

特集

## 「幸せの転換3」

人生、感謝しかない

転換とは…

向いている方向が、変わること。  
物事の方針・傾向などが、  
今までと別な方向に変わること。  
また、変えること。



@場所:九州ツアー3 鹿児島講演会にて  
カメラマン:金城 未亞

## CONTENTS

- P02. 特集「幸せの転換3」幸せを叫ぶコーナー
- P03. 愛メシと環境づくり
- P08. 愛メシセミナー - 人間学 -
- P09. 愛メシ商品

- P11. 講演会だより「九州ツアー3」
- P15. ぷろじえくと!!! 九州
- P17. HOP 親力プログラム
- P21. DEEP IMPACT

- P27. HOP やんぐ・やんチャリ
- P31. 東京支部
- P32. 今月のみ一ぱちくり - おもしろコーナー
- P34. 金城幸政 講演会 DVD

# Fill Your Life with Happiness

人生を 幸せで 埋め尽くせ

わくわくする社会 未来に輝く可能性を感じずにはいられない

そんな ひとりの生き方から LIFE VISION は生まれた

道は選ぶものではなく 創るものである

彼の歩く道は 常に 愛と希望

笑いと幸せが咲いている

その道を共に歩み始めた 私たちは

Fill your life with happiness を合言葉に

関わるすべてを 幸せで埋め尽くしてゆくだろう

この活動は 世界にある

あらゆる問題を紐解いてゆき

環境を創造し 健康を作り出し

新しい価値の基準を示してゆくだろう

私たちの仕事とは 正しく

世界を幸せに導く 志事である

この活動は いたってシンプルである

幸せに生きることへ 全力を注ぎ

真心と誠意を持って  
幸せを分かち合い創ってゆく活動に

一人でも多くの方に理解し  
共感してもらえるように  
取り組んでゆく



Kinjo  
**金城 幸政**  
Yukimasa

作家／人間学講師／親力プログラム開発者

てえふあーコーディネーター

LIFE VISION 株式会社・円隣株式会社 CEO

1967年沖縄県那覇市生まれ。実体験をベースに、人間のしくみ、真理をわかりやすく科学する人間学講師。一男三女の父親でもある。すべての基本は、笑いから紐解き、自愛へと導く。東京・神奈川・沖縄にて、人間学講座・親力プログラム講座、また全国各地で講演会を多数開催。年代・性別を問わず人気を博す。

著書に『あなたのなかのやんちゃな神さまとつきあう法』『あなたのなかのやんちゃな感情とつきあう法』(ともにサンマーク出版)があり、計18万部のベストセラー。そして2018年度、新刊『愛でメシが見えるかつて? 愛でこそ見えるんだよ』(廣済堂出版)を発売。



金城 幸政  
OFFICIAL  
Fan Site ↑

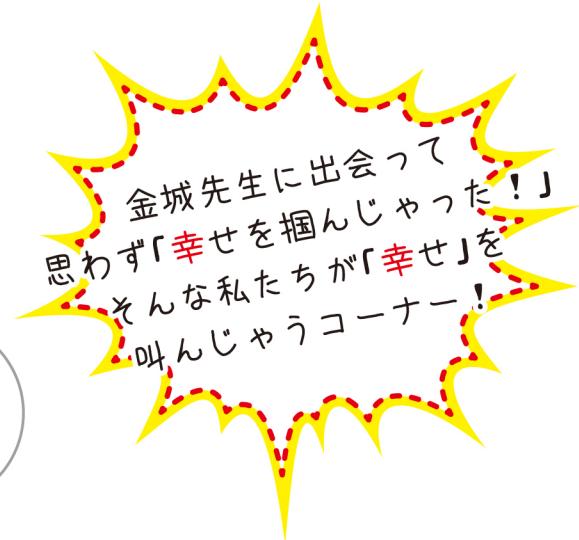
# スリー 「幸せの転換」 3

～人生、幸せしかない～

転換とは…

向いている方向が、変わること。

(物事の方針・傾向などが、今までと別な方向に変わること。  
また、変えること。)



## 命は繋がりあつて いる

愛メシ商品開発部・大平 沙織

「沙織、先生から生まれ直す」  
これは、私が金城先生に出逢った頃に発言した言葉。  
金城先生にも言われたんだけど、この言葉の重みを  
日に日に感じている。

金城先生に出逢い、この環境で日々過ごしてきて、  
今解ったこと。それは、私が今まで信じていたもの  
は100%間違っていたってこと！

無意識に、お金が大事だと思ってたし、内と外が  
あつたし、人をたてるとか、気を使うとか、謙遜とか  
：世間一般的な常識って言われていることを全てを  
疑う事なく信じていた。

そんな常識が、私の中の当たり前。生きる意味は、生  
存だった（意味って言うのか⁈笑）。ただ生きてたん  
だよね…。  
でも、「生まれ直す」と宣言したって事は、新しい沙  
織になるって事。これまでの沙織はいない。ただた  
だ、金城先生の美しい生き方・在り方を観て、私も  
そう在りたいと想つただけ。

ただ、存在しているだけで、誰かの命を大きくして  
いる。

金城先生の長女由亜さんが誕生した時の挨拶の話。  
(En Rich 19号 P 38 「魂の誕生日・藤沢講演  
会「HAPPY LIFE 1」) セミナーや講演会で、  
何度も聴いているけど、その度に聴こえ方が違う。  
何度聴いても、こみ上げるものがある。そして、どん  
どん聴こえ方が変わっていて、この話の価値の重  
さが、何段階も変わっていく。

そして、最近「沙織さんはどうしてこんなにもキラ  
キラしてるの？」って言われる。私が幸せ溢れた笑  
顔でいることで、そのすべての人達の命がまた大き  
くなつてゐるって思ったの。  
『命は繋がりあつて いる』

互いに互いの命を大きくしあつて、成り立つている  
んだなつて。本当に美しいなあと思つて涙が溢れた。

…でも、長男を出産したときに、「この子を残して  
は死ねない！私がこの子を守つて育てていかな  
きや！生きなきや！」って、思ったのを思い出した。  
3人の子供達に、私も命を大きくしてもらつたんだ  
なあつて！

私は「金城先生から生まれ直す！」って決めて今が  
ある。今、私が笑顔で毎日を過ごしているのも、「生  
きるつて楽しい！」って、希望に溢れた毎日を過ご  
しているのも、金城先生から生まれ直したからこそ  
だと思っている。

でも、今は…。

私は金城先生から新しい命をもらい、命が大き  
なつた。金城先生だけではなく、私の想つてくれて  
いるすべての人達から日々、命を大きくしてもらつ  
ていて。

最初は金城先生と由亜の話と思って聞いてた…。次  
は、私も産まれたときに母や父、祖父や祖母の命を  
大きくしたんだなつて！  
そして、次に私も出産した経験があるんだけど、そ  
れまでは「いつ死んでもいい」と思つて生きてた私

「私の命ではない！  
私だけの命ではない！  
私だけの身体じやない！  
私だけの健康ではない！  
私だけのウエストではない（笑）！  
大事に優しく生きて いきます。」

# 愛メシと環境づくり



2019年「これまで」と「これから」は繋がりが無かったように変わっていきます。これまでの延長線上にある豊かさではなく、真っ直ぐと幸せを求める、希望を生きる価値の基準。自身の命の価値に目覚めた人が繋がりあい、環境を創造し、健康を作り出し、新しい価値の基準で環境を創っていく。ここでは愛メシ著者、金城幸政氏の語る「幸せの価値基準」を伝えていくページです。

ここで語られる内容は、国家ビジョンの可能性すら感じられる。

## 「幸せの転換 3」

環境づくりと愛メシセミナー

### 愛メシ楽屋トーク

「あなたの価値観」それ？ まともですか？

人は、地球に「存在する意味」から問い直さないと、人生を変えられない。

当たり前すぎて、信じていることが何かわからないほど、自分にとつて当たり前になつてゐる事が価値観。だからこそ、しっかりと見直して金城先生の愛で木つ端みじんにして欲しい。

良い社会創り、愛で溢れた環境創り「何を大事にしていくか」ここで白紙から楽しく学んでほしい。

3、4号から引き続き、金城先生が伝える「価値の基準」は、ユニークでやんちゃで楽しい「人間教育」。

今回は、いきなり刑事ドラマの「あいつ！」におな」という話からスタートです。

### アイツにおうな！

先生 よく、刑事ドラマで怪しい人にあつたら、「アイツにおうな！」っていうけど、このにおうっていうのは犯人の臭いがするってことだと思うわけね？

一同 うんそう

先生 「警察犬か！」って突つ込みたくなるけど、「嗅ぎ分ける」と言うよね？ 本物か偽物か嗅ぎ分けるとか。嗅ぐというよね？ 臭う、嗅ぐ。

そこから「人の識別」が始まっている。分別が始まつている。味覚とは嗅覚を通してなんだよね。だから、食べ物のプロ、ソムリエとか、料理人でも、臭覚を押さえて、ワインでもオリーブオイルでも、味見をさせると、ほとんどの人は、見分けがつかなくなるわけ。だから、味覚っていうのは臭覚の影響をかなり受けている。

でも、この、臭覚は何の影響を受けているのかな？

一同 ？？？ わかりません

先生 ジャあね、爽やかな、そよ風が吹いているところに、3日間お風呂入っていない人が、汗だくで、臭い体臭で行つたら爽やかな風が吹くかな？

一同 ははははははははははは。吹かないね～

由貴子 台無し～

先生 何で？

小堀 自分が臭いから

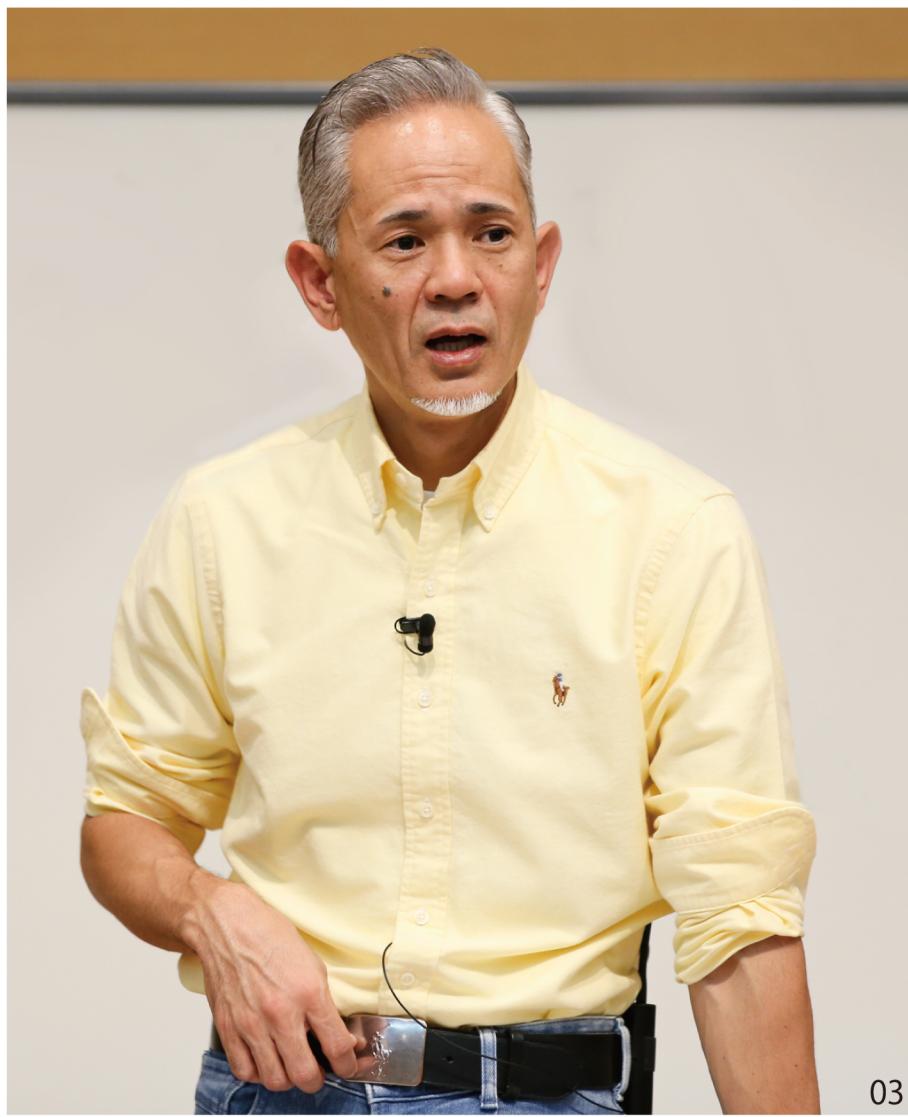
先生 自分が臭いからだよね？ 自分自身が臭いのに、いる。味覚とは嗅覚を通してなんだよね。だから、食べ物のプロ、ソムリエとか、料理人でも、臭覚を押さえて、

**農耕民族は  
自然と共に存し育てている**

由貴子 ああ～～、出直してきます

先生 うんうん、「お風呂入つてきて！」って話になる。自分の体臭が臭いのに、どうやって良い香りを嗅ぎ分けるの？ 人の体臭はどうやって決まると思う？ 食べ物だよ！

先生 農耕民族、狩猟民族って簡単に表現するけど、狩猟民族は、自分たちが獲物を探してテントを変えているながら獲物を追いかけなければいけね。動物の暮らしている場所が僕らの暮らす場所さ！ ついう感じ。でも、その獲った動物たちが減つていかなとか、動物たちの餌とか、そういうた環境を







お陰で鍛えられたよ、免疫も。

お陰で鍛えられたよ、免疫も。  
だから、僕のこの一連の話をもう「笑うしかない  
ね」って、一つひとつ学べたらいいし、「面白いね」つ  
て思ったら、「本当に良い文化を取り戻せるん  
じやない?」って、思うわけ

愛メシと環境づくり

**愛** 由貴子 どうもすみませんって感じです、もう  
先生 あのさ、美容室に10年髪を切りに来て、子供が  
できなかつた人が妊娠したんだよ！でも、ここは美容  
室だよ？

由貴子、どうもすみませんって感じです、もう確率が減るのか？潤つていない子宮内が、砂漠化していくのに、どうやつて精子は泳ぐのか？愛があるから、愛し合うことも、セックスも豊かになるのに、愛が何か分からぬから潤わない

