

私の生きてく上で大切なことは次の通りです。

- 1 役割があり、ハリのある充実な人生であること。
- 2 食事が美味しく健康であること。
- 3 将来に希望があること。神を信じること。
- 4 自分で生きているのではなく、生かされていることに感謝して生きること。
- 5 誰がなんと言おうと自分には価値があり、生きるに値する人間であると自分で思うこと。
- 6 お金がなくても、自分が幸せであると思えること。
- 7 他人の評価を気にせず、自分の声に正直に従い生きること。
- 8 夢があること。
- 9 人生が楽しいという生きがいや使命があること。
- 10 自分はこれでいいのだと、自己肯定感をもって生きること。
- 11 無い物ねだりをせずに、現在の暮らしに満足していること。
- 12 過度に将来の不安がないこと。