輝き、やがて白々と明けはじめるころ、シッダールタはついに宇宙の真理、人間の真実、苦しみの構造など、あらゆる真理に目覚めてブツダとなつたのでした。ここで人間シッダールタから脱皮し、仏としてのお釈迦さまの生き方が開始されたのです。

お釈迦さまが坐禅を組んでおられたアシヴァツタ樹は、これ以後「菩提樹ぼだいじゆ」と呼ばれるようになります。菩提とはサンスクリット語の「ボーディ」を音写した言葉で、「悟り」を意味します。また、この地はガヤーといいましたが、お釈迦さまが悟りを開いて以来、そこは「ブツダガヤー」と呼ばれるようになったのです。

日本では、この日は十二月八日とされ、「成道会じやうどうえ」と呼ばれて今でも各寺院でお祝いされています。お釈迦さまはこのとき、三十五歳であつたとされています。

❖初めての説法とサンガの誕生

悟りを開いたお釈迦さまは、七日間一本の菩提樹の下で禅定に入り、悟りの内容を確認しました。そして次に別の木の下に移り、また七日間禅定に入りました。こうして七日ずつ七回も場所を替えたのです。



ブッダガヤーの金剛宝座 釈尊が菩提樹下に坐して悟りを開いた場所だと伝えられている。今も大きな菩提樹の木陰にある。背後に見えるのはマハーボーディー寺。



ブッダガヤーのマハーボーディー寺（大塔） 釈尊の成道を讃えて建立された。この塔の下に金剛宝座がある。



マハーボーディー寺塔内の釈迦如来像

第二章 法〔ダルマ〕

みずか ほう
自ら法に帰依し奉る

まさ ねが
当に願わくは衆生と共に

ふか きやうぞう
深く経蔵に入つて智慧海の如くならん

❖ 私たちが生きる六道世界

私たちは、この世に生まれる以前はなんだったのでしょうか。また、死んでからどうなるのでしょうか。これは永年のなぞです。なんにもない「無」の状態になるだけだと考える人もいるでしょう。しかし、精神医学者のE・キューブラー・ロス博士などは、たくさんの臨死体験例を研究し、身体離脱体験や心身遊離体験などから来世の存在を予感しています。また、いろいろな人によつて自分の前世を記憶している人の研究なども進められています。

お釈迦さまの活躍なさっていた今から二千五百年前のインドでは、あらゆる生き物は死んでは別の存在に生まれ変わり、生存を何度も繰り返すと信じられていました。いや、現在のインドでもそう信じられているといえます。このような考え方を「輪廻りんね」あるいは「輪廻転生りんねてんしょう」といいます。かつこよく英語でいえば、「リーインカーネーション」（靈魂の再生）です。これはインドに限らず、世界のさまざまなところで見られる考え方です。

お釈迦さま自身は、生き物は輪廻するとはおっしゃっています。むしろ、われわれの死後の生存の有無などは、現在私たちが抱えている苦しみを解決するうえでどうでもいいことだとして、弟子のそのような質問には答えませんでした。お釈迦さまのこの対応を「無記むき」とか「捨置記しゃちき」といいます。沈黙を守って論争しなかつたわけです。

しかし、お釈迦さまから教えを受け継いだその後の仏教界全体としては、世間の思潮の大きな流れであるこの輪廻転生という考えを受容していきます。そして、人間は善悪の行為によって死後六つの世界のいずれかに生まれ変わるとします。六つの世界とは、苦しいほうから、地獄道・餓鬼道・畜生道・阿修羅道・人道・天道の六つです。この六つの世界を「六道」といい、六道を輪廻することを「六道輪廻」といいます。

地獄はインドの古語であるサンスクリット語では「ナラカ」といい、「奈落」と音写されます。若い人は知らないでしょうが、昔ヒットした鶴田浩二の「赤と黒のブルース」という曲の中に、「奈落の底」という表現がありました。地獄のように底知れない暗い境遇ということでしょう。また、劇場の舞台の床下も奈落といいますが、これも地下深くにある地獄から連想されて名づけられたものでしょう。

