

**主 題：ユダの勧め③****聖書箇所：ユダの手紙 20b節**

ユダは愛する兄弟たちに、救われた者として、信仰者として、偽りの教師たちに惑わされることなく正しく歩み続けるための二つの鍵を与えています。

**A. 神の真理に立つ 17-19節**

一つ目はどんな時でも神の真理、みことばに立つことでした。17-19節にそのことが教えられていました。言い方を換えれば、常に聖書の真理という物差しをもって人々の教えを吟味することが必要だと。それは確かに聖書から語られているかもしれませんが、語り手は聖書を用いてその人物が話したいと思うことを話しているかもしれません。また、語り手があるみことばを全く文脈を無視して自分に都合よく解釈して話しているかもしれません。だから私たちはその語られているみことばが、そのメッセージが本当に聖書が教えていることなのかどうか、聖書をもって吟味することが大切だと言うのです。しかし、私たちがそうするためには、ひとりひとりがしっかりと聖書を学び、聖書に立っていることが必要です。神が教えてくださっている真理を知っていなければ、私たちは正しい判断を下すことができないからです。

**B. 神の真理を生きる 20-23節**

二つ目は神の真理、みことばに生きることであり、彼は教えてくれました。地上での信仰生活において、知識を蓄えるだけではだめだと言うのです。我々が信仰者として生きていくためには、みことばに生きることが必要だ、それが20-23節でユダが教えたことでした。ユダは五つの秘訣を教えてくれています。

**1. 霊的成長に努めなさい**

20節に「しかし、愛する人々よ。あなたがたは、自分の持っている最も聖い信仰の上に自分自身を築き上げ、」とあります。あなたたちが信じたその信仰、聖い神から与えられた聖い信仰の上にしっかりと自分自身を築き上げていきなさいと。つまり我々はイエス・キリストを信じる信仰によって救いにあずかり、その信仰において成長していくのです。成長することによって私たちの信仰はより強固なものにされていきます。当たり前ですが、信仰が成長すると、どんな間違った教えに対しても私たちは正しい判断をすることができる。

もし信仰が成長し、信仰がますます強固なものにされていくと、実はすばらしい約束があるのです。この「築き上げ」と訳されていることばは、新約聖書の中に7回出てきます。コロサイ2：7には「キリストの中に根ざし、また建てられ、また、教えられたとおりの信仰を堅くし、あふれるばかり感謝しなさい。」とあります。つまりパウロは、もしあなたの信仰が成長していくなれば、あなたの内側から感謝があふれ出て来るようになることを教えたのです。信仰において成長している人たちというのは、その人の内側からちょうど水が湧き上がってくるような、感謝がわき上がってくると約束されているのです。そういう人々が教会の中にいるなら、その人たちによって教会が祝されることは間違いありません。そういう人がいるところは家庭であってもどこであっても祝されるのですが、特に教会ということを考えたら、そういう人がひとりでも多くいることによって教会全体に良き影響を及ぼすことは言うまでもありません。なぜかと言うと、その人はただ自分が成長するだけではなくて、周りの人たちも一緒に成長するように働きかけるからです。実は我々ひとりひとりにはそんな働きが必要なのです。みことばの中を見ると、何度も繰り返し兄弟姉妹たちの成長のために尽くしていくようにと教えられています。信仰者の皆さんはそのことをよくご存じだと思います。当然集まっている時だけではなく、私たちは信仰者として生きているわけで、自分自身の信仰の成長に努めていくことです。同時に、兄弟姉妹たちの信仰も成長し、ともに神に喜ばれる者と変えられて行くことを願って、その助けをなしていくことです。

**1) あなたの信仰が成長するために****(1) 神のみことばに従うこと**

さて、信仰の成長がすばらしい祝福をもたらすことはもう皆さんは十分ご存じでした。神に喜ばれる歩みをなしていけば、当然神は喜んでくださり、その人を祝してくださり、その人を用いてくださるのは明らかなことです。成長の大切さは知っています。成長によってもたらされる祝福もわかります。初めて学ぶことではないし、初めて聞くことでもないことはわかっています。でも繰り返します。どうしたら信仰が成長するかと言うと、それは神様のみことばに従うことです。言い方を換えれば、みことばを実践することによってです。それ以外の方法での成長は考えられません。神様が言われることに私たちが従っ

