



# 『わたしにしたがってきなさい』の 活動

家庭の夕べで、聖文研究で、  
そしてただ楽しみたいときにも!

7月29日 - 8月4日

## 小さなことから 大きなちがいが アルマ 36 - 38章

天のお父様の助けがあれば、小さなことから大きなちがいが生まれます(アルマ 37:6-7 参照)。お気に入りのレシピを作る手伝いをしましょう。材料の一つをぬくと、レシピはどうなるでしょうか。小さなことがどれほどちがいを生み出すか、またどうすればあなたもちがいを生み出せるか話しましょう。

**年少の子供の場合:** 植物になる小さな種や、照明をつけるスイッチなど、役に立つ小さなものを見つけてみましょう。あなたのように、小さなことがどのように大きなちがいを生み出すか、話し合いましょう!



8月5 - 11日

## 復活の活動 アルマ 39 - 42章

アルマは復活について教えました(アルマ 40:23 参照)。自分になに指人形を作りましょう! 紙袋、紙切れ、または靴下などを使って指人形を作ります。マーカーや絵の具、毛糸などを使ってかざります。あなたの手はれいのようなものであり、指人形はあなたの体のようなものです。イエス・キリストのおかげで、復活した後、わたしたちの体とれいはふたたび永遠に一つとなります。

**年少の子供の場合:** ダンスや遊びなど、体を動かすために何かをしましょう! その後、復活により死後にふたたび肉体を持つことについて話します。



8月12 - 18日

## 安全を守るとりで アルマ 43 - 52章

司令官モロナイは戦いのじゅんびをしていたとき、人々の安全を守るために町の周りに物を建てました(アルマ 50:1-6 参照)。家族と一緒にとりでを作りましょう! とりでに新しいものを付け加える度に、聖文を読む、いのるなど、家族を霊的に守るためにできることを挙げてください。

**年少の子供の場合:** とりでをきずいてその中にすわります。人々が身を守るためにとりでをきずく方法について話します。その後、聖文を読むことによってどのように家庭を霊的に安全なものにできるか話し合います。



8月19 - 25日

## 愛の手紙 アルマ 53 - 63章

ヒラマンとそのほかの指導者たちは、この戦いで起きている良いことと悪いことについてたがいに伝えるために手紙を書きました(アルマ 56章参照)。あなたも手紙を書くことができます! 家族や友人に手紙を書きましょう。生活の中で起きている良いことや、大変なことを書きましょう。その後、手紙を送ってください。

**年少の子供の場合:** 「大好きだよ」という言葉を書く練習をしたり、ハートの絵を書いて、好きな人にあげたりしましょう。聖文の中の預言者たちがどのように手紙を書いたかについて話し合いましょう。



イラスト: マイク・ドゥラリス