

シンデレラストーリーをありがとう

40歳代グランプリ 田島尚子

ミセス日本グランプリ
第6回ミセス日本グランプリ受賞者の手記

<http://www.mrs-nippon-grandprix.com>



はじめに

これは、私のミセス日本グランプリ受賞記念パーティーの際に弟がスピーチの中で語ってくれた言葉です。

この言葉には私の今までの人生そのものが集約されています。

生い立ち

昭和三十九年十一月十三日。会社員の二十八歳の父と、専業主婦二十四歳の母の間に長女として静岡県菊川市に生まれました。

母の話によると、大人しく、泣き虫な子供だったそうです。

三歳下に弟が生まれ、私は幼いながらも弟が可愛くて仕方なく、よく面倒を見たことを覚えています。



いじめと小児喘息で苦しんだ幼少期

私が幼稚園に入園し、お友達もでき、本来ならこのまま順調な幼少期を送ることが出来たかもしれません。

しかし、この後の十年間は思い出したくない過去として残っていました。

両親の都合により幼稚園、小学校、中学校と転校を繰り返し、その当時の田舎では転校生は珍しく、孤独と苦痛との戦いの日々が続きました。

お腹を蹴られたり、机は離され皆に口もきいてもらえない日が何ヶ月も続き、学校に行けば上靴が無い、母に話して買ってもらった時もありますが心配するので毎回は言えず裸足で過ごした時期もありました。

今考えると、大人しいだけでなく、小児喘息で体が弱く、入院して学校を休みがちだった事も私の居場所が無い原因だったのかもしれない。



虚弱体質で夏でも汗が出ない私は、スポーツをしているクラスメイトの額から流れる汗の輝きが、とても格好良く羨ましく感じたことを今でもはっきり覚えています。

健康になりたい：思いつきりスポーツをしてみたい！思いつきり走ってみたい！しかし実際は、走れば発作が始まり体育も出来ない。友達にはズル休みとしか思えなかったでしょう。夜中には発作が出て息が出来ず、もがき苦しむ私を母は抱きしめて一緒に死のうと思つた事もあると言っていました。

「学校へ行きたくない：」その言葉を母に言えたらどんなに楽になるか：でも、それと言つたら心配すると思ひ、虐められる覚悟で学校へ行くことはとても辛いものでした。

その中で唯一の楽しみが夏休みに母方の祖父の家に遊びに行くことでした。

従兄妹が集まり、井戸で冷やしたスイカを皆で食べ、鬼ごっこやかくれんぼ。私を虐める人は一人もいない時間がとても楽しく幸せでした。

今の自分を育んだ高校生活へ

私の身長は現在166センチありますが、中学校入学当時は138センチ。小さくて大人しい。

私が前に出ることが出来ないのは、自分に自信が無いからです。

どうせ私はダメなんだ。どうせ私は何も出来ない。それが頭から離れられないから自分を主張することが出来ないのです。

それには原因がありました。三歳年下の弟をとても可愛がっていた母は、いつも口癖のように「貴女は何をやってもダメなんだから！」一番身近な存在の母からそう言われ続けられれば自信なんてつく訳がありません。

『どうせ私は何をやってもダメなんだ…』

これは大人になるまでトラウマとして残っていました。

でも、母を嫌いになった事はありません。

中学三年生で親友が出来るまでの間、ブス！ブス！と言い続ける男の子の影響からクラスの皆からも口を聞いてもらえない日々が続くこともありましたが、自殺をしようとは一度も思った事はありません。

それは、褒められることはなくても命を懸けて私を守ってくれる父、母がいるからです。

子供は、どこかに自分の居場所があれば間違った道には進まないと思います。それは家族であったり、友達であったりです。

私は家族の愛に包まれていたから、虐めに耐える事が出来たと思います。

中学校を卒業する頃には身長も160センチ近くなり、喘息も完治しました。希望に溢れ、私立の女子高に進学。

そこでの高校生活があったからこそ今の私があります。人との出会いが大切なこと、人との出会いによって自分の考えや人生までもが変わることを知りました。

高校で出会った男性教師の西ヶ谷先生。生徒全てに平等に接し、一緒に悩み、一緒に喜んでくれる先生でした。いつも私を励まし、褒めてくれる。そして友人とも仲良く毎日が楽しい。学校へ行くことが毎日楽しみと思えるなんて夢のようでした。