ていくなれば、神がしなさいと言うことを行うことによって、私たちの信仰は成長するのです。

とても大切なレッスンです。ピリピ4：9に「あなたがたが私から学び、受け、聞き、また見たことを実行しなさい。」と書いてあります。この9節の中心的な動詞は「実行しなさい」です。このことばは「行う」とか「成し遂げる」とか、「遂行する」という意味があることばで、読者たちに行動を命じているのです。しかもこの動詞を現在形で使っています。継続して習慣的に従い続けていきなさいと、みことばは聖書への完全な服従の生活を命じています。何を実践するのかをパウロが教えてくれます。「あなたがたが私から学び、受け」と二つの動詞が書いてあります。「学」んだというのは、彼らはパウロを通して神の知識を得たということです。「学」ぶというのは「知識を習得する」ということです。「受け」たというのは指導を受けているのです。この二つの動詞が言っていることは、パウロはこの人たちに神の真理を伝え、恐らくただ真理を伝えるだけではなくて、同時にそれをどう生きて行くのか指導を与えたのです。そしてその上で、パウロはあなたたちは既に学んだことを実践しなさいと言うのです。

なぜパウロがこんな命令を送ったかということ、このピリピの教会には問題があったのです。ピリピ教会はどちらかというと女性が中心的な教会であったと言われます。さほど大きな教会ではないでしょうから、非常に家族的で互いのことを知り合っているという良い点もありました。ただ人間関係においてささいなことでもめるといふ悪い面もあったのです。人間が集まると必ずそこに問題が生じる。この教会も実はそうでした。ピリピ4章にユウオデヤとストケという二人の女性の名前が出てきます。彼らがなかなか一致することができなかつた。そういう問題が教会の中に存在していました。パウロはそういったことすべてを知った上で、神のみことばに、聖書に従うようにとみことばの実践を命じるのです。

なぜそんなことを命じたかということ、先ほども見てきたように、みことばの実践によってひとりひとりが成長していくからです。霊的に成長することによって、私たちはこういった問題に勝利していきます。例えばあの人を嫌いだとかこの人が嫌だとか、こんなレベルの話は信仰の成長した人たちの間では起こりません。もちろんみんな弱さは持っていますが、信仰的に、霊的に成長している人たちは、いろいろなことを経験する中であって、何がこの中で神に喜ばれることなのかを考えて吟味できるのです。好きだとか嫌いだとか私たちの感情に基づいて行動しているようでは、それはまさに霊的に幼いということを表しているのです。もし私たちの群れの中に、私はあの方は好きだけれども、この人はどうしても嫌いなよ、そういうことを思っている人たちがいるならば、悲しいけれども、その人たちの信仰はまだ幼いのです。もしイエス様がそんなふうに進まれたらどうですか？一番憎まれたのは私であり、皆さんです。イエス様はそんなふうに進まなかった。そんな方へと私たちは変えられていくのです。霊的に成長している人というのは、言い方を換えればイエス様に似た者へと変えられている人です。この地上においてイエス様が歩まれたように歩んでいる人たちは、イエス様は敵を愛しなさい、あなたを迫害する者のために祈りなさいと言われた。ですからそのみことばを見ても私たちの信仰がどうなのかわかります。このピリピ教会の問題の根本的な解決は、ひとりひとりが成長することだ、神のみことばに服従することだ。実践しなさいとパウロは命じたのです。

## (2) 注意事項

### ① 心の大切さ

ここに命令が与えられているのですが、我々が見落としてはならない注意事項が二つあります。まず9節に学んだことを「実行しなさい」と書いてあるのですが、8節の終わりに「そのようなことに心を留めなさい。」と出てきます。「心を留め」というのは、そのことについて「熟考する」とか、「じっくり考える」、「考えにふける」という意味です。では8節で何を教えていたのかということ、こういう神が喜ばれることに心を留めること、しっかり考え続けることです。その上で行動の話をするのです。なぜかと言うと、その行動が正しい心から生まれていなければならないからです。正しくない心からも正しい行いは生まれるのです。でもそれを神様はお喜びにならない。神がお喜びになるのは正しい心から出てくる正しい行いです。そこでこの8節ではどういった思いが私たちの心を支配し続けるべきなのかを語って、9節に入ってパウロは私から聞いたこと、学んだことを実践していきなさい、つまり正しい心を持って、神が喜ばれることを行っていきなさいと教えるのです。ですから私たちがみことばに従っていくに当たって注意しなければならない一つ目のことは心の大切さです。どんな心で私たちは主に従おうとしているのかということなのです。