そもそも、愛が分るかつて？  
感謝しかねないんだよ！

**先生** 不妊治療の現場じゃないよ？産婦人科でもないわけさ？なんで美容師にできることが医者にできないの？なんでこんなテクノロジー使って、体外受精とかこんなことまでやつて妊娠させきれないのに、こつちは言葉のアドバイスで全部かなえちやつた、なんとかな？仕組みが的確に分かっているからじゃないの？じやあ、医者はなんの勉強をしてきたのかな？

**先生** 楽しくない、提供行為の環で、嫌われないとお茶を出す。嫌われないために珈琲を淹れてあげる。自分の生涯の保証を見ててくれるから、ご飯作つてあげる？こんな、戦略結婚している間は、戦略で子生むよ。子供は自分たちの戦略の品物か！

**先生** 食べるとは「味覚」。味覚とは、「臭覚」。臭覚は「心」。こんな事も分からぬで、「食う」って意味も分かつてゐるのかな?

「愛で食えるのか?」って、食えるの「食う」ってニーマー「をやつても、「なんでそこで肉を食つてゐる?」とか「なんで、それを食べてゐる?」ってなつたら、食べる」との意味さえも分かつていぬよな

一同 分かつていねえ

**先生** 「食材」っていうのは、材料の味もあるけど、その材料の中の生命を頂いているんだよ？ 生命とは「エネルギー」なんだよ。エネルギーっていうのは、言い換えれば「愛」なんだよ。

同うる

**先生** その生命の命を絶つて、我われの命の糧になるそれを「牛の犠牲」「野菜の犠牲」と考えるか、「牛の貢

献」と考えるかによって、感謝の意味が違う。「犠牲なら」食べる時、「ゴメンね」って言った方がいいよ。

もし、犠牲で、牛の犠牲のもと、牛肉が提供されている

と思うんだつたら、「可愛そうに」もつたいない、でも食べきや生きられないから、食べようね」「ごめんなさい——」って言つて食事をする。それがネガティブなへりま三店。

でも、「命を頂いている、命に支えられている、この命の貢献で私たちは生かされている」であれば、「なんておひがといそぞうつて思うので、頂きますつていうヒ

この「感謝」っていうことが「愛」なので、感謝は愛なの

A photograph of a middle-aged man with grey hair and a beard, wearing a yellow button-down shirt. He is smiling broadly, showing his teeth. He appears to be speaking at a podium or stage, as indicated by the microphone clip on his shirt. The background is a light-colored wooden paneling.

A medium shot of a middle-aged man with short, light-colored hair and a slight beard. He is wearing a bright yellow button-down shirt and is smiling broadly, showing his teeth. A small black microphone is clipped to the collar of his shirt. The background is a warm-toned wooden wall.

おもしろいが基本の環境教育

小堀 である、ふふふ、振り出しに戻るっていうの？

先生 「不幸を直そうよ…愛メシで」ってことなの？

一同 ちがう…ちがう…(笑)

## おもしろいが基本の環境教育

先生 話を一番最初に戻して、「生存本能」だから、全部間違いだよ！じゃあ、世の中の福利厚生も、保険制度もぜんぶ同じじゃないの？生存に基づいているの？愛徳に基づいているの？

由忠

由貴子  
生存だねえ

先生 創造性豊かな人間がよく、保険を考えたね

一同 ほんとだね～

先生 この状態で文明開化してるとて言えるかな？

小堀 退化、退化：

先生 文明つて明るいって書くんだよ。愛メシつて、そういう風にして「人生を幸せで埋め尽くせ」つて、それを合言葉に我われの活動全体がある。

その中でも、愛メシつていうのは「幸せ作りの最前线」つていうか中心だから、生産から流通、消費、還元、マーケットづくり、人間教育までを含めて、学んでいきながら、より良い社会、子供たちに残せる未来の環境を作っていくのが、僕の伝えたい愛メシ環境。新聞の中でも、このページが地域の環境作りとか、家族の絆作りだと、健康作りだと、ましてや、いいマーケット、経済、環境をつくるとか、その手助けしていけばなっていう前提で、このコーナーというのを作っている。

僕は、愛メシの新聞で、「このコーナーがすごいね」とて言われるよりは、「面白いね」とて言われる方が、みんな続けられると思う

小堀 ホントに！ そう、めっちゃおもしろい！

先生 そういうことは、やっぱり、新聞だけでは、言葉だけ、文章だけになってしまって、「我われが、そういう現場を作つて、具現化しようじゃないか」というのが、我われ LIFE VISION という会社が考えているカフェ作り。カフェ構想。

ただのカフェではなくて、食育、食材を買う事も出来るし、食育を学ぶ事も出来るし、家族作りや子育てに関する情報も提供できるし。

例えば、カフェの店先に八百屋コーナーがあつたり、ちょっとした健康グッズがあつたり、しいて言えば、フィットネスの身体を健康していくような運動するようなスペースがあつたりとか、もしくは子連れでも来れるように、育児スペースや授乳スペースがあつたり。お母さん方が集いやすいといった複合施設どいうか。そういうのがあれば、利用価値が環境作りに貢献できる。それを、表向きカフェに見えたとしても、そういうものを感じられる現場を作つて、その現場をみんなに活用してもらうことで、ナチュラルに学んでいける。生活の習慣や文化の中で、こういうことが勝手に身についていくつていのが、我われが作ろうとしているカフェ構想。

小堀 ありそうで、無いもんね：

先生 たかが沖縄って言つても、沖縄で10店舗でも足りないんじゃないの？

小堀 地域に馴染んでいるつて意味で必要だね。教育つてそういう意味ですよね、ホントに

先生 價値の創造

小堀 先生からしたら、全部当たり前でしょ？

「楽しくなければ教育じやない！」

先生 僕からしたら、人間関係は全部、教育だよ？

それ以外ないよ？ 「知らない」ってことをまず教えないといけないから。何を知つていて、何を知らないか、知らないでしよう？ 「この無知さ加減はジョーク」と言つて！ って感じだよ。

僕はもう、何をするかの前に、「楽しくなければ教育じやない！」と思つて。教育はもう、そこから間違つて。 「好きの力」がこれだけ凄いもの学ばせらつてことを分かつて。一番、最初に話したけど。(愛メシ新聞4号参照)

だから、好きの力つて、楽しむことが一番、先決なんじゃないの？ それが、好きの力が探求する気持ちを引き出すんであって。だって、楽しくないとダメでしょ？ 好奇心が「好きの力」の源であつて、それを抑圧して「良い子」をつくる教育ってなに？ 子供を元気にしているんじやなくて、殺しているよね。

なに？ 今学校。受験のために勉強を暗記させるつてあるの？ これつて勉強つて言えるの？ 子供の何が向上するの？

沙織 暗記力：

先生 3年経つたら忘れるのに？ 生きる力を身につけないのに、こんな学問を頭に詰め込んで何かを知つた気になつて。

こんなことが、学べるカフェや環境を地域作りつてのを心がけていかないと、勉強した分だけ、本当に机の上でみんなバカになつたよね。抱つこの仕方も分からない、女の子を見ついていると、もう、そもそも、それは女子なのか？ と思う。

花を見る、子犬を見る、何をみても「命つて可愛いな」「美しいな」とか、こんな美的感覚を育てる前に女子つて言うなよって思う。そこからじやないの？ こんな簡単なことから始めるわけ



小堀 ほんとそう、こんな簡単なことから

由貴子 可愛くなるよね

味いものが増えるし、好き嫌いもなくなる。やっぱり、「もつたいない」って、残さないで食べるようになる

先生 「かわいいねー」とか「きれいだねー」とか「美しいねー」とか「楽しいねー」とか、こういうことの共感や心を育てることから、一番最初じゃないの?

一同 うん、ほんとにそうだね

先生 「歯磨きしなさい!」「勉強したね?」「遅刻するなよ!」どんな家庭を作ろうとしているの? 子供に、どんなふうに生きていほしいの? お母さんの子育ての理念は? 目標は?

「あっ! その前に、私が目標なかつたわ…」って、どういうこと? ただ、生きているの? で、言うわけさ、ほとんどの社会人は、立派な社会人はこう言うわけよ、「背に腹は代えられない」。結局、「そんなつもりは無い」って言いながら、お金の為だけに生きているようなものだよ

先生 「歯磨きしなさい!」「勉強したね?」「遅刻するなよ!」どんな家庭を作ろうとしているの? 子供に、どんなふうに生きていほしいの? お母さんの子育ての理念は? 目標は?

小堀 ふははははは(笑)。ホントだね

先生 うん、だからさ、育てる前は「大嫌い」って言つていた自分なのにさ、自分が育てた途端にみんなに「美味しいよー美味しいよー」ってすすめているわけさ。ニンジン小僧になつていたよ…

小堀 言つちやうね

先生 うん、だからさ、育てる前は「大嫌い」って言つていた自分なのにさ、自分が育てた途端にみんなに「美味しいよー美味しいよー」ってすすめているわけさ。ニンジン小僧になつていたよ…

先生 命を種から育てる、鶏をヒヨコから育てる、何日もかけて命を育んでいくからこそ、愛着心が育つて、嫌いなニンジンだったはずなのに、おじさんにすすめまるまでになる。話の中でも言つたけど、ニンジンを育てたからだよ、それ以外ない

先生 作るまでは「ニンジン食べれ! ニンジン食べれ!」って、親に言われてて、しそつちゅう怒られていた僕が…「おじさん、僕が作つたニンジンだよ、残すなよ! 全部食べてよ!」って、3~4歳の僕が言うわけ。それまでは、学校でもあまり興味がなかつたんだけど、ニンジンを収穫して余るものだから、食べないで余つた分をニンジンの葉っぱの部分、小さくて曲がつている物とか、学校に持つて行つて飼育小屋のウサギ、モルモット動物にあげるわけ。

沙織 言うと思う〜〜

由貴子 「背に腹は代えられない」って言葉、最近毎日聞くよね…

嫌いが好きに! 愛着心「好きの力」

先生 あのさ、愛着心の凄いところは…それまでは、ニンジンを出してくる母ちゃんを恨んでいたわけ、「はあーー、またニンジンなあーーー」って。ニンジン嫌いって言わなければ良かった、嫌いって言つたがために母ちゃんは、毎日ご飯にニンジンを出してくる。ちょー厳しいからさ。

だけどさ、おやじの烟を手伝つて（おやじはサラリーマンだけど、趣味で好きで烟やつて）、やつぱり烟仕事が好きだから、作るのが上手だったわけ。それを幼稚園に入る前までは、ほほほほ毎日、おやじの後をついて行つて烟を手伝つていたわけさ。自分でニンジンを作つたら、どれだけニンジンを自慢して食べるか…

一同 うん、そうだ

先生 「自分が育てた」っていう、この「愛着」。大嫌いだったニンジンを自分が作つた途端に、自慢げに「どんなに美味しいか」って言つて、食べ始めたよ…

沙織 すごいよね〜〜

沙織 思うよね〜〜

先生 「ちよう〜〜美味しそう〜〜」って思うわけ。ヤギもいたから、ヤギも、超美味しそうに食べるわけよ…。「作ったもの冥利に尽きる」わけ。あんなに美味しそうに食べているのを見ると…自分の腕が上がった気になる。

野菜を作ることは自分の食生活が豊かに繋がるし、美

## 後記



生かされている命、本当に感謝しかない。

活かされている命だからこそ「楽しむ」以外にない。

先生 「動物が可愛い」と思つて、育てられるかつていうところから育てないといけないと思うけど、ニンジンが好きになつたお蔭で、動物も好きになつたんだよ

沙織 可愛い・凄い、繋がつていてるね…

先生 あのさ、愛着心の凄いところは…それまでは、ニンジンを出してくる母ちゃんを恨んでいたわけ、「はあーー、またニンジンなあーーー」って。ニンジン嫌いって言わなければ良かった、嫌いって言つたがために母ちゃんは、毎日ご飯にニンジンを出してくる。ちょー厳しいからさ。

だけどさ、おやじの烟を手伝つて（おやじはサラリーマンだけど、趣味で好きで烟やつて）、やつぱり烟仕事が好きだから、作のが上手だったわけ。それを幼

稚園に入る前までは、ほほほほ毎日、おやじの後をついて行つて烟を手伝つていたわけさ。

自分でニンジンを作つたら、どれだけニンジンを自慢して食べるか…

一同 うん、そうだ

先生 「自分が育てた」っていう、この「愛着」。大嫌いだったニンジンを自分が作つた途端に、自慢げに「ど

んなに美味しいか」って言つて、食べ始めたよ…

沙織 すごいよね〜〜

トーケメンバーコメント

作家・金城幸政先生

「子供たちに渝しくて明るい未来を手渡して行けるようにするために、愛めしマーケットも、すべては

この新聞が一人でも多くの人たちの目に止まって、読んで欲しいと心から想う。

沙織 ほんとそう、こんな簡単なことから

由貴子 可愛くなるよね



# 愛メシセミナー

毎月、沖縄・東京(青山)にて  
愛メシセミナー開催中!!

