



# 『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!

9月30日 - 10月6日

## 宝箱

3 ニーファイ 12 - 16 章

イエス・キリストは言われました。「あなたの  
たからのある所には、心もあるからである。」  
(3 ニーファイ 13:21) 箱をハートと救い主の  
絵でかざりましょう。次に、イエス様のように  
なるためにできることを書くか、絵にかいて、そ  
れを新しい宝箱に入れましょう。毎週日曜日に  
箱を見て、その週にイエス様にしたがうことを  
思い出すようにしましょう!

年少の子供には：子供が自分やあなたの心  
臓の鼓動を見つけられるように助けください。  
わたしたちの心臓は見えないけれど、感じるこ  
とができることについて話します。同じように、  
わたしたちは神様を見ることはできなくても、  
神様の愛を感じるすることができます。



10月7日 - 13日

## イエス・キリストを 覚える

3 ニーファイ 17 - 19 章

イエス・キリストは、ニーファイ人にせいさんを  
あたえられました。いつも主のみたまを受けら  
れるように、せいさんを取りなさいと教えられ  
ました(3 ニーファイ 18:7 参照)。19 ペ  
ージを開いて、1 週間イエス様を覚えているため  
の助けとなるドアハンガーの工作をしましょう。

年少の子供には：3 ニーファイ 18:7 のせ  
いくをおさない子供たちに読み聞かせます。  
「覚えている」という言葉が聞こえる度に、頭を  
指さすように言います。イエス・キリストを覚え  
ているための方法について話し合しましょう。

10月14日 - 20日

## 記録をつける

3 ニーファイ 20 - 26 章

救い主はニーファイ人に、主が教えられたことと、  
自分たちに起こったことを記録しておくように言  
われました(3 ニーファイ 23:4, 7-13 参照)。  
今週あなたに起こったよいことについて書くか、  
その絵をかきましょう。天のお父様はあなたをど  
のように祝福してくださいましたか。

年少の子供には：「家族は永遠に」(『子供の歌  
集』98) を歌いましょう。おさない子供たちに、  
自分の家族について好きなことを一つ分かち合っ  
てもらいます。



10月21日 - 27日

## イエス様は よろこびをもたらしてください

3 ニーファイ 27 章 - 4 ニーファイ

4 ニーファイで、ニーファイ人はイエス・キリストにした  
がったためによりこびに満たされました(4 ニーファイ  
1:15 - 16 参照)。自分が救い主にしたがうために  
行っていることで、よろこびをもたらしてくれることを、  
順番に声を出さずにえんじましょう。何をしている  
ところかを、ほかのみんなに当ててもらいます。

年少の子供には：おさない子供たちに、人々がほ  
えんでいる写真を見せます。子供たちに、幸せな顔  
をする練習をしてもらいましょう! ニーファイ人がイエス・  
キリストにしたがったとき、どのように幸せだったか  
について話しましょう。



イラスト：アン・マリア・ド・ラ・ロサ