

「さあ ひながたに学ぼう」

〈感謝・慎み・たすけあい〉

プログラムのねらい

陽気ぐらしのキーワード「感謝・慎み・たすけあい」をもとに、教えに基づく生き方を教祖のひながたから考え、日常の暮らしに活かす

- 教祖のひながたの中から、陽気ぐらしのキーワードとなるべき「感謝・慎み・たすけあい」の意味合いを学ぶ
- 自分の生活態度をふりかえる

プログラムの構成

			時間配分
《導入（起）》	《おしゃべりタイム》	自己紹介「私の慎み」	12分
		「慎み」日常トーク	12分
《気づき（承）》	《おはなし》	慎みの心と態度	10分
		《本読み》	テキスト「感謝・慎み・たすけあい」
《学習（転）》	《本読み》	テキスト「感謝・慎み・たすけあい」	2分
	《おしゃべりタイム》	何が足りない？	20分
	《おしゃべりタイム》	全体発表	18分
《結び（結）》	《本読み》	テキスト「感謝・慎み・たすけあい」	3分
	《おはなし》	感謝の心、慎みの心、たすけあいの心	20分
	《おしゃべりタイム》	教えにもとづく生き方のヒント 講座のふりかえり	20分
			(2時間)

※開会、閉会、つなぎの司会時間を含まないプログラム正味の時間

各項目の時間は目安です。当日の流れ、実情に応じて調整してください

準備物品

- テキスト「感謝・慎み・たすけあい」（布教二課にて受渡し）
- テーマシート「自己紹介 私の慎み」（受講者資料 コピーして使用）
- テーマシート「何が足りない？」（ " ）
- ふりかえりシート（ " ）

プログラム進行表



 総合司会コメント





 講師のお話





 本読み





 おしゃべりタイム







  演習

時間	項目	プログラム	進め方とポイント	方向性・ねらい
		開会 親神様、教祖、祖霊様遥拝 オリエンテーション 講師・スタッフ紹介 テキスト紹介 講座のねらい 等	○テキストは指示があるまで開かないことを促す。 ○受講者とスタッフで作り上げる講座であるので協力を呼びかける。 ○オリエンテーションとして、講座内容、進め方、終始時間、トイレ休憩なども説明する。	
		『感謝・慎み・たすけあい—陽気ぐらしのキーワード』 教会でこんな横断幕や看板を見たことがありますか？（テキスト表紙帯に写真あり） 「感謝」、「慎み」、「たすけあい」。どの言葉も世間の美德であり、当たり前のことを言っているにすぎません。しかしこれが陽気ぐらしのキーワードとなるらしい。 今日の講座では、この3つが陽気ぐらしのキーワードになるわけを探っていきましょう。 さて、その探りを入れる手始めとして、「慎み」に注目したいと思います。私たちよふぼくにとって、「感謝」「たすけあい」は教えを聞く中でもよく耳にしますが、「慎み」は他の2つと比べると、耳にすることが少ないように思います。 そこで、今日の講座は、「慎み」について考えることから進めていきましょう。		
		ところで、目の前に、今日一緒に時間を過ごす仲間がおられます。せっかくですから、まずは自己紹介をいたしましょう。自己紹介しながら、みなさんが慎んでいることを教えてください。 また、これは慎みがないと思うようなことはありますか。お互いの経験を聞かせてください。		
24分 (12) (12)		〈おしゃべりタイム〉 ・自己紹介「私の慎み」 「慎み」日常トーク	○テーマシートに沿って進め、自分の身近な「慎み」を話します。	○慎みをもつことは、自分の気持ちを控えたり、他者に

			<p>(班別司会者の進行例)</p> <p>○自分が慎んでいることはありますか。それはどんなことですか。</p> <p>○慎みがないと思うこと、場面はありますか。それはどんなことですか。</p>	<p>控えることを求めたりと、少なからず制限を受けるような気持ちになることに気づいてもらう。</p>
		<p>ありがとうございました。みなさんはどんなことに「慎み」をもっておられたでしょうか。</p> <p>国語辞典には、「慎む」とは、「控えめにする。度を過ぎないように気をつける」とあります。</p> <p>私は……を慎んでいますが、私は「慎み」を意識したとき、自分の気持ちを出し過ぎず控えめにする、何か少し窮屈な感じを受けていますが、みなさんはどうですか。(挙手を求めてもよい)</p> <p>慎みが陽気ぐらしのキーワードだと言われていますが、もし私のように慎みを感じているなら、陽気ぐらしは大変窮屈なくらしです。陽気どころか、とても大変そうなのですが、どうなのでしょう。それとも、キーワードとなる慎みとは、別の意味を持つのでしょうか。</p> <p>このことについて講師のお話を聞いてみましょう。</p>		
10分		<p>〈おはなし〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 慎みの心と態度 	<p>○慎みの心、態度は親神様のご守護への感謝の表れ。</p> <p>(感謝の心は「慎み」の根本、原動力)</p>	<p>○親神様のご守護に対する感謝の行いが慎みであることを知らせる。</p>
		<p>なるほど、親神様のご守護に気づき、ありがたいと感謝することから、教祖のおっしゃる「慎み」の意味が表れてくるのですね。「感謝」と「慎み」がつながってきましたよ。</p> <p>ここでテキストを読んで確認しておきましょう。</p>		
3分		<p>〈本読み〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ P6、7 <p>『慎みの生き方』は『幸せに向かう生き方』</p>	<p>○テキストを読みましょう。テキストの6、7ページをお開きください。</p> <p>○ゆっくり読むように指導する。</p>	

