



遊び・パーティー

お誕生会・戸隠神社など観光・
 外食・温泉・こけ玉作り・うた・ダ
 ンス・寸劇・映画鑑賞。様々な遊
 びで仲間と楽しく過ごし、遊び
 の中で人との自然なコミュニケ
 ーション力も養われていきます。



共同生活

共同生活の中には学びがいわば
 い。共同生活では仲間への思い
 やりや配慮、自分のことは自分
 でやる自立心が求められます。
 仲間を引っ張るリーダーシップ
 も徐々に培われます。

信州飯綱高原 いのちの森「水輪」

～人間一流を目指す～

生き方と働き方学校

全寮制フリースクール

● 入学申込み受付中 ●

教材

日本航空(JAL)を再建した京セラ
 名誉会長・KDDI最高顧問稲盛和夫
 氏の著書『生き方』『働き方』を主
 な教材とし、人間として何が正
 しいのか、普遍的で前向きな考
 え方を実践の中で学びます。



仕事実習①(自然農園実習)

隣接する自然農園で農薬・化学
 肥料を使わず種まき・収穫など
 体験し、お野菜がいのちのもの
 であることを実感。実習を通
 し知力・体力・気力・コミュニ
 ケーション力が養われます。



【いのちの森クリニック併設】

院長 巽信夫(前信州大学医学部
 助教授)
 ※近隣の医療機関とも連携
 かかりつけ医/長野県精神保健福祉
 センター、小谷医院(内科・循環器
 内科)、谷口歯科医院



人間一流を目指せば、仕事も一流になれる。

全寮制の共同生活と仕事実習を日々積み重
 ね、仕事の実力・実践力を身につけ、ポジ
 ティブな考え方を実践の中で学びます。あな
 たの無限の可能性を開き、自分の将来を自
 らの手で創造しよう!

▼そのためにとっても重要なことは「考え方・感じ方・心」と「実践」です。これは普通の学校では教えてくれません。

▼「能力」があっても、「考え方・感じ方」が自己中心的、ネガティブだと周囲と上手くやっていくことはできません。

▼いく「努力」をしていても、周りの人たちと「協調して
 いく心」や「思いやりの心」がないと、その努力は、周りか
 らの協力も得にくく、成就することは難しいでしょう。

▼共同生活を通じて、自己中心ではなく、他者への思いやり
 や配慮の心を養い、協調性を学び、人間力を培います。炊事・
 洗濯・清掃などしっかり行い、生活力を身につけます。

▼各種仕事実習を通して、一生懸命、目の前の実習に集中
 して取り組み、集中力を養い、報告・確認・相談の実践を
 通して、コミュニケーション力・仕事力を養います。

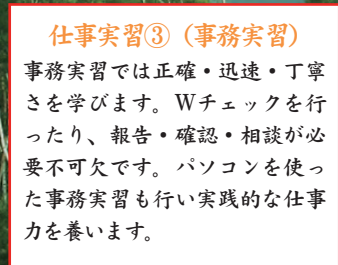
▼グループミーティングを通して、自分に対する客観的な
 他者からの意見を聞き、自分の課題を認識し、反省、内省
 力・切り替え力などを養います。

▼勉強会・誕生会・パーティー・温泉・会食などお楽しみ会も
 あります。食事は眼前に広がる自然農園の無農薬のお野菜を
 メインに使う健康自然食です。アトピーの方も安心。



仕事実習②(宿泊清掃実習)

今、ここ、目の前の清掃に真剣
 に向き合います。気を込め、集
 中して一生懸命掃除をすると、
 心も磨かれていきます。実習を
 通し集中力・繊細さ・気力・コミュ
 ニケーション力などが養われます。



仕事実習③(事務実習)

事務実習では正確・迅速・丁寧
 さを学びます。Wチェックを行
 ったり、報告・確認・相談が必
 要不可欠です。パソコンを使
 った事務実習も行い実践的な仕事
 力を養います。



勉強会・グループミーティング

公益財団法人いのちの森文化財
 団主催のいのちの森大学講座や青
 少年育成公開講座にも参加。各
 界第一線で活躍されている講師
 の方々のお話からは日々の実習
 に生きる学びができます。



＜ホームページ・ブログ＞

フリースクール 生き方と働き方学校
<http://www.suirin.com/works/fr-work.html>

青少年日誌
<http://suirin-workstudy.blogspot.jp/>

青少年育成公開講座
<http://inochinomori-workstudy.blogspot.jp/>

水輪日誌
<http://suirin-journal.blogspot.jp/>

信州飯綱高原 いのちの森「水輪」 全寮制フリースクール

生き方と働き方学校 教育プログラム

人間一流を目指せば、仕事も一流になれる 強く生きるいのちの力を育てる

後援：公益財団法人 いのちの森文化財団

〈プログラム開始までの流れ〉

◆STEP1 事前相談

プログラムや料金の説明。
希望者の状況や受け入れなどの相談。

◆STEP2 体験入学

登録手続き前に概ね2泊3日、スタッフ・実習生と共にプログラムを体験します。

◆STEP3 手続き

正式に事務手続きを行います。

◆STEP4 プログラム開始

本人の希望とスタッフの判断により、個人プログラムを作成。基本はグループ行動ですが、マンツーマンの個別学習プログラムもあり。その他、お菓子の減量や調整など希望される方々のため「メンタルヒーリングステイ」に切り替えることも可能。また御家族に参加していただく定期的な家族ミーティングを行います。



