

しんきゆうしき
進級式



聖書
テーマ
暗唱聖句

ヨハネ 16・29～33

世に勝つ者

あなたがたは、この世ではなや
みがある。しかし、勇氣を出しな
さい。わたしはすでに世に勝って
いる。

ヨハネ 16・33

目標

キリストにあって、世の困難を
乗り越える勇氣を持つ。

4月2日(日)

聖書
聖句

ヨハネ 16・33

勇氣を出しなさい。わたしはすでに
世に勝っている。 33節

今日のみことばは、「勇氣を出しなさい」とい
うイエス様のことばです。それは、わたしたち
が「世」と戦って乗りこえないといけなから。
「世」というのは、ここでは神様からわたした
ちを引きはなす力のことです。神様を忘れさせ
る誘惑。神様なんて信じない！と思わせるよう
なつらいこと。わたしたちは心の弱い人間です
から、「世」の力に負けそうになります。

でも、だいじょうぶ。イエス様は、わたした
ちの弱さをせ〜んぶ知っておられます。そんな
わたしたちだから、イエス様は「世」の力を乗
りこえる、本当の勇氣を教えられたのです。

祈り 天のお父様、「世」の力を乗り越える本当
の勇氣について、教えてください。

4月3日(月)

聖書
聖句

ヨハネ 16・29～30

あなたが神からこられたかたである
と信じます。 30節

イエス様が十字架にかかれる前の日。弟子
たちは、「イエス様はこれからどうなるの？」
と不安になっていました。そんな弟子たちにイ
エス様は、最後まで神様について教えられまし
た。すると弟子たちは、イエス様のみことばに
感動して、「イエス様は神様がつかわした救い
主だ！」とはっきりとわかって、勇氣がわいて
きました。そして、「あなたが神様からつかわ
されたお方だと信じます！」と告白したのです。

イエス様が神様からつかわされた、あなたの
救い主だと信じること。これがまず、あなたが
本当の勇氣をもつために、大切なことです。

祈り 天のお父様、イエス様が神様からつかわさ
れた、わたしの救い主だと心から信じま
す。

4月4日(火)

聖書
聖句

ヨハネ 16・29～31

あなたがたは今信じているのか。 31節

イエス様は弟子たちに、「あなたがたは今信
じているのか」と言われました。弟子たちは、
イエス様が神様からつかわされたお方だと信じ
てはいました。でも、これからイエス様が十字架
につけられ、復活されることまではわからず、信
じていなかったのです。

救い主イエス様はあなたの罪の身がわりに
十字架につけられ、復活されました。このこと
を信じるのが、なにより大切なんです。イエ
ス様を何となく信じているという、あなた。イ
エス様の十字架と復活を、はっきりと信じてく
ださい！

祈り 天のお父様、イエス様がわたしの罪の身
がわりに十字架につけられ、復活された
ことを信じます！

4月5日（水）



ヨハネ 16・31～32

わたしをひとりだけ残す時が来るであらう。 32節

続けてイエス様が言われたことばに、弟子たちは大ショック！これからイエス様は逮捕されて、弟子たちはイエス様を見すててにげて行くというのです。でも、一番つらかったのはイエス様。いつもそばにいた、大好きな弟子たちに見すてられるとわかっていたのですから…。それなのにイエス様は、最後まで弟子たちをやさしく教え、勇気を出して十字架に向かわれたのです。これよりすごい勇気はありません。

イエス様こそ、本当の勇気をもつお方。あなたの罪のみがわりに、くるしくても勇気をふりしぼって、十字架にむかっていかれたのです。

祈り 天のお父様、わたしの罪のみがわりに、イエス様が勇気をふりしぼってくださいました。心から感謝します。

4月6日（木）



ヨハネ 16・31～32

わたしはひとりではない。父がわたしと一緒におられるのである。 32節

イエス様が勇気を出すことができたのは、父なる神様がいつも一緒におられるとわかっていたからです。しかし、十字架にかかれる時は、父なる神様にもすてられなければなりません。あまりにつらく、苦しいことでした。それでも父なる神様にすべてをお任せして十字架の死を乗り越えられたのです！

あなたは、神様に捨てられてひとりぼっちになることは決してありません。イエス様があなたのみがわりに捨てられてくださったからです。

祈り 天のお父様、イエス様がすてられてくださったので、わたしはあなたといつも一緒にいられることを心から感謝します。

4月7日（金）



ヨハネ 16・31～33

これらのことをあなたがたに話したのは、わたしにあって平安を得るためである。 33節

十字架の苦しみ、死さえも乗り越えられたイエス様。それは、「世」の誘惑や苦しみに負けそうなわたしたちに、平安をあたえてくださるためだったのです。

「世」との戦いがなくなるわけではありません。でも、たとえ戦いがあっても、「イエス様がいっしょにいて助けてくれるから、大丈夫！」という平安があたえられるんですよ。何があっても大丈夫。こんな平安は、イエス様以外のものからは絶対もらえません。イエス様だけがくださる平安を、あなたもいただいてください。

祈り 天のお父様、イエス様だけがあたえてくださる平安を、わたしにもください。

4月8日（土）



ヨハネ 16・29～33

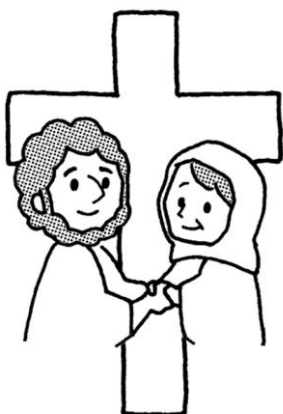
あなたがたは、この世ではなやみがある。しかし、勇気を出しなさい。わたしはすでに世に勝っている。 33節

イエス様は、「わたしはすでに世に勝っている！」と言っておられます。イエス様、勝利宣言！本当の勇気をもっているイエス様、すべての誘惑、苦しみに打ち勝ったイエス様は無敵！

だから、「イエス様、助けてください」といっても、どんな時も頼ろう。「信じるのは自分の力」とか「神様信じるなんて弱い人！」と言う人もいるけど、気にしない。本当の勇気は、イエス様に頼って生きることなのです。イエス様の力によって、「世」の力を乗り越える体験ができます、かならず！

祈り 天のお父様、イエス様に頼って生きる本当の勇気で、世の力を乗り越え、勝利していけることを信じます。

しゅろ ひ
棕櫚の日



聖書
テーマ
暗唱聖句

ヨハネ 19・23～30

十字架による新しい絆

ごらんなさい。これはあなたの母です。

ヨハネ 19・27

神との関係、人との関係を変える十字架の力を知る。

目標

4月9日(日)

聖書
聖句

ヨハネ 19・23

兵卒たちはイエスを十字架につけてから、その上着をとって四つに分け、
23節

今日は棕櫚の日。イエス様が十字架にかかられる受難週のはじまりです。イエス様は逮捕され、裁判にかけられ、あっという間に死刑判決をうけてしまいます。そして十字架にはりつけにされ、着ていた着物まではぎ取られてしまったのです。そんな苦しみの中にいるイエス様を、何人かの人が、そばで見つめていました。

今週は、十字架の上のイエス様と、十字架のそばにいた人々の場面から学びましょう。あなたも、そこにいるつもりでしっかり読んでください。

いの祈り 天のお父様、今週は特に、十字架のイエス様をしっかりと考えながらすごします。

4月10日(月)

聖書
聖句

ヨハネ 19・23～24

彼らは互にわたしの上着を分け合い、わたしの衣をくじ引にした。

24節

イエス様のそばにいた人たち、それはまず、イエス様を十字架につけた兵卒たち。彼らは、イエス様の着物をはぎ取り、分けたり、くじ引きをして自分たちのものにしていました。なんてひどいことを！お思っていますが、彼らのしたことは旧約聖書の詩篇22・18で預言されていたのです。

兵卒たちは、苦しんでいるイエス様を見ても興味なし。なんという冷たい心！しかし、そんな彼らのことをもイエス様は愛して、十字架にかかられたのです。

いの祈り 天のお父様、十字架のイエス様に興味をもたない人も愛してくださる、イエス様の愛を感謝します。

4月11日(火)

聖書
聖句

ヨハネ 19・25

イエスの母と、母の姉妹と、クロパの妻マリヤと、マグダラのマリヤとが、
たたずんでいた。 25節

イエス様のお母さんのマリヤ、女性の弟子たちもイエス様のそばにいました。兵卒たちとはまったくちがひ、悲しみながら十字架の上のイエス様を見つめていたのです。

イエス様の十字架は、あなたの罪の身がわりです。自分の罪のせいで、イエス様がこんなに苦しめられたなんて、悲しくてたまらなくなります。でも、それは大切な悲しみ。罪に本当に気づいて悲しくなった時、イエス様に心から「ごめんなさい、ありがとう」が言えるのですから。

いの祈り 天のお父様、イエス様の十字架はわたしの罪の身がわりです。イエス様、本当にごめんなさい。そして、ありがとうございます！

4月12日(水)



ヨハネ 19・26

婦人よ、ごらんなさい。これはあなたの子です。 26節

十字架のイエス様のそばに、弟子のヨハネもいました。イエス様は、はげしい苦しみの中、母マリヤとヨハネをご覧になり、マリヤに対して「婦人よ、ごらんなさい。これはあなたの子です」と言われたのです。「ヨハネはあなたの子ですよ」ということです。

マリヤは、イエス様という大切な息子を失おうとしていました。イエス様は悲しむマリヤを思いやり、これからはヨハネが息子です、と言われたのです。イエス様の愛は、苦しみの中でも、自分のことよりほかの人に向けられる愛なのです。

祈り 天のお父様、イエス様の愛の大きさにおどろきます。苦しみがあっても愛をあらわす人になりたいです。

4月13日(木)



