

『もっと光を・・・』ゲートより 太陽のチカラを 楽しく 採りこんで 健康に！

私も御衣黄桜と一緒に遅咲き？



私の町から10分程の三刀屋町は緑の桜、御衣黄桜で有名です。今年も家内と愛犬ミール君と一緒に行了きました。普通の桜より2週間程遅いです。私も何か遅咲きのような気がします。(笑)

地球に優しく 人に健康 家庭を明るく

スカイライトチューブ(太陽光照明)全国の特約店会議が4月に滋賀で開催されました。当社も2年目に入り、初心に戻ろうと決意。「地球に優しく」「人に健康」「家庭を明るく」のキャッチフレーズを掲げ、今後、皆様のお宅を訪問したいと思っています。



マスラー健康体操教室を開催しました



3月6日にご縁があり、東京のマスラー体操の細木信重社長と出会いを頂きました。細木社長は大東町佐世出身、70歳と思えないほど元気で、体がとても柔らかく驚きました。私も実際に体操しましたがとても気に入り、今後この体操を広めたいと思いました。

3週間後、3月28日の日曜日に町民体育館で体操教室を今度は私が主催で開催しました。その早さに私も細木社長もびっくりです。

小冊子「志高く生きる」完成しました

志高く生きる
佐古利南先生講演会
—いのち輝かせて—

今年1月に大東町で開催された佐古利南先生の講演会を基にした冊子を作ろうと思いついたのが2月でした。その後、北は北海道から南は沖縄まで、多くの皆様からご支援を頂きました。



この冊子を読んでもいただき、皆様に何かのお役に立てれば嬉しい限りです。ところで私も「志」という言葉をすっかり忘れていました。今、私には自慢できる「志」はないのですが、少しずつステップアップできればいいのかと思っています。なお、小冊子の送付を希望される方はご連絡下さい。(1冊200円です)

大島健作の最近の横顔

名刺の裏面を少し抜粋。ソフトバレーが大好きです。モットーは情熱・努力・笑顔・親切。最近、増えた口ぐせ「自分は運がいい」。最近、知ったいい言葉「人生は今日が始まり」「人生は良き習慣で決まる」「人生勝負は後半にあり」なお、最近若くなったとよく言われます。

私の日課は「元気便り」とウォーキング

毎朝、元気便りを書いてメールFAXで送り、その後、赤川沿いを歩くのが私の日課です。便りは記録に残るのと、一日を大切に生きる意識が出来ることと、発想の転換と前向きな気持ちが生まれるのがメリットですね。