みんな仲間

樹林気功



たまには外食も

スイーツ

〈体験入学について〉

日程：2泊3日以上 応相談

体験実習内容：あいさつ・発声練習・座禅・働き方実習・畑実習・清掃実習・調理実習など仕事と生活の実習指導 教材：日本航空名誉会長・京セラ名誉会長稲盛和夫氏著「生き方」「働き方」

持ち物：動きやすい服装(畑で着用)・エプロン 時計・筆記用具・ハンダナ・洗面用具・着替えなど

体験費用：7,500円(1泊宿泊費・3食実習指導料込み・家族の同伴も可)



中庭でごはん

●対象：中学生～概ね35歳の青少年

ひきこもり・不登校・ニート・うつ・神経症・不眠症・自律神経失調症・昼夜逆転・摂食障害・統合失調症・心の病などでお困りの方・将来が不安な方も一度ご相談下さい

〈講師・スタッフ・顧問 紹介〉

生き方と働き方学校

代表 塩澤研一・みどり先生

顧問 巽信夫先生(精神科医)

久間祥多先生(脳神経外科医)

山下薫 小林千紘 鷲尾智恵子

江見陵太郎 飛田航介

内科 小谷医院

歯科 谷口医院 若麻績医院



よつじゃ、がんばるぞ

〈募集要項〉

中学生から成人まで、様々な年代の若者が共に学び、生活を共にし、人間関係や仕事の基本姿勢を学びます。

目的：いのちの力を養い、生き方と働き方を学び、人間力・仕事力・徳力・生活力を身につけていきます。人間一流を目指せば、仕事も一流になれる。

対象：誰もがすばらしい力をもっている。あなたの隠れている力をひきだし、あなたが求めている満たされた人生を実現しよう。苦しんでいるあなた、迷っているあなた、求めているあなた、人は何のために生きるのか、何のために働くのか教えてほしい、知りたい方、一緒に学び体験しよう。

年齢：中学・高校生～成人

期間：6ヶ月・1年・2年・3年

費用：詳細はお問い合わせ下さい。個々の状態により異なります。

〈卒業生作文より〉

「自分のくせ・パターンに気づく」

来た時に比べ、体は見違えるほど動けるようになり、朝もきちんと起きて自分でも驚きです。また他者や親を批判することで自分を正当化していた事にも気づきました。みなさんが私に素直にまっすぐに伝えてくれて本当に感謝しています。一人では暗闇から抜け出し、自分を律し、生活を変えることは出来なかったと痛感しています。みなさんに本当に助けられました。(宮崎 I.W)



なるほど！

お申込み・お問合せ

いのちの森水輪 生き方と働き方学校

〒380-0888 長野市飯綱高原2471-2198

電話 026-239-2630

FAX 026-239-2736

ナビ検索電話 026-239-3908(水織音)

URL <http://www.suirin.com/>

Eメール suirin@suirin.com

交通案内

■電車 最寄り駅JR長野駅

■長野観光タクシー 026-222-1234

長野駅～水輪間が特別割引料4,010円

■バス JR長野駅より「バードライン」經由戸隠行き(川中島バス)で30分。飯綱高原下車徒歩30分。

■車 長野市内から戸隠バードラインで大座法師池まで約25分。いびなりロードラインに右折、スキー場方面に。ホテル・アルカディア前を右折、約1分。



散髪もきもちいい

一日の主なプログラム

5:30 起床 マラソン・体操	13:00 昼食
6:00 朝礼	14:00 実習開始③
7:00 実習開始①	18:00 夕食
8:00 朝食	20:00 勉強会
9:00 実習開始②	22:00 消灯・就寝

朝礼内容

挨拶・発声練習・京セラフィロソフィー読み合わせ 理念唱和・ビジネスマナー読み合わせ

生活学実践

館内清掃(布団カバーつけ・掃除機・拭き掃除) クリーニング(リネン・アイロン・洗濯)

食学実践

調理実習(料理・メニュー組み立て) 菓子工房実習(クッキー・パウンドケーキ・パン作り) 乾燥野菜作り(果物・野菜など) 野草茶作り(すぎな茶・よもぎ茶・ハーブティー) ジャム・味噌・野沢菜漬け作り(全手作り)

農学実践

農業実習(種まき・植え付け・草刈り・うね整備・収穫) こけ玉作り・館内植物管理

仕事学実践

レストラン実習(給仕・接客) パソコン実習(感想文データ化・表作成)

勉強会

KDDI名誉会長・JAL会長 稲盛和夫氏の本 「生き方」勉強会 「働き方」勉強会 マザーテレサビデオ観賞会 国立大学法人鹿児島大学専任教授 奥健一郎先生の論文読み合わせ

講師による勉強会

- ・君の思いは必ず実現する 講師 奥健一郎先生 (国立大学法人鹿児島大学稲盛アカデミー専任教授)
- ・心の病とやさしい心理学 講師 井上弘寿先生 (自治医大助教)
- ・脳と心の勉強会 講師 久間祥多先生 (脳神経外科医)
- ・心の探求 講師 宮島基行先生 (高野山真言宗阿闍梨)

ボランティア活動学実践

福島の前被災地へのお野菜の無償の贈り物 地域のセギや通路の環境整備活動

ドクターカウンセリング

国立信州大学医学部精神科助教授 巽信夫先生 七沢リハビリステーション脳血管センター病院 久間祥多

コミュニケーション学実践

クリスマスコンサート合唱・ダンス教室・毎月お誕生会・寸劇・短歌作り 飲食店、レストランなどの食事見学・天然温泉天狗の館・映画観賞



米作り実習



パソコン実習



身体にいい野菜だぞー



お給仕実習



勉強会も楽しい



床磨き実習



みんなでピース