



明治学院中学校・高等学校同窓会 白金会 会報誌

白金の丘

発行
白金会
編集
広報委員会

明治学院中学校・高等学校
同窓会からのご報告とお願い



白金会 会長
高橋 敏 幸
(1968年卒)

同窓会会員の皆様におかれましては、この1年はいかがお過ごしだったでしょうか？

2019年12月に中国武漢で新型コロナウイルスが発見されてから、あっという間に世界中に拡がり、いまだ収束の兆しさえ見えず、新型コロナウィルスは形を変え、変異ウィルスとしていまだ猛威を振るっています。日本ではこの原稿を執筆し始めた2021年3月3日時点ではワクチン接種時期も確定せず心配は尽きません。只々、一日も早い収束、終息を願うばかりです。

1年延期した東京オリンピック・パラリンピックの聖火行事の詳細も発表されました。いよいよ、待ちに待った祭典が動き出しました。しかしながら、現時点のコロナ禍を考えると無事に開催されるかどうか心配です。

同窓生の皆様は、ステイホームやテレワークで自粛疲れになつているのかと心配しております。しかし、このような状況であつてもいかに楽しく過ごすか、賢明な皆様であれば工夫してお過ごしかと推測しています。

【年度役員会・総会開催について】

このような状況下で我が白金会・同窓会でも昨年の2020年は毎年行われる年度役員会、および総会を中止とさせていただきました。2020年12月末までに役員改選の立候補届などの件もありませんでしたが、中止といたしました。皆様もご承知の通りホームページ上で告知させていただきました。ご理解のほど宜しくお願い致します。

【還暦記念礼拝・卒50周年記念礼拝について】

毎年1月にチャペルで開催している「卒50周年祝い記念礼拝と還暦祝い記念礼拝」の2021年1月開催分につきましては、いったん延期し、3月ごろにはコロナ収束の兆しが出て、何とか開にこぎつけるかなと淡い期待を持ちました。変異ウィルスの出現などにより、新型コロナウィルスの感染が国内各地で急拡大していることや特に首都圏においては一向に収束する気配が見られませんでした。3月予定していましたが、今年度は中止と致しました。来年、2021年度に収束していただければ、2021年度に2年分として合同で開催させていただきます。

【卒業式・入学式】

明治学院高等学校でも2020年3月卒業式は卒業生のみで行われましたが、今年度2021年3月の卒業式も卒業生320名は卒業生のみでの式となりました。卒業生と3年間一緒にご苦労された先生方10名には卒業記念品として恒例のMGマーク入りのオリジナルスプーンセットとチャペルなどを描いたオリジナル特選クリアファイル3点セットを贈呈いたしました。入学式も昨年同様、来賓は列席せず学生のみで入学式になりました。来年は、出席して祝辞を述べたいと思います。

2020年は学校行事も縮小したり中止になったりと、学生たちにとっても困難な1年でした。今は、学生たちはプレハブ校舎で授業を行っています。我々のイメージにあるプレハブ校舎とは大違いでエレベーターも完備している豪華な建物です。その点では良かったと思っております。

白金会の1年を振り返ると2020年4月の入学式は白金会代表として出席はかきません。6月の年度役員会・総会は中止いたしました。毎月行っていた執行役員会につきましては4月・6月・8月1月はお休みに致しました。学校側との打ち合わせにつきましては、十分なコロナ対策をとって7月・9月・12月・3月と年4回意見交換させていただきました。その他、会報誌の戻りの方々には再送の手続きや、卒業生の記念品のチェックなどで2日ほど費やしました。

【2021年度開催予定の年度役員会・総会についてのお知らせ】

また、同日行われる予定の年度役員

会・総会も2021年度は中止いたします。毎年、6月第4週の土曜日に開催しておりますが、この日程も2022年度から学校の行事に合わせて行うように変更させて頂きまので、ご理解、ご了解のほどお願いいたします。

今後はホームページ上において同窓会イベント情報を発信いたしていきますので、ご覧ください。

2021年度もどうか皆様、お体にお気を付けの上ご自愛ください。

2022年秋、皆様に元気にお会いできることを楽しみにしております。

【2021年から就任予定の新役員紹介】

- 会長：高橋敏幸 再任(1968年卒)
- 副会長：畑成一郎 再任(1968年卒)
- 副会長：田中義夫 新任(1968年卒)
- 副会長：萩原伸介 新任(1981年卒)
- 監事：平木 巖 新任(1962年卒)
- 監事：安田正克 再任(1964年卒)