### ② 責任の大切さ

二つ目は責任の大切さです。9節に「あなたがたが私から学び、受け、聞き、また見たことを実行しなさい。」とあります。パウロは私から見たこと、聞いたことを実行しなさいと言っているのです。実際その当時、人々はただ一方的に話を聞いて、それをやりなさい、わかりましたではなくて、語った人たちはそれを実際にやって見せたのです。彼らはそうやって学んだのです。この二つの動詞、「聞」いた、「見」たというのは、パウロの話とともにパウロの生き様を語っています。パウロが示した模範のことです。パウロが

彼らの前で示した信仰者としての生き方です。ピリピ3：17でパウロは「兄弟たち。私を見ならう者になってください。」と言っています。この責任が我々ひとりひとりにはあるということです。

我々はこれまで人を見たらつまずくから人を見ないでイエス様を見なさいと、そんな私たちにとって都合の良い言い訳を平気で語ってきました。神様はそんなことを言っておられないのです。神が言われているのはあなたが模範を示しなさいです。でも、私たちは「私は完全に生きられません」と思います。当たり前です。そんな人はどこにいます？パウロも完全な生き方をしていなかったのです。私たちがみことばに従っていこうとする時に、私たちは何度も何度も失敗します。問題は我々が罪を犯し、失敗した時に、私たちがどう正しく解決するかを彼らに示さなければいけないのです。なぜなら私たちが模範を示す人たちも同じように失敗をするからです。それが例えば家庭であったとしても、自分のした間違いがあるならば、私は間違っていた、許してほしいと。まず我々がみことばに従い、正しく生きていくことによって、後から続いて来る者たちもそうやって生きていったらいいのだということを学んでいるのです。私たちが後に続いて来る者に残すことができる最高の遺産は信仰だけです。それしか永遠に残らないのです。私たちが示すことができるのは、我々はこんなふう生きていくのだという模範です。立派なことを語っていたけれども、生き方が全くそれに相反することだとしたら証にはなりません。必要なことは神に助けをいただきながら生きていくことです。パウロはここで私たちに教えてくれています。「私から……見たことを」行いなさいと。私が歩んでいたようにあなたたちも歩みなさいと。私たちはこの責任を負っていることを絶対忘れてはいけません。

そして、あなたは模範として生きていくことができるのです。今私たちがこうして教えられているのは、我々は救いにあずかった者としてどうやってみことばを生きていくのかということです。我々は信仰者として残された地上での生活を成長を願いながら生きていくのです。信仰が成長するためには神のことばに従うことです。もしあなたがそれを実践する時、神はあなたの信仰を成長させてくださるのです。あなたの信仰が成長することによってあなた自身が感謝にあふれる人へと変えられていく。キリストのすばらしさを証する人へと変えられていく。そして人々はそれを見て、こんなふう生きていきたいと。パウロはそんなふう生きていたのです。それで彼はあなたたちもみことばを実践しなさい、ちょうど私がやっていたように、あなたたちもそれにならって生きていきなさいと。この責任があることを私たちは絶対に忘れてはならないのです。この責任を知っているならば、私を見ないでキリストだけを見なさいとは言わないのです。お父さんは失敗ばかりするけれども、一生懸命神に喜ばれるように生きています。お父さんのために祈ってほしい、お母さんのために祈ってほしい。例えば私たちがそんなことを子どもたちに語ったとしたら、子どもたちにどんなレッスンを与えることになるのか——。心と責任の大切さをパウロは私たちに教えてくれます。