ヨハネ 19・26～27

それからこの弟子に言われた、「ごらんなさい。これはあなたの母です」。 27節

イエス様は続けてヨハネにこう言われました。「ごらんなさい。これはあなたの母です」。「あなたの母」とはマリヤのこと。「マリヤはあなたのお母さんです」ということです。お母さんをあなたに頼んだよ、とヨハネに任されたのです。

イエス様は、新しい家族をつくられました。イエス様を信じる人すべては、神の家族とされるのです。教会では「兄弟姉妹」と呼びあいますね。それは神の家族だからです。イエス様の十字架から、神の家族が始まったのです。さあ、あなたもイエス様を信じて神の家族になろう！

祈り 天のお父様、イエス様の十字架を心から信じます。わたしをあなたの家族にしてください。

4月14日(金)



ヨハネ 19・28

そののち、イエスは今や万事が終ったことを知って、 28節

弟子のヨハネに母マリヤをまかせられ、新しい神の家族をつくられたイエス様。イエス様の使命を、すべて終えられたのでした。

イエス様が十字架にかかれたのは、神様から離れていたわたしたちの罪がゆるされ、神様としっかりつながるため。そして、イエス様を信じる者どうしが神の家族となるためだったのです。イエス様の十字架の力はすごいですね。ただ罪がゆるされるだけじゃない。ゆるされたことによって、神様のとの関係も、人との関係も、祝福されていくのです！

祈り 天のお父様、イエス様の十字架が、神様との関係も人との関係も祝福して下さることを心から感謝します。

4月15日(土)



ヨハネ 19・23～30

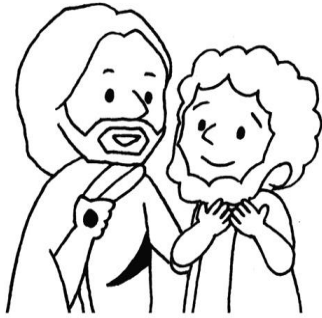
「すべてが終った」と言われ、首をたれて息をひきとられた。 30節

「すべてが終った」とは、「もう自分は死ぬ、終わりだ」ということではありません。「十字架の救いは完了した！」というイエス様の勝利宣言なのです。

ご自分を十字架につけ、着物をはぎとる兵卒を愛し、母マリヤを思いやるイエス様。苦しみの中からは、愛だけがあふれていました。神の家族となったわたしたちが、イエス様のようにならねばならない。わたしたちが愛するのなら、「仲間になりたい！」という人がおこされて、神の家族がたくさんふえていきます！

祈り 天のお父様、わたしたちをとおして、神の家族に仲間入りする人がたくさん起こされますように！

イースター



聖書
テーマ
暗唱聖句

ヨハネ 20・24～29

信仰への招き

あなたはわたしを見たので信じ
たのか。見ないで信ずる者は、さ
いわいである。ヨハネ 20・29
キリストの導きの中で目に見
えないキリストを信じる者とな
る。

目標

4月16日（日）

聖書
聖句

ヨハネ 20・24～29

見ないで信ずる者は、さいわいであ
る。 29節

「うっそう！ ホントウ？」 「信じられなあい」
というような時、あなたならどちら？ 「信じ
ます？」 「いや、信じられません？」 ここに
登場するのは「疑い深い」とレッテルを張ら
れているトマス。彼は「見なければ、決して信
じない」という人でした。彼は考えようによれ
ば、「正直」だったのです。イエス様は彼のす
べてをご存じで、八日後、二度目にトマスのい
る所に来てくださいました。ひれ伏すトマスに、
「信じる人になりなさい」と言われます。

いの
祈り

天のお父様、あなたやイエス様を見ない
で信じていることが、どんなに幸いなことで
あるかが、よくわかりました。

4月17日（月）

聖書
聖句

ヨハネ 20・19～23

そう言って、手とわきとを、彼らに
お見せになった。弟子たちは主を見
て喜んだ。 20節

マグダラのマリヤから、復活の主にお会いし
たと聞いても、弟子たちはユダヤ人をおそれて、
戸をピタツとしめ切っていたのでした。

週の初めの日の夕方たのことです。戸がし
まっていたのに、イエス様が入ってこられて、
彼らの中に立って「安かれ」と言われ、手とわ
きとを見せてくださいました。弟子たちの喜
ぶ顔が目には浮かぶようですね。弟子たちは主を
見て喜んだのでした。その弟子たちをイエス
様は聖霊に満たしておつかわしになるのです。

いの
祈り

天のお父様、何がうれしいと言って、よみ
がえられて生きておられるイエス様を見
る喜びは最高の喜びです。

4月18日（火）

聖書
聖句

ヨハネ 20・24～25

わたしは、その手に釘あとを見、
わたしの指をその釘あとにさし入れ、
また、わたしの手をそのわきにさし入
れてみなければ、決して信じない。 25節

「残念だったねえ、トマス！」 「君も一緒にい
たらよかったのに」、「イエス様とお会いしたん
だよ」。弟子たちだって、イエス様を見たから喜
んで信じたのでした。トマスだけ疑い深い人間
だとみんなから言われていますが、トマスは
正直だったのです。信じるふりはできなかった
のです。だから、こんなふうに言うしかなかった
のですね。「ちゃんとこの目で見て、この指でさ
わってみるまでは絶対に信じられないよ」とね。

いの
祈り

天のお父様、わたしも時には信じられな
いと思えるような時があります。ありの
ままあなたにお祈りしていきます。

4月19日（水）

聖書
聖句

ヨハネ 20・26～29

トマスはイエスに答えて言った、
「わが主よ、わが神よ」。 28節

イエス様がトマスのそんな心を知らないはずがありません。イエス様はわたしたちの苦しみ悩む心をよーくわかっていてくださって、イエス様らしい方法で素晴らしく解決してくださいます。八日後です。今度はトマスも一緒にいた時、戸が閉められていたのに弟子たちの中に来てくださいました。そしてトマスに、「さあ、指をわきに入れてみなさい。信じない者にならないで、信じるものになりなさい」と言われ、トマスは心から主を礼拝しました。

いの
祈り

天のお父様、イエス様を生きておられる神様として心から礼拝し、見ないで信じられたいものになります。

4月20日（木）

聖書
聖句

Ⅱコリント 4・16～18

わたしたちは、見えるものではなく、見えないものに目を注ぐ。 18節

あなたの目はよく見えますか？ 視力1.5だとバッチリですね。でも肉眼は時々見まちがえたり、見そこねたり、そして段々と視力が落ちます。それに目に見えるものは一時的で、どんどん変化したり、なくなっていったりします。何て心細く、頼りないことでしょうね。でも、見えないものに目を注ぐ世界があります。信仰の目をもって見る世界です。目に見えず、手に取って見せてあげられない大切なものがいっぱいあります。永遠に続くものです。

いの
祈り

天のお父様、目に見えるもの、目から飛び込んでくる一時的なものに、振り回されないようお守りください。

4月21日（金）

聖書
聖句

Ⅱコリント 5・1～10

わたしたちは、見えるものによらないで、信仰によって歩いているのである。 7節

「それで、わたしたちは心強い」と続いています。きのうも見ましたように、見えるものは、本当に一時的でどんどん変化したり、なくなったり、過ぎ去ったりしていきます。どうですか？ あなたのかわいいペットも、もしかしていなくなったかもしれませんね。見えるものを頼ったり、あてにするのではなく、見えないもの、すなわち、目に見えないけれど、ちゃんとおられる神様を信じる信仰によって歩くなら、心強いし、安心して進めるのです。

いの
祈り

天のお父様、見えるものではなく、それを造り、治めておられる、目に見えないあなたを信じて歩ませてください。

4月22日（土）

聖書
聖句

ヘブル 12・1～2

信仰の導き手であり、またその完成者であるイエスを仰ぎ見つつ、走ろうではないか。 2節

「イエスから目を離さないでいなさい」と新改訳聖書にはあります。「一体、何を信じていったらいいのかしら」、「一体、何に頼っていったらいいのかしら」、「一体、何をみつめていったらいいのかしら」と、みんなさがし求めているにちがいません。そこで、「ハイ！ イエス様ですよ！」と、わたしたちは迷わず、言えるのです。イエス様は信仰者のお手本です。父なる神様を信じぬき従いぬいて、今、天の座についておられます。しっかり見つめ続けましょう。

いの
祈り

天のお父様、どんな時も、何が起こってもいつでもイエス様を仰ぎ見つつ、目を離さず進んでいけますように。



聖書
テーマ
暗唱聖句

創世記1・1～31

天地創造の神

はじめに神は天と地とを創造された。

創世記1・1

目標

天地創造の神を信じる。

4月23日（日）

聖書
聖句

創世記1・1～31

はじめに神は天と地とを創造された。 1節

今年の春はどんな花がきれいかな。桜の花や、チューリップの花といっしょに写真を写してもらいましたか？ 本当にうれしい春ですね。とてもきれいなたくさんのお花や、ぽかぽか暖かい太陽の光や、サラサラ髪をなでていくそよ風や、緑の木や草、澄んだ青い空にぽっかり浮かぶ白い雲。一体、いっとうやっでできたのかしらと思いませんか。実はこのすばらしい天と地は神様によって造られたのです。何もないところに、み言葉によってです！

祈り

天のお父様、あなたが、はじめに天と地にあるすべてのものをみ言葉によって造られたことを信じます。

4月24日（月）

聖書
聖句

創世記1・3～5

神は「光あれ」と言われた。すると光があった。 3節

やみ、やみ、くらやみ、まっくらやみ。そこに突然、神様のみ言葉でした、「光あれ」。すると光がありました！ 神様はその光をごらんになって、「良し」と満足されたのです。神様はその光とやみとを分けられました。そして光を昼と名づけられました。やみを、夜と名づけられました。はじめに神様のみ言葉で造られたのは、「光」だったのですね。み言葉の力ってすごいですね。夕となって、また朝となりました。これが第一日目のことでした。

