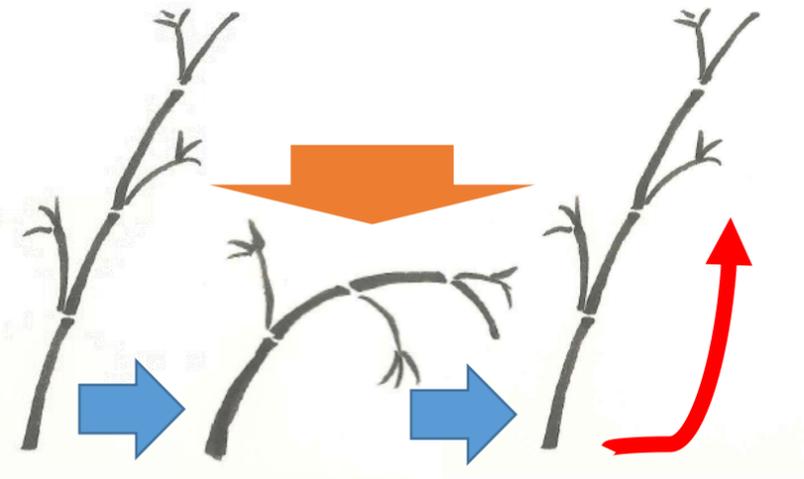


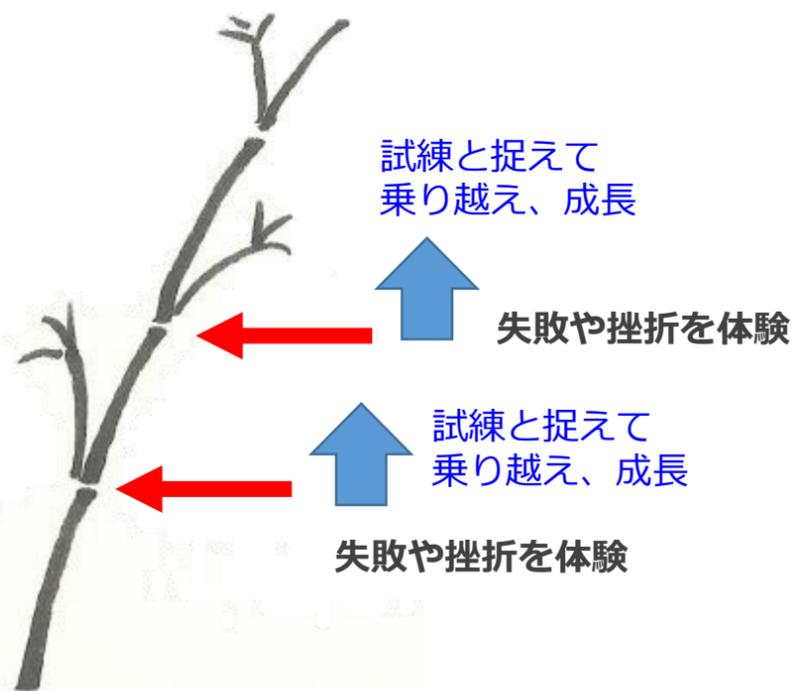
レジリエンスのお手本は

「竹」

強い力を受けると
大きくしなるけれど、
折れずに元に戻る！



節目節目で大きく成長する



稲盛和夫さんの生き方に学ぶ

レジリエンス

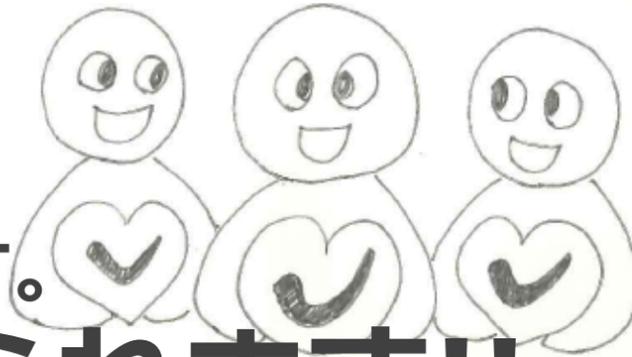
(折れない心・復活力)