詳しくは…



やんちゃな愛メシセミナー in 青山  
テーマ「前提力と価値の基準と目的」  
金城幸政先生より

金批孟子卷之三

月のテーマは、「前提力と価値の基準と目的」です。今回、新聞のテーマが「価値の基準、価値観を変えましょう」というのがメインテーマ。

やんちやな「愛メシ」セミナー！

「シャツターアイランド」という映画の内容をベースにして「前提力」のお話です。

先生の話には、セミナー、講演会、カウンセリング先生が話す時、必ず「前提力」の話がある。それは、個人個人の「捉え方(前提)が違う」と、話している主旨をすべて外してしまって(残念うだよね)。この「前提力」が、とにかく分かりやすかったのでほんの…ほんの…一部ですが! 前半部分をお伝えします。ここを受け入れられたら「金城幸政ワールド」の入口へ! さてさて、門をくぐれるか、くぐれないとあなた次第! です。

全部ずれていくからです。まず、一番基本になる「基準」があつて、そこから初めて「価値の基準」がスタートします。だから「価値の基準」と表現しています。

ら、「ちょっとヒントを掴んでね」と思っています。今日はね「ハツ！」とすること、みなさんが「ハツ！」と、リアクションしてくださいね！だから「ハツハツ！」と、気がつくっていうことが起これば今日、ここに来た甲斐があると思います。どこでいいですから「ハツ！」というリアクションよろしくお願いしますよ！「ハツ！」っていう感じのリアクションが、どこで起こるかというのを、僕は見たがら話していきますので、最後までよろしくお願ひします。

ていう状態だと考えていましたので、アイランドの中です（会場・大爆笑）。「ハツ！」ということは、起こっていませんから、今日はそこに気をつけて帰つてしまいさう。

早速ですが、先月話した「シャツターアイランド」という映画、みなさん見ましたかね？見た前提で話しますが、シャツターアイランドって島があつてわ言つてこまえば、その島つて、うりは又答所みこ

言へてしもては、その島へていふのは取扱用のためになつてゐるんですね。

島で、そこで治療をおこなっているんです。そこに警部補と、その相棒が犯人探しの調査を目的に、島に乗り込むというところから映画が始まっていく。

で…、その映画のクライマックス!! 覚えていますね? 「(…も・し・か・し・て・)僕は患者?」。

取り調べをしていた警部補自身が、実は、この島の患者だつたってこと…。「オチはそこなんかい！」っていう感じなんだけど たぶんほんどの人が多分「ハツ！」とリアクションしたと思うんですけどみなさんが「ハツ！」を起こしてほしい（笑）。

「こいつが犯人か？ こいつが…もしかしたら…こいつがわかるかなー？」例えば、「この中に絶対、犯人がいるはずだ」と、一人一人が警部補の話を聞いて、みんなもまた「どこに犯人がいるんだ？」「どこに犯人がいるんだ？」って、それぞれがお互いを疑い始めしていくわけです。



先生は、誰がどうであれ、自分の気持ちを大切にして、分つてもらえないで自分の愛を貢いた。すべての責任を自分が持っている。だから、ハッピーでやんちゃで楽しく面白く生きている。与えられた命本当に楽しんで生きている。

やんちゃな愛メセミナーは、人間学を柱に、環境  
これまでの「私」の価値観が100%違っていた。誰  
かのせいはない「も一笑うしかないでしょ!」「もー  
楽しむしかないでしょ!」。100%「私が」つくつ  
ていることを受け入れること。それが、「私は患  
者!」。受け入れないものは、変えられない。とにかく、  
く、100%「私は患者!」と、自覚あるのみ。

創りをベースに構成されています。「生きる前提」「生きる基準」を変えること、主体あること、愛で生きること、この環境で学ぶ人にとって、必須！ 基本です。

(注1：詳細は、愛メシ新聞1号  
P.11「由貴子のいわせて」を読んでね)

「もおー笑うしかありません」

小堀  
美奈子

「もー…笑うしかないでしょ！ 私、患者！ だよ  
ねぇー」スッキリ爽やかに、自分を笑った人は「私は  
：」という主体が自分に100%戻って初めて、人  
生がスタートする。

先生の話は、とにかく「アツ！」「あははははっ」と

(注1.. 詳細は、愛メシ新聞1号  
P.11「由貴子のいわせて」を読んでね

## 愛メシ商品コンセプト

おいしくて、元気に、幸せになる商品を  
みんなに届けたい。  
そんな想いからスタートしています。

愛メシ商品、一つひとつが  
命に直結する、価値ある商品です。  
身体に良いものを心がけている農家、  
生産や流通や価格など  
より良い環境づくりや社会づくりを目的として  
地産地消や身土不二、  
健康と元気づくりを応援し  
持続・永続可能な社会の創造、  
環境教育を目指しています。

作り手の想い。  
その商品を買ってくれた みんなの  
美味しい、嬉しい、喜びを作り手へ届け、  
作り手と受け手の想いを繋げていける環境づくり。

作り手が日々重ねてきた商品への想いと  
商品を買ってくれたみんなの喜び、  
それを私たちが橋渡をしていき、  
すべてを豊かに繋げていく 豊かさの循環が  
環境教育推進商品の意味です。

この情報、一つひとつを共に学び  
一人でも多くの方へ広がっていける様、  
活動しています。



**HAPPY 首里みその  
パッケージが変わったよ！**  
めっちゃ可愛いでしょ～！  
守礼門の上に  
真っ赤なハイビスカスの  
**「環境教育推進商品」のロゴ**



愛メシ商品  
第1号

旧パッケージ



守礼門の入口には、  
**LIFE VISION** の HOP ロゴ  
すべてがオリジナル♪

**首里みそ会長も  
愛メシ新聞を持って  
ニッコリ！**



LIFEVISION 株式会社代表取締役  
小堀 美奈子

一女二男、三児のお母さん。  
17年前に金城先生に出逢い、愛に根ざした生き方、環境づくりに感銘をうけて航空会社を辞め、金城幸政の秘書、各セミナー講師を務める。自分を幸せにして、希望に溢れた環境づくりを目指して 2018年 夢と生活をクリエイトする LIFE VISION (株)を設立。代表取締役を務める。幸せ、嬉しい、美味しい、楽しい、希望を形にしていきます。



## 「HAPPY首里みそ」 愛用者のアレンジ料理のご紹介



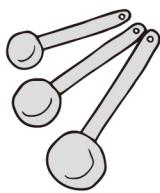
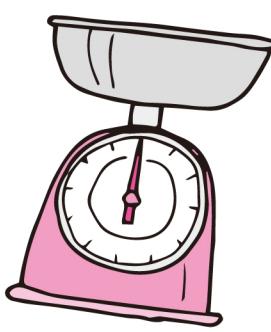
美味しい「HAPPY首里みそ」を  
食べる方法は「みそ汁」だけじゃない!?  
「HAPPY首里みそ」愛用者の  
ユカちゃんより  
アレンジ料理をご紹介です!



### HAPPY首里みそ味の から揚げ(みそから)

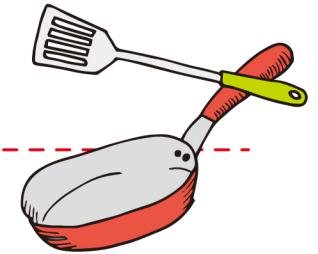
#### 材料(3人分)

- とりもも肉：250g
- ししとう：6本
- レモン：適量
- 料理酒：大さじ1
- 首里みそ：25g～35g(お好みで調整)
- たまご：1個
- 片栗粉：適量
- 揚げ油：適量



#### 作り方

- 1** 鶏もも肉は一口大に切れます。  
(から揚げ用のカットした鶏肉で大丈夫です)
- 2** ボウルに鶏肉と料理酒を入れてなじむように混ぜ、  
首里みそと溶き卵を加えてよくもみこみます。30分ほどおきます。
- 3** ししとうは、ヘタを取り包丁の先でところどころに穴をあけます。
- 4** 鍋に揚げ油をいれて、火をつけ温度をあげます。  
ししとうは、サッと素揚げしておきます。
- 5** **2**の鶏肉の水気を切って、片栗粉をまぶします。  
低温(160℃くらい)の揚げ油に鶏肉を入れ、  
少しづつ温度を上げながら浮き上がるまで揚げます。
- 6** から揚げ、ししとうを器に盛り付け、レモンを添えれば**完成**です。



愛メシ商品  
オンラインショップが  
OPENしました!!



愛メシ商品の  
ご購入は  
愛メシShopへ!

HAPPY首里みそ	
750g	800円(税込)
数量: - 0 +	小計: 0円

源泉の幸 ブルーマウンテンブレンド	
ドリップ(5P入)	1100円(税込)
数量: - 0 +	小計: 0円

源泉の幸 ブルーマウンテンブレンド	
豆(100g)	1200円(税込)
数量: - 0 +	小計: 0円





九州ツアー第3弾 2019 @熊本・鹿児島

# 幸せのつかみ方



「あなたの思う幸せ、それって本当に幸せですか？ 幸せを知らないからまず見つかりませんよ」からスタートした、今回の九州ツアー講演会。自己探求、幸せづくり、幸せをつかむコツは、「幸せって何？」「何に意識を向けるの？」ってまずは、自分へ問いかけること、「方向性」。これこそが、幸せになる秘訣。「幸せ」を見つけるからこそ、つかむことができる。

「千個の不安対策より、一つの信頼。  
人生はほんの些細なことで大きく変わる」

思えた人は、ハッとするテーマ「幸せのつかみ方」。  
「本気で幸せになって、人生を幸せで埋めつくして、生きてるだけで丸もうけ、自分を生きるって楽しい！」そう感じてほしい講演会。

誰でも幸せになろうと思つてるんだよ(笑)。  
これでもね(笑)。  
でも、これが本当に幸せだなあと感じて生きてます  
かねー？  
不幸の人はわかりやすいよ(笑)。幸せになるために！という努力をしているから、的外れですよ。それこそ不幸(笑)。病気の人が健康になるようつて頑張っている。それと一緒にです。不幸の中の努力、幸せになるために・・つてね(笑)。病気を治すために、出来ないものを出来るように、欠点を治すようつて…でも、そもそも病気も欠点も不幸もあると思つてしませんか？  
「あると思えばあるないと思えbeない」  
不安をなくすとか、不幸ばかりを観ていていますよね(笑)。  
自分の意識してることが何か？  
不幸を観てるのか、幸せを観ているのか、つてことなんですが欠点ばかり観ているんです。欠点を

幸せが見つかって初めて掴めるんですが、そもそもあなたが思つている幸せ、それって本当に幸せか？からです。幸せを知らないからまず見つかりませんよ(笑)  
会場中が「えっ・・？」というきょとん顔(笑)。幸せを見つけにきたはずが・・本当の幸せ 자체を知らない！なんてそんな初めから打ち砕かれたところで先生は続けて言います。

## ♪本当の幸せとは？♪

幸せが見つかって初めて掴めるんですが、そもそもあなたが思つている幸せ、それって本当に幸せか？からです。幸せを知らないからまず見つかりませんよ(笑)  
会場中が「えっ・・？」というきょとん顔(笑)。幸せを見つけにきたはずが・・本当の幸せ 자체を知らない！なんてそんな初めから打ち砕かれたところで先生は続けて言います。

治す努力、これ、不幸のオンパレードです。不幸だから幸せになるつて言うけれど、不幸の対照「反対側」にある幸せつて、病気にならないための健康と一緒に。そこには本当の幸せはないんです。僕が教えたいのは、『幸せのみの世界。幸せになりたいだけ』。だから、何があつても幸せなんです。欠点があつても、無くとも幸せ。転んでも幸せという世界。

僕が美容師時代の時、健康カウンセラーとして、お客様と話していくら、髪を切る場所なのに、なぜか髪を切らない人ばかり増えていく始末(笑)。「髪を綺麗にしてください」と言うけれど、どんなに外側を綺麗にしても内側から綺麗にならないと意味がないんだよね。だから朝から晩まで味噌汁飲みなさいって思う。  
そもそも農耕民族の日本人が今や肉などの外食の生活に傾いている。健康になりたいと言ひながら、やつてることは不健康的な食生活(笑)。健康は腸からですよ、皆さん。

腸の中のバクテリアなどが、調整して栄養を吸収しているんです。おまけに、腸は第一の脳なので人間の思考力は腸の影響を受けています。ネガティブな人はネガティブな食生活、ポジティブの人はポジ

## ♪日本人の食生活♪



ティブな食生活なんです。病気があるって言うけれど、腸が悪いのか、お前の考え方が悪いのか、しかないんだから（笑）。笑って味噌飲んで下さいつること。お味噌汁一つで人生の悩みが消えるんだから、それくらい味噌は凄いんだよ！

幸せも健康も例外（笑）、何を知り、何を知らないかも知らない。そもそも、何が幸せかも知らない。これじゃあ、幸せを見つけよう、なりようもないよね（笑）。世の中を、良い・悪いや正義や悪で分けてませんかね？ 何が良い、何が悪いと分けていることと自体が悪いって思ったことないの？ 分けてませんかね？ 何が良い、何が悪いと分けて（笑）。

そのウエストどうしたの？（笑）



### 「幸せの基準は健康」

話を聴いて笑ってるうちにどんどんシフトしていく自分の思い込みや価値観。

「そもそも、そう思ってる自分が変なのか？」と、ここまできて、初めて先生の言葉は聴こえてくる。ここで先生はお馴染みの「聞く」「聴く」を白板に書く。

「聞く」は言つた言葉 자체をとる。「聴く」はその言葉の言う意味をとる。この2つの違いは「思えるか、思えないか」。人は自分が思っていることしか聴こえないんです。

話をして笑ってること（笑）。事実を覗ずに「つもりは太ってますってこと（笑）。事実を覗んで「つもりはない」で自分を覗ない。結局、不幸の原因があなたですってこと（笑）。自分の心が健全になつていて、良いものだけが聴こえ、観えて、入つてくるし、悪いものは勝手に素通りするんだから。食べたら勝手にハッピーで健康になるわけ。愛メシ味噌などの愛メシ商品はそんなひとつ。未来に良いものを作つて繋げていく。それが我々のつくる愛メシマーケットです。だから、まずは何が良いものなのか知ること。

そんな情報が知れるのがこの愛メシ新聞です。知ることで事実がわかる、良い商品に投資し、健康にならん。

「聞く」は言つた言葉 자체をとる。「聴く」はその言葉の言う意味をとる。この2つの違いは「思えるか、思えないか」。人は自分が思っていることしか聴こえないんです。

### 「幸せの責任は「自分」」

責任は誰かにあると思っていますか？ 自分の幸せの責任は自分自身にあるんです！ 何を言うかの問題じゃなくて、どう受け止めるかなんです！ 自分が100度になつていてるか？ 精一杯やつててるか？ これくらいでいいやとか、出来ればとか言つてない？ こんな自分でいいやと思つてない？ だったら幸せも「出来れば」、「つもり」だよね！ 100度で生きろ、何でも上手くなろう、何でも究極になろうとすること、何でも精一杯しよう！ と決めることが大事！

けど、お姉さんの近くに置いてあつた水の入ったコップを寄せてあげようと手に取つたら、お姉さんに「人のコップを取るな！」と怒られたわけ。お姉さんは「奪われた経験」をした。でも僕は単にコップを寄せてあげたかっただけ。僕は「相手を思いやつた経験」をしている。同じ経験でもその人の憶にございませんって言うの？（笑）。自分が「美しいやつたな」と思う人は我慢じゃなくて、美しくありたいなあって思つちやうし、自然と食べなくなります。「そんなつもりはありません」って言つてるけど「つもり」の話じゃなくて、「そうです」という事実です。太つてるつもりはありません？（笑）、太つてますってこと（笑）。事実を覗ずに「つもりはない」で自分を覗ない。結局、不幸の原因があなたですってこと（笑）。自分の心が健全になつていて、良いものだけが聴こえ、観えて、入つてくるし、悪いものは勝手に素通りするんだから。食べたら勝手にハッピーで健康になるわけ。愛メシ味噌などの愛メシ商品はそんなひとつ。未来に良いものを作つて繋げていく。それが我々のつくる愛メシマーケットです。だから、まずは何が良いものなのか知ること。

こんな風に、相手がどうあれ、何が起きても僕は幸せの経験しかしないと決めたんです。起きた出来事、何かのせいではなく、どんな経験を自分に与えたいですか？ つていつたとき、こういう経験をする人間性をもつこと。



講演会には、毎回  
全国各地のやんちゃや神友から  
応援のお花が届いています！♪

## ～講演会だより～



主体性とうんこ

自分原因説。親力プログラムでは主体性と言つて  
自分に主体があるとシンプルです。主体がないと  
何かのせい、主体性があるかないかで凄く複雑。  
「自分原因説」とは「主体は自分」。だから責任転換  
しないでね（笑）。病気に例えると、病気原因説  
(笑)。原因があつて病気になる? その原因は食べ  
物だとしても、その食べ物を食べた自分は原因じや  
ないの?

