

# ミサ体験してみませんか。

## ミサとはなんですか？

「イエス・キリストは、すべての人を救うために十字架で死に、そして復活されました。」これがカトリック教会の原点です。ミサは、このキリストの死と復活を記念する、教会の一番大切なお祈りです。このミサの中で私たちは、大きなお恵みをくださる神様に感謝をささげるのです。

ミサは  
どなたでも参加できます。  
ご興味のある方は  
ぜひご参加ください。



## [ミサの参加の仕方]

- 1 聖堂に入る前には、携帯電話の電源を切り、脱帽して厳粛な気持ちでお入りください。



- 2 主日(土曜日の晩および日曜日)のミサの時には、聖堂入口に「聖書と典礼」というパンフレットが置いてあります。1部取って席に座りましょう。



- 3 席はお好きな場所にお座りください。ミサがはじまったら、まわりの人に合わせ、立ったり座ったりしてください。祈りや歌はわからないかもしれませんが、ゆっくりと全体の雰囲気を感じてください。



- 4 ミサの中で、「聖体拝領」という儀式があります。信者が神父様のもとに行き、聖体(丸いパン)をいただく儀式です。カトリック信者でない方は、聖体をいただくことはできません。その場でお座りになって、しばらくお祈りください。



- 5 ただし、ご希望の方は神父様から祝福を受けることができます。信者の行列に加わり、神父様の前に来たら、胸に手を合わせて頭を下げましょう。神父様があなたの頭に手を置いて祝福してくれます。終わったら一礼して席に戻りましょう。

