



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ろいろ。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」

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・KDDI・京セラ名誉会長稲盛和夫氏の著書『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。



仕事職場実習①(自然農園)

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、お野菜がいのちそ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。



強く生きるいのちの力を育てる

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!

- ①そのためにとても重要なことは「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。
- ②「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。プラス思考を学びます。
- ③いくら「努力」をしても、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。
- ④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。
- ⑤各種仕事実習を通して、職場の実践を学びます。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。
- ⑥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。
- ⑦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、食事は眼前に広がる自然農園の無農薬のお野菜お米をメインに使う健康自然食。アトピーの方も安心。



仕事職場実習②(清掃料理)

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。



仕事職場実習③(事務・HP)

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。



【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)【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)、わかおみ歯科医院

【青少年育成公開講座講師】
ブレンダ・デーヴィス先生(英国精神科医)
山田研吾先生(公益財団法人自然農法国際研究開発センター) 山下宗洋先生(茶道裏千家準教授) 内田明子先生(子供の森幼児教室) 中健次郎先生(気功家・鍼灸師) 宮島基行先生(高野山真言宗阿闍梨) 帯津良一先生(帯津三敬病院名誉院長) 高野道隆先生(茶道表千家) 久間祥多先生(脳神経外科医) 巽信夫先生(前信州大学医学部助教授・いのちの森クリニック院長) 井上弘寿先生(自治医大助教) 栗林秀樹先生(整形外科医・心身の総合診療)

ホームページ・ブログ

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/>



お申込み・お問合せ
〒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

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

私もよくなる あなたもよくなる みんなよくなる 強く生きるいのちの力を育てる

共催：いのちの森クリニック
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
みんなで夕食 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・エプロン・時計
筆記用具・バスタブ・洗面用具・着替えなど

体験費用：1,2500円(1泊3食 2泊3日～
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〉

代表 塩澤研一・みどり
顧問 巽信夫 先生(精神科医)
久間祥多 先生(脳神経外科医)
スタッフ 山下薫 小林千紘 鷺尾智恵子
飛田航介 木賊萌 山本悦子



よっしゃ、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。

強く生きるいのちの力を育てる

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」 いのちの森音楽祭

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自分を驚きます。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！



手作りのおいしいお料理

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「バードライン経由戸隠行き」(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。いづなリゾートラインに右折、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・体操・発声練習	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・ミーティング
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

清掃、ガーデニング、整理整頓、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、野草)
野草茶作り(すぎな茶・よもぎ茶・ハーブティー)
ジャム・味噌・野菜漬けもの作り(全手作り実習)

農学実践

農業実習(種まき・植え付け・草刈り・うね作り・収穫)
植物管理、収穫野菜の料理実習

仕事学実践

職場実習・レストラン実習(給仕・接客、司会)
事務実習(パソコン、文章データ化・表作成、HP作り、
電話応対、チラシづくり)

哲学勉強会

KDDI名誉会長・JAL会長 稲盛和夫氏の本
「生き方」勉強会(人は何のために生まれ死ぬのか)
「働き方」勉強会(人は何のために働くのか)
フィロソフィ勉強会

芸術・音学実践

ダンス・ジャンベ・歌・笛・ピアノ・各種楽器実習
こけ玉芸術・アート実習、いのちの森音楽祭

講師による勉強会

- ・脳と心の勉強会
講師 久間祥多 先生(脳神経外科医)
- ・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)
- ・心の探求
講師 宮島基行先生(高野山真言宗阿闍梨)
- ・気功合宿
講師 中健次郎先生(気功家、鍼灸師)

コミュニケーション・遊学実践

お誕生会・寸劇・映画観賞・レストラン食事見学・講演会
天然温泉・クリスマスコンサート合唱、神社めぐり・登山

ボランティア活動学実践

福島被災地へお野菜無償の贈り物発送、運動会
地域の美化環境整備活動(道路、セギ、雪かき)

ドクターカウンセリング・ドクター勉強会

前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 久間祥多先生



米作り実習



パソコン実習



ファーム実習



職場(お給仕)実習



勉強会も楽しい



クリスマスコンサート



料理実習



ダンス実習



みんなでピース