

中華民國31年11月1日(每月1日)發行 第71卷13號 滙卷847號 附刊27年6月3日第三種郵便物認証

# 倫風



11月號

會報  
November  
2021



*Liwa*



## 「実践倫理」とは

人が共に生き、仲良く楽しく暮らしていくための「すじみち」、それが倫理です。目には見えなくても、社会生活をまっとうする上に確かに存在するルールです。

もともと倫理とは、人が造り定めたものではなく、大自然の摂理を日々の生活に取り入れた、易しくも厳正な法則です。ですから、私たちはこれによらなければ一日も満足に生きていけないことはもちろん、政治、経済、あらゆる主義、思想などの基盤であり、それらすべてを包括して、正しい方向を指示する道といえるでしょう。

私たちにとって忘れてならないことは、倫理は実践によって命が与えられるということなのです。実践するその時に、倫理は初めて生きてはたらくのです。それは、行うことよって当然のようにその人が生き生きとし、やがて福（幸）にも至ることで実証されています。



## 目次

### 倫風宏話

- 10 **変わらないために、変わりつづける**  
上廣 哲治

時代を読む——今もっとも知りたいワクチンの真実(下)

- 14 **ワクチンはこれからの「戦略物資」**——中西 貴之

### 特集

- 19 **ケンカしたって大丈夫!**

～雨降って地固まる～

妻は一枚上手の「猛獣使い」? ——小原 正子

怒りの取り扱い方を知れば、ケンカは小さく収まる ——安藤 俊介

きょうだいゲンカがなくなる!? 親の関わり方 ——原坂 一郎

何気ない会話が「家庭内冷戦」を防ぐ ——高草 木陽光

### 特別企画—1

- 56 心身を癒すタッチング ——山口 創

わからずや漫筆

- 62 ありがたき御世 ——林 望

大切なことはみんな映画が教えてくれる

- 65 「サウスポー」 ——山下 トシキ

愛されるふるまい

- 68 芸術鑑賞のマナー ——諏内 えみ

20代のための特別レッスン

- 70 20代の頃の「趣味や楽しみ、——パトリック・ハーラン

人生にトリセツなんてないけれど

- 84 なぜ勉強をしなければならない? ——田中 研之輔

世相診断

- 86 「昭和レトロ」ブーム ——町田 忍

人生を味わい尽くせ!

- 92 みんなの心に「愛情」を給油! ——鎌田 實

歴史に生き方を学ぶ

- 94 米沢藩の詩人志士《雲井龍雄》 ——童門 冬二

じっくり見守り子育て

- 96 わがままの境界線—乳幼児期編 ——岩立 京子

生活いきいき事典

- 98 顔のコリをほぐして、すっきり小顔に! ——舟津 真里

介護のある暮らし

- 118 マンガ家が見た介護ヘルパーのお仕事(下) ——吉田 美紀子

### 特別企画—2

- 126 個性って何だろう ——松山 淳





### 《訪問 倫風ファミリー》

103 西野純平さんご一家 (石川県・金沢支部)

### 《自己改革の軌跡》

108 広げよう! 素敵な`愛和、の輪を — 宮堂律子

### わたしの体験

- 36 子どものありのままを見守る母親に  
滋賀県・木之本支部 平塚絵美
- 39 家族と倫理に支えられ前向きに生きる  
福岡県・到津会場 妹尾真由美
- 42 わが子にとっての`おふくろの味、  
愛知県・犬山支部 小林和代
- 45 家族皆が仲よく暮らせるように  
青森県・五所川原支部 佐々木由美子
- 48 主人の心に寄り添う仕合わせ  
広島県・福山支部 眞壁彩子
- 52 `朗らかママ、に変わって海外生活も充実  
東京都・池上会場 寺岡由紀子

110 朝のスピーチレポート (関東地区)

122 ご相談いたします〔健康・法律〕

### 【カラーグラビア】

- 1 ● 日本の朝
- 4 ● しあわせなおやつ時間／小林まさみ
- 6 ● 四季の万葉／文・上野 誠 写真・牧野貞之
- 8 ● 朝の誓
- 73 ● 簡単! 時短! 手作りおかず／島本美由紀
- 76 ● 美の系譜／守屋正彦
- 78 ● スキンケア&メイクの教科書／新里沙智子
- 79 ● 「好き!」を仕事にした先輩たち  
パティシエール——伊東福子

### 【コラム】

- 72 暮らしに和ごころを! 入江亮子
- 117 よむよむ読書案内
- 141 全国各地の朝起会場
- 142 読者の声 倫風ほっとカフェ
- 144 編集後記・「朝の誓」とは

【表紙絵】青木美和「茜色に包まれて~軽井沢・雲場池」

※本誌の表紙(表・裏・背)は、安心して手に取っていただけるよう、  
全面に抗菌加工を施してあります。

—— 実践倫理宏正会公式ホームページ ——

<https://www.jissenrinri.or.jp/>





## 朝の誓

今日一日 三つの恩を忘れず 喜んで進んではたらきます

今日一日 人の悪をいわず 己の善を語りません

今日一日 気付いたことは 身がるに直ぐ行います

今日一日 腹を立てず 不足の思いをいたしません

今日一日 三つの無駄を排し 新しく大地に生き貫きます

特集

# ケンカしたって大丈夫!

～雨降って地固まる～

誰だって家族でケンカするのは嫌なものです。  
でも、仲直りできる道筋さえ見えていれば、  
ケンカも絆を深めるきっかけになるものです。  
家庭内におけるケンカの対処法、  
そして意外なメリットについて考えてみましょう。



