

夫婦の幸せ見つけ旅～50代の幸せ探し～

毎朝、笑顔で「おはよう」を言う。	ハグをする。	良くないことが起きても、ポジティブに考える。	毎朝、コップ1杯の水を飲む。	季節の良い時期は散歩をする。	1日1回、ラジオ体操をする。	知多四国お遍路をやり遂げる。	景色の良い所を見つけて旅行する。	季節の食物(旬の物)を決め、年4回食べに行く。(春夏秋冬)
2人でいつも楽しく生活する。	笑顔を大切にす る！	相手の意見を尊重する。	毎晩、キムチ納豆を食べる。	健康的な生活をす る！	間食を減らす。間食するならナッツ類を食べる。	富士山の頂上に登る。登れるように体力作りをする。	2人でお出かけを楽しむ！	温泉でのんびりできる時間を作る。
完璧を目指さず、失敗しても笑顔で笑い飛ばす。	手を繋ぐ。	相手の悪い所を探すより、相手の良い所を探す。	早寝、早起きをする。	定期的にスンドゥブを食べに行く。	食べ過ぎに注意する。	パワースポットを2人で訪れる。	月に1回(月初めの1日)、地元の神社にお参りする。	行ったことのない所に行く。(鎌倉・伊豆・箱根・出雲大社)
何もしない日を作る。(ダラダラできる1日)	お金のことを心配しすぎない。	時間が合うときはご飯を一緒に食べる。	笑顔を大切にす る！	健康的な生活をす る！	2人でお出かけを楽しむ！	ブログを始めて、継続する。	やってみたいことは思った今、やってみる。計画を立てる。	瞑想する時間を確保する。
2人で一緒に料理する。	安心できる家庭を作る！	家に居る方が朝晩の見送りを玄関までする。	安心できる家庭を作る！	夫婦の幸せ見つけ旅 10年後、笑顔で幸せな2人になる！	新し事にチャレンジする！	副業にチャレンジする。	新し事にチャレンジする！	子供の頃、やりたかったこと、なりたかったことを思い出す。
20日を大切な日にする。(記念日にする)	1日の出来事を話し合う。	お互い甘え合える時間を作る。	自分を大切にす る！	今の生活を維持して、将来に繋げる！	パートナーを大切にす る！	まずは何でもやってみる。(大きく失敗しなければ良い)	料理のレパートリーを増やす。	DIY・自給自足(できる範囲)の生活に挑戦してみる。
自分の好きなことを見つける。	今の自分が幸せだと思ふことからスタートする。(小さなことでも、今、幸せであると気づくこと)	慌てず、一旦、冷静に考えてみる。	人脈を大切にす る。	お金は「もの」に使わず「経験、体験」に使う。	家のローンを返し終わるまで、今の生活を守る。	感謝の気持ちを持って、接する。	相手の良い所を1つ探す。	誕生日をお祝いする。
他人と比較しない。	自分を大切にす る！	自分たちの趣味を尊重する。相手のやりたいことを尊重する。	運を引き寄せる行動をする。	今の生活を維持して、将来に繋げる！	子供達が大学を卒業するまで収入を確保する。	優しい気持ちで、接する。	パートナーを大切にす る！	喧嘩をしても、一緒に寝る。
自分を信じて行動する。	どんな些細な事でも、上手くできたら、自分をほめる。	抱え込まずに、まずは相談する。	2人で、できる仕事を見つける。(老後資金を確保する)	「人生の楽園」に出演できる事業を作る。	子供達が無事、結婚して、孫の顔を見る。	いつも一緒に、行動する。	思いやりを持って、接する。	会話を大切にす る。