

# 体験談 健康と人づくり

さて、混迷の今の世の中をどう生きてらよいか、それはまず健康と人づくりです。具体的に言うとな個人的に言えば個人的には①目標を持つこと②自分の好きな趣味を持つこと③過去にこだわらず常に積極的に物事にあたる④明るく笑顔で過ごす⑤迷いだしたら歩くこと、以上を実行してください。必ず自分に自信がつきます。

経済成長は必要であるが今の現在において根本を（天下り、独立法人）を改革する必要があることは国会で議論しているが、そう簡単に大成するものではない。政府の役目、地方自治体の役目と権限を持っている人が真剣に自覚し責任と誇りを持って現場主義を大事に考え直す必要がある。どんな科学が発達しようが実行するのは人である。理屈をくどくどと言いついても解決にならない。

自分はいまどのような立場において何が原因でどのように判断して実行するのが大事である。今の現状では個人も組織もまず保全に回っているように見受けられる。

この世の中、とくに人間関係ほど難しいものはありません。格差の問題、不正等など根は人間に欲があるからです。

足りるを知り、立身出世にこだわらなければ、人は助け合い、いたわり合い、布施の心、奉仕の心が解ります。格差は人の世あってよいと思います。要は人に迷惑をかけず立身出世を夢にえがき努力することは大いに共鳴することです。まず幼児教育（3才～7才）までのしつけが成長期の人の80%影響しています。理屈はこねるが体感しつけをしてないのが現状です。人間の根本である幼児のしつけから取り組めば成人になっても、社会の常識を守る人間になると私は確信しています。

それと人間にとって言葉は大事です。言葉はことだまとも言い、人を傷つけることもあり、また、人を感動させ元気づけることもできます。

しかし、言葉に自分の意志や気持ちを伝えるには文章やインターネットより一番相手に伝えようとするならば対面して話すことが何より大事です。

人と会って五感で感じ相手にも明確に情念で話せばほとんどのことなら解決します。日本人は外人に比べてしゃべりが下手です。これからの国際社会を目指し学ぶべきものは積極的に努力すべきで生涯学ぶ気持ちを持ち続けることが大事だと思います。

