



# とちぎいちご王国

イメージキャラクター  
いちご姫

麗人への道…麗しく愛される女性になるために…。

**あなたにとって、春はどんなイメージですか？**

春は別れの季節であるとともに、出会いの季節でもあります。別れは悲しいですが、出会いはハッピーな感じがしませんか？新しい出会いは、ドキドキ、ワクワクします。新たな出会いによって、自分自身も変わるチャンスです！環境が変わると、習慣が変わります。習慣が変わると、思考が変わります。良い習慣を身につける。これは、どの成功者も提唱していることではないでしょうか。ですから、春は自分自身を大きく変えるチャンスです！

## 次のステップ

今ある自分は、今までの自分自身の行動・言動・思考によって作りあげられています。今の自分を好きであるなら、そのままなら良い所をみつけて、いろいろなことに気づいて参りましょう。今のままでは嫌だ、変わりたいと思うなら、勇気をもってその一歩をすすめましょう。

## 今の自分が好きな人

あたり前なことについて考えてみましょう。今目の前にあるもの、家族、友人、ボールペン、お茶、車、住んでいるところ…。私たちの存在する空間すべては、あるのが当たり前ですか？先日、友人が突然空へ召されました。事故で

## 変わりたい人

した。きつと、その友人の子供たちは、夕方になればお母さんはいつものように帰ってくると思っていたでしょう。その友人も、明日も明後日も、来週も一年後もあると思っていたでしょう。私も彼女との次のひとときがあると思っておりました。でも、ありませんでした。「あたり前は、ありがたいたいこと」なんだとあらためて実感しました。「ありがたいたい」を漢字で書くと、「有り難い」。有るのが難しいと書きます。私たちは有り難い環境に生かされているのですね。

- 今の自分のいい所を50個書いてみましょう。書けなければ、周りの人に聞いてみてください。さらに、欠点ならたくさん出せるとい方は、欠点を書き出して、言い換えてみてください。
- だらしない↓おろちか
- わがまま↓自分の意見が持てる
- ネガティブ↓思慮深い
- ねくら↓落ち着いてる
- 飽きっぽい↓好奇心旺盛
- まじめすぎる↓几帳面

これは実行した人しか、変わらないので、ぜひ実行してくださいね。いい所をみつける癖をつけてください。それは習慣となり、思考へと変化していくはず。実行・実践あるのみです。変わりたい人は、やってみてください。一歩踏み出した次の瞬間に、今までは違う自分が待っています。

とちぎいちご王国 株式会社  
 ■MAIL [information@15oukoku.co.jp](mailto:information@15oukoku.co.jp)  
 f とちぎいちご王国 Facebookページもございます。

**麗人サロン第2期**  
 那須 二期倶楽部にて5月より開校します！  
 詳しくはHPをご覧くださいませ。  
 とちぎいちご王国   
<http://www.15oukoku.co.jp/>