祈り

天のお父様、やみのただ中に、あなたが「光あれ」と言われると光がありました。み言葉の力に感動します。

4月25日（火）

聖書
聖句

創世記1・6～8

神はまた言われた、「水の間におおぞらがあって、水と水とを分けよ。」 6節

二日目は？ 神様は「おおぞら」を造られました。水と水の間に「おおぞら」です。ですから、おおぞらの下の水と、おおぞらの上の水とが、おおぞらによって分けられたのです。その造られた「おおぞら」を、神様は「天」と名づけられました。どこまでも、どこまでも青い空を見つめたことがありますか？ 何だか吸い込まれていきそうですね。神様がお造りになられた「天」は、何て雄大なのでしょうか！ 神様のおこころもきつとおおぞらのよう！

祈り

天のお父様、あなたが造られた水と水の間のおおぞらは、まるであなたのおこころをあらわしているようです。

4月26日（水）

聖書
聖句

創世記1・9～13

神はまた言われた、「天の下の水は一つ所に集まり、かわいた地が現れよ」。

9節

では、三日目は？ 天の下の水を一つ所に集められたのです。するとそこにかわいた地が現れました。神様は、そのかわいた地を「陸」と名づけられました。そして、水が集まった所を「海」と名づけられたのです。ワーイ！「海」だ！ 神様はごらんになって満足されました。三日目にはそれらだけでなく、地に青草と、種をもつ草と、種類にしたがって種のある実を結ぶ果樹とをはえさせたのです。みんなの大好きなフルーツは三日目に造られました！

いの
祈り

天のお父様、あなたのほんの一言で、数え切れないほどのフルーツが造られたかと思うと、ただ驚くばかりです。

4月27日（木）

聖書
聖句

創世記1・14～19

神はまた言われた、「天のおおぞらに光があつて昼と夜とを分け、しるしのため、季節のため、日のため、年のためになり、天のおおぞらにあつて地を照らす光となれ」。

14～15節

はい、四日目ですよ。四日目にやっと、昼の大きい光、つまり太陽を造られ、夜の小さい光、月が造られました。それにまたまた、数え切れないほどの星を造り、天のおおぞらに、宝石のようにちりばめられたのでした！これらの光で、一日一日、一週間、一週間、一ヶ月、一ヶ月、一年一年、春夏秋冬が刻まれていくのです。何と驚くべき神様が造られた天の法則なのでしょう！

いの
祈り

天のお父様、このような天体をあなたは造られただけでなく、今もちゃんと保つておられるのがスゴイです。

4月28日（金）

聖書
聖句

創世記1・20～23

神はまた言われた、「水は生き物の群れで満ち、鳥は地の上、天のおおぞらを飛べ」。

20節

次、五日目は？ 水の中の生き物と、天のおおぞらを飛ぶ鳥たちですよ。水と言っても、海水、つまりしょっぱい水の中に泳ぐものと、しょっぱくない真水の中にいるものとはまたちがいますよね。さあ、水の中にいる生き物たちの名前、いくつ言えますか？ 大空を飛ぶ鳥たちの名前は？ 種類別に言ってくださいと言われると、ちょっと大変です。動物図鑑がいりますね。神様は良しとされ、祝福して、「生めよ、ふえよ、海の水や地にふえよ」と言われました。

いの
祈り

天のお父様、あなたの一言で、海や水の生き物、空飛ぶ鳥たちのすべてが造られたと知り、圧倒されてしまいます。

4月29日（土）

聖書
聖句

創世記1・24～25

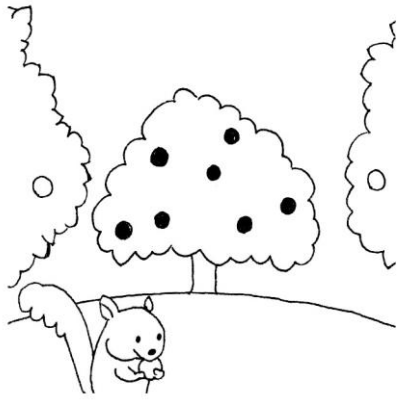
神はまた言われた、「地は生き物を種類にしたがっていだせ。家畜と、這うものと、地の獣とを種類にしたがっていだせ」。

24節

さあ、六日目です。どんなものが造られたと思いますか？ あなたのペットたちですよ！家畜や這うものや、地の獣たちを、種類にしたがっていだせと地に向かって言われたら、そのようになりました。これまた考えられないほどの種類、それに一匹一匹が、何て複雑に細かく驚くばかりによくできていること！神様が良しと満足されたのですから。そして、最後に、神様のかたちにかたどられた人間が造られました。

いの
祈り

天のお父様、ありとあらゆる動物たちがあなたの言葉で造られたのだと思うと、み言葉のわざをほめたたえます。



聖書
テーマ
暗唱聖句

創世記2・15～17、3・1～7

罪の起源

善悪を知る木からは取って食べてはならない。それを取って食べると、きっと死ぬであろう。

創世記2・17

目標

罪が不信仰から生まれることを知り、み言葉に信頼し、従う者となる。

4月30日（日）

聖書
聖句

創世記2・15～17、3・1～7

善悪を知る木からは取って食べてはならない。それを取って食べると、きっと死ぬであろう。 2・17節

イエス様が両親に仕えられたということは、両親の言われることによく従われたということです。「これにはさわってはいけません」と言われるとさわりたくなる！「入ってはいけません」と書いてあると入りたくなる！それが私たち人間のやることでしょう。そういうことの始まりが今週のメッセージです。罪の始まりですね。つまり神様の言いつけがちゃんと守れないところから罪が始まってしまいました。「きっと死ぬ」ということがわかっているのに。

祈り

天のお父様、イエス様があなたや両親の言葉に従いぬいたように、私もあなたのみ言葉を信じ従います。

5月1日（月）

聖書
聖句

創世記2・15～17

あなたは園のどの木からでも心のままに取って食べてよろしい。16節

百円払って、ドリンク飲み放題、五百円払って、焼き肉食べ放題なんて、「ウハ、ウハ！」ですよね。「もう満タンで、食べきれない。別バラもいっぱい」だなんて、幸せでしょう？この人は、全くタダで、園の中にあるどの木からでも、思うまま、心のまま欲しいまま、食べたいまま取って食べることができたのです。たった一本の木だけを除いてね。エデンの園には一体何本の木があり、何種類の木の実がなっていたのでしょうか？！気が遠くなる？！

祈り

天のお父様、豊かなエデンの園の様子と初めの人の様子を想像します。あなたは本当に豊かな愛のお方です。

5月2日（火）

聖書
聖句

創世記3・1

園にあるどの木からも取って食べるなど、ほんとうに神が言われたのですか。 1節

へびが好きな子いますか？中には、へびにひどい事をしたりする子もいますが！へび、大っ嫌いの子が多いと思います。姿もくねくねしてすごく気持ち悪いし、毒を持っていたら大変ですものね。何年？何十年？何百年？かわかりませんが、幸せなエデンでの生活の中に、人を誘惑してきたのがへびでした。最も狡猾な野の生き物だったのです。ずる賢い、悪いやつでしたよ。だから神様の言葉を曲げて、神様は何て厳しいんだと言わんばかりに近づいたのです。

祈り

天のお父様、あなたのみ言葉を、ちゃんと心に貯えて、決して、曲げたり、だまされたりしないよう注意します。

5月3日（水）

聖書
聖句

創世記3・2～3

これを取って食べるな、これに触れるな、死んではいけないからと、神は言われました。 3節

「伝言ゲーム」ってやったことありますか？最初に伝える人からまちがって伝えたりしたらみんなまちがえるし、次の人やその次の人が少しずつまちがえると、最後にはとんでもない文になってしまって、大爆笑ですね！ここでは笑ってなんかいられません。女は神様の言葉を違えて言ってしまいました。神様は、「きつと死ぬ」（2・17）と言われたのに、「死んではいけないから」と言われた、と答えました。神様のみ言葉はそのまま信じて従うべきなのです。

いの
祈り

天のお父様、あなたのみ言葉を変えたりしないように、そのまま受け入れ、信じ従っていけるよう助けてください。

5月4日（木）

聖書
聖句

創世記3・4～5

それを食べると、あなたがたの目が開け、神のように善悪を知る者となることを、神は知っておられるのです。 5節

へびはその女の不安気な、自信のない言葉をとらえて言いました。「いやいや、あなたがたは決して死ぬことなんかありませんよ。大丈夫、大丈夫！ それを食べるとね、あなたがたの目が開かれるんですよ。そして、なんと、神のように善悪を知る者となることを神は知っておられるんですよ。だからね、取って食べてはいけないと言われたんです。でもね、決して死ぬことなんてありませんよ」と。とっても上手に女の心を揺り動かす誘い方でした。

いの
祈り

天のお父様、あなたのみ言葉だけに信頼していかなければならないということがよくよくわかってきました。

5月5日（金）

聖書
聖句

創世記3・6

その実を取って食べ、また共にいた夫にも与えたので、彼も食べた。 6節

神様のみ言葉とはちがう言葉に耳を傾け、それを心に取り入れた結果、恐ろしい罪の誘惑が入りこんできましたね。耳の次には、今度は目ですよ。「女がその木を見ると、それは食べるに良く、目には美しく、賢くなるには好ましいと思われた」とあるとおりです。そしてついに！手に取って、「パクッ！」自分だけではいやだったので、そこに一緒にいた夫にも与えると、彼も、「パクッ！」と、ふたりして食べてしまったのでした。何を見るか、ご注意！