地獄には八熱地獄と八寒地獄があり、気の遠くなるほどの長い間獄卒（鬼）を通して極まりのない苦しみを受け続けるといわれています。悪事を犯したものが、死後その報いでここに落ちるのです。

餓鬼道は嫉妬深かったり物惜しみをしたものが落ちる世界で、その住人も餓鬼と呼ばれます。ここは飢餓の世界で、ものを食べようと思っても火となって燃え、食べられないといえます。

畜生は、一般には家畜のことですが、あらゆる鳥獣虫魚を指します。人間に酷使され、またお互いに殺し合い、傷つけ合う存在で、やはり生前の悪行によって畜生に生まれ変わるといわれて

います。

阿修羅道は略して「修羅」とも呼ばれ、争いの尽きない鬼神の世界だといえます。阿修羅はもとも善神でしたが、帝釈たいしゃく天に娘を奪われ、常に帝釈天への怨みを宿してこれと戦うル・サンチマン（怨恨えんこん）の鬼神と化したのです。闘争の場を「修羅場」、争いのやまない世間を「修羅のちまた」などといいますが、世界のあちらこちらに修羅のちまたが現出し、苦しみに追われる人々の尽きないのは悲しいことです。

人道とは私たち人間の世界のことです。生しょう・老ろう・病びょう・死しという四苦を意識し、無常の人生を生きなればならない苦しみの存在ですが、今まであげてきた四つの世界よりは苦しみが少ないといわれます。

私たちの生活には楽しいこともあります。仏教では人間は基本的に存在として苦であり、その中の楽しみは相対的で一時的なものに過ぎないと考えます。しかし、六道の中で悟りを開くことができるのは人道だけだといわれ、だからこそ人間として生まれることは希めづうなことだといえます。

最後の天道とは、天人の世界です。ひとくちに天道と言ってもいろいろな天があるのですが、いずれも長寿に恵まれ、快樂に満ちた世界だといえます。しかし、いくら長寿で快樂に満ちていても、決して永遠ではありません。何千年、何万年と生きたあとには、やがて老いが待ち受け、病を得て死に至るのです。天人といえども死を免れることはできないのです。いや、長寿で快樂

に満ちていただけに、天人の死は地獄の苦しみの十六倍にも及ぶといえます。その苦しみは「天人の五衰ごすい」という言葉で象徴されます。

まず頭の上の花鬘けまがしぼみ、次に衣が汚れるといえます。そして脇の下から汗が出て、両目がめまいに襲われます。最後に天界の生活を嘆くようになるということです。このような兆候を示して、地獄の十六倍もの苦しみにあつて死に至り、また別の生を享けることになるのです。

このように、地獄から天に至るまで、私たちが輪廻する六道は苦しみに満ちた世界なのです。この苦しみの六道を、私たちは生まれては死に、死んでは生まれ変わってグルグルグルグルと輪廻し続けているというのです。

考えてみれば、輪廻転生を信じようと信じまいと、私たちの心は、あるときは燃えるような地獄の苦しみを味わい、あるときは餓鬼のようにものをほしがり、あるときは畜生のように人にこびへつらったり飼いや慣らされたりし、またあるときは修羅のような怒りを抑えられなかったり、人間の心を取り戻したり、あるときは天人のような快樂にひたつて有頂天になり、そのあげくどうしようもない自己嫌悪に陥ったりしているのではないのでしょうか。つまり、今の生の中だけでも私たちの心は六道を輪廻し続けているような気がします。さらに現実の世界を見回しても、六道にたとえることができるような出来事があちらこちらに見受けられて、その苦しみを思うと胸が痛みます。

