

# 一生をかけて「生きる力」を強化

2015年7月3日

強い

生きる力

## 「生きる力」を強化

- 1 体力(健康)
- 2 知力(判断力・統率力・知的好奇心)
- 3 気力(持続力・集中力)
- 4 コミュニケーション力
- 5 人を思いやる力

「生きる力」を強化する  
日常の  
「生活習慣」

- 1 食事(カロリー・塩分、制限など)
- 2 適度な運動(身体と頭を使う)
- 3 規則正しい生活→一生勉強

年齢

→ 家庭 →

→ 学校 →

→ 社会 →