いの
祈り

天のお父様、胸がドキドキするような瞬間でした。この耳で聞くこと、この目で見ることに関心をつけたいです。

5月6日（土）

聖書
聖句

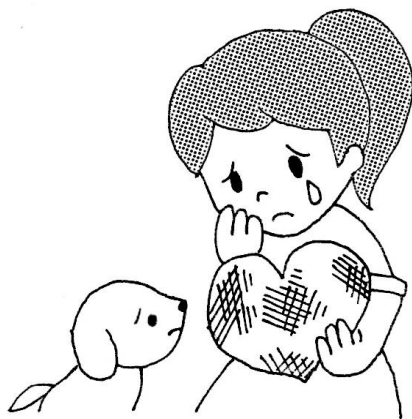
創世記3・7

すると、ふたりの目が開け、自分たちの裸であることがわかったので、いちじくの葉をつづり合わせて、腰に巻いた。 7節

するとふたりはそこにバツリ倒れて死んでしまったのでしょうか？いいえ。むしろ、へびが言ったように、ふたりの目が開けたのです。でも見たものは、「うわあ、恥ずかしい、私たち裸なんだわ」。ふたりは急いで、いちじくの葉をつづり合わせて、腰に巻きました。神様とお交わりしていた時は、裸でも少しも恥ずかしいとは思わなかったのです。でも言いつけにそむいた結果、裸を恥ずかしく思い、その恥を隠そうとしたのです。神様の前には隠せないのね。

いの
祈り

天のお父様、人類にこのようにして罪と死が入ってきました。あなたのみ言葉のみ信じ従えるよう助けてください。



聖書
テーマ
暗唱聖句

創世記3・6～19
罪の結果
罪の支払う報酬は死である。

ローマ 6・23

目標

罪の結果の恐ろしさを知り、罪を悔い改める者となる。

5月7日（日）

聖書
聖句

創世記3・6～19
罪の支払う報酬は死である。

ローマ 6・23

お風呂掃除一回五十円、水まき一回五十円、お買物一回百円。お母さんからもらう「お小遣い」のことを、難しい言葉で「報酬」といいます。お母さんが支払ってくれるのですね。きょうのみ言葉では、「罪」というご主人に仕えて、罪をどんどん犯し続け、罪のご主人に仕えて仕えていくと、終わりに何を支払ってくれるかという、「死」だということです！これは肉体の死もそうだし、何よりも魂の死、そして最後には神様から離れてしまう永遠の滅びという死なのです。

祈り

天のお父様、永遠の死ほど恐ろしいものはありません。どんな小さな罪も悔い改められるよう助けてください。

5月8日（月）

聖書
聖句

創世記3・8～9
主なる神は人に呼びかけて言われた、「あなたはどこにいるのか」。9節

あなたも何か悪いことをして、こそこそと隠れたことがありますか？ お父さんの大切なものをこわして、隠れたり、お父さんの顔を見られなかったり——。ここで人とその妻とは、神様が日の涼しい風の吹くころ、園の中を歩いてこられる音を聞いて、神様の顔をまともに見られないで、避けて、園の木の間に隠れてしまったのです！神様はそんなふたりに「あなたはどこにいるのか」と呼びかけられます。今、あなたにも呼びかけておられるのです。

祈り

天のお父様、呼びかけてくださり感謝します。罪をおわびして、ちゃんとあなたの前にいる子どもにしてください。

5月9日（火）

聖書
聖句

創世記3・10～11
食べるなど、命じておいた木から、あなたは取って食べたのか。11節

人は、恐る恐る神様に答えました、「園の中であなたの歩まれる音を聞き、わたしは裸だったので、恐れて身を隠したのです」と。神様は言われます、「あなたが裸であるのを、だれが知らせたのか」。神様にはすぐにピンときたのでした。続けて言われます、「食べるなど、命じておいた木から、あなたは取って食べたのか」と。神様の目はごまかせませんね。何も神様から隠すことはできないし、だれも神様の目から隠れることはできないのです。

祈り

天のお父様、あなたがいつもすべてを見てくださることを忘れることなく、あなたの目の前に生活します。

5月10日（水）

聖書
聖句

創世記3・12～13

わたしと一緒にしてくださったあ
の女が、木から取ってくれたので、
わたしは食べたのです。 12節

神様にズバリ！言い当てられて、人は答えま
した、「あの女、あなたがわたしと一緒にして
くださったあの女がくれたので、わたしは食
べたのです」と。神様が、今度は女に「なん
ということをしたのか」と言われると、女は、
「へびです、へびがわたしをだましたので、そ
れでわたしは食べたのです」と言いました。こ
ういうのを罪のなすり合いと言います。何でも
人のせいにするのです。人は女に、女はへび
になすりつけ、へびは地面に、体をなすりつ
けたんですって！

いの
祈り

天のお父様、まさに罪を犯したふたりの
罪まるだしの姿を知りました。あなた
の前に正直であれますように。

5月11日（木）

聖書
聖句

創世記3・14～15

おまえは、この事を、したので、す
べての家畜、野のすべての獣のうち、
最もものろわれる。 14節

罪を犯したふたりに対してももちろんです
が、恐ろしい罪の結果をもたらした誘惑者へび
に対しても神様は語られます。罪を犯させると
いうことがどんなに大きな罪かが、よくわかり
ます。「すべての家畜、野のすべての獣のうち、
最もものろわれる」というのです。「お前は腹で、
這いあるき、一生、ちりを食べるであろう」
というのろいです。家畜や、野の獣が普通に
持っている手も足もありません。四本足といっ
た方がいいのかな？ 腹ではいあるき、ちりを
食べるのです。

いの
祈り

天のお父様、人を誘惑して、罪を犯させ
ることは、最も大きな罪でのろわれる
べきだとよくよくわかりました。

5月12日（金）

聖書
聖句

創世記3・16

わたしはあなたの産みの苦しみを
大いに増す。 16節

赤ちゃんが産まれる時の苦しみは、大変なも
のです。お母さんが死ぬことだってあるし、赤
ちゃんが死ぬことだってあるくらいです。そう
考えると、わたしたちはみんな、「お母さん、
そんなにも苦しい目をして、わたしを産んでく
れて、本当にありがとう！」と言わなければな
りませんね。もちろん「オギャーッ！」って無事、
産まれた時の喜びは大きいのですが。その苦
しみというの、実は罪の結果だということが
わかります。罪を恐れましょう。

いの
祈り

天のお父様、女の人の子どもを産む時
の苦しみが罪の結果ののろいだとわか
りました。罪は犯したくないです。

5月13日（土）

聖書
聖句

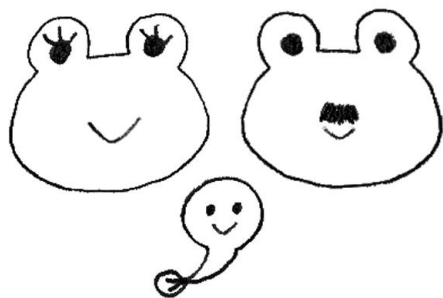
創世記3・17～19

あなたは顔に汗してパンを食べ、つ
いに土に帰る、あなたは土から取ら
れたのだから。 19節

最後に神様は、人に言われました。たとえ女
が木から実を取って彼に与えたとしても、やっ
ぱりそれを食べてしまったのですから、同じく
罪を犯してしまったことになるのです。人は、
一生、苦しんで地から食べ物を取ることにな
ります。たしかに、農夫たちの苦しみも大変で
す。寒い時、暑い時の労働は苦しいです。そし
てついには、土から取られたので、ちりだから、
ちりに帰っていくのです。朽ちる体となり、死
が入りこんでしまったのです。

いの
祈り

天のお父様、罪の結果がどんなにか厳し
いものかを知りました。罪から、またそ
の誘惑から、いつもお守りください。



聖書
テーマ
暗唱聖句

出エジプト 20・12~17

父と母とを敬え

あなたの父と母を敬え。

出エジプト 20・12

目標

両親を敬い、大切にする。

5月14日(日)

聖書
聖句

出エジプト 20・12

あなたの父と母を敬え。

12節

ルールってなんであるんだろ？ きゅうくつ
だなあ…って思ったことある？ ルールを作ら
なくても、みんなが当たり前のことをちゃんと
守れていたならルールはいらないだろうね。でも
心に罪をもった人間は自分勝手に、当たり前
のこともできないのです。

神様は、どうやったらみんなが幸せである
か知っているから、ルールを作ってくれたんだ。
ルールってたいせつなんだね！

人は人とかわりながら生きているね。人と
人の一番小さい集まりは家族！「愛する」
「神様に従う」ってどういうことか？を体と
心で学んでいきたいせつな場所なんだよ！

祈り

天のお父様、家族の中で、あなたのルー
ルから 幸せになる方法を、体と心で
学べますように！

5月15日(月)

聖書
聖句

出エジプト 20・12

あなたの父と母を敬え。

12節

今は「家族」がこわれている時代だから、い
ろいろむずかしいけど、あなたが生まれてきた
からには、あなたには両親がいるということ。

親は、あなたをりっぱな大人に成長させる
ため「育てる」責任や、神様があなたを愛す
るように愛することを神様からまかされたの
です。そして、あなたには、あなたを育ててく
れる両親やだれかをたいせつにし、従っている
かどうか、と聖書は聞いているのです。

親は子に、子は親に、どのように接している
か、神様はいつも見られているんだね。

おたがいのとる態度が神様への態度でもあ
る、ということをおぼえておいてね！

祈り

天のお父様、あなたを愛するように家族
や両親を愛することができますように。

5月16日(火)

聖書
聖句

出エジプト 20・13

あなたは殺してはならない。 13節

この地球にあふれる「命」のひとつひとつ、
神様が造られたことを知っている人は、それが
特別で、意味があって、美しいものだという
ことがわかるでしょう。でも、「命」のことを
そのへんにごろごろいるつまらない、ぐうぜん
生まれたものだと考える人もいるんだ。

自分の気に入らない人に「死ね」とすぐ言え
てしまう、そうでなくても心の中で「いなく
なれ」と思う、それくらい命はちっぽけなも
のなのか？ 考えてみよう。人があやつったり
うばったりしていい命はひとつもないよ。

命はすべて造り主、神様の手の中にあるこ
とを知っているあなたでいてください！

祈り

天のお父様、あなたのくださった命を
たいせつに生きる者としてください。

5月17日(水)



