# 冒険へようこそ

イエス・キリストの教会の究極の目的は、「最も重要な掟」と「大宣教命令」を実現させることです。この命令と掟には、聖書に基づいた5つの目的があります。そして教会の基礎と未来は、その5つの目的の上に築かれるのです。これらの目的は、時間を超えてすべての世代に当てはまります。

この「目的ある人生の健康チェック」は、皆さんと皆さんのグループ（あるいは信仰のパートナー）が、ともに夢を実現できるように作られました。またこの健康チェックは、皆さんの心と教会の内に、5つの聖書的目的の全てを深く根付かせることを目的としています。

この「神様との90日間の冒険」は、神様に向けて、また神様がキリストの教会に与えた5分野からなる目的に向けて、あなたの心を刷新するように呼びかけています。

今日から一人で始めてもいいですし、教会の友達や奉仕チーム、スモールグループと始めてもよいでしょう。あなたがこのプロセスに倣うことで、あなた自身が成長するだけでなく、あなたの家族、友人、そしてあなたを通してキリストを経験した人たちも、その恩恵を受けるでしょう。

こうして、共にこの冒険への第一歩を踏み出してくださったことに感謝します。多くの人たちが、あなたの霊的成長と、あなたの教会の成長をお祈りしていることを心にとめておいてください。健康な教会はもちろん、健康な人生をも育むこの聖なる旅を共にできることを光栄に思います。

皆さんに祝福がありますように。

# 目的ある人生の健康チェック

まだこれから　まあまあ　好調　かなり好調　絶好調

## 教会の家族と**つながる**（**メンバーシップ**）

意識的にクリスチャンの友達や信仰のメンター（助言者・指導者）との関係を築いている。-1 2 3 4 5

愛をもって真理を語ることで、嘘偽りの無いコミュニティを築き、健全な境界線を引いている。1 2 3 4 5

人に対してより愛深く、より恵み深く、またより快く許せるようになっている。----------1 2 3 4 5

肉親（両親、配偶者、子供、兄弟）との絆を誠実に、心から深めようとしている。----------1 2 3 4 5

意見の相違・対立を聖書的な方法で解決し、教会という家族を率いるリーダー達を支持・
支援している。----------1 2 3 4 5

メンバーシップ　計：

## 霊的に**成長する**（**成長**）

神の御言葉と祈りのうちに静まるクワイエット・タイムを習慣とし、霊的に成長している。----1 2 3 4 5

常習化しやすく、自らの霊的成長を妨げる行いを避ける（食べ物、忙しさ、テレビなど）。---1 2 3 4 5

神様とのデボーションの時間を習慣とし、継続できるように、励まし合える相手（信仰のパートナー）がおり、実際に、互いに責任をもって励まし合っている。----------1 2 3 4 5

日々の生活において、さらなる御霊の実（愛、喜び、平安など）を経験している。----------1 2 3 4 5

収入・財産の管理（お金の使い方）を通して神様を讃え、誠実に教会に献金している。----1 2 3 4 5

成長　計：

## 賜物を**みつける**（**奉仕**）

普段の生活の中（家庭、友達、教会、ご近所など）で、キリストの僕として活発に奉仕している。--1 2 3 4 5

私独自の賜物（SHAPE）を見つけ、それを奉仕のためにさらに成長させようとしている。---1 2 3 4 5

私は定期的に（月一回かそれ以上）ミニストリーで奉仕し、教会という体に仕えている。----1 2 3 4 5

その都度、クラスや提供されているミニストリーのトレーニングに参加し、自分の奉仕しているミニストリー

をサポートしている。----------1 2 3 4 5

グループのオーナーシップを共有し、進行係（リード）などの役割も交代で行ったりして、グループの円滑化を図っています。----------1 2 3 4 5

人生の使命（ミッション）を**分かち合う（伝道）**

奉仕 計:

教会につながっていない友達や家族のために積極的に祈り、彼らとの関係を深めようとしている。----------1 2 3 4 5

求道者を教会に招き、自分の信仰の体験を分かち合っている。----------1 2 3 4 5

異なる文化的背景をもつ人たちの必要を理解し、彼らのために祈ることで、異文化ミッションに参加している。----------1 2 3 4 5

神様が、異文化ミッションのために、自分が将来どこで用いられるか祈り、検討している（ミッショントリップ）。----------1 2 3 4 5

定期的な弟子訓練やメンターをするなど、個人的にもしくはグループ内で人を育てている--1 2 3 4 5

伝道 計:

礼拝として心を**捧げる（賛美）**

毎週きちんと、教会の集団での礼拝に出席している。----------1 2 3 4 5

他の人達のために定期的に祈り、「礼拝」という人生の目的において成長している。------1 2 3 4 5

積極的に神様を喜ばせる生き方（音楽、性質、家族、感謝など）を知ろうとし、それを実行しようとしている。----------1 2 3 4 5

運動量と栄養面（ロマ 12:1）を改善することで、私の全生活を神様に捧げている。------1 2 3 4 5

5つの目的をバランスよく生きることで日々、神様を讃えている。----------1 2 3 4 5

賛美 計:

| まだこれから | まあまあ | 好調 | かなり好調 | 絶好調 |
|---|---|---|---|---|
| 0–5 | 5–10 | 10–15 | 15–20 | 20–25 |

