

2023年12月15日 私の恵まれている点

- 1 介護付き有料老人ホームで生活できるお金がある。日常生活に困らない。
 - 2 アレクサを使い、いつでも好きな曲が聴ける。
 - 3 美味しい料理と一緒に食べる、友がいる。ないでも、自分で決めれる能力が残されている。
 - 4 ipadが使えて、生活が快適である。ipadを使い ラジオ番組が、自由に聴ける。
 - 5 好きなだけ、飲みに行ける、自由がある。夜遅くまで飲みに行ける。
 - 6 本を読む気力がある。好きなジャンルの本なら読める。
 - 7 誰にも干渉されない、自由な生活が送れる。何でも、自分の責任で行動できる
 - 8 負の点に陥っても、前向きに切り替えれる能力がある。
何もやる気がないときも、それを受け入れて、楽しく心を切り替える能力がある。
 - 9 寂しい時に電話できる友がいる。思ったことを文章にできる能力がある。
 - 10 困った時た、相談に乗ってくれる、知人がいる。落ち込んだ時励ましてくれる、知人がいる。
- まとめ めぐまれている点に感謝して生きる、社会にお返しをすることを考える