### (3) 祝福

その上でどんな祝福があるのかを見ていきます。9節「そうすれば」ということばが出てきます。もしあなたが心が正しい状態でみことばに従って行くなれば、あなたが正しく歩むことによって模範を示していくならば、「そうすれば、平和の神があなたがたとともにいてくださいます。」と。7節では「そうすれば、人のすべての考えにまさる神の平安が」とありました。9節には「平和の神が」とあります。なぜ9節に「平和の神」と書いたかということ、この「平和」というのは主なる神に属するものだからです。この神の教えておられる「平和」というのは、「平安」、「ピース」です。どんな時にも心が本当に平安な状態にある、それはこの世が与えるものではない。なぜかと言うと、これは神に属するものだからです。神が所有されている平安があなたに与えられるのです。なぜかと言うと、その「平和の神があなたがたとともにいてくださるから」です。ちょうどこの「ともにいてくださる」というのは、聖霊に満たされて生きていくようにその人の心がこのような平和で満たされる状態です。ですから、平安のうちに、ピースが自分のうちにあるかどうかというのは自分の歩みが神の前に正しいかどうかを明らかにしてくれます。平安のある歩みをしているということはその人の歩みが正しいということを明らかにすることができます。この平安というものを私たちがいただいて働いて歩んでいくためには、神のことばに従っていきなさいと。神が私たちに教えてくださることに、神が私たちに命じておられることを実践しなさいと言うのです。その時にあなたの心はこのような平安に満たされると。

### ◎ みことばを実践しない理由

救いにあずかった私たちが信仰者としてこの世を生きていくために必要なのは我々の信仰が成長することです。どうすれば信仰が成長するかということ、神のことばに従うことです。なぜこんな話がみことばの中に記されているかというと、恐らくみことばを聞いても実践しない人がいるからです。なぜみことばを実践しないのか、幾つかの理由が考えられます。

#### ① 救いにあずかっていない

一つ目の理由はその人が救いにあずかっていないからです。救いにあずかっていなければ神のみことばに従っていこうという願いも思いもありません。非常に大切なところなので、ヨハネ3：36をごらんいただきたいと思います。ここに「御子を信じる者は永遠のいのちを持つが、御子に聞き従わない者は、いのちを見ることなく、神の怒りがその上にとどまる。」とあります。これは御子を信じる者と御子を信じない者とがどういう運命をたどるのかという話です。「御子を信じる者は永遠のいのちを」いただくのです。御子を信じない者は「神の怒りがその上にとどまる」のです。どういう選択をするかはどういう永遠を過ごすかに影響を及ぼすのです。それでいてこのヨハネの福音書の中には「御子を信じる者は永遠のいのちを持つが、御子を信じない者はいのちを見ることなく」とは書いていません。「御子に聞き従わない者は」と書いてあります。なぜかという、信じるということと「聞き従」うということは同義語だからです。イエス様を信じて人々は言うかもしれません。でもそれはどういう意味かです。イエス様が来られたことを信じている人はいるでしょう。クリスチャンでない人でもたくさんいます。悪霊だって神はひとりだと信じていると言いました。そこでこのみことばは私たちに明確に信じてはということかを教えています。信じてというのは「御子に聞き従」うことです。ここに「聞き従わない者」と書かれています。これは「ある権威ある者の命令に従わないこと」、「それに応じることを嫌がる」とか、「その命令を拒絶する」とか、「拒否する」とか、「断る」ということです。権威ある方がこうしなさいと言っているのに、それに対していえ、私はそんなことをしたくありません、拒否しますと。

この「聞き従わない」ということばは、新約聖書に14回出てきます。時間の関係でその箇所だけ言います。どんなふうに訳されているか聞いていてください。ヨハネ3：36には「聞き従わない」と書いてあります。ローマ2：8では「真理に従わない」と訳しています。ローマ11：30には「神に不従順」と書いてあります。使徒14：2は「信じようとしなさい」と書いてあります。ヘブル3：18は「従おうとしなかった」。1ペテロ4：17は「神の福音に従わない」と書いてあります。すべて同じことばです。ですからまさに「御子を信じる者は永遠のいのちを持つ」けれども、御子を信じない人、その信じないというのはどういうことかということ、神に聞き従おうとしなさいのです。神が示して下さる真理に従おうとしなさい、「神に不従順」なのです。神を「信じようとしなさい」、「神の福音に従」おうとしなさい。だから神様のことばに従わないというのは、その人が救われていない可能性が非常に高いのです。なぜなら信じない人々というのは神に従おうとしなさい人たちです。イエス様を信じている者たち、そして信じた皆さんが何を決心したのかということ、私はイエス・キリストを私の神として、私の主としてこの方に従っていくということ。聖書が私たちに信じてということがどういうことなのかを教えてください。ただ天国に行きたいからイエス様を信じて、そういうものではないということ。だからひょっとしたら救われていないから神のことばに従おうとしなさい可能性があります。

