



『錆びない生き方』

～今求められる高齢者の品格～



坂東眞理子氏

坂東さんは開口一番、

「東京は緊急事態宣言で、講演は中止やリモートになり、やっと無事に開催でき、
久しぶりにみなさんの前でお話ができ嬉しい。」と。

◎◎◎◎ チョット素敵に振る舞う

思ったままを言うのではなく、相手にどう伝わるかを考えて話す。
ありのままではなく **チョット素敵** に振る舞う。人に気をつかわせない。
自分で意識して努力して年をとる。
気に入らない環境でも、そこで前向きにしていたら成長できる。

新友(しんゆう)をつくる

身近な場所で継続的に身を置くことで新しい友達を作る。
自己肯定をすると安定した関係を築ける。
困っている人に声かけをしたり、人の為に働くことで信頼される人になる。すると、年をとっても新友(しんゆう)ができる。

まだまだ成長…！？

チャンスがあればチャレンジする。やらない言い訳をしない。
人の成功を喜ぶ。
若い人に教えてもらう姿勢をもつ。
年をとるのは成長の過程。シワが増えることは幸せが増えること。

チョット頑張ったら品格のある素敵な人になれる。
そうすれば、人生の後半が楽しくなる。そんな夢のあるお話でした。