

# 「さあ おつとめ」～一手一つ～

## プログラムのねらい

- おつとめをつとめるときの心構えを学ぶ。
- 一手一つに合わせることを演習を通して体感する。
- たすかる理、たすける理としてのおつとめの大切さを理解する。
- おつとめをつとめるよう呼びかける。

## 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  
シート「好きな歌手は誰ですか？」 . . . . . (10分)
- 《演習》 合わせてみましょう！（1） . . . . . (15分)  
演習「パン屋・あんパン・ドーナツ」
- 《気づき（承）》《本読み》 「おつとめの調子を合わせることは」 . . . . . (5分)  
《おはなし》「一手一つ」 . . . . . (10分)  
《おしゃべりタイム》 . . . . . (20分)
- 《学習（転）》《演習》 合わせてみましょう！（2） . . . . . (5分)  
演習「あんたがたどこさ」
- 《本読み》 「風の絵を描けと言われたら何を描きますか」 . . . . . (5分)
- 《結び（結）》《おはなし》まとめ . . . . . (20分)  
《おしゃべりタイム》 講座のふりかえり . . . . . (20分)

(1 時間 50 分)

※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で、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  
このプログラムの後に 20～30 分程度のおつとめ練習を加えて、その場でおつとめを実行してみるのもいいでしょう

## 準備物品


- テキスト「おつとめの調子を合わせることは」  
「風の絵を描けと言われたら何を描きますか」（布教二課にて受渡し）
- 自己紹介シート（受講者資料 コピーして使用）
- ふりかえりシート（ 〃 ）
- 演習用添付資料「合わせてみましょう！」（スタッフ用資料 コピーして使用）

# 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
		<b>開会</b> 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る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、終了時間、トイレ休憩なども説明する。	
		今日はおつとめについて勉強します。 まずは班内で簡単に自己紹介をしていただきましょう。		
10分		<b>〈おしゃべりタイム〉</b> ・自己紹介		○アイスブレイクとして
		さて、班の仲間のことが少し分かってきたところで、簡単なゲームをやってみたいと思います。		
15分		<b>《演習》A</b> では、受講者の方を半分に分けます。こちらは、パン屋チームです。「パン・屋・パン・屋・パン・屋・パン・屋…」と言いながら手を叩きます。“パン”で手を叩きますが、“屋”では手拍子をお休みにします。  こちらはあんパンチームです。「あん・パン・あん・パン・あん・パン・あん・パン…」と言いながら手を叩きます。“あん”では手拍子をお休みにし、“パン”で手を叩きます。「さんハイ」の合図で、同時にやってみましょう。  <b>《説明》</b>		

		<p>既にお気づきの方もいらっしゃるかと思いますが、手拍子で使った言葉「パン屋」「あんパン」は、おつとめでは、鳴り物の「拍子木」と「ちゃんぽん」のリズムです。月次祭での拍子木とちゃんぽんは、同時に音が出ることはありません。このように紐解いてみると、絶えず交互に音が鳴っているということが分かりますね。</p> <p>《演習》B では、「すり鐘」のリズムも、手拍子でおさらいしてみましょう。拍子木のリズムを「パン屋」、ちゃんぽんのリズムを「あんパン」と表したので、すり鐘は「ドーナツ」と言いながら手を叩くことにします。ドーナツの「ド」は両手を握って膝を叩き、「ナ」と「ツ」のところでは、手を叩きます。 ※ドーナツは「ナツ」の間に小さい「ッ」は入りません。“ドーナツツ”、と言ってしまうとリズムが違ってきます</p> <p>《演習》C 今度は、受講者の方を3つのチームに分けます。こちらは、パン屋チームです。こちらはあんパンチームです。こちらはドーナツチームです。さんハイの合図で、同時にやってみましょう。</p> <p>→受講者の手拍子がだいたい揃ってきたら、司会者は「あしきをはろうて…」と歌い始めても良いでしょう。</p> <p>→場の様子に応じて、チームを組み替えてみるのも良い。</p> <p>手をたたく練習はいかがでしたか？案外難しかったですか？ ここで、テキストを読んでみましょう。</p>		
5分		<p>〈本読み〉 ・「おつとめの調子を合わせることは」とは</p>	<p>○全体司会あるいは講師のリードで読む。</p>	<p>○おつとめの調子を合わせることについて考える意識をもつ。</p>
		<p>ありがとうございました。もう少し詳しく、「一手一つの素晴らしさ」「なぜおつとめには役割があるのか」など、おつとめについてのお話を聞きたいと思います。 講師の先生、よろしくお願ひします。</p>		

