

Keep

- ・見方を変えてプラス思考に。
- ・小島んだった方が楽しい。

Problem.

・人生は習慣の織物

良い習慣を身につける

- ・意識的に生きる。
それが自然体になる。
- ・おこる時に、逃げる所を
作ってあげる。

Try

- ・読書の習慣にする。
本から学ぶ。

- ・相崎の「守っていかねばならないこと」について考える。

秋山博一