

まえがき

「そのまんま」は、幸せな毎日の必需品♪

もっと楽に、より元気に、より幸せに、

子育てしたい、生きたい、暮らしたい、と思いませんか？

そんなあなたに贈ります。

子どもが熱を出して、会社を休んで、

病院に連れて行き、数日薬を飲んで、やっと復活した……。ふう〜。

子どもが、言うことを聞かないっつ。はあ〜。

なかなか、疲れが抜けない……。はあ。

そんなお母さん！

人間の体は「そのまんま」からパワーをもらいます。

私たちは、今より幸せに元気に暮らす「力」を持っています。

その「力」を引き出すヒントが「そのまんま」にいっぱい詰まっていたのです。

「そのまんま」じゃなかった私が、「そのまんま」の力に助けられたストーリーをちりばめました。

今日からできる、今日できなくても、いつからでもできる、一生使える幸せと元気のヒントをお届けします。

たくさんエピソードから、あなたの幸せにつながるヒントを見つけて、実行していただけたら嬉しです。

主な登場人物

私・夫・たまちゃん（長男）・のんちゃん（長女）・ぷーちゃん（次男）・みーみ（私の実母）