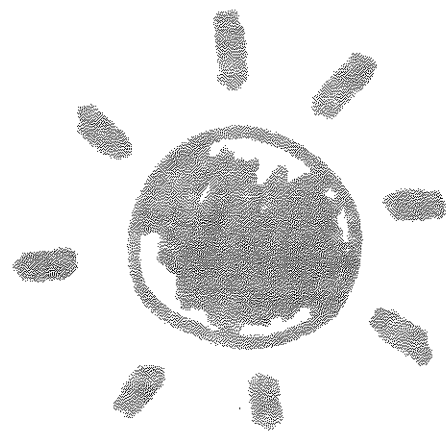


# 晴れルヤカフェ



毎月第2金曜日

10:00~11:30

コーヒー 100円  
(お菓子付き)

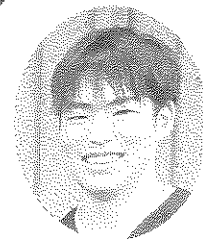
場所:一麦西宮教会

西宮市樋ノ口地区社会福祉協議会協賛

どなたでもお気軽にお越しください

## Blessing Shower

「It's a piece of cake!」 松本 航三郎



今年の春から大学生になり、大学生活に期待と不安を抱えながら桜の咲く学び舎に足を踏み入れました。大学までは片道2時間かかり朝は5時に起きて6時半に家を出る生活をしています。放課後は学校の課題の後、サークル活動をしたりすると、気が付けば日をまたいで帰る日も少なくありません。通学の電車やバスの中で寝過ごしかけたことも多々ありました。ですが、今はなんとか遅刻せず通えています。

「すべて疲れた人、重荷を負っている人はわたしのもとに来なさい。わたしがあなたを休ませてあげます。わたしは心優しく、へりくだっているから、あなたがたもわたしのくびきを負って、わたしから学びなさい。そうすれば、たましいに安らぎを得ます。わたしのくびきは負いやすく、わたしの荷は軽いからです。」(マタイの福音書11:28~30)

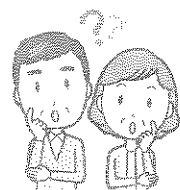
最初のスタートはやる気や期待に満ちていても、人間関係、慣れない環境、日々の忙しさ、結果が出ない時、色んなストレスで疲れが溜まって、思い描いていた通りにならないこともあります。そんな時、イエス様は私のことをよく知り、よく見ておられます。そして私を決して見捨てられることはありません。

イエス様はすべての人の重荷を背負って十字架の上で死んでくださり、愛を示されました。このことが私にとって、とても励みになっています。全て知っておられるイエス様は私を遣わし、私は神の計画もとて活動をしています。イエス様はいつも共におられ、疲れた時は手を差し伸ばしてください。そのことがとても心強く、複雑で難しいと思っていた人間関係、日々の生活の中での学びなど、いつも前向きに挑戦できます!

「it's a piece of cake」直訳すると「一切れのケーキ」ですが本当の意味は「楽勝だよ!」です。日々の生活の中で悩む時、イエス様は「it's a piece of cake」になれるように休ませてくださり、導いてくださいます!



## 脳トレクイズ



この中に聖書に関する言葉が5個あります。見つけられますか? タテ・ヨコ・ナナメ で探してください。

### ヒント

- 聖書を英語で言うと?
- 捕囚の地
- 知恵のある王様
- 洪水の後、鳩がくわえて来た
- ベン・ハーの舞台

ダ	サ	マ	リ	オ
ル	フ	ン	リ	
ブ	ソ	ロ	モ	ン
イ	ビ	ク	ソ	ピ
バ	ブ	ー	リ	オ

## つくきん こーな

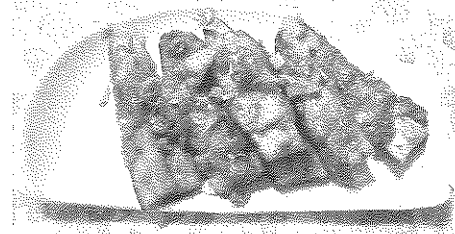
### 「肉巻き茄子の甘辛焼き」

#### ◆材料◆ (4人分)

- 豚バラ肉 8枚(200g)
- 茄子 2本
- 青ネギ(小口切り) 2本
- 小麦粉 適宜
- ④ 砂糖 しょうゆ 酒 を各大さじ1.5 合わせておく

#### ◆作り方◆

- ① 茄子を縦に4つに切り、豚肉を巻き、小麦粉をまぶす。
- ② フライパンに肉巻きを並べ、ふたをして蒸し焼きにする。
- ③ 何度か転がしながら、全面を焼く。
- ④ フライパンに出てきた余分な油をふき取り、④をからめる。
- ⑤ 器に取って、上に青ネギを散らす。



### 希望のダイヤル

毎週メッセージが変わります

0798-20-9666

パソコン、スマホからYouTubeでも視聴できます。一麦西宮教会で検索してください

by 山川 光子