出エジプト 20・14

あなたは姦淫してはならない 14節

「結婚」「夫婦」というのは神様のルールです。お父さんがいてお母さんがいるからそこに新しい命ができて家族になれるのです。そして、それは神様からの祝福です。

そこに、だれか知らない人がやってきて、お父さんかお母さんをうばったら、家族はこわれてしまうよね。でも今は、そのルールが人間の自分勝手にぐちゃぐちゃになってしまい、あの人が好きだわ、この人もいいわ、とだれがだれの子どもで親なのか、わからない時代になってしまいました。

ひとりの人も愛せないのに、ただおひとりの神様を愛せるはずがないよね。

いの
祈り

天のお父様、いつかわたしも、あなたの祝福の中で、ただひとりの人をたいせつにできる結婚をできますように。

5月18日(木)



出エジプト 20・15

あなたは盗んではならない。 15節

お店のものを盗んだことはなくても、いつもだれかが持っているものを「いいなあ」「ほしいなあ」なんてことはないかな？

そんな思いは、お母さんのおさいふから、100円こっそりもらったとか、お友だちのテストの答えをこっそり見たりとか、自分にせっかくもらった時間をだいなしにしてしまうとか、行いにあらわれることがあります。

イエス様も、「人の内側にあるものが人を汚す」って言うてるよ。あなたの心のなかや、行いはどうですか？ もし、問題があるなら、イエス様にお話しして、解決してくださいね。

いの
祈り

天のお父様、どんな小さな「ぬすみ」の罪からも、お守りください。心のなかをイエス様によってきれいにしてください。

5月19日(金)



出エジプト 20・16

あなたは隣人について、偽証してはならない。 16節

人は「ウソをついて生きなさい」と教えられてもいないのに、ウソをつく罪を持っているね。ひとつの小さなウソをかくすために、中くらいのウソをつき、それをかくすためにもっと大きなウソをつき、どんどん大ウソつきになっていってしまう、それは悲しいね。

もし、人にばれることがなかったとしても、神様は、それをじーっと見て知っておられます。神様は「心を見る」お方です。

あなたの口は、神様を賛美するために、神様を伝えるためにあたえられたもの！ 自分の口や言葉をどう使うか、考えてみてください！

いの
祈り

天のお父様、ウソにウソを重ねて生きるのではなく、あなたを賛美する口でありますように。

5月20日(土)



出エジプト 20・17

あなたは隣人の家をむさぼってはならない。 17節

「盗む」お話とにているけど、「いいなあ」「うらやましいなあ」「ほしいなあ」と思うことあるよね？ なんか、自分が持っていないものを、ほかの人は全部持っているように感じちゃうんだね。でも、ほんとにそうかな？

自分が持っていないものをぶつぶつ言う前に、自分が神様からあたえられたものをかぞえてごらん。「今日も元気で過ごせた」「学校に行けた」「ごはんが食べられた」「神様に愛され、ゆるされている」たくさんあると思うよ！

そう、今あなたに必要なものは全部あたえられているのです。神様に感謝しようね。

いの
祈り

天のお父様、今日もあなたの恵みをたくさんいただいていることを感謝します。



聖書
テーマ
暗唱聖句

マタイ 5・1～12

さいわいな人

こころの貧しい人たちは、さいわいである。天国は彼らのものである。

マタイ 5・3

目標

真に幸いな生涯の秘訣を知る。

5月21日（日）

聖書
聖句

マタイ 5・3

こころの貧しい人たちは、さいわいである。天国は彼らのものである。

3節

イエス様は、ご自分を信じる人たちのしあわせを心からねがって、たくさんのことをおしえてくれたよ。どんな人がしあわせなんだろう？

神様を知らない人たちのしあわせは、自分が成功したり、だれかに「すごいね！」って思われることみたい。でも、そういうしあわせは、死んでしまえばおしまいだし、それを神様がくれたものだと知らないんだ。さんねんだね…。

すべてのものは神様がくれること、どんなときも神様がたすけてくれることを知っている心の人が、しあわせなんだよ。だってそのしあわせは天国につづいているもんね！

祈り

天のお父様、天国につづくしあわせを持って生きていけますように。

5月22日（月）

聖書
聖句

マタイ 5・4～5

悲しんでいる人たちは、さいわいである。彼らはなぐさめられるであろう。

4節

悲しんでるのにしあわせ？ イエス様のおしえはときどきあべこべに聞こえちゃうかな？

この悲しみはね、心の中にある罪のこと。今まで神様にさからって自分かってに生きてきたことがわかるとき「神様、ごめんなさい」と、罪をおわびする心に変えられていくよね。

神様にしか赦すことのできないこの罪を、悲しんでおわびできる心の人には、赦され、よろこばれ、天国ゆきの新しい命をもらって歩きだせるよ！ このしあわせはどこにもないね。

祈り

天のお父様、どんな小さな罪も、そのままにしておかないで、あなたにおわびできる子どもにしてください。

5月23日（火）

聖書
聖句

マタイ 5・6

義に飢えかわいている人たちは、さいわいである。彼らは飽き足りるようになるであろう。

6節

わたしたちが「あれほしい！これも！」って思うのは、おなかがすいたときや、自分が持っていないものをだれかが持っていたときかな？でもね、今おはなししているのはそんなものじゃなく、神様の正しさを言ってるんだ。「神様に赦されて神様の子どもでいたい！神様によろこばれたい！」と心から思い、しんげんに神様に聞き従うとき、あなたの心や生き方が、イエス様のような、神様によろこばれる人に変えられていくよ！ やった～！！

祈り

天のお父様、心や生き方が変わられて、イエス様のようにあなたによろこばれる人になってください。

5月24日（水）



マタイ 5・7

あわれみ深い人たちは、さいわいである。彼らはあわれみを受けるであろう。 7節

あなたの心^{こころ}が、どんな大きな罪^{おおつみ}を持っていたとしても、神様^{かみさま}は赦^{ゆる}してくださるお方です。だって、あなたを愛し、永遠^{えいえん}に滅^{ほろ}びなくてもいいようにと、あなたの罪^{つみ}の代わりに、ひとり子^{ひとりこ}イエス様^{イエスさま}を十字架^{じゅうじか}につけてくださったでしょう。神様のあわれみはこんなに大きいんだ！だから、心^{こころ}からそのことがわかったなら、「自分が神様に赦^{ゆる}されたように、自分もだれかを赦^{ゆる}す」人^{ひと}になろうね。祝福^{しゅくふく}があふれるよ！

いの

祈^{いの}り 天^{てん}のお父様^{とうさま}、イエス様^{イエスさま}を身代わり^{みが}にするほど、わたしを愛し、あわれんでくださり感謝^{かんしゃ}します。わたしも、人^{ひと}を愛し、ゆるせる人^{ひと}にしてください。

5月25日（木）



マタイ 5・8

心の清^{きよ}い人たちは、さいわいである、彼らは神を見るであろう。 8節

人間^{にんげん}が見ることができるのは、人^{ひと}のすがたややっていることだけ。でも、神様^{かみさま}は、そんなことであなたが良いか悪いかを決^きめないで、いつもあなたの心^{こころ}の中^{なか}を見ているんだ。

でも、人間^{にんげん}のどりよくでは、心^{こころ}の中^{なか}の罪^{つみ}はきれいになることはありません。

心^{こころ}の中^{なか}に、あなたの罪^{つみ}の身代わり^{みが}に十字架^{じゅうじか}にかかってくださったイエス様^{イエスさま}がいるとき、神様^{かみさま}はあなたを「心の清^{きよ}い人^{ひと}」と言われるんだ。イエス様^{イエスさま}が心^{こころ}の中^{なか}にいるしあわせ！

いの

祈^{いの}り 天^{てん}のお父様^{とうさま}、わたしも自分の罪^{じぶんのつみ}を自分でなくせません。でも、この罪^{つみ}のために十字架^{じゅうじか}についたイエス様^{イエスさま}が、今日^{きょう}も心^{こころ}の中^{なか}にいてくれるからしあわせです。

5月26日（金）



マタイ 5・9

平和をつくり出す人たちは、さいわいである、彼らは神の子^{かみの子}と呼ばれるであろう。 9節

イエス様^{イエスさま}がわたしたちに愛^{あい}やゆるしをくれたから、わたしたちの心^{こころ}の中^{なか}はとても平和^{へいわ}です。でも、あなたのまわりを見てみて。罪^{つみ}をかかえて苦しんでいる人^{ひと}、悲^{かな}しんでいる人^{ひと}、きずつけ合^あっている人^{ひと}はいませんか？

ただ「かわいそう」と思うだけではなく、出^でて行って、イエス様^{イエスさま}がくれた、愛^{あい}や、なぐさめや、はげましや、希望^{きぼう}をとどけてみませんか？

わたしたちは平和をつくる人^{ひと}にされた、神^{かみ}の子^こだもんね！

いの

祈^{いの}り 天^{てん}のお父様^{とうさま}、わたしも、イエス様^{イエスさま}がくれたたくさんのもの^{もの}をとどける、平和^{へいわ}をつくる人^{ひと}にしてください。

5月27日（土）



マタイ 5・10~12

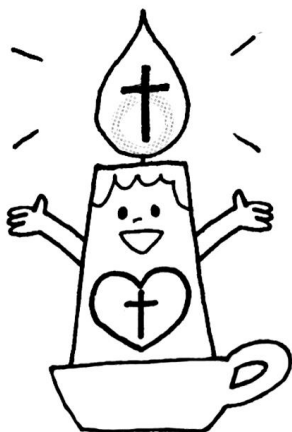
義^ぎのために迫害^{はくがい}されてきた人^{ひと}たちは、さいわいである、天国^{てんごく}は彼^{かれ}らのものである。 10節

神様^{かみさま}を信^{しん}じる人^{ひと}とそうでない人^{ひと}の生き方^{いかた}やかんがえ方はぜんぜんちがうね。そして、神様^{かみさま}に従^{したが}って生きるとき、まわりの人^{ひと}から苦しめられることがたくさんあるんだ。

