

さあ、いこう 2025

最高のイエス様を伝えるために

今日できる思いやりリスト50 ♥

家族

1	挨拶する
2	手書きのメモで愛を伝える
3	祖父母に手紙を送る
4	家事を喜んでする
5	誰かを笑わせる
6	孤独を感じている人と時間を過ごす
7	お茶を入れる
8	仕事場や駅まで迎えに行く
9	
10	

友だち

11	しばらく話していない友人に連絡をとる
12	記念日に花を贈る
13	ベビーシッターを申し出る
14	励ましのメッセージを送る
15	運動を始めるのを手伝う
16	インスピレーションを与える文章や画像、動画を送る
17	一緒に散歩をする
18	
19	
20	

職場

21	同僚のためにお茶を入れる
22	職場で感謝とその理由を伝える
23	誰かの机にサプライズのメモや絵を置く
24	新しいスタッフと知り合う
25	耳を傾ける - 落ち込んでいる同僚の話を聞く
26	誰かをランチに連れ出す
27	毎日顔を会わせるのに話したことのない人に笑顔で挨拶する
28	
29	
30	

ご近所

31	高齢の方に買物を申し出る
32	仲良くなるために、気軽な集まりを主催する
33	しばらく会っていない人に連絡を取り、直接会う約束をする
34	支払い時に店員と会話する
35	階段でベビーカーを持ち運んでいる人を手伝ったり、ドアを開ける
36	ボランティア活動に申込み
37	道に落ちているゴミを拾う
38	落とし物を持ち主に返す
39	
40	

地域

41	公共交通機関で席を譲る
42	他のドライバーが車線に入るのを譲る
43	家の整理をして、不用品を慈善団体に寄付する
44	雨が降っているのに傘がない人に傘を貸す
45	レジの列で誰かに列を譲る
46	道に迷っている人を手伝う
48	ホームレスミニストリーに参加する
47	道に迷っている人を手伝う
49	
50	

