



## 【資料2】

# 人生を豊かにする言葉

### 「何も予定を入れない日を作ろう」

何も予定を入れない日を作ろう。それは何よりも大切な家族と一緒にいる時間になります。

### 「通知をOFFにしよう」

FacebookやTwitter、Emailの通知をOFFにしてみましょう。自分の時間がもっともっと増えるはずですよ。

### 「ありがとうを伝えよう」

ありがとうと人に伝えましょう。そうすればあなたの周りには穏やかな空気が流れるでしょう。

### 「速度を上げるよりも大切なことが、人生にはある」

マハトマ ガンジー

### 「変化は人生の原則だ 過去と現在だけを見つめるものは、未来を逃すだろう」

ジョン F ケネディ

### 「幸福な人生を阻む大敵は外にあるのではなく、内にある すなわち、あなたの心の中に潜んでいる」

ウィリアム・ジェームズ

### 「各人はその考え次第で幸福にもなり、不幸にもなる 他人が見てそう思う人ではなく、自分でそう思う人が幸福なのである」

モンテーニュ

### 「この地上で過ごせる時間には限りがあります 本当に大事なことを本当に一生懸命できる機会は、二つか三つくらいしかないのです」

スティーブ・ジョブズ