でも、悲^{かな}しんじやいけないし、神様^{かみさま}を信^{しん}じることをやめちゃいけない！だって、神様^{かみさま}を信^{しん}じて生きぬいた人^{ひと}には「天国^{てんごく}」というゴールがあるんだもの。罪^{つみ}や、永遠^{えいえん}の滅^{ほろ}びにむかう生き方^{いかた}からはなれて、さいこうのしあわせがある天国^{てんごく}めざして生きていこうね！

いの

祈^{いの}り 天^{てん}のお父様^{とうさま}、わたしも、どんなことがあってもあなたを信^{しん}じて生きています。天国^{てんごく}に行^いけることほどしあわせなことはありません！



聖書
テ—マ
暗唱聖句

マタイ 5・13~16

地の塩・世の光

あなたがたは、世の光である。

マタイ 5・14

目標

地の塩、世の光として生きる。

5月28日（日）

聖書
聖句

マタイ 5・14

あなたがたは、世の光である。14節

真っ暗なお部屋にゴミが落ちていても見えないけど、光がついて明るくなるとゴミが見えて、お片づけできるね。それと同じで、神様を知らずに生きている人たちの心とこの世界は、罪のゴミで真っ暗だけど、わたしたちの心は罪のゴミがかたづいてとってもきれい！そして、心を照らしてくれるイエス様がいつもいっしょ。

あなたが神様の言うことをきいてすごすとき、心がかがやき、まわりにいるお友達は、「君の信じている神様ってすごい！心がきれいってすごい！」ってびっくりするよ！

いの祈り

天のお父様、わたしたちを世の光にしてください感謝します。もっともとかがやけますように！

5月29日（月）

聖書
聖句

マタイ 5・13

あなたがたは、地の塩である。13節

わたしたちの体は、塩がないと生きられないって知ってる？それに、おにぎりやポテトチップスがあんなに美味しいのもお塩のおかげ。あとね、塩がついてるとくさらない！目に見えないけれどちゃんと働いてるんだね！すごいな塩！

イエス様はあなたも、人のために働く塩だって言ってるよ。あなたがいなくやこまる！あなたがいるだけでみんなが悪魔というばい菌から守られたり、みんなの美味しいとこ、すばらしいとこをだしてあげる！そんな塩みたいなあなたでいてくださいね。

いの祈り

天のお父様、わたしも、まわりの人を悪魔から守り、すばらしいところをひきだせる、塩のような人になってください。

5月30日（火）

聖書
聖句

マタイ 5・15~16

人々があなたがたのよいおこないを見て、天にいますあなたがたの父をあがめるようにしなさい。16節

神様がすばらしい愛の神様だってこと、どうすればみんなにつたわるかなあ？

「神様はすごいよ」って言うことも大切。でもね、言うだけで終わっちゃいけないよね。

聖書は、「それは、あなた！」って言ってるよ。神様から愛され、赦され、新しい命で生きているあなた、神様の愛をいっぱいもらって、知っているあなたが、今度はお友だちや家族に、神様からもらった愛をあげていく番なんだ。

そのときはじめて、「あなたを変えてくれた神様は本物だね」ってつたわるようになるね！

いの祈り

天のお父様、わたしも、あなたが愛のお方であることを、自分のおこないでつたえていけますように。

5月31日（水）



コロサイ 4・6

いつも、塩で味つけられた、やさしい言葉を使いなさい。 6節

上手に味付けされたお料理を食べると、とてもうれしく楽しい気持ちになるでしょ！それからお母さんがあなたのことを考えて、バランスよく作ってくれるお料理は、あなたを健康にしてくれるね。

それと同じで、あなたの話す言葉にも味付けができるの！どんな風にお料理したらおいしくなるか考えるみたいに、どんな風にお話したら、お友だちや家族の人が喜ぶか、傷つかないか、元気になるか、言いたいことがつたえられるか、よく考えてから話そうね。

祈り 天のお父様、みんなに話すとき、まずい言葉ではなく、おいしく味付けされたことばで話せますように。

6月1日（木）



ヨハネ 8・12

わたしは世の光である。わたしに従って来る者は、やみのうちを歩くことがなく、命の光をもつであらう。 12節

懐中電灯やお部屋の電気をつけると、明るくなって安心するね。でも、懐中電灯も電気も、電池がなくなると消えてしまうんだ。それと同じで、心がいつも輝いているには、イエス様が必要なんだ。だって、わたしたちを罪と地獄に向かうまっ暗な道から救い、心を明るく照らしてくれるのは、イエス様だけだから！

イエス様といつもいっしょに歩み、イエス様が聖書から教えてくれる言葉を聞いて行う、光の子どもでいようね。

祈り 天のお父様、心を照らしてくださるイエス様といつもいっしょに生きてゆけますように。

6月2日（金）



I ヨハネ 2・10

兄弟を愛する者は、光におるのであって、つまづくことはない。 10節

教会に新しいお友だちが来たときに、あなたと、教会に来ているほかの友だちが、ケンカしたり悪口を言ったりしたら、新しいお友だちはきっとあなたたちにも教会にもがっかりするだろうね。

「神様を信じているよ」と言っていて、お友だちと仲良くしないなら、あなたは光の子どもではないよ、と聖書は言っています。イエス様はあなただけでなく、みんなも愛してくれます。イエス様のように、まわりにいるお友だちをたいせつにする光の子どもでいようね。

祈り 天のお父様、自分の好きなお友だちだけでなく、ほかのお友だちもたいせつにできる、光の子どもでいさせてください。

6月3日（土）



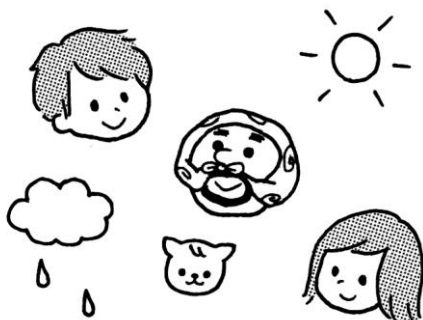
エペソ 5・8～9

光の子らしく歩きなさい——光はあらゆる善意と正義と真実との実を結ばせるものである。 9節

神様の子ども、いつもイエス様といっしょに歩いている光の子どもの中には、だれにでも親切な良い心と、悪い事をきらう正しい心と、うそをつかない正直な心の実がなるんだ！

いつもいつまでも光の子どもでいるために、毎日、心の中を自分でのぞいてごらん。親切じゃない心、悪い事を考える心、うそつきの心の実がなっていないかな。そういう心の実がなりそうとき、神様に「ごめんなさい」をして、きれいな心の実をつけてもらおうね。

祈り 天のお父様、この心の中にはときどき悪い実がなりそうになります。きれいな心の実をつけてすごせるように、悪い心の実をとってください。



聖書
テーマ
暗唱聖句

マタイ 5・43～48

天の父の愛

天の父は、悪い者の上にも良い者の上にも、太陽をのぼらせ、正しい者にも正しくない者にも、雨を降らして下さるからである。

マタイ 5・45

目標

天の父の愛を知り、どんな人をも愛する者となる。

6月4日(日)

聖書
聖句

マタイ 5・43～48

天の父は、悪い者の上にも良い者の上にも、太陽をのぼらせ、正しい者にも正しくない者にも、雨を降らして下さるからである。 45節

「お父さん、ありがとう!」と、父の愛に感謝する日は、毎年6月第3日曜日なのですが、今週は大きな広い豊かな天の父の愛を聖書から学び、私たちもそんな愛で互いに愛し合える神の子どもにされましよう。天の父は悪い者の上にも良い者の上にも同じように太陽をのぼらせ、雨を降らして下さいます。そんな天の父に、どれだけの人が気づいているのかしらと思ってしまういませんか?

祈り

天のお父様、あなたの愛はあまりにも広すぎます! あなたのこの愛にしっかり目が開かれ、伝えていきたいです。

6月5日(月)

聖書
聖句

マタイ 5・38～39

もし、だれかがあなたの右の頬を打つなら、ほかの頬をも向けてやりなさい。 39節

天の父の広い愛に目が開かれていって、この父の子どもと生まれ変わってはじめて、イエス様が教えてくださることが実行できるのですね。もしかして、お友だちから右のほっぺたをパチンとぶたれたら、あなたも相手のほっぺたをパチンパチンとぶってしまいますか? 「天の父の子どもはそうはしないのだよ」と、イエス様は言われます。右の頬を打たれたら、左の頬も、「どうぞ」って出すのですって! こちらは気持ちいいし、相手は「気持ち悪」って?!

祈り

天のお父様、そうしてこそ、本当の勝利なのだ、あなたの愛による勝利なのだとわかります。実行したいです。

6月6日(火)

聖書
聖句

マタイ 5・40

あなたを訴えて、下着を取ろうとする者には、上着をも与えなさい。 40節

ユダヤの人たちにとって、昔、モーセの時代のころから、上着はとても大切なもので、たとえば、質に入れたとしても、夕方には返してあげなければなりませんと、神様の律法にさえ記されていたのです(出エジプト 22・26)。なぜなら、その上着を着て寝るからでした。寒い夜の毛布がわりだったのです。でも裁判で訴えてきた人が、下着を取ろうとするなら、下着はもちろん上着も与えなさいとイエス様は言われます。天の父の愛は徹底してますね!

