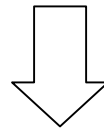


テーマ

いきいきとした人生を送るために！

10年後どんな自分でいたい？

- * 人の世話にならず自分が人の世話をするくらいの気力がある
- * 何事にも感動する心・しなやかな心を持っている
- * おしゃれする心を持ちつづける
- * 趣味(畑・ゴルフなど)を持って打ち込んでいる
- * 自給自足の生活
- * 現状維持・現役で仕事をしている
- * 友達を誘って食事会・飲み会を杖やシルバーカーを使っても行ける
- * 年一度の健診を受けて健康管理ができて飲んだり・歌ったりできる



1つ選択し具体的に

夫婦・友達(異性も含む)を誘い合って店屋や友達の家で自力(杖・シルバーカー・自転車)で行き食べたり・飲んだり・歌ったり・おしゃべりしたり楽しい時が過ごせる