喘息が治り健康になったことも、自分に自信が持てるようになった一つの要素だと思います。

高校生になるまで走ることも出来なかった私でしたが、高校一年生の持久走大会の時のこと。走っても発作が出ないということは、いくらでも走れるかもしれないと自分に暗示。走ることが楽しくて楽しくて、二千人の生徒の中で90番。天にも昇るような嬉しさを急いで家に帰って母に伝えた時の、母の嬉しそうな顔は今でも忘れません。初めて母に褒めてもらえた出来事でした。

この高校生活は私にとって、一生の宝です。自分の可能性を少し引き出す事が出来た時期だったのかもしれない。

新しい意識をもって変わり始めた自分

日常の中で私にポジティブな言葉を掛けてくださる先生方や友人、自分の中で新しい意識が芽生え、前向きな自分へ変わっていく事に気がつきました。

恋をし、毎日が楽しく、空がこんなにも青く澄んでいて、木々がこんなにもキラキラしている。風がこんなにも心地良いと感じることが出来たのは17歳の頃でした。

辛い小・中学校時代。でも虐めにあつて人を憎んだり、嫌いになったり、意地悪をしたことは一度もありません。正しく生きていれば間違いは起こらない。

『いつかは、この人達を見返す！』

『この人達より偉くなる！』

『絶対に幸せになる！』

幼い頃からこうして思った潜在意識が私の中で、やっと少しずつ形になって来たのだと思いました。

弱音は吐かず何年も黙って耐えてきた私は、もしかしたら強がって人を虐める人達より芯の強い女性として成長していたのかも知れません。

結婚と子育ての間で

高校を卒業し歯科医院に就職した私は、そこで主人と出会いました。ドクターの皆さんにも可愛がられ、仕事も認められ、楽しい日々でした。

そんな私はいつしか主人と恋をし、20歳で結婚、退職。

ここには私の世界がある、命を掛けて守ってくれる人が傍にいる。

こんなに幸せなことはありません。

21歳で長男、23歳で長女が生まれ、私が夢にみていた幸せが訪れたのでした。

ところが、それから目まぐるしい毎日。

主人もまだ若く、毎日毎日夜遅くまで仕事に残り、帰りが遅いため子供をお風呂に入れるのも全て私一人。主人がいるようではない一人で子供を育てた様でした。



私の教育方針は習い事でも何でも子供がチャレンジしたい事があればお金が掛かっても何でもチャレンジさせてあげることです。

しかし主人はお金が掛かることはダメ。それでいつも喧嘩です。

ある時、小学校から急いで帰ってきた娘から、「お母さん！私オーストラリアへホームステイに行きたい！」

申込用紙を片手に握って帰って来た姿を見ただけで私は行かせてあげようと思いましたが心配ですけど、娘の意思で決めたことですから。

一方主人からは、「30万も！余分なお金は無い！」との一言。

自分は外車を乗り回しているながら、子供にはケチる主人が許せなくて、「その経験は30万では買えない価値があるから！お金が無いなら働けばいい！」と言って私の意志を通し、娘を行かせてあげました。その経験は私の子供の頃とは違う、前向きで活発な娘へと成長させてくれました。

子供たちには塾や少林寺拳法、日本舞踊やピアノ、器械体操教室、クラシックバレエ等、友達と遊ぶ時間も無い程、習い事をさせていましたが、子供の意思で始めた様々な習

い事は、その経験の中で沢山の事を学び、自信がつき、生きていく上で何かの糧になればとの思いで私はほぼ毎日、習い事の送迎でした。

そんな毎日の子育ての中で、私が必ず守っていた事があります。それは、どんなに忙しくても子供が話し掛けてきた時には聞く事。

手を離せないときには「ちよつと待ってね。」と言って、その後には忘れずに必ず「なあに？」と、こちらから聞き返します。

これはまだ若い私でも絶対に必要な事だと思っていました。聞いてもらえなかったら話さなくなる。これは自然なこと。

息子も娘も虐めにあつたことはありません。

これは代々その星の元かと悩んだことがあります。でも自分を信じ、愛されている事を感じられれば非行に走ることも外に居場所を作ることも無いと思っていました。躰は厳しかったとは思いますが、お陰で二人の子供たちは反抗期も無く、優しく自信に満ちた子供達に育ちました。