新型コロナウイルスが一刻も早く終焉して皆様方の明るい生活が戻り、ご健康が守られることを祈念しております。



白金会育ての親でもあるお二人 の先輩が相次いで天国に召された

2020年はコロナで始まりコロナに振り回された大変な1年であった。白金会においても悲しい寂しい出来事があった1年でもあった。

2020年8月10日、わが愛すべき二木先輩が、天に召された。二木先輩は3年余りの闘病生活を送りはしていたものの、いつも明治学院中学校・高等学校同窓会の事を何かと元気に我々に叱咤激励してくれていた。(当時、幹事として活躍していた)今でもあの懐かしい顔が臉に浮かび亡くなったとは信じられない。」

二木先輩は高校生時にヨット部を創設して部活にいそしんでいたと聞いている。

愛艇KAGAを所有していて、2014年に日本一周を試みて二度にわたって走行中に台風に会い、「マスト」が折れたり「スクリュウ」が破損したりして、海上保安庁の巡視艇に搬送されて御前崎に入港し九死に一生を送ったこともあった。その縁でこの3年余りは御前崎に住居を構え次の出廷に備えていた。

どんな困難にあつても、また航海する準備を怠ることなく次の出向にいつも備えていた。

私も同船させて貰いたくいろいろ考えて、御前崎からの乗船は難しいので、波の穏やかな瀬戸内海で一緒にさせて貰ったのは2017年の夏のことであった。今でも掛け替えのない思い出がある。その後、一旦、私は東京に戻り、

東北から函館を目指す加賀艇を函館の港で食料を一杯用意して待っていた。そこに時化の為に秋田の漁港に避難したとの連絡を受け取った。艇内は水浸しで走行不能とのこと。残念ながら、ここで断念の決定。秋田から二木先輩は愛艇を港において御前崎に戻られた。

それから、ほどなく闘病生活が始まる。何度ももうだめなのかと思わせたがいづつも不治鳥のごとく蘇えり、再度の日本一周を楽しみに体調を整えていた。私もその間、御前崎に何度かお伺いして、近況をお伺いしていた。

亡くなる前日に好きなウナギを食べ少しお腹をこわしたと聞いている。それがもつと急遽入院して翌朝急変したと聞いた。二木さんの二女の方からの訃報の知らせにおもわず涙ぐんでしまった。嘘でしょう、嘘であつて欲しいと思つた。またいつの日か、愛艇加賀に乗船して貰いたかつた。私のもとには、以前から二木先輩から送られてきた海図などが何点かある。時々それを眺めては楽しかつた瀬戸内海航海を思い出す。無念の一言である。

また、二木先輩は小チャペルやホテルなどの年度役員会などでは自前のオルガンを持参してくれて讚美歌などを引いてくれたことを今では懐かしく思い出す。

本当に、ありがとうございました。お疲れさまでした。

2020年8月27日東田先輩の逝去の知らせも届いた。

二木先輩、東田先輩ともにコロナ禍の中でのお葬式は親族のみで行われたが、私と副会長の畑君と参列させて頂いた。

東田先輩、二木先輩との出会いを、神に感謝致します。

神の御許で召されました故人が、天国で安らかな眠りにつかれますよう、心からお祈り申し上げます。

白金会会長 高橋敏幸(1968年卒)

「東田 成太郎先輩を偲んで」

2020年9月4日(金)に東田成太郎先輩のご葬儀が執り行われました。ここ数年はお会いする機会がなかったので、大変残念に思います。

東田先輩は明治学院中学校・高等学校同窓会が創設された当初から参加され、我々に色々なアドバイスや指導を頂きました。特に当会の「会則」作成に当たっては、お一人でご尽力頂き、当同窓会の礎を作って頂きました。東田先輩は自己紹介をするとき、塚田ではなく「二東三文」(にそくさんもん)の東田ですと冗談を言われた事を思い出します。私個人の事では、妻がJAZZを歌っていますので、たびたびライブにお越し頂き、大変感謝しています。謹んで東田成太郎先のご冥福をお祈り申し上げます。

白金会副会長

畑 成一郎
(1968年卒)