祈り

天のお父様、昔の律法さえも超えてしまいうあなたの愛に圧倒されます。そのようにしてあなたの愛を示します。

6月7日（水）



マタイ 5・41

もし、だれかが、あなたをしいて一マイル行かせようとするなら、その人と共に二マイル行きなさい。41節

イエス様の時代、ユダヤの国はローマに支配されていて、急に仕事をさせられることが多かったのです。無理矢理一マイル先まで行きなさいと言われたら二マイルでも行きますという心でいなさいというイエス様の教えです。お父さんから、「あそここの店で買ってきて」と頼まれて、「いや！」「自分で行けば」とか言いますか？ そうではなく、「ハーイ！ 行って、買ってきますよ、他に買うものない？」と言うのが二マイル精神ですよ。スマイルでね！

祈り 天のお父様、無理矢理、何か頼まれても、いやがらないで、頼まれた以上のことを喜んでできますように。

6月8日（木）



マタイ 5・42

求める者には与え、借りようとする者を断るな。42節

天の父の愛は、いつでも相手のことを思い、相手の心を大切に、相手が望んでいることをしっかり満足させてあげたいという、思いやりいっぱい愛だということがわかってきませんか？ 自分のことしか考えられない人の心は小さく貧しい、愛のない心なのですね。だから求める人が求めてきたら、与えるのです。もちろん何を求めるかにもよりますが。借りたいという人には、断らないで貸してあげなさいと言われます。相手の人はどんなにか感謝でしょう。

祈り 天のお父様、あなたの愛にあふれた心がわかってきて、とてもうれしいです。求める人の心にこたえてあげたいです。

6月9日（金）



マタイ 5・43～44

敵を愛し、迫害する者のために祈れ。44節

昔ユダヤ人たちは、「隣り人を愛し、敵を憎め」と言っていたようですが、イエス様は、「敵を愛し、迫害する者のために祈れ」と言われました。これこそ、父なる神様の愛、ギリシャ語で特別な言葉を使いますが、『アガペーの愛』そのもので、愛のクライマックス（頂点）だと思います。「えーっ、そんなこと、敵を愛するなんて、できるの?!」と思うでしょう。その鍵は、『祈り』ですよ。迫害する者のためにも祈る、敵のためにも祈る（！）と、心が変わられていくのです。

祈り 天のお父様、お祈りは不思議で、素晴らしいものです。お祈りで、あなたの愛の空気が心に入ってくるのです。

6月10日（土）



マタイ 5・46～48

あなたがたの天の父が完全であられるように、あなたがたも完全な者となりなさい。48節

天の父なる神様も、イエス様も、神様なので「完全」です。でも、「私たち人間は、みんな罪人だったし、弱いし、そんな完全な人間になんて、絶対になれっこありませんよ」と思いますが、もちろん、失敗したり、また罪を犯したりする私たち、そのつど、おわびし、十字架を仰いでゆるしていただきます。が、ここの「完全」は、「愛することにおいての完全」ですよ。「天の父のように、私も同じように愛していきます」という完全です。

祈り 天のお父様、あなたの愛に満たされ完全な者として生きて、まわりの人々にあなたのことを知らせてあげたいです。

ペンテコステ・花の日



聖書
テーマ
暗唱聖句

ガラテヤ 5・16～26

御霊の実

御霊の実は、愛、喜び、平和、寛容、慈愛、善意、忠実、柔和、自制であって、これらを否定する律法はない。ガラテヤ 5・22～23
御霊の実を結ぶ者となる。

目標

6月11日（日）

聖書
聖句

ガラテヤ 5・22～23

御霊の実は、愛、喜び、平和、寛容、慈愛、善意、忠実、柔和、自制であって、これらを否定する律法はない。
22～23節

今日は、きっと心の中をてんけんする日になったかな？ どうだろう？ 心にもイエス様がいる？ お父さんお母さんいっしょにいると似てくるみたいにイエス様に似てきたかな。聖霊のパワーをいっぱいあびて、神様もみんな自分もなっとくする良い実を実らせたいね。そのためには、イエス様からずっとはなれないことがたいせつだからね。

祈り

天のお父様、イエス様からはなれることがないようにお守りください。あなたにも人にもよろこばれる御霊の実を実らせることができますように。

6月12日（月）

聖書
聖句

ガラテヤ 5・16

わたしは命じる、御霊によって歩きなさい。そうすれば、決して肉の欲を満たすことはない。 16節

わたしたちのまわりにはたくさんのルールがあるよね。学校のルール、スポーツのルール、自転車や自動車を運転するルール…。どれもわたしたちを安全に守ってくれるものです。

そして、聖書には、イエス様を信じて神様の子どもになったあなたへのルールがあるね。

そう。御霊によって歩くこと！ これが、あなたを罪から守り、悪魔に勝ち、神様によろこばれるためにひつようなことなんだよ。

祈り

天のお父様、罪や悪魔からわたしたちを守るために、「御霊によって歩く」というルールをくださりありがとうございます。

6月13日（火）

聖書
聖句

ガラテヤ 5・16

御霊によって歩きなさい。 16節

聖書は、あなたに御霊を持っていなさい、ではなくて、御霊によって歩きなさいって言うているね。どういうことかわかるかな？

たいせつなプレゼントも、もったいなくてしまっているだけじゃなんの意味もないよね。それを使うとき、はじめてプレゼントのすばらしさがわかるんだ。

御霊のおくりものにはね、使えば使うほどあなたを変え、まわりの人を変える力があるんだ。罪に勝ち、神様によろこばれる人になることができるんだよ。御霊によって歩こう！

祈り

天のお父様、御霊を持っているだけではなくて、使うことができますように。そして、罪に勝っていくことができますように。

6月14日（水）

聖書
聖句

ガラテヤ5・17～18

肉の欲するところは御霊に反し、また御霊の欲するところは肉に反するからである。 17節

わたしたちの心の中には、神様によるこばれたい思いと、たとえ悪いことでも自分かっにしたい思いとがあります。

こんなとき、あなたならどっちをとる？

神様はね、一人では罪に勝てないあなたが罪をおかさなくてもいいように御霊をくれたよ。

あなたにひつようなのは「罪と戦うぞ」という気持ちを持っていることと、「御霊が罪に勝つための武器だ」って知っていることだね。御霊にたよううね！

いの
祈り

天のお父様、自分の中にある罪に勝つためにも、いつも御霊にたよっていきましょう。

6月15日（木）

聖書
聖句

ガラテヤ5・18

もしあなたがたが御霊に導かれるなら、律法の下にはいない。 18節

御霊の人ってどんな人だろうね？

いつも自分でがんばってルールを守る人？
なんとか自分で努力して自分を良くしようと
している人？ いえ。ちがうみたいだよ。

ルールばかり気にしている人の心には喜びがなくて、自分にだけじゃなくて、お友だちにもきびしくなっちゃうね。

ルールにおさえつけられた人は、その心まで変えられないけれど、御霊の人の心には、いつもイエス様がいて、心から喜んでイエス様といっしょに生きてゆけるんだ。やった～！

いの
祈り

天のお父様、わたしも自分でがんばって実を結ぶ人ではなくて、心から喜んでイエス様といっしょに生きていく御霊の人にしてください。

6月16日（金）

聖書
聖句

ガラテヤ5・19～21

このようなことを行う者は、神の国をつぐことがない。 21節

あなたは御霊の人？ それとも肉の人？
今日のみ言葉をよく見てかんがえてください。

もし、まわりの人が傷ついても自分が楽しく気分がいいと思うなら、あなたは肉の人。もし、あなたにとって神様よりも大切な何かがあるなら、あなたは肉の人。神様が悲しんでも自分がやりたいことはやるなら、あなたは肉の人。

でも、そんな人が神様の子どもでいることも、永遠の命をもらうことも、神様のところに行くこともできないと、聖書は言っているのです。

いの
祈り

天のお父様、今日は自分の心の中を、もう一度てんけんしました。あなたに喜ばれ、あなたのところに行ける子どもにしてください。

6月17日（土）

聖書
聖句

ガラテヤ5・24

キリスト・イエスに属する者は、自分の肉を、その情と欲と共に十字架につけてしまったのである。 24節

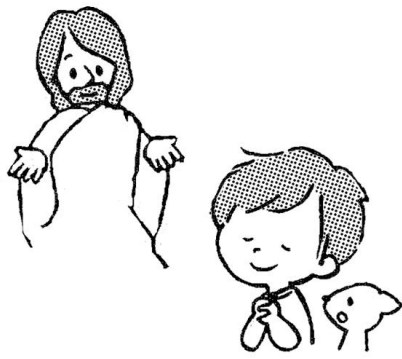
イエス様の十字架を心にうけ入れたときのこと、おぼえてるかな？ そのとき、自分の「してきた罪」がゆるさされただけと思う？

本当はね、それだけじゃなくて、あなたが「生まれたときから持っている罪の心」もいっしょに処分しましたって言うてるんだ。

もし、悪魔が「それ、やっちゃいなよ」ってあなたの心にささやくときには言ってください。「わたしは罪をおかさない人につくりかえられました！」ってね！

いの
祈り

天のお父様、してきた罪だけでなく、罪をおかす心も処分して下さったイエス様の十字架を感謝します。



聖書
テーマ
暗唱聖句

マタイ 6・7～13

主の祈り

御国が来ますように。みこころが天に行われるとおりに、地にも行われますように。 マタイ 6・10
意味を知って「主の祈り」をささげる者となる。

目標

6月18日（日）

聖書
聖句

マタイ 6・7～8

あなたがたの父なる神は、求めない先から、あなたがたに必要なものはご存じなのである。 8節

今週は、イエス様が教えられた「主の祈り」を学びます！ その前に、大切なことをひとつ。祈りは、同じことをダラダラなが〜く祈ればいいのではありません。たとえ短くても、真剣に心をこめて祈ることが大切です。

イエス様は言われました、「神様は、あなたがたが祈る前から、必要なものを知っておられる」。えっ？ じゃあ、祈らなくてもいいんじゃない？ いいえ、自分のお願いを祈ることだけが祈りではないんですよ。「主の祈り」をとおして、わたしたちが本当に祈るべきことを学びましょう。

祈り 天のお父様、わたしが本当に祈るべきことを教えてください。

6月19日（月）

聖書
聖句

マタイ 6・9

天にいますわれらの父よ、御名があがめられますように。 9節

わたしたちは「天のお父様！」と神様に呼びかけますね。それは、「全宇宙を治めておられる、わたしたちのお父さん！」と呼んでいるのです。世界中の人が、天のお父様だけをほめたたえますように！という祈りです。これが、イエス様がいちばんはじめに教えてくださった祈り。