10 分		<p>〈おはなし〉</p> <p>○自分が体験した一手一つの素晴らしさ</p> <p>○おつとめには役割があることの意味について</p>	<p>○一手一つになったときに素晴らしい思いをしたことなどを、体験を通じてお話しする</p>	
		<p>ありがとうございました。では、今の講師の先生のお話を元に、班の仲間でおしゃべりしてみましょう。</p>		
20 分		<p>〈おしゃべりタイム〉</p>	<p>(班別司会者の進行例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・一手一つになったとき、どんな気持ちになりますか？</li> <li>・あなたが体験した一手一つのすばらしさってありますか？</li> </ul>	
		<p>ありがとうございました。</p> <p>やはり一手一つになったときって、素晴らしいことが起こるようですね。</p> <p>さて、次にもう一つ、リズム遊びをやってみたいと思います。</p> <p>「あんたがたどこさ」という手まり歌をご存じでしょうか？二人組になって、手遊びをやりましょう。</p>		
5 分		<p>《演習》合わせてみましょう (2)</p>  <p>「あんたがたどこさ、ひごさ、ひごどこさ、くまもとさ、くまもどこさ、せんばさ、せんばやまにはたぬきがおってさ、それをりょうしがてっぽうでうってさ、にてさ、やいてさ、くってさ、これをこのはでちょいとかぶせ」</p> <p>※「さ」のところでは相手とハイタッチの要領で両手を合わせる。最後のちょいとかぶせ、の“せ”の所では両手を頭の上に乗せる。</p>		

		<p>いかがでしたか？</p> <p>自分が手を叩くだけの時と比べて、相手と動作を合わせるときには、他にも気を遣ったことがあるのではないのでしょうか。</p> <p>ここでもう一つ、テキストを読んでみましょう。</p>		
5分		<p>《本読み》</p> <p>「風の絵を描けと言われたら何を描きますか」</p>		
		<p>はい、ありがとうございました。</p> <p>教典に書かれている、少し難しい言葉を分かりやすく解説してありますね。なるほどと思いました。</p> <p>さらに講師の先生のお話を伺いましょう。</p>		
20分		<p>〈おはなし〉</p> <p>○思いやりあふれるおつとめは、よろづたがいにたすけする、に通じる</p> <p>○親神様のお心に溶け込む気持ちでおつとめをつとめると、おたすけの心が湧いてくる</p> <p>○神様がお喜びになれば奇跡が起こる</p>		
		<p>ありがとうございました。</p> <p>さて、最後に講座の振り返りを班の仲間としていただきたいと思います。</p>		
20分		<p>《おしゃべりタイム》</p> <p>講座の振り返り</p>		
		<p>本日はご参加いただきましてありがとうございました。</p> <p>(次回の参加案内があれば渡す)</p> <p>(案内例) 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</p>		

かがやきプログラム進行表

【立教 181 年 3 月 25 日版 ver.2.0】

		<p>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。</p> <p>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><b>閉会</b> 親神様、教祖、祖霊様遥拝</p>		

### ①《自己紹介シート》

私は（ ）から来ました（出身地や教会名）

（ ）です。（名前）

好きな歌手は（ ）です。

キリトリ

### ①《自己紹介シート》

私は（ ）から来ました（出身地や教会名）

（ ）です。（名前）

好きな歌手は（ ）です。

キリトリ

### ①《自己紹介シート》

私は（ ）から来ました（出身地や教会名）

（ ）です。（名前）

好きな歌手は（ ）です。

## ②おつとめの調子を合わせることは？

おつとめするとき、鳴り物の拍子がずれたおつとめは、なんとなく勇み心が空回りするようで、気持ち良くありません。打ち物を叩くタイミングが合って、しかも奏でる鳴り物の音程がぴったり合ったおつとめは、気持ちが乗って心が明るくなります。