平木巖副会長(左)と東田成太郎先輩



仲の良かった加藤先輩(右)と談笑する二木先輩



二木頌二先輩

明治学院中学校・高等学校同窓会 (白金)		収支計算書 (2020年 4月 1日～2021年 3月 31日)	
収 入		支 出	
初年度会費	3,576,000	会報誌発行費	1,746,785
年会費	501,000	年度役員会・総会開催費	315,174
賛助金	509,000	委員会活動費	368,321
高等学校新校舎建設費	319,000	事務用品費	100,616
懇親会費	75,000	交際費	11,838
雑収入	0	通信費	157,772
		ホームページ作成費	232,800
		会員名簿整備管理費	785,130
		会員名簿製作費	622,450
		振込手数料	47,363
		在校生支援費	200,000
		卒業生記念品費	1,056,000
		特別記念品費	
		高等学校新校舎建設費	0
		雑費	0
小計	4,980,000	小計	5,664,249
前年度繰越金	4,639,700	次年度繰越金	4,378,959
合計	9,619,700	合計	10,043,208

【明治学院中学校・高等学校同窓会 (白金)】 収支計算書

(単位:円)

【2021年度開催予定の「Come Back to 白金」についてのお知らせ】
 2021年6月26日 第4週土曜日
 に開催予定でありました、「Come Back to 白金」の中止を余儀なくされましたことお知らせいたします。新型コロナウイルスの変異型が出現して一向に収束の兆しも見えません。また、ワクチン接種も多くの国民に行き渡るまでにはかなりの時間を要するようです。まだ日程もはっきりしない状況です。このコロナ禍の状況下では、中止にせざるを得ません。今の時点での結論は大変早い決断ではありますが、(この会報誌が届くころは開催1か月を切る状況になると思います)。同窓生の皆様方にはご理解を頂きますようお願いいたします。

2022年新校舎竣工の秋以降に新校舎において1年遅れの「Come Back to 白金」を開催することを学校側と話を進めております。どうぞ皆さま楽しみにお待ちください。

新校舎建築進捗状況



旧校舎解体工事



基礎工事 (1)



基礎工事 (2)



鉄骨工事 (1)



鉄骨工事 (1)

2020年度は多くの卒業生から新校舎建設募金をいただき有難うございました。上の写真の通り、新校舎建築は着々と進んでおります。2021年度も引き続き新校舎建設募金を応募しております。2019年度以降、同窓生の皆様方には学校から募金のお願いが届いていると思います。2022年8月校舎竣工まで募金のお願いが続きますが、なにとぞよろしくお願いいたします。学校からの依頼時期は年2回4月と12月です。1口の金額は1万円となっております。我々同窓会でも皆様をお願いして募金を集めております。ただし、同窓会でまとめて集めている募金にはお一人お一人の寄付金控除(税制上の優遇措置)は出来ませんので、寄付金控除をお受けになる同窓生の方は明治学院から送られてきています振込用紙でのお振込みをお願いいたします。

私と明治学院

田浦 一成
(1977年卒)

へ2021年3月、長きにわたり英語科教師として明治学院高等学校で教鞭をとられた田浦一成先生がご退職されました。そこで白金会より田浦先生にお願ひし、明治学院高等学校時代の思い出を寄せていただきました。〜

初めて明治学院のことを知ったのは、中学3年生の頃でした。私自身は高校については、母子家庭であったので都立を考えていたのですが、どういいうわけか母親が、明治学院に行けと言いつたことにはじまりです。母親は、遠い親戚が、明治学院の卒業生であったので学校のことを知っていて勧めたのだとおもいます。実際、当時は今のようには学校説明会など盛んでなかったで、初めて学校に来たのは入試当日でした。試験は当時の大学2号館で受けました。

面接は生物の準備室で、T先生でした。今でも覚えていますが、「君は美術の成績が、だね」と言われ、また「なんでなの？」と質問され、答えに困りました。事実、小学校の時から図工・美術は苦手だったのですが、当時の風潮で受験科目以外は手を抜いている奴と思われたのかもしれない。(教員になつて知ったのですが、面接では成績を聞いてはいけなかったそうです。ま

あ、いいですが。)面接が終わり、帰宅しようとした時、コートがないことに気が付き、助手の人に伝えると、学科試験の会場まで取りに行つてくれました。親切な先輩がいる学校だなと思いました。明治学院の最初の印象はこんな感じでした。

