

家族思いで毎日頑張るあなたへ

# まっくす通心

## 2023/12月号



まもなく5年目を  
迎えます

1年間お世話になりました。楽しいことも辛いことも  
ございました。楽しいことも辛いことも  
盛りだくさんだった2023年もあっという  
間でした。今年の仕事で  
約203世帯の方とお会いさせて頂き  
ました。本当に幸せな1年でもありま  
した。  
2024年はまだ見ぬ出会い、初めこの工地  
など、今は予想もできない様々なこと  
が待っていると思うと、とても楽しみ  
です。あなたにとっても幸せな1年に  
なりますように、願っています。

**東 勇紀** (あずま ゆうき)

携帯電話 090-6908-1769

メールアドレス [yuuki\\_azuma@sonylife.co.jp](mailto:yuuki_azuma@sonylife.co.jp)

住所 京都府京都市南区久世大藪町489-23

「まっくす通心」は東に関わりのある方や、ご縁のあった方に不定期でお送り、  
またはお渡ししています。送付を希望されない方は、その旨お申し出ください。

感想をいただくと  
すごく嬉しいです!!



登録用LINE



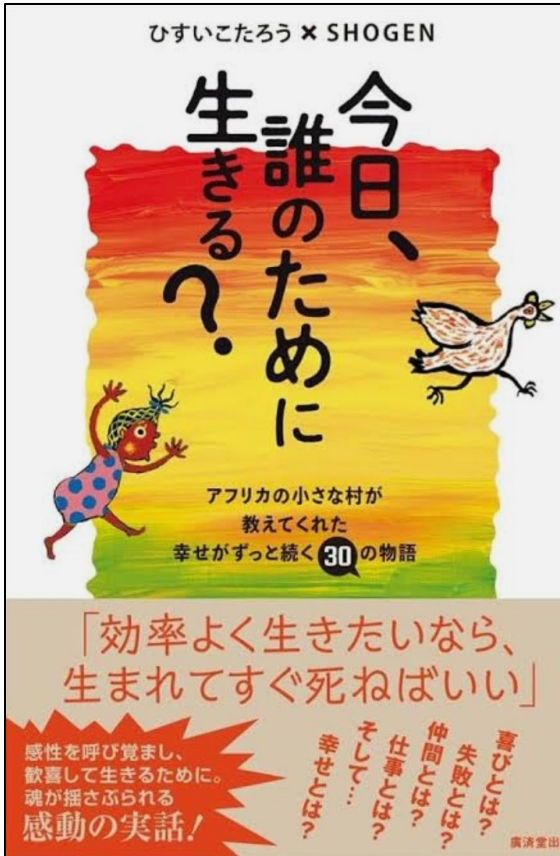
Facebook



## 読書が好き

自分の思考で解決できない時は、本から知識や発想をもらうようにしています。先日は自分の頭の中では整理できないことがあり、3冊購入しました。その内の1冊を紹介します。

### 今日、誰のために生きる？ ひすいこたろう×SHOGEN



アフリカのブンジュ村という小さな村で、ショーゲンさんが実際に体験した物語です。日本人が忘れていた大切な感覚を、外国人が誰も訪れたことのない村で、なぜか語り継がれているというのです。たとえば、一見当たり前だけありがたいこと。「足があってありがとう」「空気を吸えてありがとう」「目が見えてありがとう」など日常にはありがとうが溢れています。そんな当たり前を大切にしているブンジュ村の習慣。

好きな一文で「ショーゲン、思いがあるんだったら、自分の思いは必ず伝わると信じるんだ。自分にそう思い込みの魔法をかけるんだよ。自分が幸せになれる思い込みの魔法を、もっと自分にかけてほしいよ」って本文にあります。日常で当たり前になってしまっている、大切なことを気付かせてくれる一冊です。

## 今年は著名人の講演会にたくさん参加した

今年はどんな人に会っただろうと思えば、  
「高橋 歩さん」「ひすいこたろうさん」「大嶋 啓介さん」「千葉 修司さん」など、色んな方の講演会やトークショーに参加させていただきました。聴く度に、自分がやりたいことを心から望んでやっているか？自分の人生は自分で選択できているか？真剣に考えさせてくれるきっかけをもらいました。子どもにも、簡単なことから自分の意志で選択できる人になってほしいと思っています。そして大人の私も、子どもに対して、自分の感情



で判断していないか？子どもが選択できる、意志が示せる質問をするように気をつけてます。それは左の本の中身にも繋がってきます（笑）

## 2024年は常識（思い込み）を変えていく

静かに終わりを迎えようとしている2023年も、思い返してみると、やっぱりあっという間でした。楽しいこと、うれしいこと、感動したことなど、たくさんあったなあ、っと思います。

書きながらひとつひとつ思い出してみると、その前の出来事や、更に前のきっかけのひとつひとつがなかったら、その幸せの瞬間が生まれていなかったんだなあ。

そんな感じで思い出して空を見上げつつ、感謝の気持ちでいっぱいになってます。今年も一年多くの方にお会いさせていただいて、まだまだ僕が役に立てることはあるな！っと感じました。皆さん、放ったらかしの、無関心が多いこと。。これが当たり前じゃないよ！っという今までの常識？を変えていきたいですし、東に出会えて良かったなと思ってもらえるよう行動します。今年1年もありがとうございました。