先生はある例え話を言つた。

目の前に「うんこ」がある(笑)。

見なければ気にならないのに、見てしまう(笑)。  
うんこ見ながら、「何でここにうんこがあるの?!

て怒つてる(笑)。

それがあなた。

鹿児島「幸せが見つかる自分原因説」

## 九州ツアーニ二日目は鹿児島講演会。

『自分原因説!!』

言葉を思い出しながら、自分原因説が先生によつて

卷之三



「幸せの力」は自己責任

身。思えることは聴こえる、思えないことは聞こえないんですから、自分自身が何を思うか、観るもの、聴くものが全て自分次第。

命は繋がっている

自分が好きなものを沢山持つてたるだけで相手は愛しやすいんです。子供さえ幸せになればいいんですね？ 命は個体で存在しないし、繋がりあってる。一人だけで幸せにはならないんです。幸せは絶対的！ 幸せは幸せです!! それしかないんです。自分原因説と言つたら、言えることは「良心」です。姿勢も在り方も、心構えも。

全て良心で。疑いに支えられている信頼、不幸に支えられている幸せ、そこに本当の幸せはないよ。

A photograph showing a group of young women laughing together. In the foreground, a woman with glasses and a floral shirt is laughing heartily. To her right, another woman with long dark hair is smiling. In the background, other women are visible, also appearing to be in a good mood. The setting appears to be a social gathering or a fun event.

～神さまは愛く

神さまは愛。全て愛、この空気さえも愛なんです。空気は愛で、愛を吸つておきながら愛で生きてないと言えますか？自分が命に対し何かやつてますか？例えば、自分の心臓は自分で動かしていますか？空腹は自分で起こしてますか？今の人生の有

人生、自分次第

全て良心で。疑いに支えられている信頼、不幸に支えられている幸せ、そこに本当の幸せはないよ。

手が塞がっている。今までの自分の執着やこだわりを握ってるから幸せをつかめないってわかつてますか？それわかるとダサいよ（笑）。今まで自分が持っていたものはガラクタ。今、ポンと投げ捨てるとすぐに掴める。うちの母親に「お母さん、怒ってるよ？」そう言うと、あんたが怒らせているんでしょ！と反論された（笑）。：僕のせいなの？（笑）。僕がきつかけだったかもしだれないので、あなたが喜んでくれるのならそれでいいです。

難さ、あると思えばある、ないと思えばない。幸せはあると思うだけ。するところにもう在るとわかる。

あつたんかい・(笑)。

(会場中の心の声)

生きてるだけで丸儲け。その良心で今日から生きましょう。良心が良心を動かす、真心が真心を動かす。愛が愛を動かすんです。自分にしないことは人にはしない、自分磨きしてない人は人を幸せにはできません。私こそは!と思うか、です。

本当に幸せになりたかったら自分を愛しなさい。

幸せになりたいなあと思うだけです。



「できれば・つもり、  
相手のこともあるさうね」

できれば、つもり、相手のこともあるさうねと、思ってて、自分の希望を本当に叶えたい!と思ってないよね。なんで事実を受け止めないで、そんなつもりはない、って受け取らないの? こーだから、あーだから、どうだから叶わない。と言つてるけど、条件のせいにしてないか?



いかがでしたか?

幸せになりたいなら自分のことをもっと磨いていいこう! どこにいっても誰においても大丈夫! といえる人間性。大爆笑の中、一番の近道、いや、答えである「自分原因説」がしっかりと落とし込まれた鹿児島講演会でした。

・・・

「幸せって人間性」

自分次第の自分原因説なら、こーやつても、あー やつても、どーなつても叶うよ!



九州ツアー3  
講演会DVD  
絶賛発売中!



ご購入はQRより!





### この指とくまれ！

九州支部企画担当・大平沙織

前号で、熊本でシェア会した時のことを書いたけど、その時にみんなに話したことがもう一つあるの。

沙織 金城先生に出会って、親力プログラムに出会って、とにかくこの環境に出会って、「生きることへのイメージ」「子育てのイメージ」「人間関係のイメージ」「仕事や家庭づくりのイメージ」が変わった人が多いと思うわけ。楽になったとか、幸せにならって言うのかな⁈ 少なからず、ここに居る人達はそうでしょう？ だから通い続けるんだよね！

みんな そうそう

沙織 自分がそうなったから、沢山の人に教えてあげたい！ この環境に触れて、気づいて欲しいって思うよね！ でもさ、こればかりは、本人がそう思わない限りそうならないんだよ…。どんなに私達が引っ張り込まれてしまう。だから、私達はずっと手を出してるだけでいい。その手を掴むかは、その人次第なの

「そうそう！ それそれ！」って私は大興奮!!（笑） つて話をしたわけ。これを、沖縄に帰つて来て、「こんな話したよ♪」って報告した時に、金城先生に言われたのが、「この指とくまれ！ だね」だったの。

私が笑顔でいることが、愛メシ新聞で幸せを叫ぶことが、講演会を企画していくことが、「この指とくまれ！」つて指を出して手を出してることだと思つて。そこで、じゃあ、みんなに出来ることは⁈ って言つたときに、金城先生に、この環境に出会つて、笑顔になつてことHAPPYになつてることを自覚して欲しい。

笑顔はマナー！ そして、一人でも多くの人へ、この愛メシ新聞を手渡して欲しい。「ぷろじぇくと九州」で立ち上げた「いちゃりば九州」のメンバーへの最初のミッショントン！

全国で、この新聞を手にした方、みんなでこの環境づくり、よろしくお願ひします！

ぷろじぇくと!!!  
九州 799

九州支部企画担当の大平沙織です！

「ぷろじぇくと九州」とは、金城先生に出会い、自らの人生観が180度変わった私が、「みんながこんな心地になり生きやすくなればいいのにい～！」と思い、全国に！いや、世界中に拡げたい！から始まりました。最初から、そんな大きい事は出来ないから(笑)先ずは、私が産まれ育った熊本、九州から!!と思い、立ち上げたプロジェクト。

熊本、そして九州にもこの環境を拡げて、みんなが幸せで豊かになることを願って活動しています。

「一緒に参加したい！」

「自分もこの環境を拡げていきたい！」

っていう仲間を募ってるからさ～。

それは九州だけじゃなく、全国に沙織のように「私がやります！」と手を上げてくれる仲間を求めてます(^^\*)これまで、熊本・鹿児島・福岡・北九州などで、何度も金城先生の講演会を開催してきて、今ちょっとずつ仲間が増えてきてるの。これも継続してきたから！これから、どんどん活動を載せていくので、お楽しみに。



### 講演会 Story



2016年 鹿児島  
「やんちゃな楽笑子育て」



2017年2月 鹿児島  
「自愛」



2017年10月  
九州ツアー1  
熊本 & 鹿児島



2018年  
九州ツアー2  
熊本 & 鹿児島  
「元気人生！」

Vol. 1

Vol. 2

15



## 『ひとりじやなかつた』

家村 加陽子

九州ツアーフinal

4月の鹿児島講演会、主催の加陽ちゃんの九州ツアーフinal感想です。実は、この感想を読んでビックリ!! 申し合せた訳でもないのに、「幸せを叫んじゃうコーナー」P.2で私が書いた「命は繋がりあってる」と、めっちゃリンクしてる加陽ちゃんの感想に大興奮!! やっぱり幸せって感じたら、感じちゃう事って同じなんだなあ~と思ったよ。では、加陽ちゃんの感想をどうぞ!

九州ツアーフinal

今回の九州ツアーフinalのテーマは、「幸せのつかみ方」。そして鹿児島は、「自愛シリーズ! 幸せが見つかる自分原因説!」金城先生と出逢って、この環境と出逢ってセミナーに通うようになつて感じることは「どこまでも自分なんだな」とつてこと。何かのせいにしてきたこと、いいことと思えることも悪いことと思えることもすべてが自分の中につけて、ベクトルを自分に向けて、自分と向き合うことでしか何も気づけないし感じないんだって思った。だから自分が原因説つてテーマをお願いした。けど、九州ツアーフinal始まって先生たちと会うと、そのイメージが暗いつてことが分かった(笑)。

今回、講演会のチケットの後に先生に何か言葉を書いてくださいってお願ひいたら、出来上がったチケットの後ろに書かれた言葉は、「自分しだいと思うことから幸せは始まる」だった。自分原因説つて、自分がこんなだからこんなことが起きちゃうって暗いイメージがあつたけど自分原因説つて、自分でどんだけでも楽しく幸せになれちゃうつてこと。

### 自愛シリーズ 『幸せが見つかる自分原因説』

このタイトル、自分原因説の前に先生が『幸せが見つかる』つてちゃんとつづけてくれてる。

自分を感じて幸せで埋め尽くしたい!

私を感じるところから始めようつて思った!

九州ツアーフinal最高でした。

鹿児島講演会を主催させてもらえて、本当にありがとうございます。

今回、集客に焦っちゃったけど、今回のテーマ『自分

ありがとうございます。

これからもよろしくお願ひします。

「できれば」があるうちは、本当にやりたいって思うこと→決めること→行動すること→継続すること

「できれば」があるうちは、本当にやりたいって思うこと→決めること→行動すること→継続すること

先生達や大塚さんの続けるには意志があるんだ。想いに溢れてるんだな。先生達や大塚さんの意志が私を含めたたくさんの人達に笑顔と喜びと幸せが響いていく。環境となっていく。

ひとりじやない!  
命はつながっている!

つて感じた。先生と出逢って、この環境に出逢えた。想いを共にする仲間ができる、私はいつも支えられる。

講演会をするたびに、お手伝いをしてくれたり、喜びのメッセージをもらったり、あらためて感じさせられる幸せ。私、ひとりじやなかつた。皆なんいる! そして、先生達がいる! 沙織がいる!

そして、講演会の会場で感じること、みんながいるから来た! つてみんなに会いたくて来た! つて愛着心でつながるあつたかい環境。

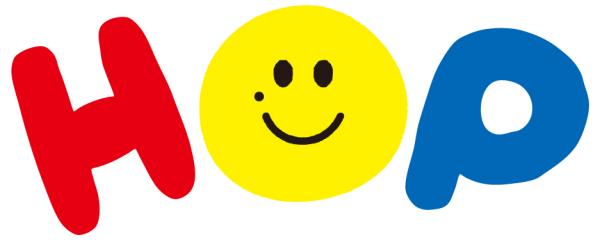
人が環境だ!!

原因説だから、自分と向き合うのが怖い人は来ないも感じて覚悟も決まったと同時に『続ける』を

ずっとしてくれている大塚さんにも本当に感謝の気持ちでいっぱいになつた。続けるって愛だと思う。改めてこの環境を私も創つていただきたいっていう想いも感じて覚悟も決まったと同時に『続ける』を

思つたら気が楽になつた。そして続けるってことで、





## Happy Oyaryoku Program

人生 笑いでうめつくせ!