合格することができ、1974年の4月に明治学院の生徒として学校に来ました。3月の招集日にも、厳しい指導をされていましたが、中学校は1学年2クラスの小規模校だったので、7クラス、1クラス50人は多いなと思いました。担任は、国語のO先生でした。はじめは、怖そうでしたが、面白い先生でした。まだ校舎は、今の高校体育館と、スペイン広場上がる階段のある所に4本柱の建物(井深ホール)があり、そこで1学期だけ過ごしました。2学期からは昨年まであった校舎が完成したので、そちらに移りました。2学期からは校舎内はスリッパが校内履きだったので、すぐにこわれて大変でした。今の生徒は、飲み物の自販機がたくさんありますが、私たちの頃は牛乳・コーヒー牛乳のテトラパックの自販機だけでした。

食堂は今の芝生広場に高校食堂があり利用していました。コーラ・アイスも売っていました。中学校は給食なので、高校、特に私立はすごいなと感じました。もつとも2年生になると、そこにプールができたので食堂はなくなり、弁当が購買で売っていました。

授業では、ある日英会話の教科書が配布されたのですが、机の上に置いてあるのを見た、知らない先生が「次は英会話か?」いわれ、私たちが休み時

間なので、話していたら、「人が聞いているのに、話すな。」と怒鳴られ、やばい学校だなと感じました。英語の時間にその先生が現れたときはクラス全員固まってしまったのも、よい思い出です。

部活動は中学の時からやっていたサッカー部に入学し三年間続けました。人生の中で一番お世話になった先生に巡り会えたのも、ここでの体験でした。中学の頃から英語が好きだった(たまたま成績が良かった)ので、大学は英文科に進学しようと思っていました。当時は外国人の先生が学校の中に住んでいて、土曜日にパーティとか言つて、遊んでいたのをおぼえています。自分は部活があるので、あまり参加できませんでしたが。

大学は英文科に進学でき、四年間で卒業しました。高校の頃から何となく教員になろうと考えていたので、教職課程を履修し、高校の時より勉強したと思います。四年の時に明治学院高校で教育実習をしました。その次は教員1年目だと思えます。教育実習は今と違い2週間でしたが、ものすごく疲れませんでした。最後の教壇実習の時に不意打ちで三人の先生が教室に入つて来られたときは驚きました。そのあと、教員室に呼ばれ、「授業、よかったぞ」と言われたときは、ほっとしたのと同時にすぐうれしかったのを今でも覚えています。

大学卒業後、一年おいて明治学院に、縁があり教員として奉職できた時は、本当によかった。自分の母校に勤められることがうれしかったです。教員と

しての話は、他のエッセイ(本誌同封のMEJIGAKUIN)に書きましたので、ここでは省きますが、現在の自分があるのは明治学院のおかげだと感謝しています。

母の勧め、親戚の出身校、さらに制服の業者さんが、私の実家の同じ町内会の方であったり、明治学院とは、何か不思議な縁で結ばれていたのかもしれない。人生の大部分を明治学院と過ごせたことに本当に幸せだったと思います。

私は2021年3月で明治学院を退職しましたが、自分が高校生の時から親しんだ校舎が取り壊されたのと同じ時期なのも何かの縁かもしれません。あまりに長く明治学院と一緒に過ごしたので、冗談ですが年をとって、明学のそばを徘徊してしまうかもしれません。

これからも明治学院の歴史は続いていくと思いますが、その中心が明治学院高校であることを願っています。本当に長いことありがとうございました。



井深ホール

「コロナ禍の明治学院高等学校」

2020年度の明治学院高等学校の一年間は、新型コロナウイルス(COVID-19)に振り回された一年でした。2021年になっても終息するどころか、ますます猛威を振るうばかりの状態です。2020年度の一年間はどのような学校生活だったのか、石川校長先生(以下、校長)にお伺いしました。

スタートは6月から

白金会)この一年間は、通常の学校生活はもとより、各種イベントにおいても例年とは全く違った対応を余儀なくされたと思います。どのような状況だったのでしょうか？

校長)まず2020年度の入学式は、6月に行いました。プログラムを縮小し8クラスを4つに分けチャペルにて4回実施いたしました。来賓あいさつなどもなく、極めてシンプルなものになりました。

