

倫風

2月号

会報
February
2023

迎春号





「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ですよ。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、行うことに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 今あるこの一日を大切に

上廣哲治

時代を読む——「人新世」に目指すべき社会とは(上)

14 成長至上主義が限界を迎えている——斎藤幸平

特集

19 未来を切り開く力

～失敗は恐れなくていい～

天から与えられた試練、その学びを未来に活かせばいい——宮本和知

失敗したって大丈夫！生きてさえいればなんとかなる——玄 秀盛

失敗や挫折した時こそ、呼吸と姿勢を整えましょう——赤根彰子

「自己肯定感」「他者信頼感」が挫折を乗り越える力になる——親野智可等

〈特別企画〉

52 「防災」を考える——辻 直美

「コグトレ」式パズル

58 「想像する」「見つける」——宮口幸治

わからずや漫筆

60 恩恵とその陰翳——林 望

大切なことはみんな映画が教えてくれる

63 「グリーンブック」——山下トシキ

愛されるふるまい

66 手紙で心を伝える時の作法——諏内えみ

20代のための特別レッスン

68 小説と料理の二つの修業をしていた20代——樋口直哉

自分らしく、颯爽と10代をかけていく！

70 いつも輝いていないといけないの？——内田和俊

世相診断

84 子どもへの支援は、未来への投資——山口慎太郎

人生を味わい尽くせ！

90 鎌田流「幸福の見つけ方」教えます！——鎌田 實

A Song for You

92 「強い気持ち・強い愛」——スージー鈴木

じっくり見守り子育て

94 お子さんは四季や自然に心を動かしていますか？——岩立京子

生活いきいき事典

96 心地よい香りで、癒されよう——木田順子

共働きファミリーの暮らし術

115 共働き家庭と子どもの受験——ももせいづみ

介護のある暮らし

118 笑顔は副作用のない魔法のお薬——メイミ





ストレス筋ほぐしマッサージ

- 126 「首のストレッチ＆マッサージ」——舟津真里

これからの「リーダーの役割」

- 128 聞き上手のリーダーは、
「訊く」と「聴く」を使い分ける ——伊庭正康

わたしの体験

- 36 倫理で180度変えていただいた私の人生
広島県・尾道支部 関塚真理
- 39 家族になる仕合わせを今、噛みしめて
山口県・美和会場 隅 美穂
- 42 愛和を目指し主人の母に寄り添う
島根県・益田会場 梅津富美子
- 45 教えを実践して「仕合わせ」の更新を
東京都・渋谷支部 益井純子
- 48 私の人生を変えた本会の学び
長崎県・長与会場 徳永周二郎

《訪問 倫風ファミリー》

- 101 鹿兒島博文さんご一家（大阪府・千里支部）

自己改革の軌跡

- 106 発想の転換で実践の輪を広げる ——佐藤恵美
- 108 朝のスピーチレポート
- 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 ●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 ●スキんケア＆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
舞台俳優——関 貴昭

【コラム】

- 72 暮らしに和ごころを！ 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「朝日の中の遊園地」

※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 喜んで進んではたります

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



未来を切り開く力

～失敗は恐れなくていい～

コロナ禍^かや戦争、それらに伴う物価高……。

加えて、近年地球各地で起きている温暖化現象と異常気象。

現在は、未来が見えにくい状況です。

それでも、行動を起こすことからしか未来は切り開けません。

失敗を恐れず、行動にうつすためにはどうすればいいのでしょうか。



●編集後記

300年以上の歴史を刻むある老舗企業では、「先義後利」という創業者の経営理念を今もなお、大切にしているといえます。本会流に訳すならば、「倫理をまず実践すれば、仕合わせはあとから付いてくる」という意味になるでしょう。利他の

たらしに誠を込める先に、家庭愛和は実現します。「年頭之辞」に学び、力強く新年——会創立77周年の歩みを始めましょう。弊誌には毎号、実践のヒントがぎゅっと詰まっています。ますますのご愛読、ご活用をお願い申し上げます。

実践倫理宏正会とは

明るく元氣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時からはい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）にお問い合わせいただくか、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/>



メンバーシップをご希望の方は、下記HPからお申込みください。

◆メンバーシップ

年会費2000円

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



倫風

2

月号

令和5年2月1日発行

（毎月1回1日発行）

第73巻第2号 通巻862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

『立国への道標』

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



『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

新刊

『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索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

A photograph of two white cranes in flight over a snowy landscape. The cranes are captured in a dynamic pose, with their wings spread wide, showing the intricate structure of the feathers. The crane in the foreground is slightly lower and more prominent, while the second crane is positioned slightly behind and higher. Both cranes have a distinctive black stripe running from the base of their beaks, through their eyes, and down their necks. The background is a soft, out-of-focus expanse of snow and dark, silhouetted trees, creating a serene and wintry atmosphere. The overall composition is balanced and visually striking due to the contrast between the white birds and the dark background.

February
Rimpuu

一般社団法人実践倫理宏正会 発行

令和5年2月1日(毎月1日)発行 第73巻2号 通巻862号 昭和27年6月3日第三種郵便物承認
編集・発行人／菅野昭彦 〒102-0073 東京都千代田区九段北1丁目14-1 電話／03-3264-8211(大代表)

頒布価=200円.