

女性委員会主催 桜のつどい

浜松市南倫理法人会 女性委員長 (株) BooBoonet 宮澤 利枝子

4月14日に静岡県倫理法人会女性委員会主催の“桜のつどい”が磐田市鎌田の醫王寺さんで開催されました。お色直しをした新緑の葉桜に迎えられ、素敵なお庭を鑑賞しながらお弁当をいただきました。その後、笑み社労士事務所所長 鈴木美恵様の“幸せに働く女性の共通点”と題した講話を拝聴し、まずは明るく、そして素直にいきましょう！

働く時間を充実させることは人生を充実させること！自分を支えてくださるすべての方といい時間を共有したい！と強く感じました。それには普段支えて頂いている同僚、業者さん、家族・友人の“いいところ”を見逃さず、声に出して感謝の気持ちを伝えていこうと思いました。休憩時間の本気のじゃんけん大会をはさみ、チャンパカハッピーエイジングサポーターの余川千津子様による、自宅で簡単にできるヨガを体験“今の自分の体と心”の状態を知ることができました。呼吸で自律神経を整えられるんですね！あっという間に3時間が過ぎ、楽しく、リフレッシュすることができました。お忙しい中お時間のお都合をつけご参加頂いた皆様へ心より感謝致しております。桜の花言葉は“心の美しさ”そうありたいと思ひ続けることが大事では？！美江さんの問いかけがずっと心に響いております。



宮澤 利枝子