		<p>親神様が第一と言われる「慎み」とは、単に自分の心持ちや態度を制限したり自重するといった内へ向ける窮屈な心づかいではなく、豊かな心で、感性で、自分以外へ思いを向ける明るい心向きを言われているように思います。</p> <p>それでは、その「慎み」の心をどのように働かせていくのでしょうか。</p> <p>テキストにあるこんな例をとって考えてみましょう。</p> <p>テキストの12ページをお開きください。</p>		
2分		<p>〈本読み〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・P12 何かがたりない 	<ul style="list-style-type: none"> ○下から3行目の「OKですか？」までを読む。 ○ゆっくり読むように指導する。 	
		<p>今、読んでいただいた場面。ふつうにあることだと思います。間違いとはいえないことでしょう。でも、ちょっと視点を変えて、先ほど聞いた「慎み」の心、態度を思いながら、豊かな心で考えてみてください。やはり、何かそれだけでは物足りない気がするのです。</p> <p>みなさんで意見を出し合ってみてください。</p> <p>意見が出にくいことも考えられるので、最初に少し考える時間を設けるなどして、じっくりと取りかかる。また、事前に班の司会者の打ち合わせを密に行い、発言の誘発の手立てなどを考えておくとよい。</p>		
20分		<p>〈おしゃべりタイム〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何が足りない？ 	<ul style="list-style-type: none"> ○テーマシートに沿って進める。 ○本読みを受けて、感想を述べ合います。 (班別司会者の進行例) ○本読みを通して、何を感ずましたか。 ○何が足りないと思いますか。 ○もし、こういった場面に出合ったときあなたならどのように論じますか。 	<ul style="list-style-type: none"> ○他者への思いやりの心、たすけあいの心、喜びを分かち合う心など、自分中心の心遣いではなく、常に自分以外のものへの心遣いの大切さに気づいてもらう。

		<p>いかがでしたか。それぞれに考えていただきました。班ではいろいろなご意見が出て、なるほどと思う感心するものもあったのではないかと思います。 他の班はどうだったのか。気になるところですね。 ここで簡単に他の班のご意見も聞いてみましょう。</p>	
		<p>それでは、各班から（班別司会の方／代表者を選んで）発表してください。 他の班の発表にも配慮して、要点をまとめてお願いします。</p>	
18分		<p>〈全体発表〉 ・何が足りない？ ○足りないと思ったこと ○う～ん、納得！論しのことば</p>	<p>○班で話したことを発表します。 ○班別司会者から発表する、受講者から代表を選ぶなど、雰囲気やプログラムの進行状況などを配慮して方法を考える。 ○重複する意見を避けるなど発表方法の工夫を。</p>
		<p>いかがでしたか。他の班の意見も大変参考になったのではないかと思います。 今、みなさんに考えていただいた、何か足りないもの。実はこれこそが、慎みの心を働かせるポイントであると思います。 親神様のご守護に気づき感謝するとき、自分中心の考えや行動を慎むようになります。それは、物を無駄にせず大切にすることや、人への言動や態度に表れてきます。そして、さらに一步進むと、自分以外の人やものへのいたわりの心が大きくなって、人をたすける心、行動へとつながる。「慎み」の心から「たすけあい」へ。 そんな結びつきが現れてくるように思います。 このことを心に留めながら、じっくりと逸話篇を味わい、教祖のお心を感じてみましょう。</p>	
		<p>それではテキストの2ページをお開きください。 ゆっくりと味わいながら読んでみましょう。</p>	
3分		<p>〈本読み〉 ・P2 逸話篇 138 『物は大切に』</p>	<p>○ゆっくり読むように指導する。</p>
		<p>続いて8・9ページをお開きください。同じようにゆっくりと読んでみましょう。</p>	