ウエディングプランナー

そんな子育て真最中の娘が10歳の時、私に夢が出来ました。

外に出ることが好きでは無かった私が小学校のPTA副会長を務め、人との交流の場の大切さ、自分の人生は一度しかないこと、それらを考えるようになりました。

そして、ウエディングプランナーになりたい。夢を与える仕事がしたいと思い娘に相談しました。

「お母さんはウエディングの仕事をしたと思う。でもね、ウエディングの仕事は帰りが遅くなるし、土日も休めなくなるの。」

と話す、「私とお兄ちゃんは、いずれお母さんから巣立って行くよね。その時にお母さんに生き甲斐や楽しみがあった方が安心だよ。」と話してくれました。

その言葉のお陰で今日までの16年間、ウエディングプランナーとして、頑張ってたのだと思います。

ウエディングプランナーの仕事を始めからは、私の天職だと思いながら続けて来ました。

引っ込み思案だった私でも裏方で新郎・新婦様の為に思い切り力を注ぐ事ができる。失敗は許されず、やり直しが出来ない。お二人と初めて出会った日から結婚式当日までは緊張の日々ですが、大切な一日の為にお打ち合わせを何度も重ね、細かい要望、イメージを

一つ一つお伺いしながら私のアイデアや提案と合わせ、一生に一度の大切な一日を創り上げていきます。時間を重ねるごとに結婚式やお客様に対する思いも深くなり、信頼関係が深くなればなる程、式当日の感動や喜びもひとしおです。

眠れないくらい悩み、大変な時もありました。まだ経験の浅かった頃は、タバコもお酒も飲まないのに極度のストレスから肝臓を悪くし入院。あと3日遅ければ肝硬変になり命が危なかったと主治医から言われた経験があった程ですが、プロとなった今ではお客様やご家族の幸せな笑顔を見ると本当にこの仕事に対してのやりがいを感じ、大変だった事も全て吹き飛んでしまいます。

このウエディングの仕事は私には仕事という意識はありません。いつでも、お客様を身内のように想い、心を寄せていること。

結婚式に対して私が一番に思うことは、結婚式当日に『自分たちがどれだけ幸せかということ』それを沢山感じて欲しい。両家の友人や親族、家族に温かい祝福を受け、その幸せに気づく日だと思っています。

お客様の中には派手なのは好きではないから披露宴はせず、身内だけで食事会：とか、お金が無いから両家の家族だけでとか、結婚は親には関係ない、二人だけの問題だから二人だけで海外で：そんな声が増えていきます。

確かに、人それぞれ事情があり正解なんてありません。しかし、皆さんは一人で生きてきたわけではありません。結婚は両家親族が関わり、ご先祖様から受け継いだ命を子孫へと繋いでいく大切さを知る時でもあります。

両親は子供が結婚するまでは元気でいたい。そう願いながら子育てをしていくものです。今日の日まで大切に育ててくれた両親に一番自然な形で感謝の気持ちを伝えられる場面で

す。
お打ち合わせの中で、手紙を読む演出は恥ずかしいからやめたいと言う新婦様も最終的にはその演出を選ばれ、私が聞いても涙が出る程の感謝の言葉を伝えていきます。

そして結婚式は、これからのお二人の人生を支えてくれる方々との結びつきでもあります。夫婦が直面する様々な困難に対して助言をし、良い方向へと導いてくれるのは結婚式に招くほど親密な関係のあるゲストの皆様だと思います。

ミセスであることのコ

私は、この仕事をしていく中で、とても助けられていることがあります。

一般的にウエディングプランナーは若い女性が活躍されていますが、私にとってはミスである事が一番の力となっていると感じています。

恋愛、結婚、出産、育児、社会経験とミセスだからこそその経験から新郎・新婦様に対し、あらゆる角度からアドバイスができます。時には、お二人の悩みや日常の相談、おめでた婚の不安等幅広くカウンセリングをしています。

親身になって心で対応することで、また更に信頼関係が深まり、より良い結婚式を創り上げることが出来ると思うのです。

結婚式だけでなく、5年前、10年前に担当させて頂いたお客様の中には今でも私を訪ねて来て下さったり、一緒に食事に行ったりと、このご縁が続くことを本当に嬉しく幸せに感じています。

