

令和4年4月1日(毎月1日)発行 第72巻4号 通巻852号 昭和27年6月3日第三種郵便物認定

倫風

4月号

会報
April
2022

niva



「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 老いをポジティブに受けとめる

上廣哲治

時代を読む——教養への道を歩むために(上)

14 知識と教養を隔てるものとは——戸田山和久

特集

19 人生が豊かになる「言葉」の力

～よい言葉にたくさん出会しましょう!～

「我慢!」で五輪の夢を叶える——猫ひろし

「家訓」から現代に通じる教養を学ぶ——山口秀範

つらい時くらい、自分を癒してあげましょう——玉置妙憂

ポジティブな言葉で、心を労わり育てよう——鈴木颯人

〈特別企画〉

54 孤独を恐れない勇気を持つ——和田秀樹

わからずや漫筆

60 戦うなかれ——林 望

大切なことはみんな映画が教えてくれる

63 「ノマドランド」——山下トシキ

愛されるふるまい

66 初対面で差をつける!——諏内えみ

20代のための特別レッスン

68 20代の頃に目指した夢と挫折——山内マリコ

人生にトリセツなんてないけれど

70 大学入学までに準備しておくこと——田中研之輔

世相診断

84 不透明な日本の「入管」行政——木下洋一

人生を味わい尽くせ!

90 「それでも、私はリンゴの木を植える」——鎌田 實

歴史に生き方を学ぶ

92 対立でなく在るべき姿を《大江広元》——童門冬二

じっくり見守り子育て

94 ママ友同士、上手に付き合うコツ——岩立京子

生活いきいき事典

96 筋肉を増やして、代謝のいい体を作ろう——塚尾晶子

共働きファミリーの暮らし術

115 小学校入学はピンチ? チャンス?——ももせいづみ

介護のある暮らし

118 「大変」と「楽しい」は紙一重(上)——坂巻裕哉

五臓を整える暮らし

126 春(立春～5月)のお悩み「肌荒れ」——尹 生花

これからの「リーダーの役割」

128 「周囲が思うように動かない。なぜ?」は、こう解決する——伊庭正康



《訪問 倫風ファミリー》

- 101 宮堂幾太さんご一家（埼玉県・富士見会場）
106 自己改革の軌跡
心を一つに「より善く」を目指す——尾崎由美子

わたしの体験

- 36 恩に支えられて、今、がある
富山県・富山支部 杉森美子
39 主人に送る「ハイ」の返事と「笑顔」
福岡県・福岡支部 石松祐三子
42 倫理に沿った生活からいただいた長女の成長
広島県・呉支部 筏潤子
45 羽ばたく娘を見守り続けて
富山県・富山支部 伊野謡子
48 子へ孫へと引き継がれる主人の心
広島県・五日市八幡会場 左山千恵子
51 難病を受け容れて共に生きる
兵庫県・西灘支部 齋藤しのぶ

- 108 朝のスピーチレポート（東海地区）
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 ●新連載 動物園のアイドルたち／文・写真 さとうあきら
8 ●朝の誓
73 ●簡単！時短！手作りおかず／島本美由紀
76 ●知識ゼロから楽しむ！
日本絵画の世界／安河内眞美
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
江戸切子職人——篠崎英明

【コラム】

- 72 暮らしに和ごろを！ 入江亮子
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「春を映す小川～立川・根川緑道」

※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

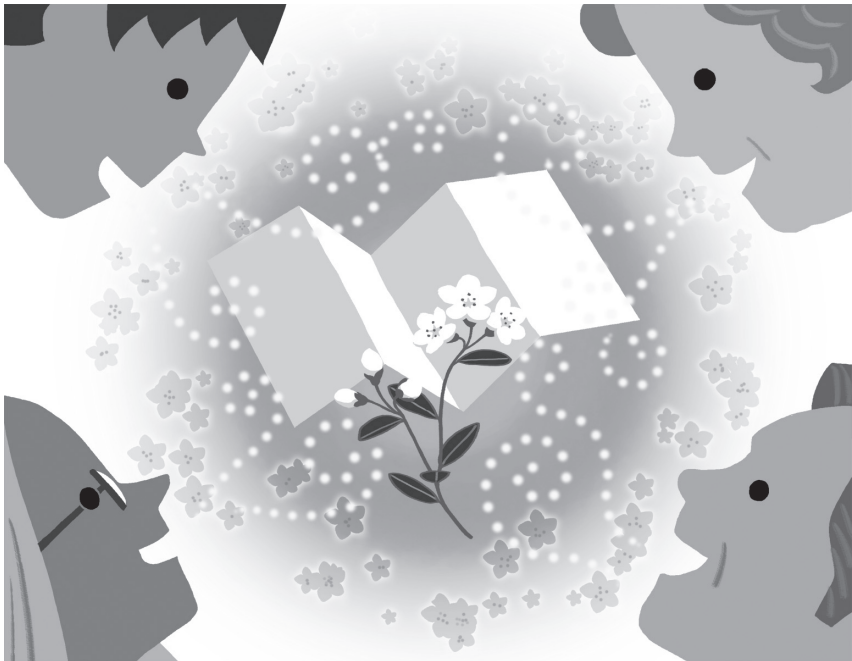
今日一日 三つの無駄を排し 新しく大地に生き貫きます

特集

人生が豊かになる 「言葉」の力

～よい言葉にたくさん出会しましょう!～

言葉はとても便利な反面、
相手を傷つけることもある“もろ刃の剣^{つるぎ}”です。
しかし、よい言葉を使えばよい人生に導かれ、
悪い言葉を使えばその逆になるもの。
言葉の力を知り、人生を豊かにするヒントを探ります。



イラスト/磯村仁穂

小さなブックカフェで開かれた落語会で、ある人情噺はなしの名作を聴きました。真打を目指して修業中の二ツ目の方が好演しましたが、クライマックスの場面でハッと気付いたことが……。自分の師匠の師匠（一門の総帥そうすい）のやり方をきっちり受け継

いでいるのです。これぞ「学ぶとは真似ぶまねこと」とかと膝を打ちました。3月は卒業シーズン。しかし私たちは「卒業のない学校」で学んでいます。その仕上げを噛みしめ、よき師に少しなりとも真似ぶ実践に努めてまいります。

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時からはじ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4月より年会費2000円
が必要になりました。
<https://www.jissenrinri.or.jp/admission/>



倫風

4

月号

令和4年4月1日発行

（毎月1回1日発行）

第72巻第4号 通巻852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



April
Rimpuu

一般社団法人実地論理 宏正会 発行

創刊4年4月1日(毎月1日)発行 発行所 東京都千代田区千代田 2-1-1 電話 03-3524-8231 (大丸店)
編集・発行人 菅野明彦 〒100-8833 東京都千代田区九段北1丁目14-1 電話 03-3524-8231 (大丸店)

頒布価 = 200 円