## ② 聞くことで満足する人

二つ目は聞くことに満足し切っている人、神様のことばを聞くだけで満足している人。その人は実践の大切さがわかっていないのです。ちょうど私たちが学校に通っていた時と同じです。いろいろな新しいことを聞いてそれをノートに取って、今日はこんなことを聞いたのだ、すごいねで終わっているのです。神のことばというのは、お聞きになったらそれに従うという責任が生じるということをお忘れはいけません。神はみことばを通してこうやって生きていきなさい、こうしなさいと教えています。またこうしてはならないのだと教えています。そこには従うか従わないかという責任が生じるのです。もし私たちがそのみことばに従っていなかったら、私たちは主に対して不従順だということ。罪を犯しているということ。みことばを聞いてこられた皆さん、あなたはその責任があるのだということをお忘れしていませんか？神がこうしなさいと言われた以上、それに従うかどうか、そこには責任があります。イエス様を信じて救われているかもしれない。でも、神のみことばに従っていない人は悲しいことに信仰において成長が見られません。聞くだけで満足している。そして、その人が覚えなければいけないのは、神がしなさいということをしなさいことは神に対する罪です。

## ③ 自分には無理だと決め付けてしまう人

三つ目に考えられるのは、最初からみことばを聞いた時に自分にはできないとか無理だと決め付けてしまう人です。みことばを聞いて神様がこうしなさいと言われた時に、それは無理だと決め付けてしまう。我々信仰者としての力は自分にあるのではなくて神にあるということです。私は私を強くして下さる方によってどんなことでもできるのだと言っている。私たちが気づかなければいけないのは、自分の力や自分の意思で神のみことばに従うことを願ってもそれは無理な話です。私たちが学ぶのはそれは無理だから神の助けをいただきながら、私たちは主に従っていこうとするのです。でも多くの人たちは自分でできるかできないかを考えて、これは自分には無理だと言って取り組もうとしないということ。だからいつまでたってもみことばの実践が見られない。

## ④ すぐに忘れてしまう人

救われていないかもしれないし、ただ聞くことだけに満足してしまっているかもしれない。また最初から自分には無理だと決め付けてしまっているかもしれない。もう一つ挙げることができるのは、聞いたことをすぐに忘れてしまっているということです。みことばを通して神のみこころが示されても、それをすぐに忘れてしまったらどうやって実践できますか？忘れないための工夫をしているかどうかです。ヤコブ 1：25はこう言います。「ところが、完全な律法、すなわち自由の律法を一心に見つめて離れない人は、すぐに忘れる聞き手にはならないで、事を実行する人になります。こういう人は、その行ないによって祝福されます。」。ヤコブが言っていることは事を実行することによってその人は祝福されるのだと。では事を実行するためには忘れない努力があるのです。「完全な律法、すなわち自由の律法を一心に見つめて離れない」、私たちはそれは見ても一瞬で目をそらしてしまうから忘れてしまうけど、忘れない人はそれをずっと覚えているのです。それが神のみこころであり、神が望んでおられることだからです。それを実践したいからそれを忘れないように覚え続けているから実践できるというのです。聞いたことをすぐ忘れていませんか？神のみこころが明らかに示されているのに、私たちは礼拝を出た瞬間にそれを忘れてしまっているかもしれない。そんな歩みをしていてどうやって神に喜んでいただくことができますか？その愚かな歩みによって私たちは大切な祝福を逃してしまっているのです。理由はあなたがご存じです。でもきょう私たちが見てきたように、神様のみことばに従うことによってのみ、我々の信仰は成長するのです。あなたはそういうふうに進んでおられますか？ユダが私たちに教えることは信仰の成長です。そして信仰の成長というのはみことばの実践によってのみ可能であると。