そして、お客様より頂いたお手紙も生涯の宝物です。今まで数多くのお客様よりお手紙を頂きましたが、最近頂いた宝物の一通をご紹介します。頂きます。



田島さんへ

田島さんと初めてお会いしてから1年3ヶ月。とうとう私達2人も挙式当日を向える事ができました。

右も左も分からない私達に、手とり足とり教えてくださり、本当にありがとうございました。ございました。私は田島さんとお話するのがすごく楽しかったです。仕事と家族と結婚式の準備で色々悩むことも多くて…。

彼が帰ってきたら笑顔で出迎えてあげたくても、それが出来ない日がずっと続いていました。彼に対して申し訳ない気持ちと、自分は嫁失格なんだって気持ちでいっぱいでした。

でも田島さんに話すと、私達すつきりするんですよ。すごく親身になって聞いて下さるし、何より私達二人を応援して下さいます。私達、ダメじゃないんだよね。って思ったら気持ちがお楽になるんです。だから田島さんは私たちの最高のプランナーであり、最高のカウンセラーです。

今までやってこれたのは、田島さんのおかげで思うほどです(笑)

結婚式終ってしまったら、田島さんこうしてお話できなくなっちゃうなあ；と最終打ち合わせで考えていたら、泣きそうになりました。私、これからもっとも成長できるように頑張ります！田島さんみたいな、綺麗で上品で仕事も家事もしっかりできる輝く女性になりたいです。

田島さん、これからお身体に気をつけて、いろんなカップルを幸せに導いてあげてください。

本当に本当にありがとうございました。

ペンを取り、手紙を書くことは上辺や取り繕ったものでは無く、本当に気持ちが無ければ出来ないことだと思えます。その気持ちが無事にありがたく、嬉しく思えます。

事務的ではなく、心の底からお二人の幸せを願い続けて本当に良かったと思っています。そして、今後も今までと変わりなく誠心誠意幸せのお手伝いをして参りたいと思っています。

ドレス選びのコツ

簡単ではありますが、ドレス選びのコツを紹介させていただきます。何かの際に参考にして頂ければ幸いです。

ドレスは露出が多くて体型コンプレックスが気になる方もおられるかもしれませんが、女性の美しさを最大限に発揮してくれる服装でもあります。

『ベアトップ』

ふくよかな方は女性らしい丸みでドレスを美しく着こなせます。ベアトップでデコルテを見せることですっきり着こなすことが出来ます。ハイウエストなドレス、体型を隠すために首や腕を覆う様なドレスは逆効果です。

『華奢にはティアー ド』

華奢な方が体にぴったり添うシンプルなドレスを着ると寂しい印象になりがち。ドレス自体にボリュームのあるものを選ぶのがお勧めです。

『広い肩幅にはアメリカンスリーブ』

ドレスの肩のラインが内側に入っているので肩幅を実際より小さく見せます。

『狭い肩幅にはベアトップ』

肩幅が狭いと相対的に顔も大きく見えがち。ベアトップですっきりと。

『大きいお尻が気になる方はプリンセスライン』

ウエストの切り替えしからふんわり広がったデザインなので下半身を隠してくれます。勇気を出してマーメイドラインのドレスも良い。メリハリのあるデザインのため、女性らしい自然でしなやかな曲線美を描き、自分の体型にそれほど自信のない方でもスタイル良く着こなすことができます。

自分のプロポーションを自分自身がよく理解し、自信のないところ、活かしたいところの両方を明確にすることで自分にあったドレスを選ぶことができます。

ボランティア

私がブライダルの仕事をしていく中で、初めて芽生えた気持ちがあります。

それは、ボランティア精神です。

数年前までは無償で人の為に尽くす事が出来る人のことを尊敬し、憧れていました。幼少の頃から自分が生きることが必死で20歳の時に結婚した後も若い母として子育てに奮闘し、人のことを考える余裕がありませんでした。しかし、ブライダルの仕事を続け、私が生懸命になることによって、こんなにも笑顔になってくれる人がいる。私の人生を見つめ直す機会となりました。恥ずかしながら30歳を過ぎて初めて、今まで生きて来られた事への感謝を込めて恩返しをしたいと思うようにもなりました。

