

GREETING :挨拶

私の身のまわりで起きたこと、最近私が考えている事。

FAVORITE :お気に入り

今回は、持田裕子さんのパーソナル・ヨーガ
「you you yoga」をご紹介します。

近況報告

いつも、ありがとうございます。

もうすぐ2歳4ヶ月になる娘のさくらを見て最近実感することがあります。それは、**持って生まれた性格は2歳の子どもでもハッキリとわかる**ということです。



さくらは、今年に入ってから水泳教室と体操教室に通っているのですが、妻によるとにかく目立ちたがり屋でみんなの注目を集めるのが好きらしく、お母さんにべったりで大人しい男の子を尻目に、いつもみんなの前で見本を見せている先生の横に行って堂々と振舞っているとのこと。

さらには、場を仕切るのが好きで、相手が大人であっても子どもであっても、「みんな集まれー!」とまだちゃんとした日本語も話せないのに、リーダーの貫禄でみんなを取りまとめようとしています。(結局は、みんな何のために集められたのかかわからずに終わるのですが...) なんとなく将来の姿が想像できて、頼もしくもあり、と同時に女の子の父親としては複雑な心境です(笑)。

先日、あるお母さんからお子さんについて、とても印象的なお話をお伺いしました。それは、小学校3年生になる娘さんについてのエピソードです。ある日、娘さんから「お母さん、白い紙ちょうだい」と言われ、「何を書くの?」と聞くと彼女は、「**夢がたくさんあるから夢リストを作るの**」と言ったそうです。そして将来の夢をどんどん



白い紙に書いていき、「やりたいことがたくさんあって時間が足りないなあ」ととても楽しそうに話したそうです。さらに驚いたのは、その夢を叶えるために今何をすべきかということまで、それぞれ夢リストに書いていたそうです。よく社会人を対象

にしたセミナー等で夢のリストを作って、さらにはやるべき行動にまで落とし込んでいくというようなものがありますが、彼女は誰に強制されることもなく自然とそんなことをやっているのです。

そんなワクワクするような夢が将来自分の仕事となって叶ったら、どんなに幸せな人生でしょうか。大人になるにつれて、どんどん現実が大きくなっていき、いつの間にか夢を諦めてしまったり、夢を持つこと自体忘れてしまっている大人が多い中、私はいつまでも夢を持ち、追い続ける人生を歩みたいと思っています。そして娘のさくらにも**そんな人生を歩んでいって欲しい**と願っています。**本気で夢を追えば人生は必ず開ける。**そう信じています。

最後に、先ほどの女の子の夢ベスト3の発表です。

1. シンガーソングライターになる
2. デザイナーになる
3. ソニーの社長になる

ひなちゃん、頑張れー!!



感謝!!

持田裕子ヨーガ教室
you you yoga

▲私の自宅にて

持田さんは、今年の3月までソニー生命で面接士としてお仕事をされていました。とても**明るくポジティブ**な方で、私自身入社まもない頃からいろいろとお世話になってきました。そんな**持田さん**が**ヨーガ**と出会われたのが、

約30年前。当時、つらいことがあって悩んでいた時にふらっと**ヨーガ教室**に入ったのがきっかけだったとのこと。そこから**ヨーガ**の素晴らしさに気付き、1989年には指導者の資格を取得。大阪・京都を中心に教室を主宰されています。

今回ご紹介するのは、持田さんが最近始められた**パーソナル・ヨーガ**です。たった一人でも、自宅まで来ていただけます。リラックスした雰囲気の中、「**心の疲労**」「**体の偏り**」を自分のペースで改善していきます。**持田さん**のお人柄も合わせて、自信を持ってお勧めさせていただきます。



▲持田さんと坪山ファミリー



パーソナル・ヨーガ
you you yoga

持田さん
連絡先

TEL: 090-1023-1008

メール: yuu-funza.0811@docomo.ne.jp

パーソナル・
ヨーガ料金
(1レッスン/90分)

1名	10,000円	(ご家族なら)	15,000円
2名	18,000円	3名	21,000円

(交通費別・消費税込)