第三章 僧〔サンガ〕

みずか そう
自ら僧に帰依し奉る

まさ ねが
当に願わくは衆生と共に

だいしゆ とうり
大衆を統理して一切無礙ならん

❖ダルマを継承するサンガ

さて、いよいよ「仏・法・僧」という三宝のラスト、「僧」サンガに入ります。私たちは、「僧」といわれるとつい「お坊さん」を思い出してしまいます。つまり、出家者個人としてのお坊さんです。しかし、厳密にいうと個人としてのお坊さんと僧≡サンガとは違います。

個人としてのお坊さんは、サンスクリット語では「ビクシユ」といい、乞う人、乞食者を意味します。出家者は生産に携わらず、在家の人にものを乞うて命をつなぎ、真理を追究するからこう呼ばれるのです。ちなみに、生活に困窮して物乞いをするのとは意味が違います。

このビクシユを音写した言葉が、「比丘」です。そして、ビクシユの女性形が「ビクシユニー」で、「比丘尼」と音写されます。「尼さん」というのは、この比丘尼の最後の文字を訓読みしたものです。

こう考えてみると、マンションや駐車場を建ててお金をもうけ、株で懐を潤しているお坊さんは、生産活動に従事しているのですから本来は比丘や比丘尼ではありません。出家して生産活動に携わらないということは、人間の心の聖なる部分を保とうという決意だと思えます。

そうはいっても、現代の日本ではとても無理な生き方ですね。社会構造が生産活動に従事しない人を許容しなくなっているからです。その意味で、現代は現代なりの出家者の生き方を考える

しかないのだと思います。

かつて、日本でこの出家者の生き方を貫いた人の代表に、良寛さまをあげることができているのではないのでしょうか。良寛さまは新潟・国上山の五合庵に住み、托鉢で生活を支えて経典を読み、坐禅を組んで俗とは一線を画して暮らしました。子どもとの手まり遊びも、和歌や漢詩も、その聖なる生活があつて輝くのだろうと思います。

話がそれてしまったので戻しましょう。個人としてのお坊さんや尼さんは「比丘」「比丘尼」と呼ぶのが正しく、その比丘や比丘尼の集まりが僧そう僧そうサンガなのです。中国ではサンガを「僧伽」と音写したため、これが省略されて「僧」となり、比丘・比丘尼と混同されて使われるようになったのだと思います。紛らわしいので、ここでは一応僧伽のことを「サンガ」、比丘・比丘尼のことを「出家者」と呼んでおくことにしましょう。

さて、ではなぜ個人の悟りを追究する仏教において、集団しゅうだん僧そう僧そうサンガの必要性があるのでしょうか。端的にいつて、サンガの存在の意義は「継承」にあると私は思います。

真理に目覚めたブツダぶつだ僧そう僧そうサンガが出現しました。お釈迦さまのことです。その真理の内容が法です。お釈迦さまは、悟りを開いたとき、その内容があまりにも深遠で難解なので人々にわかつてもらえないと判断し、そのまま涅槃ねはん（死）に入ってしまったおうと考えました。もしそうなさってれば、法はそのまま仏とともに消え去っていました。

しかし、そこに梵天ぼんてんが現れ、お釈迦さまに法を説いて人々を救済するようお願いしました。お

釈迦さまはこれを聞き入れ、かつての五人の修行仲間に法を説きました。五人はすぐに帰依し、お釈迦さまの弟子となりました。

これが一つの大きな出来事でした。つまり、ここにサンガが誕生したのです。これで仏の悟った法は消え去ることなく、以後弟子や信者たちに継承されていき、空間的にはアジア全体に広まりました。また、時間的には今現在私たちがこうして仏教をよりどころとして人生を考えているように、お釈迦さまの時代から二千五百年以上も綿々と伝わってきているのです。それもひとえに、ヴァーラーナシーのサールナート（鹿野苑）ろくやおんで初転法輪がなされ、サンガが誕生したからなのです。