「生きる力」を育てる

### 親力プログラム

親力プログラムを通して、お母さんと子供たちの豊かな未来と、環境創り、幸せつくりのため活動しています。親力プログラムは「親に力をつけるプログラム」です。子育てのノウハウではなく、楽しく幸せに生きる秘訣です。こんな楽しくていいものをもっと沢山の人に知ってもらいたい♪

ここでは、親力の基礎クラスの「1010 HAPPY クラス」の中身や、クラスの様子、生徒さんのリアルな声を親力大好き♪池原が、リポートし、お届けします！これを読めば、あなたも今日からハッピーママ♪



親力プログラム講師 / 助産師  
池原 由貴子

これまで助産師として、沢山のお母さん、赤ちゃん達と関わってきましたが、私自身が娘を産んだ時、子供との関わりが全くできない自分、「知識や技術があっても」成り立たない自分に愕然としました。そんな時に出逢ったのが、金城先生と金城先生の開発した「親力プログラム」です。

何處でも教えてない、習っていない。お産を教える産科でさえもこんな大切なことを教えられません。子育てには、やり方と方法、そして「順番」があります。これを読めば大丈夫♪学んだ分だけ力がつく！続けた分だけ確信できる！

## 何が何でも「生理的欲求」！

### 1010 HAPPY クラス 4月より

1010 HAPPY クラス、4月は1クールのまどめ。そこで重要なのが、「生理的欲求」。何が何でも生理的欲求！それほど人の根本にある土台なんだよね♪

生理的欲求を言葉で言うと「好かれたい・愛されたい」気持ち。子供がママ大好き♪ママも大好き♪この気持ちをお母さんが十分に満たしてあげることで、子供の生理的欲求が満たされるの。

その心地が、親しみのある信頼感の「愛着心」となって、この子の一生の心の免疫になるんだよね。お母さんがここが解るだけで、子育て、人生全てがスマートになってくるよく！「愛着心」と「生理的欲求」だけはしっかりと掴んでいこう！



### 生理的欲求は3つ子の魂百まで！

作家／人間学講師／  
親力プログラム開発者 金城 幸政

生理的欲求は3つ子の魂百までです。たつた3歳までのことが100歳まで続く。全部ここに行きつく。生理的欲求が解るだけで人生も子育てもスマートなのに解らないだけで、いみくじピーマン(笑)

生理的欲求と愛着心が繋がっていくだけで何でも簡単なんだよ。

こんなかな♪とかこんなだね♪とか手に取るようにわかる。でも繋がってないと、こんなかも？こんなでいい？とかあやふやな人生(笑)

この繋がり感は言葉で言おうとすると難しい。これは「心地」「感覚」で感じてくる。

幸せ！生きている！がよりリアルに感じるか感じないかの違いです。

雨が降つても降らなくとも幸せ。

雨が降っている。それに対して「雨が降っている♪気持ちいいな♪」と「雨が降っている、いやだな♪」では雨が降っている事実に同じ経験をしないよね。いい経験していると思ってる？降つても晴れても幸せを感じる。

こうやってリアルに感じるか感じないかで、一つひとつ経験が毎日違うんだよ。

笑顔」。笑顔か！ついていても心の底から笑えてない意味がないからね(笑)

セミナーで先生が言ったのが「3つ子の魂。百まで」どれほど母親の役割が大きいか実感するよ。

命を育てる母親なら、何かや誰かのせいにして、自分が「社会創り」につながるんだとわかる。だからこそ、笑顔が命のマナー」の責任を100%持つ自分で在ろうと思う。まずは「私から」。

最後に先生が伝えた「生かされている命」。「教育の

原点は家庭教育から」自分たちがやっている子育てが「社会創り」につながるんだとわかる。だからこそ、笑顔が命のマナー」の責任を100%持つ自分で在ろうと思う。まずは「私から」。

何が何でも「生理的欲求」の心地が解れば、子育ても人生もハッピーだね。

セミナーで先生が言ったのが「3つ子の魂。百まで」どれほど母親の役割が大きいか実感するよ。

命を育てる母親なら、何かや誰かのせいにして、自分が「社会創り」につながるんだとわかる。だからこそ、笑顔が命のマナー」の責任を100%持つ自分で在ろうと思う。まずは「私から」。

最後に先生が伝えた「生かされている命」。「教育の

原点は家庭教育から」自分たちがやっている子育てが「社会創り」につながるんだとわかる。だからこそ、笑顔が命のマナー」の責任を100%持つ自分で在ろうと思う。まずは「私から」。

助産師 由貴子の言わせて！

## 親力プログラムって ここが凄い！

プログラムは  
考えることから感じるへシフト！

今日は私が「考える」から「感じる」へシフトした経験のお話。私が「感じる」へシフトしたキッカケは、それはたった一つの「スキンシップ」だった。

子育てに悩んでいた時、先生の親力プログラムセミナーに参加し始めた私。先生に言われたのは、「お母さん、まず、あなたは不感症だよ」という言葉。先生に言わても、「誰が？」ってなくらい（笑）、まったくピンときてなかつたんだけど、そんな私に、「ちょっととした、レッスンをするよ」と、先生が言つた。

先生 今から3通りの触り方であなたの腕に触れるから、どの触れ方が気持ちいいか、教えてね

そう言って、先生は私の腕をさすつた。1番、2番、3番。と終わつた後で、私が答えようとした時、先生が「2番でしょ？」とすかさず言つた。その答えが的中でさ！「何で、この人、わかるの？？」とびっくり！

先生 どうして わかったんですか？

先生は真顔でサラッと答えたんだよね。

私 見るだけでわかるんですか？

先生 解るよ。だって、あなたを感じているから

先生 そう、あなた。触った時のあなたの表情、感触、反応を観て感じているから、解るんだよ

先生が触れている自分の腕を見る。「私を感じる」つ

てどういう意味だろう？先生の顔を見る。「この人は私を感じているんだ：私を？…私…」今まで向いていた矢印、触れている「先生」から触れられている「私」に意識が向いたんだ。

その瞬間、身体が…感じた!!先生は、私よりも私を感じている。それを感じた時、何を感じたか、自分が、今まで何も感じていなかつたと解つた！

「感じていない自分」を感じた。「不感症」の自分を感じた。これが、感じるってことなんだ!!初めての感覚、今までの私は、そもそも感覚が無かつたんだ！私、ずっと自分を感じてなかつたんだ!!自分どころじゃない！何も感じて生きていなかつたんだ…絶句…衝撃。頭、真っ白…

今まで、何十年、ずっと、何も、自分を感じていなかつたということを感じた！これが私。知つてつもりだつたら感じてると思ってたでも！でもも!!知らなかつたら感じてなかつたんだ！ウソでしょ…！！

私は、何も知らない、全く知らないんだ!!今まで全部、知つていると思っていたことは、感じていると思つていたことは、頭の世界！？

今まで、何十年、ずっと、何も、自分を感じていなかつたということを感じた！これが私。知つてつもりだつたら感じてると思ってたでも！でもも!!知らなかつたら感じてなかつたんだ！ウソでしょ…！！

私は、何も知らない、全く知らないんだ!!今まで全部、知つていると思っていたことは、感じていると思つていたことは、頭の世界！？

先生が言つていた。私の生きるにスイッチが入つた時。感じたことで生きることにリアリティーが生まれた。ここから私の「感じる」がスタートして、親力プログラムを学び始めた。

感じて生きるは考えて生きる世界と全然違う！今じゃ、私も子供も笑顔で愛する仲間と共に毎日楽しく過ごしている。

何年かたつて先生に、あの時、何が起きていたのかを生きさせた」と言つっていた。

たつた一回のスキンシップで命にスイッチを入れることができる。2号でも書いた、お母さんが始める赤ちゃんのカンガルーケアと一緒になんだよ！

やつぱり凄いよね、お母さんの存在は。先生みたいに私たちもできるんだよ！スキンシップの意味や五感全てを感じるにシフトする。それを実感してやるスキンシップは「命の栄養」そのもの！

「明るい人は何やつても明るい、楽しい人は何やつても楽しい！」って先生が言う言葉の意味が、さらじだけど、楽しければ、面白ければ、人は自然と笑顔になつて心が元気になる。それがわかると暗い人は何やつても暗くなる（暗い人は、これを読んで暗くなるなよう笑）。

先生の話すことやること全てが楽しくて、みんな笑顔になるのは、先生が楽しい人だから！「何でも楽しんでやる」って凄く大切な基本なんだなつて、生きる姿勢なんだなつて感じました。

生きることは楽しい、何でも楽しい、そんなお母さんの姿こそ基本です。「何もできなくても、笑顔だけはいよう！」と決めて、過ごしてくださいね

これは以前セミナーでも話しましたが、お母さんが笑顔を向けた赤ちゃんと、怒つた表情を向けた赤ちゃんでは刺激される脳の場所が違います！笑顔だと「HAPPY・幸せ」と感じる場所が、怒つた顔だと「不安・緊張」という場所が刺激される！だから、親力プログラムでいう「お母さんはとにかく笑顔でいなさい」って言つ言葉の重みを実感。笑顔じゃないだけで子供に悪影響与えているつて自覚したら、もうできないよね（笑）。

一番シンプルなのは、楽しいと人は勝手に笑顔になる！「こうすれば笑顔！」とか、「どうすれば笑顔？」って考えている時点でバカなの？って感じだけど、楽しければ、面白ければ、人は自然と笑顔になつて心が元気になる。それがわかると暗い人は何やつても暗くなる（暗い人は、これを読んで暗くなるなよう笑）。



子供達の未来のために  
よりよい社会を創るために



人が生きる上で一番 偉大な事業は  
子供を 産み育てるこことだ

各クラスの様子はこちら



Tokyo 青山 クラス



Kanagawa 藤沢 クラス



Okinawa 浦添 クラス



各クラスの  
ダイジェスト版



## 親力プログラムとは？

親力プログラムの  
すべてがわかる  
HOPページはこちら



気軽にみれる♪  
楽しい情報がいっぱい！  
クラスの様子はこちらから



## いつでもどこでも始められる

### 親力プログラム 通信講座 (基礎・応用)



お申し込みは  
こちらから▶▶▶



# 神奈川県 FUJI-SAWA

藤沢環境推進課

## 「この指とまれ！」

藤沢クラスリーダー 滝沢 典子(のんちゃん)

藤沢メンバーに、「この指止まれ」をした！！！

藤沢を担当している親力プログラム講師の宮良です。前回、てあーふあー4号では藤沢のリーダー滝沢典子、通称のんちゃんの藤沢への想いを紹介しました。

今回は、親力の環境の創発者でもある金城先生に出会った時に思った「藤沢に環境を創りたい」という初心を思い出したこと、そして、その想いに応えてくれた藤沢のみんな（親力参加者）の「環境創り」への想いを紹介します。

初心を思い出したから聴こえた『自分次第』。

のんちゃんは、自分自身が何を求めているか？って先生と出会うまで気づいていなかつた。先生と出会って初めて聴こえた「環境」への想い。

だけど、自分が求めている環境も、条件次第、何か次第で、原因が外側にあるから聞こえない、自分次第。

のんちゃんが書いている「101匹目のサル」の話は親力や愛メシセミナーで先生は何度もしている。だけど、自分自身がその101匹目になろうと誰も思わないから、その環境が生まれない、たかが1匹、されど1匹。自分次第と思えないから、たかが私一人では何も変わらないと諦めている。3月からの1か月。やんちゃツアーやり取りでも同じ、条件次第が繰り返される。

だけど、その101匹目になり、藤沢に環境を生んだのが滝沢典子。親力プログラムでは、「あなたのその価値観大丈夫ですか？」と、自分自身の価値観を問い合わせてみてください！ 目を覚ましてください!! と言っていますが、先生と出会って7年。あくまで、私次第ね…、ようやく聴こえた『自分次第』。

「誰といっても、どんな時も、どんな状況でも、大丈夫と言える人間力」それを培うのが親力プログラム。

『人は環境』環境は人。命は繋がっているからこそ、この環境が大事。その環境を拡げていくのが、愛メシ新聞で、LIFEVISIONの環境。



グループLINEに送った内容 ← ←

金城先生に出会って7年…。ずっとと言われていたけれど、先日の人間学で「GOLD（美容室）やめます!!」って、金城先生に、やっとやっとやっとやつとやつと言えました。

中々言えなかつたのは「美容は天職だし、大好きだしさ、みんなにも会えるし、辞める必要があるのか、この環境は両方叶わないのか…？」って、色々模索しました…。講座を継続する環境は作つて來た。でも、金城

先生が教えてくれることは講座の知識だけじゃなく、その環境を作ることが目的！それをアタシは青山の1年目に掴んでるんだよね。

だから、「環境を作りたい!!」って思ったのが、金城先生が藤沢に来てくれた訳だけれど、環境を藤沢に作る為。講座の環境は出来ていて。去年90名近くいた生徒は今60人台。人数じゃないけれど…。

でも、良いことしか起こらないからね！アタシの希望覚えてる！藤沢を100人にしたいの!! 100人には意味がある！

その後のユアや先生の言葉！「家族と思つてるとよー」って、皆に手を差し出してる！その手、握り返したか？応えたか？振り払えるか？アタシのしてることはなんだか分かつたんだよね。

「幸せになる！」って。「みんなと感じたい自分なんだ」って、「自分の家族だけじゃ無い家族がいることの幸せ、アタシが求めているもの、その自分に応えたい!!」って思つたんだよね。

アタシが100%じゃなかつたって思つた。アタシは1人でもやる人。でも、それさえも忘れて、「みんなとやりたい!!」って思つた。「みんなと分かち合いたい!!」って。でもさ、アタシが腹括らなきやね：先ずは自分だ。どこまでも、どこまでも、どこまでも自分なら、自分からだよ!! って、置いていた主体を取り戻した。自分のめっちゃ重かったドラマがさ、もうもうもう!! 黙つていられないくらい「私やります!!」ってなつたのは、みんなへの愛着心!! もうこれ以上、誰一人、途中でやめて欲しくない。100人にして!! アタシは最初、「藤沢やります!!」って言ひに行つた。

全部自分。どこまでもどこまでもどこまでも自分。アタシに言つてくれたんだよね、「環境一緒にやる！」って。めっちゃ嬉しかつた！アタシは「1人でもやる！」って思つたけれど「1人じゃない」って、めっちゃ思つた！「なんだからやる、なんだからやらない」、そういうことじやない気持ちのみ！めっちゃ凄い！って思つた！

3月の講座で、終わつた後、野村ちはるチャンが、アタシに言つてくれたんだよね、「環境一緒にやる！」って。めっちゃ嬉しかつた！アタシは「1人でもやる！」って思つたけれど「1人じゃない」って、めっちゃ思つた！「なんだからやる、なんだからやらない」、そういうことじやない気持ちのみ！めっちゃ凄い！って思つた！

自分たちに、この親力プログラムが当たり前の世の中にしたいだけなんだ。目的はそこ!!

「分からなくてやる。練習いっぱいして來たよね。みんなここにいれば大丈夫！聞こえている！」って、由里は言つたよね？大丈夫って思う!! 本当に大丈夫だから!! 学びたい人は学べばいい!! それぞれの段階があるから!! 焦らなくていいよ。人と比べることでもないよ。無理はしないで欲しいから!!

子供たちに、この親力プログラムが当たり前の世の中にしたいだけなんだ。目的はそこ!!