## ◎ みことばを実践することの祝福

### ① 神への確信が増す

最後にみことばを実践することがいかに大切なかを言います。みことばを実践することによってあなた自身が本当に神様が言われたことが真実なのだという確信が増すのです。確かに私たちは聖書を読んでいるのですが、ただ読んでいるだけかもしれない。自分の生活と余り結びついていないかもしれない。何となく聖書は聖書、実生活は実生活という歩みをしていては大変もったいない。我々はこの地上において神様の力をいただきながら生きることができるのです。なぜそれが大切かという、それを通して私たちは力ある神を世に証して行くからです。神様が言われたことは我々は読んで、人から聞いたから知っている。でも本当にそうなるのだという確信を持っているかどうかです。神様が言われたことを信じてそれを実践する時に、そしてそのことを神様がされた時に私たちの確信は増すと思いませんか？本当に神は言われたとおりの方だ、本当に神は約束されたことを守られる方だと。そのような確信を持って生きることができるのです。そのためには、我々は神のみことばを実践することです。神が言われたことを信じてそれに従うことです。その歩みが始まるまで、私たちは知識はあるけれども、神が望んでおられるような強固な信仰者にはなっていない。いろいろなことに惑わされてしまう。この世のいろいろなことに悩まされてしまう。みことばを実践することによって私たちの確信は増していきます。

### ② 主の証をなす

二つ目にみことばを実践することによって、主の証がなされていきます。きょう見て来たようにあなたがみことばを実践すれば、あなたはイエス様に似た者に変えられて行くのです。そうすると、あなたの周りの人たちはあなたを通してイエス様を見て行くのです。もちろん私たちは神の福音を語るということでキリストのすばらしさを宣べ伝えるのですが、パウロ自身は自分自身の歩みを見せて、そしてあなたたちも同じように生きなさいと言われた。我々信仰者も主にあって生きることがどんなにすばらしいことなのか、主イエス・キリストによって罪赦されることがどんなにすばらしいことなのか。この救いにあずかることがどれだけすばらしいのか、我々が示さなかったらだれが示します？イエス・キリストだけが罪を赦してくださる救い主だと私たちは信じているけれども、その救いにあずかることがどんなにすばらしいことなのか、見せなくてどうやって人々はわかります？信仰の成長によって私たちを救ってくださり、変えてくださっている神が世に明らかにされていくのです。彼ら自身も私たちを変えてくださった神にひかれていくのです。あなたが変えられた神を私たちも知りたいと、まさに地の塩であり世の光としての働きです。周りの人々を引き付けていくのです。私たちにではなくて神にです。そのためにも自分の信仰が成長することが必要です。だからしっかりと神が語っておられた神のみことばに従いなさいと。

### ③ 後から続く者に最高の模範を示す

最後三つ目に、実践によって、後から続いて来る者たちに最高の模範を示すことになるからです。我々が成長すれば、少なくとも私たちの子どもたちは、孫たちは、そういう人々にこのように生きるのだという証を残すことができます。その遺産をしっかりと残すことを心がけて我々はきょうを生きることです。私たちが教えたことをみんな紙に書いて渡すこともできますが、でも一番インパクトがあるの

は我々がどう生きるかです。そしてそれを一番厳しい目で見ているのは、それぞれの家庭です。イエス様が私たちに平安を下さると言うけれども、私たちが本当の平安を持って生きているのかどうかを吟味しているのは私たちの一番身近にいる人たちです。イエス・キリストは私たちを変えてくださると言いながら本当に私たちが変わっているのかを見ているのは、私たちの一番身近にいる者たちです。我々の信仰が成長すれば、少なくとも私たちの周りにはいる最も身近な人々は、確かにお父さんのうちに、お母さんのうちに、おじいちゃんにうちに、おばあちゃんの中にまことの神がいると。こうして生きて行くのです。そのことを彼らが学べるから成長していきなさいと。神様が私たちに与えてくださるチャレンジに対して、あなたはこたえていかなければいけない。それを願って、主に従って変えていただいて用いていただくのか、それとも主に背を向けて、自分の思いどおりに生きて、悲しい模範を示すことになるのか。しっかりと我々信仰者は自分に課せられた責任を思い起こすことです。これが主が望んでおられること、私はこのように生きるのかどうか、それをあなたは決めなければいけない。どうか主のみことばに従って生きる、主が望んでおられる歩みをもって、これからますます主の栄光を現してください。感謝なことに、このように生きなさいと言われた神はこのように生きるために必要な助けを十分にあなたや私に与えてくださいます。そうやって生きて行くのです。神様のすばらしさが証されるために。その生き方はあなたにとっても私にとっても可能だと。それを望んでみことばに従っていくことです。その歩みをもってこの一週間も神様に用いていただきましょう。