# 目的ある人生の健康プラン

| 目的 | 実際にできそうなこと（例） | 計画<br>各分野に一つの目的を設ける |
|---|---|---|
| **つながる**<br>教会の家族とつながる<br>（メンバーシップ：フェローシップという目的）<br>ヘブル10:24–25<br>エペソ2:19<br><br>神の家族との関係を深めるにはどうすればいいか？ | ・グループ内でもっと深くシェアする<br>・子供や家族との時間を大切にする<br>・スモールグループに忠実に参加する<br>・誰かに信仰の助言者（メンター）をになってもらうように頼む | |
| **成長する**<br>霊的成長の道のり<br>（成長：弟子訓練という目的）<br>コロサイ1:28<br>エペソ4:15<br><br>キリストにおける霊的成長の道のりにあって、私はどうしたら成長できるか？ | ・クワイエット・タイムを忠実に実践し、充実させる（聖書の学び／祈り）<br>・年末までの予算を立てる<br>・今夏中に新約聖書を読み終える | |
| **みつける**<br>ミニストリーのためにSHAPEを見つける<br>（ミニストリー：奉仕という目的）<br>エペソ4:11–13<br>1コリント12:7<br>1ペテロ4:9-11<br><br>ミニストリーのために、私のSHAPEを見つけるには？さらに成長させるには？ | ・リーダーシップについての本を読んだり、クラスを受講する<br>・教会でミニストリーに参加する、または新しいミニストリーを始める<br>・職場で新しい役割に挑戦する | |
| **分かち合う**<br>世界におけるあなたの人生の使命<br>（ミッション：伝道という目的）<br>マタイ28:18–20<br>使徒20:24<br><br>どうしたらキリストを伝え、この世での私の人生に与えられた使命を果たせるか？ | ・近所の人を教会に招く<br>・父親の救いを祈る<br>・短期のミッショントリップに参加する<br>・求道者を対象としたスモールグループを始める | |

| | | |
|---|---|---|
| **実行する**<br><br>礼拝におけるあなたの人生の目的<br>（賛美：礼拝という目的）<br>ローマ12:1−2<br>詩篇27:6<br>どうしたら、私の心と人生の全てを、礼拝行為として捧げられるか？ | ・礼拝に欠かさず出席する<br>・車用にワーシップ音楽の CD を買う<br>・運動を始める（ロマ 12:1）<br>・このヘルスプランを実践する | |

# 目的ある人生の健康プラン

| 進捗状況（見直し&訂正）<br>30日<br><br>日付：＿＿＿＿＿＿ | 進捗状況（見直し&訂正）<br>60日〜90日<br><br>日付：＿＿＿＿＿＿ | 進捗状況（見直し&訂正）<br>120日＋<br><br>日付：＿＿＿＿＿＿ |
|---|---|---|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

| | | |
|---|---|---|
| | | |
| | | |

# 目的あるグループのプラン

| 目的 | 実際にできそうなこと（例） | 計画（具体的な実行方法） |
|---|---|---|
| <br>**つながる**<br>教会の家族とつながる<br>（メンバーシップ：フェローシップという目的）<br>ヘブル10:24−25<br>エペソ2:19<br><br>神の家族との関係を深めるにはどうすればいいか？ | ・ファミリー・バーベキューを開催する<br>・グループへの登録用紙を配る<br>・自分の人生を深く分かち合う | |
| <br>**成長する**<br>霊的成長の道のり<br>（成長：弟子訓練という目的）<br>コロサイ1:28<br>エペソ4:15<br><br>キリストにおける霊的成長の道のりにあって、私たちはどうしたら成長できるか？ | ・グループとして、クワイエット・タイムに献身する<br>・毎月聖句を1つ暗記する<br>・信仰の成長についての本を読む | |
| <br>**みつける**<br>ミニストリーのためにSHAPEを見つける<br>（ミニストリー：奉仕という目的）<br>エペソ4:11−13<br>1コリント12:7 | ・ミニストリーでの経験や計画を分かち合う<br>・皆が次の季節までに各々ミニストリーを見つけるように祈り合う<br>・イースターでグループとして、一緒に奉仕する | |

| | | |
|---|---|---|
| I ペテロ 4:9-11<br><br>ミニストリーのために、私の SHAPE を見つけるには?さらに成長させるには? | | |
| **分かち合う**<br><br>世界におけるあなたの人生の使命<br>(ミッション:伝道という目的)<br>マタイ28:18−20<br>使徒20:24<br><br>どうしたらキリストを伝え、この世での私達の人生に与えられた使命を果たせるか? | ・家族や友人のために祈る<br>・教会に誰かを招待するための計画やその進行状況を報告しあう<br>・宣教チームのために祈る | |
| **実行する**<br><br>礼拝におけるあなたの人生の目的<br>(賛美:礼拝という目的)<br>ローマ12:1−2<br>詩篇27:6<br>どうしたら、私達の心と人生の全てを、礼拝の行為として捧げられるか? | ・祈りと感謝のリストを忠実に用いる<br>・グループで礼拝・賛美してみる<br>・聖餐式を行う | |

## 目的あるグループのプラン

| 進捗状況(見直し&訂正)<br>30日<br><br>日付:_____ | 進捗状況(見直し&訂正)<br>60日~90日<br><br>日付:_____ | 進捗状況(見直し&訂正)<br>120日+<br><br>日付:_____ |
|---|---|---|
| | | |
| | | |

| | | |
|---|---|---|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

## 目的ある人生の誓約書

いまこの瞬間から

私、＿＿＿＿＿＿＿＿は、

嘘偽りのないコミュニティに**属し**

霊的に**成長し続け**

ミニストリーのために自分の賜物（S.H.A.P.E.）を**見つけ**

私の人生に与えられた使命を世界で**分かち合い**

私の心を礼拝として**捧げることに**

**献身します**

署名

---

本人

---

スモールグループ・リーダー/ 信仰のメンター/ 信仰のパートナー