今見てきたように、お坊さん（比丘・比丘尼）たちに託された使命は、法を伝えることです。葬式仏教と非難されても、もうけ主義などと悪口を言われても、ともかく法を伝えていくことを忘れなければ、お坊さんたちのアイデンティティーは保たれるのではないのでしょうか。お葬式の場でも、地下広場でも、酒場でもいい、みんなに喜ばれるように法を説いてほしいと思います。それが現代流の出家者の生き方ではないでしょうか。

私たち庶民は、熱を入れて聞くようなお坊さんたちの話に遭遇する機会はほとんどありません。法を目で見せ、耳で聞かせ、においでかがせ、舌で味わわせ、肌で触れさせ、考えさせる工夫をぜひしていただきたいと思います。それがサンガを構成するお坊さんたち（比丘・比丘尼）の義務であり、同時に権利なのだと思います。

おわりに

本書は、入門書として、仏教をできるだけ総合的にとらえようと努めました。どうすればそれが可能かと考えたとき、聖徳太子の「十七条の憲法」が脳裏に浮かびました。太子は憲法の出だして「一に曰く、和をもつて貴しとなし……」と発し、続けて、「二に曰く、篤く三宝を敬え……」と言つて三宝をリスペクトすることを国家建設の理念としました。

仏・法・僧の三宝に帰依することは、仏教を学ぶ基本中の基本でした。考えてみれば、仏教信者になるときにまず受けなければならぬのが「三宝帰依」の誓いでした。宗派によつて文言は異なりますが、内容は次のとおりです。

南無歸依仏
南無歸依法
南無歸依僧

これは、南方の上座部仏教でもパーリ語で同じように唱えられています。

ブツダム サラナム ガッチャーミ
ダンナム サラナム ガッチャーミ
サンガム サラナム ガッチャーミ

古代から敬われていたこの三宝帰依を再度見返したとき、三宝という視線こそが仏教を総合的かつ基本からわかりやすくとらえるもつともクリアな見方なのだということに気づきました。

どういうことかという点、仏とは、私たちの日常用語に換言すれば理想であり目標です。法とは、それを理論化した言葉です。僧とは、言葉に従って理想に向かう実践です。私たちが目標を立て、実践して実現に向かうプロセスが仏・法・僧の三宝だったのです。

それは私たちの生き方そのものでしょう。私たちの生き方を包含するものであるがゆえに、三宝という視線は「総合的」なのだと思えます。本書はそれを目指して書かれました。

そうは言いながら、意図したことがどれだけ表現され得たのかどうかは読者の批評を仰ぐしかありません。ご批判・ご教示の声をお寄せくだされば幸いです。

なお、本書刊行の労をとってくださった地人館 Ebooks の編集部に心からお礼を申しあげます。

令和二年五月吉日

田中治郎



地人館 E-books オンデマンド版
紙面のイメージは電子版と異なります。

田中治郎 (たなか じろう)

1946 (昭和 21) 年、宮城県生まれ。

文筆家。日本ペンクラブ会員。

横浜市立大学卒業後、出版社に勤務して主に児童書、仏教書の編集に携わる。現在は、仏教書、エッセイ、小説などの執筆や講演活動にあたる。

主な著書

『世界の地獄と極楽がわかる本』『折れない心をつくる名僧の言葉』(PHP 研究所)、『よくわかる仏教入門』『コミュニケーション力がUPするブツダの言葉』(佼成出版社)、『面白いほどよくわかる日本の宗教』『面白いほどよくわかる日本の神様』『面白いほどよくわかる浄土真宗』(日本文芸社)、『仏教のことが面白いほどわかる本』『釈迦の教えが面白いほどわかる本』(中経出版) ほか多数。

生き方を学ぶ仏教入門

著者 たなか じろう
田中治郎

初版発行 2021 年 5 月 25 日

発行 ちじんかん
地人館

〒 116-0014 東京都荒川区東日暮里 6-56-6 長戸ビル 3 階

Tel 03-6806-7937 Fax03-6806-7939

<http://chijinkan.com/>

印刷・製本 有限会社 朋栄ロジスティック

©2021 Jiro Tanaka