レジリエンスを 育てるヒント

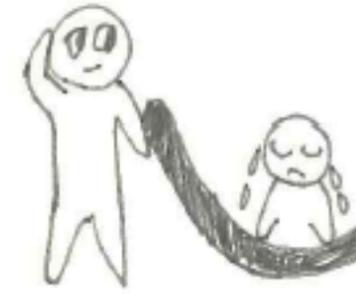
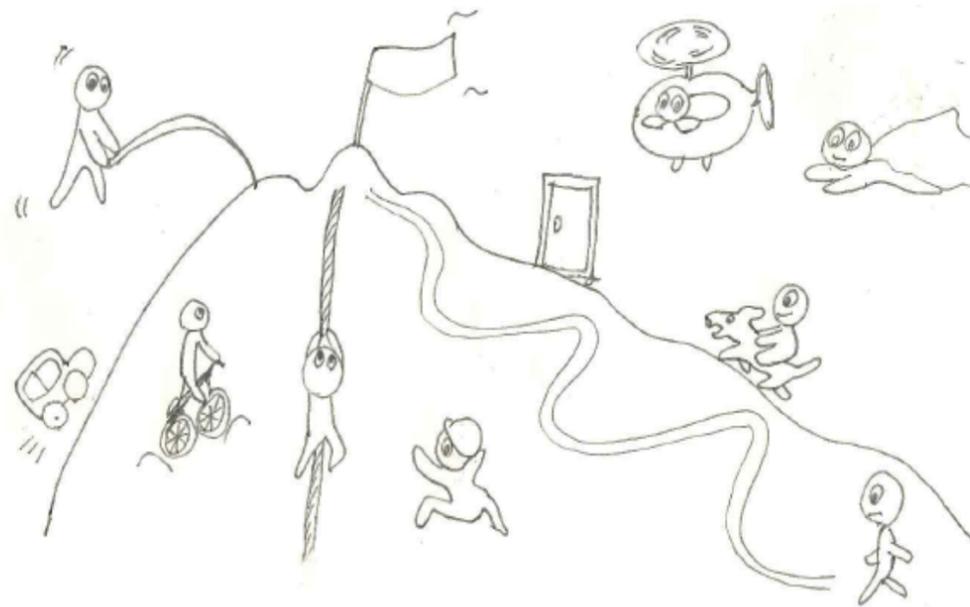


落ち込んだ時、困難に出会った時、読み返してみよう♪

あなたも、みんなも、
逆境を乗り越えて立ち直る力
「レジリエンス」を持っています。
だからきっと**乗り越えられます!!**



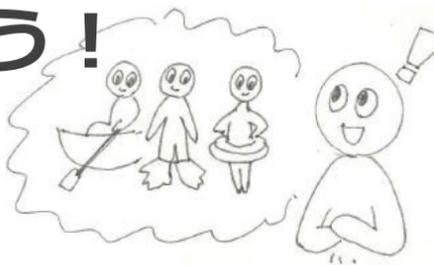
**逆境は成長のチャンス。
逆境から学べば、
ぐーんと成長
することも!**



**「利他の心」で、
周りの人を
助けていこう。
人に貢献する喜びが、
レジリエンスを
育ててくれるよ♪**

ひとつの方法がダメでも
あきらめないで、方法を変えて、
何度でも挑戦する勇気を持とう!

逆境をうまく
乗り越えた人の考え方や、
リラックス&リフレッシュ
する方法を、どんどん
まねしてみよう。
自分とは違う年代、
考え方の人と出会って、
いろいろな話をしてみよう♪



**ひとりで抱え込まないで、
周りの人に助けを求めるのも、
レジリエンス力のひとつ。**



RITA
LABO