

# 不安を半減する方法

生まれた時から人は常に不安を抱えて生きています。

生身の身体をえらぶたので健康への不安、老いへの不安、死への不安。他にも人間関係での不安、学校や仕事での不安。お金が無い不安、お金がある人も持つことの不安もあることでしょう。

とれども立場で不安は生まれます。まさに不安たれけです。おそらくなくなるまで不安は無くならないでしょう。しかし少しでも心が軽く楽になる言葉があります。

それは「何とかなる」「なるようになる」です。

不安な気持ちになった時口ずさんでみると不安が半減しますよ

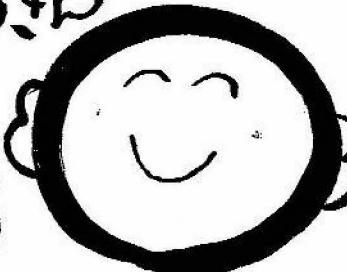
50% off



# あじどうさん だよン

2023.10月 Vol.206

作者 鳥越介順



(有)いっしょにマネープラン

# サトーマンリ本舗 2023

笑って!! 元気 元気に!! 第一生命さん  
ありがとうございます



# スーパーで小走り

ある日某ショッピングスーパーでの話となり

妻「あなたはいつもスーパーで忙しないよね。  
ほとんど小走りでくるよ」

私「俺一人やと ザーと小走りかも。  
たまたま居合わせた

息子(29才)「俺もスーパーで走る派かも。  
目的に向かって走ってしまうなあ。  
女の人のようにスーパーで情報収集の  
必要ないからなあ」

妻「それで買い物を楽しんでないよね~」  
私「……」

息子「……確かに」

とれども 今日もスーパーで小走る私でした。(笑)