「蛇は脱皮をすることによって生まれがえる、再生する」（谷川健一『蛇』）。この文章を初めて読んだ時、「生まれがえる」？『生まれ変わる』の間違いではないかと思いました。しかし、再読して谷川さんは「脱皮」に蛇自らの強い意志を見て、「生まれ

がえる」と表現したのではと気付いたのです。実りの秋……私たちが古い皮を深く脱ぎ捨て、新しく「生まれがえる」時としたいもの。コロナ禍にあっても、果敢な教えの実践で自己改革を遂げ、人としての善き果実を収穫する秋を刻みましょう。

### 実践倫理宏正会とは

明るく元気な家庭の確立を通じて、仕合わせな暮らしの実現を目指す社会教育団体です。朝起会のほか、講演会、子育て座談会などの活動を行っています。

### 「朝の誓」とは…

「実践倫理」のエキスをわかりやすく5か条にまとめた、今日一日の行動規範です。毎朝5時から始まる朝起会で自分自身に、さらには大自然に実践を誓います。

本誌の購読をご希望の方は、最寄りの支部（会場）にお申込みくださるか、下記HPからお申込みください。

◆月刊『倫風』200円  
〈送料無料〉  
<https://www.jissenrinri.or.jp/rinpu-order/>



入会をご希望の方は、下記HPからお申込みください。

◆入会（会費無料）  
\*令和4年より年会費2000円が必要になります。  
<https://www.jissenrinri.or.jp/admission/>



倫風

11

月号

令和3年11月1日発行

（毎月1回1日発行）

第71巻第11号 通巻847号

発行所 一般社団法人実践倫理宏正会

編集・発行人 菅野昭彦

〒102-0073

東京都千代田区九段北1-14-1

電話 03(3264)8211（大代表）

（本誌の記事・写真などを転載複製するには  
当方の許諾が必要です）

印刷・製本 明和印刷株式会社



【継踵】

上廣哲彦初代会長の踵(足跡)を継ぎ、先師への思いを熱く綴った処女作。……………1000円

【あなたの実践倫理】

皆が仕合わせに生きるための実践倫理とは何かについて述べた入門書。……………800円

【実践倫理の正しさ】

哲学、科学、心理学、宗教に照らして実践倫理の真価を実証する書。……………500円

【すばらしい家族】

家族について問い直し、誰もが実践できる家庭愛和のあり方を説く羅針の書。……………900円

【倫理がひらく君たちの未来】

少年少女にも実践倫理のすばらしさを、と願う心やさしいジュニア向け入門書。……………1000円

【志に生きる】

倫理立国を志し、明日に向かって果敢に行動する中堅幹部向けの啓蒙倫話集。……………700円

【立國への道標】

人々が規範とすべき筋道を説いた、実践倫理の未来を拓く道標の書。……………1500円

【家庭教育の原点】

新生児から高校生までのしつけと教育、両親のあり方をやさしく説いた一冊。……………1000円

【家庭倫理読本】

衰弱している今日の家庭を立て直すための、具体的かつ実践的な書。……………1000円

【社会倫理読本】

人間関係、言葉遣い、礼節などの基本を、実践例とともに説いた手引書。……………1000円

【倫理実践の時代】

人間の犯した諸問題について考察し、実践倫理の必要性に迫る書。……………1300円

【共生の倫理】

「共生の時代」に欠かせない倫理を、実践という観点から明快に指し示した書。……………1300円

【こころの泉 箴言集】

数多の講話、倫話のエッセンスを、六つに分けて収録した倫理箴言集。……………1000円

新刊

『こころのヒント「上」・「下」  
こんなことを考えてきた』

第二代会長が

昭和・平成の時代と向き合い、  
思索を重ね、執筆したエッセイ。  
実践の手がかりとなる啓蒙の書。

……………各1500円



【定本 朝の誓】

「朝の誓」五か条について、体系的かつ具体的に説き明かした必携の書。……………1500円

【ジュニア版 朝の誓】

「定本朝の誓」をジュニア向けにやさしく説明した書。親にとっても欠かせない一冊。……………880円

【倫理が築く二十一世紀】

二十世紀の負の遺産も、倫理実践で正の遺産に転換できると説く希望の書。……………1100円

【教育新興】

教育問題について思案の跡を一本にまとめ、感応教育を提唱する待望の書。……………1300円

【倫風随想】

原点にかえて「新しいステージ」に向かう道すじを明らかにした一冊。……………1300円

実践倫理講座(天の巻)【大自然の摂理の下で】

実践活動でよく使う用語を倫理的に解説した「天の巻」……………1300円

実践倫理講座(地の巻)【より善い社会へ】

より善く豊かに生きる為のキーワードを集めた「地の巻」……………1300円

実践倫理講座(人の巻)【人生を輝かす】

人と人との関係や生き方を深く説き明かした「人の巻」……………1300円

【続・倫風随想】

不易の教えを守り広めるため、より善く変わり続けようと説く「倫風宏話」集。……………1300円

November  
*Rimpuu*

一般社団法人実践倫理宏正会 発行

令和3年11月1日(毎月1日)発行 第71巻11号 通巻475号 創刊於平成6年6月1日(第二巻発行)333頁  
編集・発行人/曾時明彦 〒302-0823 東京都千代田区成田5丁目14-1 電話/03-3524-8211(大気課)

頒布費 = 200 円。