だからおつとめの際は、みんなの心を一つに合わせるために、拍子や音の高さを合わせる努力をしなければなりません。

さて、私たちが鳴り物の音を合わせようとするとき、何に気を遣っているのでしょうか。

おつとめの拍子を合わせるには、自分が叩きたいタイミングがあっても、それをひとま<sup>ず</sup>置いて、他の人が叩く音を聞くことに集中するでしょう。音程を合わせるためには、他の鳴り物の調子も気にしなくてはなりません。あるいは、地方の速さも大切な要素になります。

いずれにしても、自分のことをいったん置いて、人のことを考えます。

私たちは音を合わせているつもりでも、実は人に合わせようとしていることが分かるでしょう。

この、「自分を捨てて他人<sup>ひと</sup>に合わせること」は、「自分の都合よりも他人<sup>ひと</sup>のことを優先的に考える」ことですから、それは思いやりにつながります。自分勝手なタイミングや高さで奏でるのでは、ぴったりと息のあったおつとめにはならないのです。おつとめ奉仕者がそれぞれを思いやる温かい心にあふれたおつとめは、おのずとすばらしいおつとめになります。

音に合わせること、それはすなわち、人に合わせ人を思いやること。

だから、おつとめの調子を合わせることは大切なのです。



### ③風の絵

風の絵を描<sup>か</sup>けと言われたら何を描きますか。

たなびく旗、折れそうになっている傘、たわむ木々…。

そんな絵を描くのではないでしょうか。

でも、そのいずれも風ではなく、風の働きを描いているに過ぎません。

風は見えないものですから。

風は見えません。でも風が吹けば、風車が回ります。

電気は見えません。でも電気が流れるとモーターが回ります。

その見える風車を回せば風が起きるのです。

そのモーターを私たちが回すと電気が起きるのです。

「このつとめは、親神が、紋<sup>もんかた</sup>型ないところから、人間世界を創<sup>はじ</sup>めた元<sup>もと</sup>初<sup>はじま</sup>りの珍しい働きを、この度<sup>たび</sup>は、たすけ一条の上に現そうとて、教えられたつとめである（天理教教典）」

かぐらづとめは親神様のご守護を形（手振り）に表してくださっているのです。

私たちが、おつとめをつとめることは、そのかぐらづとめの理をいただくこと、それはあたかも風車やモーターを回し、風や電気を呼び起こすように、親神様のお働きをいただくことなのです。

元<sup>もと</sup>初<sup>はじま</sup>りの珍しいお働き、人間創造のお働き、そんな絶大な力を頂戴するのが、おつとめなのです。

親神様は私たちには見えません。

私たちは、親神様のお働きを見ているのです。

※引用の（天理教教典）は、ここは読まないようにと最初に本読みのリーダーが伝えるようアドバイスする。

#### ④《おつとめ ふいかえりシート》

簡単に書いてみましょう！

1. 講座に参加して、今の気持ちはいかがですか？
2. おつとめについて、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. おつとめについて、あなたのイメージや考え方で変化はありましたか？  
それはどんなことですか？
4. おつとめについて、これからのあなたの小さな（ちょっとした）目標を聞かせてください

## ⑤ 【合わせてみましょう！】

それぞれのことばのリズム打ち。



(手をたたく)

※「パン」のところで手拍子をします。



(手をたたく)

①グループで「パン屋チーム」と「あんパンチーム」に分かれて、違うリズムを手拍子しましょう。

※パン屋が「拍子木」のリズム、あんパンが「ちゃんぽん」のリズムです。

②言葉のリズムをもう一つ増やしましょう。



(膝をたたく) (手をたたく)

※ドーナツは、「すりがね」のリズムです。

※テンポが早くならないように注意しましょう。

③3つのチームに分かれてリズム打ちをしましょう。