アタシは、みんなでこの環境を100人にすること！アンテナショップを作ること！藤沢のみんなは、どーしたい？出来る出来ないじゃないよ!! 気持ち!! アタシに教えて〜〜〜！

やんちゃツアーやの話の希望でツアーリーに申し込む。希望は「行きたい!!」「でも、○○だから行けない」。このやり取りをみんなと色んな所でしているうちに、自分が見えたんだよね。「アタシには環境の話だ!!」って。

「環境づくりはやりたい!!」「でも、イツキがまだ小さいから」「足元出来でないから」「お金無いから」り見てたの。なんだかんだ条件に逃げてる自分が出て来た。

去年のやんちゃツアード、○(まる)を感じた時に、「このみんなで環境が作れるんだ!!」って、めっちゃ嬉しかつた!!あの子供たちの目!!どの子も自分の子!!めっちゃ面白い!!めっちゃ可愛い!!めっちゃ愛おしい!!

アタシが金城先生に教えたかったんだよ。

### 親力プログラム



藤沢クラス  
コミュニティー

講演会 Story は  
こちら







父 ううん、ゆあ、お父さんに嘘は通じないよ  
（）本当のこと言いなさい

父 ううん、頭もお腹も痛くない。ゆあ、なんでそんな嘘つくるの？

お父さんの声のトーンは一切変わらない。その落ち着いたトーン、態度に、自分の嘘が一切通じないから、自分が挙動不審になっていく(笑)。でも、イジメにあつてるなんて絶対に言えない！　絶対に言わない！　と、また嘘を続けた。

私を変えた

内気：大人しく、控えめな気質。また、そのさま、気が弱く、人前でハキハキとした態度がとれない性格。

私 おお母さん……頭痛し(出来るだけ) 体調が悪い  
よう(に言う)

私の心の声(えー、そこ)、「大丈夫? 学校休むね?」  
じゃないの!?(え?)

一切相手にしない母を後に、父の所へ：また意を決して…

私 お、お父さん…頭痛い…（さつきと同じように）  
体調不良を演じる)

「よし、ここで学校に行かないですかぞー！」と思つていたら、

父 は？ 頭痛い？ 気のせいよ、大丈夫、大丈夫。学校  
行つてござらん

私 お、お父さん：お腹も痛いなあ：（さらに体調が悪いような顔をする）

父 ふじん：お父さんが観る限り、頭も痛くないし  
お腹も痛くないから大丈夫よ。学校行つておいで

私の心の声（ええええええええー！？い、いやいやいやや、そうじやなくてさ…）

いついた(笑)。



私　ん…？　本当に頭痛いよ？（こつから拳動不審）

父　ううん、頭もお腹も痛くない。ゆあ、なんでそんな嘘つくの？

お父さんの声のトーンは一切変わらない。その落ちいたトーン、態度に、自分の嘘が一切通じないから、自分が拳動不審になっていく（笑）。でも、イジメにあつてるなんて絶対に言えない！　絶対に言わない！　と、また嘘を続けた。

父　ゆあ、無駄だよ。本当のこと言いなさい。お父さんに嘘は通じないよ。なんでねー？

私の心の声（ええーーーでも、イジメの事は、言えない…うーんと…）

私　…学校に行きたくないだけ

父　なんで？

その優しい声のトーンに、私は痛くなつた。居た堪れなくなつた。でも、言えない…一向に答えない私に対して、変わらないトーン、変わらない姿勢で、それから3時間も、「ゆあ、なんで学校に行きたくないの？」と、10分おきに、30分おきに、何度も何度も聞いては、私が答えるのを待つ。

ふと時計を見た時、話し始めて3時間以上が経過していく、自分でビックリした。

私の心の声（え…長っ！　お父さん、どこまで粘るの！？　シツコイ！　こんなに言いたくないのに…！…）

父は、私が時間を確認し、シツコイなーっていう表情を見て…

父　ゆあ、お父さんは諦めないよ。あんたが本音を言うまで、僕がは諦めない。あんたが諦める以外はないよ。お父さんのシツコさ舐めんなよお～（笑）。てか、あんたがシツコイんだよ（笑）

私の心の声（えーウケンー…まさかあー）

父　はい、いいよ、好きなだけ黙り続ければいいさ。

僕はいくらでも待てるよ。あんたが自分を諦めても、僕が諦めないからね。あんたが思っているより、お父さんの思いの方が強いから、絶対に負けないよ。それが嘘だと思うなら試してごらん(笑)

私の心の声(ああー…お父さん、まじだ…)

そう思つた瞬間に、「言わなきやダメか…でも、何て言つたらいいんだー」と、気持ちが言う方向へ向きました。すると涙が出てきた。私にとつて話すことには、すごく難しかった。自分の気持ちを言うことは、もつと難しかった。

口をひらこうとしても、声が出さずに、涙が溢れて、また黙る。これを何度も何度もくりかえした。それに父はただひたすら、見守ってくれていた。私が、その一言を言うことを待つてくれた。

私 学校に…行きたくない(ヒクヒク泣きながら)

父 うん、なんで?

私 …学校で…(泣)

父 うん、学校で?

私 ううーーー泣

父 学校で、うーーー?(笑)

私 違うー泣

父 冗談、冗談(笑)。学校で何ね?

私 ……られてる…泣(言つてしまつた…)

父 は? なんて? ゼーんぜん聞こえない(笑)

私の声が小さ過ぎて、全然聞こえていなかつた(笑)。

私 学校で…イジメられてるうー号泣

私の心の声(ああー言つてしまつた…なんて言われるんだろう、お父さんのこと傷つけいたはず…)

もう、やつてはいけないことをした気持ちで、何て言われるのか、自分の子供がいじめられている事にショックを受け



ているんじゃないかと、顔を上げられずにいたら…

父 ゆあ!

お父さんに呼ばれるけど、父の顔を見れなくて俯いたままでいたら、また、

父 ゆあ!…こっち見て!

恐る恐る、ゆっくり、目線をあげると、そこには…満面の笑みの父がいて、

父 ゆあ! オメでとおーーー!(めっちゃ笑顔!)

つて言いながら、私の手を取り、握手してくる。

私の心の声(え:お父さん、壊れた…)

私 お父さん、話聞いてた? ゆあ、イジメられてるんだよ?

父 え、お前、バカか! 普通におめでとうだろ!(これまで、めっちゃ笑顔)

私 なんも、おめでとうじゃないし!!! (キレ気味)

父 お前、バカだなっ! オメでとうだろ!! しかも、イジメられるのも簡単じゃないんだよ(笑)! イジメつて滅多に経験できないんだから! ユア! あんたラツキーだね~

私 お父さん! ユアが、どんだけ学校行くの怖いか分かる!?(泣きながらも怒る)

父 はあ!? お前、舐めんなよ!!! ただ『おめでとう』って言つてると思ってるの!? イジメの痛み、辛さ、苦しさ、怖さも分からんで、お父さんが本気で『おめでとう』って言つてると思ってるのね!? そんなわけないだろ!!! バカか!!! お父さんもイジメられた事があり! あんたの気持ちを分かつて言つてているわけ!!!

私 はっ! イジメられてたの?? お父さんが!?

父 うん! 当たり前さ! お父さんは、4年くらい

い時には、名札の安全ピンを胸に刺された事もあるわ

け!!! お父さんは、イジメの経験をした上で、あんたに『おめでとう』って言つてるわけ!!! どう言う意味で

私 え、イジメを乗り越えたの? てか、乗り越えられるの?

父 うん! ちゃんと方法があるわけ!だからさ、イジメられた先輩からのアドバイス聞く?(笑)

父 でも、ゆあ、お父さんに騙されたと思って、言わされたことをやつてごらん。大丈夫だから!

『おめでとう』って言つているかもわからんで、まるで自分が辛いみたいに被害者ずらするなよな!!! お父さんは、イジメを乗り越えた上で、あんたに『おめでとう』って言つてている!!!



人生 笑いで うめつくなせ!  
「生きる力」を育てる  
親力プログラム



の子たちの目をしっかりと見つめてから『ゆあのこと好きなの?』って、ちょっと頭を傾けてから聞いてごらん。この頭の角度、大切だからね(これまた、めっちゃ笑顔)

私はあーーー!?お父さん、バカなの?なんで、イジメてくるのに好きなわけないさ!好きだったら、嫌がることしないでしょ!普通!!!

父 ゆあ、違うわけよ。男の子はさ、好きな子と絡みたいけど、どうしたらいか分からなくて、意地悪するわけよ(笑)、残念でしょ(笑)

私はうん:(泣くのを堪える)  
父 だつて、みてごらん!イジメを乗り越えたお父さん、どう?

私は毎日、楽しそう:怖いもの無しつて感じ

父 でしょー!!!でも、お父さんも最初はそうじやなかったわけ。お父さんも、色んなことにチャレンジして、向き合つて来たから、今のお父さんがいるわけ。いま頑張つたら、お父さんみたいになれるよ。はい、どうするね?

私の心の声(…怖いけど、イジメから逃げるのも嫌。制限を受けた人生も嫌。だけど…怖い:だけど…)

父 どうする?(ゆっくりと聞く)

私は頑張るう号泣

父 よーしーーーーよく言つた!!!!

私はうんーーーー泣

父 じゃあさ、まず質問ね

父 あんたをイジめる子は女の子?男の子?

私はうん

父 あーーー、3人も!じゃあ超簡単!

私が何が??:?(意味わからんねーってなる=)

そうやって、いつもなら5分もかかる道のりを、30分以上かけて学校へ向かった(笑)。そして、ついに学校へ到着。校門を目の前に、あと一步が出ない。踏み出せない。隣に立つ父を見上げると、笑顔で、

父 あのね、いいね?学校に行って、そのイジメでくる子たちが、いつもみたいにあんたの所に来たら、そ

父 頑張れ。大丈夫。お父さんを信じなさい。お父さんの子だから大丈夫。でも、どうしてもダメだったら、



また考えよう。はい、もう行きなさい私の心の声(え?!ここでお父さんはバイバイなのか?!一緒に来てくれるんじゃないの?!1人で行くの!?)

父 こっからは、自分で1人で乗り越えるんだよ、行って来い!!

父 に背中を優しく押され:地面を見つめたまま…、一步を踏み出した。:一步を踏み出してしまった:私:何度も、何度も、後ろを振り向く私に、父は笑いながら見送つてくれた。

校舎に入り、靴を履き替え、いざ教室へ…。遅刻して学校に行つたので、周りの友達は「どうしたの?」って声をかけてくる。でも、私はそれに答えている場合じゃない。内心、心臓バクバクで、「いますぐ帰りたい!!!でも、決めた。頑張るって決めた。お父さんと約束した。逃げちゃダメだ。頑張らなくちゃ…」と、心の中で自分が自分を無意識にも励ましていた。

そして、その時はきた…。休み時間になり、私をイジメる子が私の所へ向かつて來た:

そして、向こうがちよつかいを出す前に、彼らの方に勢いよく向き合い、しつかり目をみながら、父にいわれた通りに、頭をちよつと傾けて:「ゆあのこと好きなの?=??(首をポキッとする)

もう、これはちゃんと彼らに聞いて、事実をハッキリさせよう!!と、気持ちは決まっていた。しかし、彼らは私の質問に対しても:

彼ら「「は、はあ!意味わからんし!!!!」」

と、言つたかと思つたら、急に私は反対方向に走り出した。私は「はっ!?ちゃんと質問に答えて!!」と、その後を追いかけた。

その後、どの休み時間も、彼らに「ちゃんと質問に答えて」と、後を追つた。が、結局は逃げ続けられて、答えてはくれなかつた。

そして、そのまま下校時間になり、よくよく一日を振り返つたら、「あ…今日イジメられてない!!!すごい!!!」ことに気付き、ルンルンで帰つた。

帰るとすぐにお父さんに、ただいまも言わないうちから

父 ゆあ、それはもうあんたがイジメているよ、追いかけるのはやめてあげたら？（笑）

してあげることがゆあの為になるかを観てきてくれたから。

お父さん！お父さん！すごい！今日イジメられなかつた！！！お父さんが言ったの本当だつた！！！ありがとう！！！でも、なんでお父さん、わかつたの？！

よかつたさー！頑張つて良かったでしょ？

本当に良かつた！お父さん、ありがとう！

ところで、その子達、どうだったの？

私 ん？なんでか分からんけど、逃げよつたから、ちゃんと答えてって、追いかけた！めっちゃ逃げよつたけど、ちゃんと答えるべきさ？人が質問しているのにありえんよね！

私はうん！そうする！お父さん、ユアさ、もう逃げない！なんでもちゃんと向き合つて、乗り越えて強い大人になる。逃げるんじゃなくて、向き合つて大切だね。ユア、頑張つてよかつたー。向き合つたら、変えていけるんだねー！

父 そうだよー。怖いのは、どうしたらいいか分からないから。怖いのは、どうしようもないと思うから。でも、ちゃんと向き合おうと思えば、答えがちゃんと見つかるんだよ

私はうん！そうする！お父さん、ユアさ、もう逃げない！なんでもちゃんと向き合つて、乗り越えて強い大人になる。逃げるんじゃなくて、向き合つて大切だね。ユア、頑張つてよかつたー。向き合つたら、変えていけるんだねー！

父 そうだよー。怖いのは、どうしたらいいか分からなかった。怖いのは、どうしようもないと思うから。でも、ちゃんと向き合おうと思えば、答えがちゃんと見つかるんだよ

このイジメを経験する前は、何があるとすぐに「あ…どうしよう」って、不安になつて暗くなつていた。今思えば、自分で自分自身のことを弱い人間だと思っていた。でも、イジメをキッカケに初めて自分自身の力だけで向き合つた時に、「自分もやれば出来るんだ！」って思えた。自分を変えたいって思つた！自分を変えられるなんて知らなかつた。でもイジメで、変わつていけるんだつて思えた。

イジメという事実だけをみたら、可愛そうって思うかもしれないけど、私には「自分を奮い立たせてくれた、自分を強くさせてくれた、自分自身に希望を持たせてくれた経験」。その経験が出来たのも父のアドバイスや、根気、私にとつて、何をどう

父が、親力プログラムで伝えている「助け方の基準」は、子供に自分自身に力がある経験をさせるのか、自分は弱い人間なんだっていう経験をさせるのか、子供の経験が真逆になる。

このイジメを経験していない、乗り越えていない状態の自分が大人、親になつていたら、「子供にどんな経験をさせたいか」とか、「自分自身を奮い立たせる経験」「自分自身に希望を持つ経験」を、子供から自分のエゴで奪つていたと思う。しかも、自分のやつている事実に気付かずに、むしろ良かれと思って、辛いこと、怖いこと、嫌なことから、助けることがいいことだと思って、なんでも手を出していたはず。