白金会)通常授業はどのような形だったのでしょうか？また感染対策としてはどのような取り組みをなされていたのでしょうか？

校長)始業礼拝も6月から分散登校にて実施しました。各学年午前と午後1回ずつ計4回実施しました。同時に対面授業も開始いたしました。

夏休みは8月下旬の12日間のみ(白金会)6月からと言うことは、1学期に実施されるイベント(水泳大会、郊外ホームルームなど)はどうなりましたか？

校長)はい、残念ながら中止せざるを得ませんでした。また6月からの授業開始だったため、授業の遅れなどを補完するために、1学期を8月19日までとし、同日に終業礼拝をおこない、夏休み自体は8月20日〜31日という短期間になりました。そして2学期は9月1日に、「全学年合同放送礼拝」をもって開始しました。

感染対策として、サーマルカメラを用意し、登校時まで健康観察アンケートを提出してもらうようにしました。礼拝においては、状況に応じて放送礼拝を行ったり、学年を分割してチャペルと教室で同時中継を行ったりしました。チャペル内では窓を開け換気を十分に、さらに讃美歌は割愛するという形になりました。また授業中は生徒・教員共にマスク着用はもちろんのこと、昼食時も教室では前を向いて座り、食事のときの会話は禁止、食堂でも向かい合って座らないルールを設定しました。なおクラブ活動については感染対策をしながら行いました。ただ新校舎建築のためグラウンドの面積も約1/3になったため、一部の部活動は学外の施設を利用しています。

合唱コンクールは中止

白金会)2学期と言えば「オリーブ祭」「合唱コンクール」「体育祭」という3本柱のイベントがありますが、これ

らはどうのような形になったのでしょうか？

校長)オリーブ祭はWeb上で、オンライン形式にて行いました。各クラス・クラブが趣向を凝らした、いわゆる「コンテツ」を発表する形になりました。合唱コンクールについては、飛沫感染のリスクが高まるため、断腸の思いで中止といたしました。体育祭については、予定していた「奥戸総合スポーツセンター陸上競技場(葛飾区)」では、昼食を摂ることができなかったため、2日間に分けて行いました。1日目は高校の(狭い)グラウンドで、2日目は奥戸総合スポーツセンター陸上競技場で行いました。多くの競技はマスク着用で行なったため、生徒たちは大変だったと思います。

白金会)2学期も終盤になると、いよいよクリスマスシーズンですね。

校長)クリスマスツリー点灯式は学院関係者のみで実施しました。また前庭は入場禁止としました。アドヴェント礼拝は通常通り実施いたしました。この日は限定的に前庭を解放し、密を避けるために礼拝参加者から優先的に中に入れるようにしました。

クリスマス礼拝、卒業礼拝は、「放送礼拝」にて実施しました。他には「スキー教室」「探究学習(京都/長崎/沖縄/台湾/韓国/田舎暮らし)」「オーストラリア研修」は中止となりました。

入学試験や卒業式もコロナ仕様(白金会)3学期に入ると入学試験や卒業式がありますね。

校長)推薦入試については、面接を通常1人あたり2回実施するところ1回にしました。また一般入試については面接を行いませんでした。卒業式はプログラムを縮小して行いました。チャペルには卒業生と教職員のみが入り、卒業証書授与も卒業生全員ではなく、クラス代表者のみに渡す形となりました。そして終業礼拝は、放送礼拝にて行いました。

白金会)お忙しい中、お答えいただきありがとうございます。新型コロナウイルスが終息を迎え、明治学院高等学校が通常の形に一日も早く戻れるよう祈念いたします。

白金会の連絡先について

白金会ホームページおよび連絡先は、左記の通りです。

URL
<https://mg-shirokane.com/>



白金会ホームページ QR コード

メールアドレス
info@mg-shirokane.com

私の健康法 その7
思いつくままに (IV)



明治学院中学校・
高等学校同窓会
(白金会)
副会長 平木 巖
(1962年卒)

今回も「思いつくままに」をIVとして述べさせていただきます。

自分を磨ける人が真の負けず嫌い。世の中には順境でしか生きられない人と、逆境でも生きられる人がいますが、どちらになりたいかです。いつでも人より優位に立ち、自分の思い通りの境遇でしかいい気分でない人は、逆境では生きられないし、能力も発揮できません。負けず嫌い大いに結構です。しかし、それは他人との競争に勝った負けたというのではなく、自分との闘いであってほしいものです。自分の思い通りの環境にいらなくても、たとえ一度他人との競争で負けても心を腐らせず、おかれた条件の中で精一杯努力し、自分を磨ける人が真の負けず嫌いだと思います。

