

『おたすけ願』ワーク（オンライン版）

○ねらい

一人ひとりが自らの周囲に目を向け、おたすけの心を培い、活動目標「一人が一人のおたすけ相手を」の具体的な取り組みへとつなげる。

○用意する物（各自）

- ・ 筆記用具
- ・ A4用紙（2枚）
- ・ おたすけ願（1枚）

○準備（トレーナー）

- ・ 参加者の手元に「おたすけ願」があるのか確認する。
- ・ ブレイクアウトルームのグループ分けをイメージしておく。
- ・ 「おたすけ願」ワークのスライドをダウンロードし、画面共有できるようにしておく。

○所要時間

90分

○人数編成

4～5人

○進め方

1) 導入（5分）※導入は、必要に応じて実施する。

- ・ A4用紙、筆記用具を用意。
- ・ ブレインストーミングを行う。

(例題) ①「コンビニにあるもの」など、答えやすい題目。スライド②

②「教祖のお言葉」など、お道にまつわる題目。スライド③

2) 思い浮かぶ人を白紙にできるだけ多く記入する。(5分) スライド④

- ・ 先ほど使用したA4用紙を裏返し、白紙の面を向ける。
- ・ トレーナーから、「日常生活を振り返って、『あのとき、たすけてもらった』と感じる人の名前を
思いつく限り書き出してください」と促す。

※トレーナーは、ペンが止まっている人や困っている人がいたら、声を掛ける。

(例)「家族や親戚、友人、職場の人、教会の人、青年会の人、近所の人などを思い浮かべてみて下さい」

(例)「声を掛けてもらった、話を聞いてもらった、親切にもらったなど、ささいなことで構いません」

3) たすけられた人を一人選ぶ。(15分) スライド⑤

- ・新しいA4用紙を用意。
- ・2)で挙げた中から、「あのとき、たすけてもらった」と感じた人の名前(家族以外)を一人選び、A4用紙に記入する。合わせて、その人のことやたすけてもらった内容など、エピソードを記入する。(5分)

※「必ずしも、本名を記入する必要はありません。イニシャル・仮名でも構いません。安心して取り組んでください」と促す。

- ・全員の記入が終わった後、必要に応じて参加者を4、5人ずつのグループに分け、ブレイクアウトルームをつくる。それぞれのグループで、一人ひとり発表する。時間になればブレイクアウトルームを閉じる。(10分)
- ・トレーナーから、「少し時間を取るので、A4用紙に羅列した、たすけてもらった人たちの名前

を目で追ってください」と指示する。(目安15～30秒)

・その後、「私たちは、たくさんの人にたすけていただいて毎日を過ごしています。これからの時間は、私たちが、誰かのためにできることを考えたいと思います」と促す。

4) たすけたい人を一人選ぶ。(15分) スライド⑥

・A4用紙に、今、心に浮かぶたすけたい人、または気がかりな人を一人選び、その人の困っていることや悩みなど、その人の状況を記入する。また、「記入が終わった人は、その方を通して気付いた親神様の思いや、反省すべき自らの心遣いについても考えてみてください」と促す。(5分)

・全員の記入が終わったら、再び、同じメンバーでブレイクアウトルームに分かれ、一人ひとり発表する。(10分)

※発表は、個人情報に配慮し、伝えられる範囲でよいことをあらかじめ伝える。

5) たすかりを願うに当たって、自らにできることを考える。(30分) スライド⑦

【手順】

① 参加者がチャットを使用できるかを確認する。

② 神様に、誰かのたすかりを願ってこれまで実践してきたこと、これから行いたいこと、周囲の

人が実践していた方法、本で読んだ内容など、誰かのたすかりを願って行う具体的な方法を思いつく限りチャットに箇条書きをする。この後、「発表があるので送信をせずに待っておく」ことも合わせて伝える。(3分)

③ 同じメンバーでのブレイクアウトルームに分かれ、一人ずつルーム内のメンバーにだけ見えるようにチャットに送信し、記入したことを発表する。時間になれば、ブレイクアウトルームを閉じる。(10分)

④ メンバーの発表を聞き、気になった項目とその理由をA4用紙の空いている場所に(裏でも可)に記入する(質問でも可)。(3分) スライド⑧

⑤ その後、再びブレイクアウトルームに分かれ、順に発表する。終われば、ブレイクアウトルームを閉じる。(10分)

6) 「おたすけ願」を記入する。(15分) スライド⑨

・「おたすけ願」を記入する。(5分)

・全員の記入が終わった後、ブレイクアウトルームに分かれ、順に発表する。終わればブレイクアウトルームを閉じる。(10分)

【おたすけ願 項目】

(1) たすかってほしい方の名前/たすかっていただきたいこと 4) を参考に

(2) その方を通して気付いた神様の思いや自らの心遣い

(3)「たすかり」を願うにあたって、あなたにできることはなんですか？

※5)に記入したことにとらわれず、自由に記入する。

7) まとめ (トレーナーからのコメント)

※ポイント

- ・青年会長様は、「心を澄ます毎日」とは、「『人間がたすけあう姿を見て共に楽しみたい』という、親神様の思いを分かろうとする毎日」であると説明されている。
- ・周囲を見渡し、悩みを抱えている人の姿を通して、親神様が自分に何を伝えようとされているのかを考え、そして、その人のたすかりのために行動を起こしていくことは、自らの心を澄ます上で大きな一歩となる。

○留意点

- ・それぞれのグループにトレーナーが付く場合、発表が全体の基準になるため、話の長さや内容の深さに配慮し、最初に発表する。
- ・秘密保持を徹底する。
- ・話したくない内容については、無理に発表しなくてもよいことをあらかじめ伝える。