		<p>〈本読み〉 ・P8、9 人の反故をつくらない、人を粗末に扱わない 逸話篇 45 『心の皺を』 逸話篇 112 『一に愛想』</p>		
		<p>ありがとうございました。それではまとめとして、感謝、慎み、たすけあい。この3つの言葉が陽気ぐらしのキーワードとしてつながってくる意味合いについて、講師のおはなしを聞いてみましょう。</p>		
20分		<p>〈おはなし〉 ・まとめのおはなし</p>	<p>○感謝の心、慎みの心、たすけあいの心。 ○教えにもとづく生き方のヒント。 ○全体発表で出た意見、逸話篇に込められた意味合いをふまえて、教えに沿う生き方のすばらしさ、情熱を伝える。</p>	
		<p>ありがとうございました。ここまでみなさんとの話し合い、テキストの音読、講師のおはなしを通して、「感謝」「慎み」「たすけあい」の3つの言葉が、陽気ぐらしのキーワードとなるもとを探ってきました。</p> <p>最後に、今日の講座をふりかえりましょう。今日の講座を受けて、それぞれに明日から、いや今日帰ってから、私はこれがんばってみよう、こんな気持ちで取り組んでみようという決意、心定めを考えてみてください。</p> <p>そして班で発表しあいましょう。せっかく今日一緒に学んだ仲間です。お互いに励まし合いあい、元気をもらって帰りましょう。</p>		
20分		<p>〈おしゃべりタイム〉 ・ふりかえり</p>	<p>○明日から（今から）の決意、抱負を発表します。</p>	
		<p>ありがとうございました。今日の講座はいかがでしたか？ 今日お配りしたテキストはどうぞおみやげにお持ち帰りください。 そのテキストの中には、今日の講座のまとめが載っています。 ぜひ参考にしていただき、どうぞ素敵な毎日をお過ごしください。</p> <p>最後に一つお知らせがございます。今日、皆さんと共に勉強させていただいた内容以外にも、もっとお道の教理について学びたいという方のために、おぢばでは「三日講習会」というものが開催されています。詳しくは、所属の会長さんにご相談ください。本日は、これで終了いたします。ありがとうございました。</p>		
		<p>閉会・親神様、教祖、祖霊様遥拝</p>		

《ひながたに学ぼう(感謝・慎み・たすけあい) テーマシート》

自己紹介「私の慎み」 「慎み」日常トーク

「慎み」と聞いて、あなたはどんなふうに感じますか？
あなたの慎んでいること、また「慎みがないな～」と思う場面を出し合ってみましょう

①あなたが慎んでいることを聞かせてください。(自己紹介からつづく)

そして、その理由を教えてください。

例えば… 私はビールを発泡酒にしていますー節約のため

私は間食をやめていますーダイエットのため

(気軽に、身近なところで考えてみてください)

②あなたが「これは慎みがないな～」と思うこと、場面を聞かせてください。

例えば… 電車内での化粧、携帯電話での通話

嫁・姑のイヤミの言い合い

《ひながたに学ぼう(感謝・憤り・たすけあい) テーマシート》

何が足りない？

「人に迷惑をかけてはいけないよ」
「自分のことは自分でしなさい」
「自分のお金で買いなさい」
とても大切なことで間違いのないこと…
でも、

と言われたら…さてどうでしょう？
みんなだよ〜く考えてみましょう

「人に迷惑かけなければ何してもいいよね」
「自分のことさえしていればいいよね」(自分がしたんじゃないのに何でしななければならないの)
「自分のお金でするんだからどうしたっていいよね」

① テキストを読んでどのように思いましたか。

② この3つの言葉に何かが足りないとすれば…
あなたが「足りない」と思うことを聞かせてください。

◇飲酒の高校生

「人に迷惑かけてないからいいじゃないか！」⇒

◇小学生の娘

「自分のことは自分ですれば！」⇒

◇みんなと遊んでいた小学生

「自分のお金で買ったんだから、ボクのものだ(一人で食べて何が悪い)！」

⇒

テキストを読んで

もしあなたがこんな場面に出合ったら…

③ あなたはどんなふうに答えますか(諭しますか)？

あなたのアイデアを聞かせてください。

《ひながたに学ぼう(感謝・慎み・たすけあい) ふいかえりシート》

簡単に書いてみましょう！

1. 講座を受けて、今の気持ちはいかがですか？

2. 逸話篇やお話の中から、自分の生活に参考になることや気づいたことはありましたか？
それはどんなことですか？

3. 今日の講座を受けて、明日からのあなたの生活の中での小さな（ちょっとした）努力目標を聞かせてください