わたしたちの周りには、天のお父様以外の、人間がつくった偶像がいっぱいありますね。天のお父様を知らない人、信じようとしない人もたくさんいます。だからこそ、わたしたちが、まずいちばんに祈るべきことなのです。本当の神様を、世界中に祈ってほしいですね！

祈り 天のお父様、あなただけがほめたたえられますように、まずいちばんに祈ります。

6月20日（火）

聖書
聖句

マタイ 6・10

御国がきますように。みこころが天に行われるとおりに、地にも行われますように。 10節

次は、神様だけが治める国が早くきますように、そして神様のみこころが、この地上でおこなわれますように！という祈りです。わたしたちの心を神様が治めてください、わたしたちを通して、みこころをおこなってください！という意味もあります。

わたしたちが住んでいるこの地上は、神様が悲しまれる罪でいっぱいです。ですから、この祈りは本当に大切な祈りなのです。神様のみこころが、わたしたちをとおしてひろがっていくように、祈りましょう。

祈り 天のお父様、わたしたちの心を治めてください。わたしたちを通して、神様のみこころがひろがりますように。

6月21日（水）



マタイ 6・11

わたしたちの日ごとの食物を、きょうもお与えください。 11節

次は、わたしたちに必要なものを求める祈りです。毎日のお食事、着る服、住む家、など。わたしたちが食べるご飯や着る服は、あるのがあたりまえではありません。たとえば、地震がきたり、火事になったりしたら、何もかもなくなってしまう可能性が誰にでもあるでしょう！

すべてのものは、わたしたちの必要を知っておられる神様が与えてくださっているのです。それがわかると、この祈りの大切さもわかりますね。わたしたちにとって必要なものを与えてください、と祈りましょう。与えてくださる神様に心から感謝しましょう。

いの

祈り 天のお父様、わたしたちの必要をいつも与えてくださり感謝します。これからも必要なものをとお与えください。

6月22日（木）



マタイ 6・12

わたしたちに負債のある者をゆるしましたように、わたしたちの負債をもおゆるしてください。 12節

「負債」というのは、ここでは罪のことを言っています。わたしたちに罪を犯した人をゆるしたように、わたしたちの罪をゆるしてください、という祈りです。

イエス様は命を捨てて、わたしたちをゆるしてくださいました。イエス様にゆるされた人は、ゆるされたことを感謝して、ゆるす人になるのです。怒りや憎しみだらけの世界なのに、「ゆるします」と祈れるのは、なんとすばらしいことでしょう！ もし、あなたにゆるせない人がいたら、イエス様があなたをゆるしてくださいましたことを、思いだしてほしいのです。

いの

祈り 天のお父様、イエス様がゆるされたように、わたしもゆるす人になれるように。

6月23日（金）



マタイ 6・13

わたしたちを試みにあわせしないで、悪しき者からお救いください。 13節

この祈りは、わたしたちが嫌なことにあいませんように！という意味ではありません。わたしたちを神様から引きはなす悪い力から、守ってください！という祈りです。かんちがいしやすいですが、自分にとって嫌なことにあうのが本当の問題じゃないんです。ほんとうに問題なのは、神様からはなれてしまうこと！

罪の悪い力は、いつもわたしたちをおそってきます。自分の力にたよっていたら、あっというまに罪のゆうわくに負けて、神様からはなれてしまいます。だから、神様にたよって、まもっていただくように祈るのです。

いの

祈り 天のお父様、神様からわたしを引きはなす悪い力から、どうぞおまもりください。

6月24日（土）



マタイ 6・7～13

御国がきますように。みこころが天に行われるとおりに、地にも行われますように。 10節

わたしたちは、自分のお願いを祈ることが祈りだと思いがち。でも、イエス様はわたしたちが本当に祈らなければならない「主の祈り」を教られました。教えられたぜんぶの祈りに、神様のみこころだけが行われますように！という意味がこめられています。自分のお願いより、神様のみこころはもっと大切です。

毎週、なんとなく祈っていた「主の祈り」。これからは、本当の意味を考えながら、心をこめて祈っていきましょう。わたしたちにとっていちばん大切な祈りが、主の祈りの中にぜんぶ入っているのですから！

いの

祈り 天のお父様、これからは、「主の祈り」を心をこめてしっかり祈ります！



聖書
テーマ
暗唱聖句

マタイ 7・1～5

人をさばくな

人をさばくな。自分がさばかれ
ないためである。 マタイ 7・1

目標

人を裁かない者となる。

6月25日（日）

聖書
聖句

マタイ 7・1

人をさばくな。自分がさばかれ
ないためである。 1節

教会へ行き、聖書を知り、まじめであればあ
るほど、自分以外のだれかを「あの人は正しく
ない、地獄へ行く」と決めてしまうことがあり
ます。いつのまにか「神様の愛はわたしのもの」
「神様のさばきはあの人のもの」になっちゃう
んだね。そして、その人をきらうようになって
しまう。でもほんとにそれでいい？

ちがうよね。わたしもあの人も、神様の目か
ら見たら罪人。だけど愛されているんだったね。
神様の愛がどの人にもそそがれていること
を知るとき、その人への思いも変わるはず！
愛をわすれないようにね！

いの
祈り

天のお父様、わたしだけでなく、みんな
が愛されていることをわすれることが
ありませんように。

6月26日（月）

聖書
聖句

マタイ 7・1

人をさばくな。自分がさばかれ
ないためである。 1節

「さばくな」って言われると、じゃあだれか
が悪いことをしていてもほうっておいていい
の？それもちがうような…？

聖書では、良いことと悪いことを見分けるこ
と、罪からはなれて生きるようにも教えている
よね。それはとてもたいせつなこと！

いけないのは「わたしのほうがずっとましな
人間」「地獄にいけばいいよ」という心だね。

もし近くに「罪をおかしているな」という人
がいたら、お祈りしてあげてください。必要が
あれば、そっと伝えて解決できるように助けて
あげてください。たいせつなのは「愛」だよ！

いの
祈り

天のお父様、「さばく」ということばの
意味をかんちがいせず、正しく理解でき
ますように。

6月27日（火）

聖書
聖句

マタイ 7・2

あなたがたの量るそのはかりで、
自分にも量り与えられるであらう。 2節

人の価値、すばらしさはなにで決まるの？
「お金」「仕事」「見た目」いろいろあるよね。
でも、見えるもので決めてしまったら、そうい
うものがなくなったとき、「なんだつまんない
人間」「だめなヤツ」ってなるよね、あなた以外
の人だけでなく、あなた自身も。

神様は、あなたや、まわりにいる人すべてを
造り、愛しておられること、本当はそこに価値
やすばらしさがあるのです。

人のちっぽけな考えではなく「神様がどう
思われているか」をたいせつにできるあなたで
いてくださいね。

いの
祈り

天のお父様、あなたの思いを自分の思い
や行いにしていけますように。

6月28日（水）



マタイ 7・3

なぜ、兄弟の目にあるちりを見ながら、自分の目にある梁を認めないのか。 3節

「いやだなあと思う人」って、いる？ そういう人のきらいなところってかんたんにさがせてしまうし、その人のことまるごと、きらいだったりするんだよね。でもきっとその人も、あなたのことを同じように思ってるかもね。

人ってふしぎなもので、自分のことがいちばん正しく、すばらしい、と思ってしまうのです。自分の罪だけはかんたんにゆるせてしまうのに、ほかの人にはきびしいものです。

イエス様は「まず、自分を見たら？」と言ってるよ。あなたの心の中、どうですか？

いの

祈り 天のお父様、だれかのことを言う前に自分の心の中を見られますように。

6月29日（木）



マタイ 7・4

自分の目には梁があるのに、どうして兄弟にむかって、あなたの目からちりを取らせてください、と言えうか。 4節

梁とちり。それは丸太とおがくずってこと。自分の目に大きなごみが入ったら、いたくても目も開けられないはずなのに、なんにも感じないなんて…！ そんなことある！？

それを罪ということに、おきかえてごらん。自分の心の中に大きな罪があるのに、だれかの小さな罪のことのほうが気になってしまう。そんなことを言えるもんなの？とイエス様のおことば。「自分の罪」にこそ、もっとびんかんでいないといけなよね。

いの

祈り 天のお父様、自分の心の罪ということにもっとびんかんになれますように。

6月30日（金）



マタイ 7・5

偽善者よ、まず自分の目から梁を取りのけるがよい。 5節

「自分はいいい人間だ」と思いこんでいる人に、イエス様は「うそつきだ！」と言われました。

人はみんな罪を持っているのに、それが見えないで、自分の本当のすがたがわからないまま生きているからです。罪をかかえたまま天国にたどり着くことはできないからです。

あなたはイエス様と出会う、自分の本当のすがた―罪のある自分―が見えましたか？ イエス様の十字架で、すべての罪を処分してもらいましたか？

イエス様はあなたの罪をさばき、処分できるお方。あなたの罪のために十字架でみがわりになり死んでくださったただ一人の救い主です。

いの

祈り 天のお父様、わたしのすべての罪をイエス様が処分してくださり感謝します。

7月1日（土）



マタイ 7・5

そうすれば、はっきり見えるようになって兄弟の目からちりを取りのけることができるだろう。 5節

「だれかを变えたいと思うときは、自分が変わる」ことから始まるって知ってる？ だれのお手本にもなっていない人に「お前それやめろよ」なんて言われても聞く気がしないしね！？

「自分の罪が赦された」ことを知っている人は心が喜びでいっぱいになって、イエス様のために、罪からはなれた生活、神様に喜ばれる生き方をするようになるものです。そうやってはじめて、あなたはだれかに良い影響を与え、だれかの良い助けとなり、友となり、お手本となることができるでしょうね。

いの

祈り 天のお父様、自分が変えられることで、だれかのお手本になる生き方ができますように。