

立正佼成会

いち じき

一食を捧げる運動

ニコニコがよろこぶ。



マラウイ学校給食事業

アフリカ・マラウイの
学校給食事業は
子どもたちの人生の
大きな支えになっています

毎日、おいしいコーンや大豆のお粥
を食べています！給食支援が始まる
前は、お腹が空いて授業に集中でき
ませんでした。でも、給食があると
勉強もがんばれるし、学校に行く
ことが楽しみになりました。これから
も休まず学校に行って、勉強をがんば
ります。

ベンソン (13歳)

あなたの1,000円の献金で、1人の子どもに
半年分の給食を届けることができます。

皆さまからの献金によって、
様々な事業が支えられています。

貧困(飢餓)
の解消

教育・人材
育成

緊急支援・
復興支援

保健・医療・
福祉



一食を捧げる運動

一食運動のロゴデザインがリニューアルされました。色も大きさも
違うさまざまな形が、大きな楕円に包まれています。これは、さまざま
に異なる者同士が、一つの世界で認め合い、寄り添い支え合っている
様子を表現しています。

「一食を捧げる運動」とは

「一食を捧げる運動」とは、世界各地で起きている紛争や災害、貧困などで苦しむ人々に思いをはせ、食事や趣味に使う自分にとって必要なお金から献金し支援活動に役立てる、わかちあいの運動です。

もしあなたが、今日食べるものに困らない、家族と語り合える、安心して暮らせる家がある、そんな幸せをおもちであれば、その幸せを持たないひとたちとわかちあってもらいたいと願っています。そしてわかちあうよろこびを感じていただきたいのです。



国連WFPの学校給食支援で、栄養強化ビスケットを受け取った子どもたち(ミャンマー)

一食を捧げる運動 三つの精神

一食実践日に「祈りのことば」を唱和し、黙とうを捧げましょう。

<祈りのことば>

世界が平和になりますように

人のことを思いやる人がふえますように

まず私からやさしくなります(黙とう)

苦境にいる人々の平和を祈ります。また、自分自身のいのちを見つめ、平和な社会を創りたいという願いを高めます。

同悲

食事や趣味を節して献じることで、貧困や紛争下の人々の苦しみをわがこととします。

祈り

献金

苦しい状況にある人々の支援のために献金します。また、貪りの心をふり返り、少欲知足の心を深めます。

「ところがよろこぶ一食」をテーマに一食運動中期推進計画が始まります。

2024年1月より、新たな「一食運動中期推進計画」がスタートします。一食運動の実践によって感じる、誰かを思い行動できた時のうれしさやよろこびに焦点を当て、自分の中にやさしさや思いやりが育まれる実感を大切にします。実践のあり方も、これまでの『食事を抜く』ことを基本としつつも、より自分らしい実践のあり方を考えてみることを提案します。

例えば、食事に限らず自分の趣味や嗜好品にかかるお金を、ちょっとガマンして献金してみてもいいですし、自分にいいことがあったとき、幸せのおすそ分けとして献金するやり方もあります。自分のところがよろこぶ実践にそれぞれが取り組む、多様な実践のあり方を実現したいと考えます。

一食ニュース

一食を捧げる運動 × LINE公式アカウント

毎月1日と15日の共通実践日をお知らせします。さらに、一食関連ニュースの更新情報、支援内容や推進活動に関することを配信します。ぜひ、お友だち追加をお願いいたします!

2ステップで
簡単登録

ステップ1

右のQRコードを読み取ってください。



ステップ2

「追加」ボタンをタップ。

<注意事項> ●ご登録の前に、LINEがインストールされているかご確認ください。●PCでのご利用はできません。

<https://www.ichijiki.org/>

いちじき で検索!



一食を捧げる運動の精神、概要、一食平和基金の計画・報告、支援している団体からの情報、現地の声、ボランティア活動の様子など、さまざまな情報を掲載しております。旬な情報をつぶやくブログや、緊急支援先が一目でわかるマップが新登場! 一部ツールもお手軽にダウンロードできます。ぜひご利用ください。