一般的に不幸と言われる、辛いこと、怖いこと、嫌なこと、目を背けたくなる出来事は、確實に私といふ人間に、生きる力をつけさせてくれた大きなプレゼントです。その出来事がなかつたら、自分を奮い立たせる経験も自分を信じる経験も、自分に希望を持つ経験も出来なかつたと言いきれる。だって、いま「自分に生まれて良かつた」って思う気持ちが、その答えだと思いますから。

小さい頃は、「次イジメられても、もう逃げないぞー！」くらいの意味で捉えていたけど、今になって、この経験を振り返ると、私という人間を大きく変えた経験になつてしましました。

私が父にしてもらつた「何が本当に私（相手）のためになることなのか」という「助け方の基準」のように、この記事を読んだ方が、「何が本当に相手の為になるか」「何が本当に自分の為になるのか」を見直してください。それを意識するだけでも、人との関わり方も、自分自身の扱い方も変化していきます。

内気な私は、小学校の同級生でも「元々明るくて、うるさかつたでしょー」と言われるくらい、跡形もなくなっています。それどころか、今では同級生みんな避けているような、ヤンキーや強引なヤツでさえも、私の前では、かわいいヤツになり下がるほど。



人生 笑いで うめつせ!  
「生きる力」を育てる  
親力プログラム



幸美 （えつ？ いつたい何が…）

息子 塾をクビになつた――――――塾長がもう来るなつて――――泣

と、号泣。

どういいうきさつかを聞いてみると、塾長から、「お前は、Aクラス（進学コース）からB、BからCと最低クラスに変更になつたにも関わらず、塾にきても集中していない。来たり来なかつたり、お前がいるとみんなの足を引つ張る。みんなにはお前のようになつてほしくないから、塾にはくるな!!」と言われたとのこと。

沖縄には、「二男うーまくー」という方言があるが、意味は「二男はやんちや」という意味。私には、4人の息子がいるがもれなく、我が家の一男も「うーまくー」だった。それも超、が付くほど…である。

彼が、高校受験を控えた中学3年の秋。もう、受験まで数か月という頃。

夜の11時を過ぎたころ、一緒に夕食を食べ終わってくつろいでいるときだった。いつになく、食も進まず様子が変だな…と思つていた。

それも仲の良い、友達8人のうち、6人はAクラスを維持し、一人だけ一番、息子と仲の良く、共にCクラスに落ちていた友達までもが、息子と「一緒に勉強できない」と言い出していたようだった。

一瞬、フリーズする私。「えつ？ 何？ 塾をクビ？」。ここで、普通なら「えつ？ 塾に来るなつて言うの？」うちの息子になんてひどいことを言うわけ…。塾長

お前、バカか!? 毎日毎日、まじめに勉強しているならまだしも、塾をクビになつたあーあ？ ああ？ なにい？ 来るなつて？ 当つたり前だろ！ 周りは受験勉強するのに必死だばーよ！ なのに、お前は毎日遊んでよ？ ん？ お前は泣くほど勉強したんかあーーー!? えつ！ おいっ！ 勉強したんか!? 泣くほど勉強してきたんか!? 言つてみ!! 死ぬほど、勉強したなら泣く権利があるばーよ！ お前ふらあ

## そこ泣くどこか？

親力プログラム講師 宮良 幸美

ブチきた私…。

幸美 おい!! 一体いつの話よ!! お前、いつクビになつたばー!! なんで、すぐに言わん?!? 死なすよ!!（死なすとはうちなあぐちで張り倒すという意味）

に苦情を言つてくる」と、なりそうなものだが、我が家ではそうならない。

息子からしたら、庇つてほしい、慰めてほしいといふところだろうけど、ここは慰めるところじゃない。塾をクビになつた、被害者の可哀そうな僕なんて、はなはだしい。



幸美 てか、あんたよ？ 最近、塾に行つてゐる様子がないけど、大丈夫ね？ もうすぐ、受験さー、勉強は進んでゐるの？

息子 ・・・・・（無言…）

息子 ・・・・・（ムスつとしている…）

しかし、突然、わ――――――と泣き出す息子。

うか(バカか)？

一瞬んで泣き止んだ息子。慰めてくれると思つていい息子は、キヨトン…とする。泣きやんで、ちょっとふてくされているような状態だったが、今後どうするかを息子と話し合った。

息子 塾は行かないで、自分で勉強する

幸美 塾に入りなおさないで、大丈夫？ 他の塾も探してみるか？

息子 いや、いい。自分で頑張って勉強して、高校受かってみせるから

幸美 分かった。じゃあ、後ちょっとだから、頑張つて勉強せーよ。

頑張つても落ちたら落ちたで、その時。受かつたら受かつたでその道。すべて、神さまの計らいだから。人は頑張つた分しか身に付かない。でも、うねぼれるなよ。最後まで、気を抜くなよな!!

「助ける基準」といった時、先生に生徒からの質問で、「子供を叱る時、どう叱つていいのか分からぬ」という質問が多いですと私がたずねると、先生は生理的欲求のことから丁寧に話してくれた。それは「希望を叶えられなかつた可哀そうな私」が、親、母親の中にあるから子供に自分を映して、子供に何かあると、「可哀そうな子供」という目で見て、助けようとする。それが、いいことだと信じて疑わない。

だけど、親が可哀そうって手を出すから、子供自分が自分で自分を奮い立たせる機会「主体性」を『親が』奪つているんだよ。親は、自分が子供の何を奪っているのか分かつてやつているのかな？ 親が子供を信頼していないから、自分を信頼できなくなる。「助ける基準」って、ただ手を貸せばいいって話じゃない、もっともっと深い魂のレベルで僕は見ていると言われた。

親力プログラムは「親子関係が上手くいく」という、ただ表面上の人間関係の話をしているのではなく、本来、人はこう在るべきということを教えている。

息子とのこの会話を先生に話すと、あいつバカだなあと笑いながら言われたが、自分の子供が、そういう扱いを受けて、親心として痛くないわけではない。

だけど、親が子供に何を手渡すかといったとき、私は「人として何が大切か」で、自分で奮い立つてほしいうからこそ叱るのだ。

由亜のイジメの体験の話でも書いているが、親として、痛いものは痛い。だけど、見守ることも大切。娘を信頼しているからこそ、逆に背中を押してあげられるし、とっても大事なことだと先生自身も話していた。

だからこそ、由亜の「私を変えた「イジメ」という最高の経験」の記事も、「生きる力」をつけさせてくれた大きなプレゼントと表現している。

「愛」と受け取ったから、そう言えるのだ。由亜自身、その出来事で何を学ぶかで、被害者意識から抜けることになる。

自分を信じる力、希望を持つ経験は、自分で自分の

ことを奮い立たせるからこそ、自分の中に在存する。向き合うからこそ自分を経験できるものなのだ。

子供が傷つくるを恐れて、優しい言葉をかける親がいるけれど、その前に自分自身が被害者、可哀そな私から足を洗つてほしい。そうして初めて「ダメなものはダメ」「助ける基準」が何かを学んでいくことが出来る。

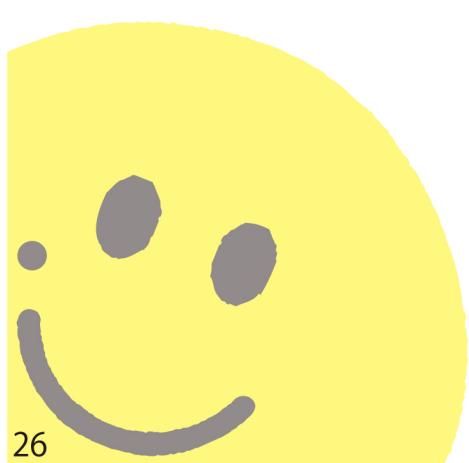
その後、息子は自宅で勉強し無事希望の高校に合格したが、合格発表の日、私は「言葉も言ひ方も悪いかもしれないけど、塾長のひと言があつたからこそ、高校に受かることが出来ました！」と塾長にあいさつして来い!!と塾へ行かせた。

今、息子が思えてるかそうでないかは別として、この出来事、経験はいすれ感謝に変わる。



ここでの、親である私が、可哀そうな息子と見てしまつては、息子は「愛」の経験はできないし、自分を奮い立たせる経験はできない。

だからこそ、親自身の価値観を見直してほしい、「助ける」とはどういうことかを学んでほしいと思う。



▶ 親力プログラムで育った若者で構成されたのが、「ヤング」。

金城家の4人を筆頭に集まった個性豊かなメンバー(笑)。

親力実践版やんちゃツアーセンターを中心に“人生楽しいでうめつくせ”をモットーに活動している。

これをみればヤングが分かる!!♪



ヤングを表現するうえで欠かせないのが「やんちゃツアーア」です。

今回は、「やんちゃツアーアとは何か」を親力プログラム講師であり、やんちゃツアーア責任者の池原由貴子さんに紹介して頂きます。

今年もあと2ヶ月に迫ったやんちゃツアーア。

今 事務所では、ツアーアのグッズを決めたり、アクティビティをどうするか話し合ったり、日々ツアーアのことでの動きまわっています！♪

そこで、これからツアーアの色んな話題を載せていくたいなと思い、このテーマにしました！♪

ヤングは「本気で遊ぶ！」が志事！それは「遊びが志事」ということ。

これを読めばやんちゃツアーアも、ヤングも分かる！

そんな内容になっているので、ぜひご覧ください。



親力プログラム講師・池原由貴子

## やんちゃツアーアってなあに？

親力プログラムはただの子育て法ではなく、人として生きるうえで何が大切か、生きる姿勢、心構え、幸せになる生き方を知るプログラム。ツアーアでは、「人生はプレイヤー！」ということで！日頃学んでいれる、笑顔・一緒に・共感・愛着心をテーマに、日常生活の中の食べる・寝る・遊ぶを通して、実践し、体感していくます。3日間を通して学んだことを、親自身が、言葉だけじゃなく体感して心地に落とし込んでいくもので、毎年募集をかけるや否や定期割れ状態！多くの親子が参加しています。

とにかく3日間フルで動いて、笑って、感じる！これぞ！親力プログラムが伝える「命の基本だ！」生きる基本だ！」と実感できる！毎年、企画していくこのツアーアの中で、私自身も命が塗り替わっていくまさに、命が塗り替わる奇蹟の3日間！

そして、人見知りだったはずのゆうゆは一度も私の

ヤングメンバーの子供たちとの関わり一つひとつが、これまでの自分の「知ってるつもりの自己惚れ育て」を破壊した！衝撃だった！

「これが、本当の子育てなんだ！」

「これが食べる！遊ぶ！寝ること！話すこと！関わること！」

「これがスキンシップなんだ！」

私がヤングの子供たちの凄さを知ったのは、もちろんこのやんちゃツアーアに娘ゆうゆと親子で参加したのがキッカケなの。当時は人見知りも激しく、少食のゆうゆと一緒に参加したツアーアで、ヤングメンバーに沢山のことを教えてもらいました！

「これがアイコンタクトなんだ！」

「これが食べる！遊ぶ！寝ること！話すこと！関わること！」

「ああ、これが生きるってことなんだ！」

ヤングメンバーはただの子供たちではありません！特に金城家の子供たちは、金城先生が胎教の時から徹底的に親力プログラムの中身を刷り込んでいる子供たちです。セミナーでも良く話すのですが、金城家の子育ては半端じゃない！！

ヤングメンバーはただの子供たちではありません！特に金城家の子供たちは、金城先生が胎教の時から徹底的に親力プログラムの中身を刷り込んでいる子供たちです。セミナーでも良く話すのですが、金城家の子育ては半端じゃない！！

この親力プログラムの実践版やんちゃツアーアに欠かせない目玉としての存在！それが「ヤングメンバー」です！

『誰<sup>い</sup>ても、  
どこにいても、  
どんな状況<sup>じ</sup>でも、  
大丈夫!! といえる  
人間力!』

ヤングメンバーに出逢つて、ゆうゆもこんな明るくて力強い子にしたい！と、私の「漠然とした自分流の子育て」が「こんな子に育てたい！」とハッキリとした目標になりました。

だから、先生の子供たちも自然とその人を扱う会話、関わり、行動をする。そして、どんな時も一緒に寄り添い、無条件に受け入れている。スキルや方法じゃない親力プログラムは、金城家の子育てそのもの！「人」を育てるプログラムなんです。

それが他とは違う！

金城家の子供たちは、子供だからとかではなく最初から一人の「人」として丁寧に扱う姿勢。それは、まさしく金城先生がずっと子供たちにしてきたことでした。

先生は、その人を観ている。  
その人を扱っている。

親力プログラムは、親に力をつけるプログラム。まさに、娘ではなく私が生まれ変わった。すると、娘も変わった。

それはヤングメンバーのお陰でした。

金城家の子供たちは、子供だからとかではなく最初から一人の「人」として丁寧に扱う姿勢。それは、まさしく金城先生がずっと子供たちにしてきたことでした。

親力プログラムは、親に力をつけるプログラム。まさに、娘ではなく私が生まれ変わった。すると、娘も変わった。

生きる力が備わったヤングメンバーにぜひ会ってほしい！！子供だけではなく、親自身もヤングメンバーから学ぶこと、気づくことが沢山あるから！今まで見たことのない子供の笑顔に会えるから！感じたことのない自分に会えるから！それはお金では買えない一生の財産です。

所に寄つてこなかつた（笑）。少食だったはずのゆうやは、お代わりもするくらいよく食べてた（笑）。

これが「生きる力」であり、親力プログラムで培つていくものなんです。



**Story**

2019年  
開催日程  
(2泊3日)

2019年  
7月  
20日(土) 21日(日) 22日(月)  
対象クラス  
青山・沖縄

2019年  
9月  
21日(土) 22日(日) 23日(月)  
対象クラス  
藤沢・通信

今年も開催！

やんちゃツアの申し込み

...  
やんちゃツアーバックナンバー  
▶2018  
▶2017



2019年  
やんちゃツア  
2018年  
やんちゃツア  
2017年  
やんちゃツア

やんチャリ2018

やんちゃツアーページ

QRコード

やんちゃツアーページでは、  
やんちゃツアのあらゆる情報を掲載しています。  
これまでのやんちゃツアーやこれからのやんちゃツアについて  
日々更新中～♪  
ぜんぶが見どころ！って言いたいところだけど、しいて言うなら（笑）、  
動画「金城幸政先生が語るやんちゃツアとは・・・」は必見！  
ツアーの目的や主旨をお決まりの先生節で臨場感たっぷりに分かりやすく  
説明しているので、ぜひ一度ご覧ください♪



ヤングは親力プログラムで育った若者のこと。

やんチャリは、そのヤングが「Player」をモットーにやっている活動です。

やんチャリを見て、「人生もっと楽しんでいいんだ！」  
「こんな人たちがいる！」  
と希望を持つキッカケにして下さい！

キツかつたー!!