「おおいくま」を心がけ、頑張りましたよあーあせるな おーおこるな いーいばるな くーくさるな まーまけるな本気 本腰 本物について片足だけを水の中に入れ、私は本気、と言っている人が多い。本気とは体全体を水の中に投じることである。もう逃げられない所に身を置くことである。すると、本腰が入る。本腰を入れるから、真の力が出てくる。そして、その姿勢を何十年も続けることで、本物に

なる。人生は一度きりである。私たちも本気・本腰で事に当たり、本物にいたる道を全うしたいものである。

仕事は面白いわけがありません。辞典にも「仕事とはしなくてはならない事」「きつい労働」「課せられてする勤め」とあります。面白いか否かを考える前に、「面白い」と声を出して言いましょう。

人間には「生きたい」「知りたい」「仲間になりたい」という本能があり、働くことは本能に基づく脳の欲求です。超高齢化時代、それを実現させることが人や社会の幸福につながるのです。世の中にはいろいろな人がいます。悪口、中傷、うわさ話等、その中で心乱れないように、自分をどうコントロールしていくかが、現代社会に生きる私たちの課題です。

人間は得てして、恵まれた環境にあっても、与えられた仕事をつまらないと感じ、不平不満を口にしがちです。しかし、それで運命が好転するはずは有りません。与えられた仕事を天職と思ひ、その仕事を好きになるよう努力していくうちに不平不満は消え、仕事も順調に進むようになっていきます。

- 良い医者を探す10ヶ条 2、3あればよい医者です
- ① 話を聞いてくれる医者（時間をとれる医者）
 - ② 話がわかりやすい医者
 - ③ 薬に頼らない医者
 - ④ 暮らし方を注意してくれる医者
 - ⑤ 専門医をすぐ紹介してくれる医者
 - ⑥ 地域の施設に詳しい医者
 - ⑦ 患者だけでなく家族の気持ちもわかる医者

⑧ セカンドオピニオン（別の医者の意見を聞いて治療法を決める）を用意出来る医者

⑨ 痛み・苦しみでなく、寂しさ・悲しさを理解してくれる医者

⑩ 本当のことが語れる医者（うまく告知が出来る医者）
過去の間違い
過去に間違いの無い人なんていません。間違いに気付き、それを修正した人が他人を許せる心の広い人になれるのです。

ほめ言葉のシャワー（私やあなたが言ってもらいたいほめ言葉 贈りた言葉）

あなたのことを誇りに思う ただそばにいてくれるだけでいいんだいいこと言うねー あなたがいるとその場が和む気がするな あなたの発想がおもしろいなあ なんか輝いているよ 薬になったよ 花を育てるのが上手なんだね その服あなたらしいどんなものが似合うか知ってるんだね 聴き上手だね 笑顔がステキだね さみしいときあなたの声聴くと安心する やさしいねえ あなたといると楽しいな いつも一生懸命やってるよね 自然体なところがいいな 自分のことみたいに心配してくれてありがとう あなたのやさしさ伝わってくるよ あなたといると元気になる・素直になれる・なーんかホッとするな

- 子供たちへの注意（イカのお寿司）
- ① 知らない人にはついていかない
 - ② 知らない人の車にノらない
 - ③ 何かあったらお父さんをお呼び出して
 - ④ スグ逃げて

⑤ 誰かにシラせましょう
致知（私の昔からの愛読書—人間学の月刊誌）の信条

1. 体を健康に
1. 心を豊かに
1. いつも前向き
1. 失敗を恐れず
1. 常に学び
1. よき友と語らい
1. 勇気をもって
1. 自己を飾らず
1. 感謝の心で
1. 何事もなかったバランスよく生きる

私の信条

1. 意欲的
1. 積極的
1. 忍耐力
1. 協調性

毎回、何度も繰り返しますが、笑顔が一番です。

スマイル（笑顔）が一番です。ラテン語でミラスと言い、素敵なこと・不思議な・素晴らしい・驚くべき（驚くほど素晴らしい）です。笑うと免疫力が上がります。笑顔と前向きな気持ちをいつも忘れない。笑顔と前向きに生きる。「にこやか」で「低姿勢」で生きる。「感謝の気持ち」で生きる。を心掛けていきましょう。

