

人の一生 80歳～100歳

4つのパターンを見直す
悔いのない人生を送りましょう！

日本は世界一の長寿国になりました。
100歳以上の人口は6万5000人を超えたといえます。

平均寿命は80歳を超えたといっても、健康寿命は70歳前後です。
平均寿命と健康寿命の差は10年ほどあります。
健康寿命を延ばし、文化に貢献、社会に奉仕したいものです。

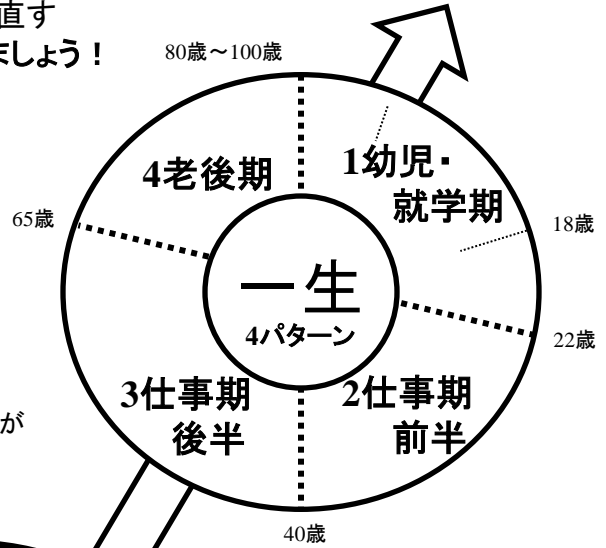
一日一日、365日がつながって一年の春夏秋冬の変化を繰り返すのが
人の一生。

80歳生きた方は、365日を80回、一年のサイクル春夏秋冬を80回
経験したのです。
年々変化する環境に対応した生活は貴重な体験
財産を世の中(家庭・学校・職場・社会)
に残したことでしょう！

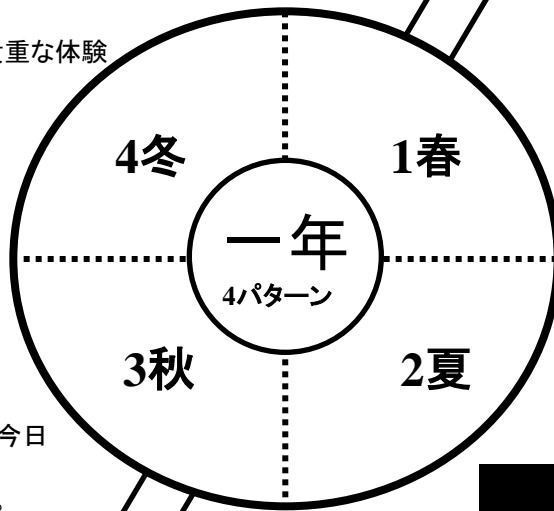
人の人生、歴史は後世に引き継がれて
いきます。

日々の4つのパターン
1年、春夏秋冬の4つのパターン
一生4つのパターンを考え直しましょう。

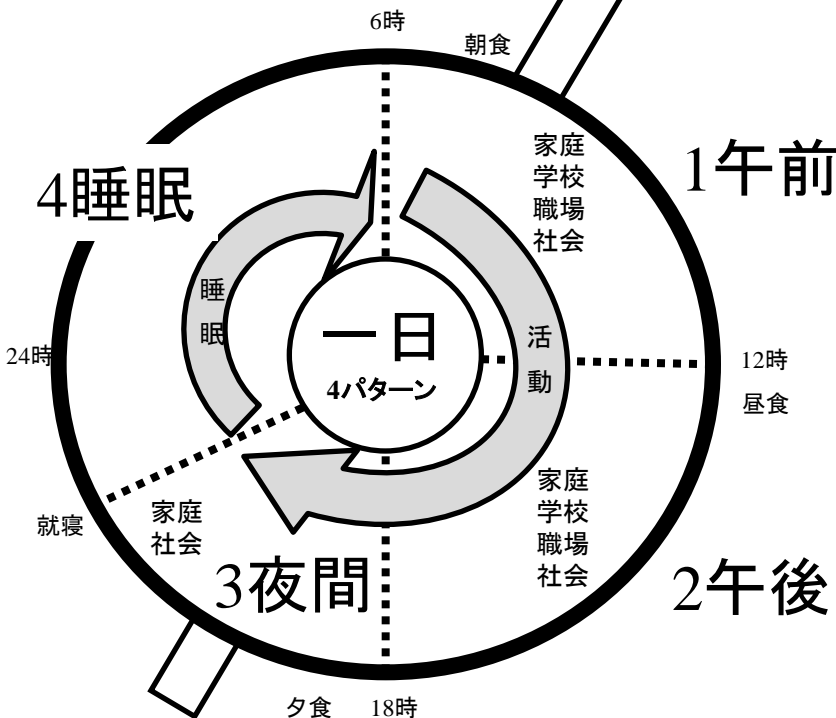
毎日、新しい希望の朝がやってきます。
日々、挑戦です。今までできないことが今日
できるかもしれません・・・
健やかな日々を送り、床につきましよう。
生きていることは素晴らしいことです。



一生一回きりの人生
後ろを振り向かず、前を見る
生きていることに感謝！



繰り返される四季の変化
毎年の変化、挑戦を楽しむ
今年こそ・・・が希望をかなえる
80～100回



繰り返される一日一日、365日
毎日、新しい希望の朝がやってきます
日々、4つの行動・生活習慣が
人の一生(健康長寿)を決めます！
一日24時間を大切に・・・

日々挑戦、失敗なんて恐れない
失敗は成功の元、失敗なしに成功なし

あなたは、悔いのない日々を送っていますか？