ヤングサブリーダー・未亜

美ら島センチュリー167km完走でき  
たあ――――――――――――――――――

応援してくれたみんなありがとう！  
ゴールできたよーーー！♥ w

ツールド沖縄で完走できなくて、終わつたあと会う人、会う人に、「ことごとくミア帰つてくると思って待つてたのに～」って言われて、ほんとにみんな同じ」と言うから、普段人の言うこときかない自分が今日はきこえてしまってさ！（笑）だから、絶対完走する！！って思った！そしたら完走できたー！

しかも、制限時間10時間の3分前で超ドラマチックなゴールシーンを演出した（笑）。

みんなが大歓声で迎えてくれて、ミアから見たあの景色マジみんなにも見せたいくらい感動した!! 終わってみて、とりあえず今でてくるのは、あ―――疲れた―――(泣笑)。回復にこんなに時間がかかるとは…。167km長かったもんねー!ハハ…。でも、ツールドよりは楽に感じた。後半におおげさな坂道がないだけで、全然楽つ!! でもキツいのはキツくて…(笑)。ゴールして最初に出た言葉はやっぱり「キツかったあー(泣笑)」だった

しかもねえ、チヤリ乗つてる間「」飯食べたい」しか  
頭に浮かばなくて、走つてる間ずっと（笑）「今おに  
ぎり1個でもあれば…」って、何度思つたことか…  
（笑）。美ら島センチユリー 前口ご飯がまどもに食べ

A woman is wearing a white and blue helmet, a red and black cycling jersey, and sunglasses. She is standing outdoors in a grassy field with trees and buildings in the background. The image is taken from the waist up.

られなくて、当日の前半80kmあたりまで空腹に気づかず、普段なら楽勝な坂も登りきれなくて、前半で歩いた時に「は?」**「ンデイショーン悪つ!!**ちーーーん  
**(白目)**みたいな(笑)。

あとね、気づいたことがあつて、自分めっちゃメン

（笑）自分楽しいしかねじやん！  
今までも、今も！♡（笑）

なんか、書いてて思つた。  
“楽しい”って、いろいろあるんだねえう！

自分fft単純でよかつた♪って思つたー(笑)。

でもか、心の中では「いはんひか」だか

しかもさ、この10km手前あたりで雨降り始めてさ、チヤリやり始めて雨の中走るのは初だ!!って、一瞬感動したけど、同時に「いーまー?!泣笑」ってなつて(笑)。もーサイコー(笑)。しに寒いっ!!(笑)。古傷

それが昼食工イドの10km手前くらいで、そつから工イド着くまでずーと「」はんつ♪「」はんつ♪って心の中で言いながらこいでた(笑)。そしたら不思議!一気にコンディショナ回復!「カラダつてすげえー!!」つてなつた!

タル→アスリート！！！（笑）。楽しみ方がアスリー  
トなんだよね（笑）。

もはやなんの感情も湧かないほど！…いや、称賛し

爆笑

（目がテン）

そーいえば！

今回 167 km こいで、エイドで休んだのって、6ヶ所中、昼食会場の1回だけだった！だからキツかったんだけど…（笑）ひたすら「ゴギゴギ、ゴギゴギ、ゴギゴギ…」。エイドの前に自分の前を走ってた人がエイドで休憩に入つて、その間に自分はひたすら「ゴギゴギしてて、しばらく走つてたら、さっきのエイドで差をつけたはずの人のがラクラク追い越していく…。



## 愛の環境



2004年末、金城幸政先生と出逢った。にこやかな笑顔でソファーに腰かけていた先生は、光り輝いて観えた。

人生でのどん底を味わっていた時。離婚問題、美容室経営の問題、スタッフの問題、全てが行き詰まり、悩み苦しみ悶えていた。ただでさえ、一つのことしか考えきれない自分の頭が、パンク寸前の状態。

人は鏡、世は鏡というが、金城先生ほど、ありのまま（愛）映る方は、この世の人間にはいないだろう。

今思えば、あのタイミングだからこそ、出逢えたのだろう。人生のどん底だったからこそ、藁にもすがる思いで、金城先生を感じ自分を感じる絶妙さがあつた。ありがたい悩み苦しみだった。

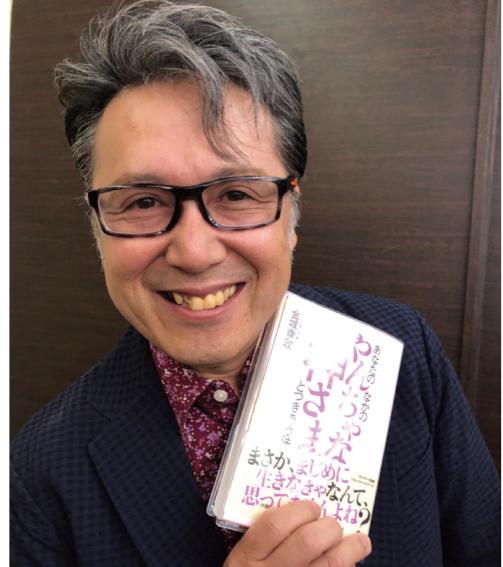
あの頃、想い出したことがあった。

僕には六つ下の妹がいる。妹が生まれるまで、一人っ子だったので、妹ができた時可愛くて愛おしくて仕方がなかつた。

3~4歳くらいになつてくると、兄としても常識的になり、いろいろと羨しようと眞面目になつていた。

金城先生に出逢つてから、子供の頃の素直な自分を想い出し、純粹な愛を感じた心地を感じ、そこからあらためて自分を生まれなおそうとする感覚があります。

手にして避けている自分を観たときに、愛がないなあ」と想い返します。



東京代表 大塚 正治

2004年、金城幸政先生と出逢う。  
2009年11月、念願だった東京での金城幸政先生講演会を開催。2010年、東京セミナーウィークの前身講座を開始。その名も「シーケレットセミナー」大塚のこだわりで厳しい講座の船出となる（笑）。その後、金城先生の助言がやっと聴こえ「人間力講座」へ改め、軌道に乗る。  
現在、東京青山「愛メシセミナー」「1010HAPPY クラス青山」「1010HAPPY クラス藤沢」を開催するに至る。

それが皆やんちゃな神（愛）であるという由縁であり、愛メンの環境を広めていきましょう。

その笑顔でソファーに腰かけていた先生は、光り輝いて観えた。

その時、心に秘めたことがある。金城先生からは絶対に離れないと誓つた。それは、金城先生といふと、自分が感じる。そうでないと、自分を見失うとわかつた。僕の本質（愛）が金城先生に映る。自分で笑っていた。無邪気な子供の頃を感じながら笑つた。

その笑顔に救われた。暖かかった。悩みがとにかく消え去つた。「ああ、悩むことではない」と悟つた。それから、一緒になつて笑つて笑つた。

金城先生があまりにも鮮明に愛を生きている。優しく美しく丁寧に真摯に尊く貴く生命と向き合つてきた先生を感じた。クリアな愛に観えた。だからこそ、僕の愛もクリアにありのまま映つて観えた。

あと、普段は優しくくだらないダジャレを言うユーモアある父でしたが、いざというとき、パンツを剥ぎおしりをたたかれた時が幾度かあります。その時、怖いけれど愛を感じていた自分を想い出すと、厳しさの暖かさは知つていたはずだったが、厳しさを苦

金城先生に観る、美しさ光り輝きに憧れ羨望する自分を大切に希望に変えて、一つ一つ僕に還していくクリアに映す鏡になります。





## 「愛メシでえーふあー新聞」ミーティングより

我々の発行する「愛メシでえーふあー新聞」は、環境教育のためのである。ちなみに「環境教育」って何？ そう思う人もいるよね～新聞ミーティングで編集長の由亞が、先生に質問したんだ。

そしたら、先生が教えてくれた。

### 「環境教育」

誰にでもわかるような言葉で言うとね～「幸せで世の中を続けられるように考えようぜ♪」ってこと！ そのためには？ って話せば細かいけど、

単純に言えば、「資源は守ろうね」とか「リサイクルしようね」とか「無駄遣いはやめようね」とか「自然を汚さずに使おうね」とか。

こういう当たり前のことを考えていくことで、子供たちの未来も、50年後、100年後も幸せで、豊かな環境の中で

人も豊かに生きることができるようになっていこうよ！ っていうのがずばり、「環境教育」なんだよね！

じゃあ「教育」って何？

「教育」は、「大切な物を実現させる力を養おう！」ってこと。これが教育の意味なんだよね！ 教育の基本法というのはね、「価値を実現する力」を身に着ける、それを学ぶことを「教育」という。

価値を実現の「環境教育」。

つまり、「未来まで続いていくような生き方をしようよ」っていうのが「価値の基準」。それを教えていくのが「教育」ってことになるんだよ。楽しいが続く、幸せが続く、嬉しいが続く、それを皆でやろうぜ！ 学ぼうぜ！ っていうのが、我々が創る「愛メシでえーふあー新聞」なんだよね！

先生の言葉を聴いている由亞始め、私たちもワクワク！ ウキウキ！ まさしく、「人生を幸せで埋め尽くせ！」

そんな幸せの創造つくり「愛メシでえーふあー新聞」が沢山の人を通して、拡がって、繋がっていくことが私たちの願いです。

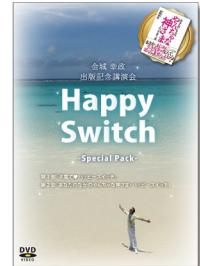
価値の基準

環境教育って？

人生を幸せで  
うめつくせ!!!

教育って？

# 金城幸政 講演会DVDラインナップ オンラインSHOPよりご購入下さい!



やんちゃな神さま  
Happy Switch

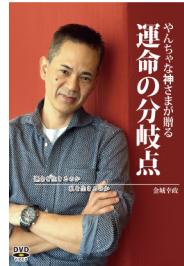
第1部「子育て♥ハッピースイッチ」  
第2部「あなたのなかのやなちゃな神さま  
・ハッピースイッチ」

5,000円(税込)



やんちゃな神さまの  
著者が語る  
「やんちゃな子育て法」

3,000円(税込)



やんちゃな神さまが贈る  
「運命の分岐点」

ジャケットリニューアル!

4,000円(税込)



やんちゃな神さま  
子育てを楽しむ極意

ジャケットリニューアル!

3,000円(税込)



やんちゃな神さま  
オリジナルな生き方

7,000円(税込)3枚組



やんちゃな神さまの  
著者が語る  
わたしのなかの  
やんちゃな神さま

3,000円(税込)



やんちゃな  
LOVE&MONEY  
の法則

5,000円(税込)



やんちゃな  
ファミリーシップ

3,000円(税込)



愛で生きる

3,000円(税込)



自分を生きる

3,000円(税込)



福を生きる

3,000円(税込)



人生を楽しむ極意  
~7つの悟り~

3,000円(税込)



自愛  
問い合わせの力

3,000円(税込)



元気人生! in 熊本  
全部が楽しく元気になる

3,000円(税込)



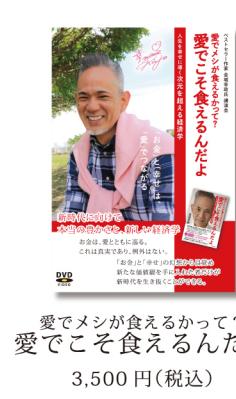
元気人生! in 鹿児島  
女性が変われば すべてが変わる

3,000円(税込)



伝説の  
九州講演会ツア  
DVDセット

6,000円(税込)



愛でメシが見えるかって?  
愛でこそ見えるんだよ

3,500円(税込)



九州ツアー3  
幸せのつかみ方  
DVDセット

7,000円(税込)

各講演会の  
ダイジェスト版  
**YouTubeはこちら**



この愛メシ「てえーふあー」新聞は、フリー・ペーパーです。  
フリー・ペーパーにすることで、誰でも手にして、  
誰でも学べることが出来るようにしています。

愛メシ「てえーふあー」新聞が、

1万部なら1万人に、3万部なら3万人、

そして10万部なら10万人がネットワークとして、

愛メシマーケットや、この環境づくりに参加することが出来ます。

なので、愛メシ「てえーふあー」新聞を拡げることも、  
皆さんが出来る社会改革、社会貢献

子供たちの未来を変えていく活動の一つです。

1月にお届けした、新春号・愛メシ「てえーふあー」新聞は、

皆さんから頂いた「応援フォーム」からの募金で制作することが出来ました。

皆さん、「頑張れー!」「応援するよー!」という声援と  
募金が集まって出来た「応援フォーム」のお陰で、

愛メシ「てえーふあー」新聞という形を創ることが出来ました。

また、この愛メシ「てえーふあー」新聞を読んだ皆さん、

豊かな環境づくりの一員として、愛メシ「てえーふあー」新聞を配ることや

愛メシ「てえーふあー」新聞の制作募金として「応援フォーム」に参加するなど、

自分に出来ることを始めていってほしいと思います。

皆さん一人ひとりの支援や協力、活動を

愛メシ「てえーふあー」新聞の普及活動と環境づくりに繋げていきたいと思います。

皆さんの健康、幸せ、成長、すべてを

いい方向にしていく環境づくりをしていきたいと思いますので、  
その一員として、共に歩んでいきましょう!

## 応援フォーム



ワンコインから出来る 社会貢献  
皆様からの募金、ご協力、心から感謝致します。

LIFE VISION 株式会社



happylifevision.co.jp