もしかしたら私が人の幸せを強く願うようになったのも、我慢強く真の強さを持てるようになったのも、幼少の体験があったからかもしれないね。

そして、丁度その頃、母が乳癌になり、たまたま自分で見つけ初期の段階で手術を受けることができましたが、私の中で色々な想いが重なり、地域で「健診お誘い活動」というボランティア活動を行うようになりました。

年間12000人以上もの乳がん患者が命を落としている中、定期健診をうけ一人でも多くの方の命を救えたら…との思いでした。

健診に対する意識を高めるセミナーや地域の運動会、お祭り等、人の集まる場所へ行つてはティッシュ配りやピンクリボン飴の配布、この様な小さな活動を続けていました。

ミセス日本グランプリへの応募

そんなある日、知り合いである平成25年度第5回ミセス日本グランプリファイナリストの竹田房子さんからミセス日本グランプリに応募してみないかとお話がありました。

初めてお聞きした時は美人コンテストだと思い、私には無縁の世界と思っていました。引っ込み思案で生きてきて人の為に裏方でなければ力を発揮できない私がそんなコンテストなんて煌びやかな世界は無理！無理！

ところが、よくよく調べてみると『社会と向き合い、環境やエコに関心を持ち、健康的で知性と美しさを兼ね備えたミセス』の選出となっている。ただの美人コンテストではありませんでした。

人前に出るのは苦手ですが、大きな組織で今より幅広く社会活動できるかもしれない。自信はないけど昔の私とは違い、成長しているはず。「チャレンジしてみよう！」と決意し応募しました。

ところが、そこから自分との戦いの始まりでした。7月の semifinals に向けての特訓。日頃はマンツーマンで話す仕事ですので大勢の皆様の前で話したことは一度もありませんでした。幼少時代の長年に続くいじめ。「貴女はなにをやってもダメなんだから」と言われ続けた母からの言葉。このトラウマがどうしても抜け切れなくて人前で話す勇氣を持っていませんでした。でも、結婚してから一度は入院したものの、風邪もひかない健康な体と、人の幸せを願い活動していききたい気持ちを伝えられたらと思う純粋な気持ちで7月21日 semifinals にチャレンジしました。

その後、『貴女様を審査員の総意により、第6回ミセス日本グランプリファイナリストとして選出いたしました。』とのメールが届き天にも昇るような喜びでした。

私はファイナリストになれた！先輩の方々と一緒に社会活動ができる喜び！もう最高に幸せでした。

しかし、そこから自分との戦いでした。

人前で話すことの極度の緊張と周りからのプレッシャー。レクチャーの時には余りの緊張から気を失って倒れ、大会なんて無理！と思いました。しかしそれを乗り越えたら自分が変わるような気がしました。大会まではエステにも行かず毎日明けても暮れてもスピーチの練習。社内の境内でも練習をしました。

夜中にあくびをしながらも、私のスピーチを毎日聞いてくれた娘には心から感謝しています。自信のない私に「お母さんは自分で出場すると決めたことなんだから！」と冷たく吐いた言葉は大会当日、震えている私に力をくれました。心のこもった優しい言葉だったんですね。

緊張の中でも自分の想いを精一杯スピーチで伝えられ、今まで積み重ねてきた経験や努力、そして内面的なものを含めて認めて頂けた事の証となる受賞に驚きと感謝の気持ちで涙、涙でした。誰でも苦手な事はあると思いますが努力すれば克服できることを恥ずかしながらこの年になり身をもって学びました。

当日にお世話になりました皆様、これまで支えて下さった皆様、私の命を授けてくれた父母に心から感謝し、私がこの世に生まれた意味を必ず残したいと思った瞬間でもありました。

ミセス日本グランプリ受賞

一月十日に私のために行われたグランプリ受賞パーティーでは、私が高校生の中から現在までに出会った沢山の大切な方々にお越し頂き最高に幸せな時間を過ごせて、改めて受賞の重みを感じる事ができました。

家族を代表し、スピーチをしてくれた弟は、特別に裕福なわけではなく平凡な家庭に育った姉がグランプリを頂き、あの言葉になったのだと思います。そして3分程のスピーチの最後に『日本一の家族にしてくれてありがとう。日本一の弟にしてくれてありがとう』の言葉がありました。心に染み言葉でした。

そして、長い年月引きずった過去の傷が消える出来事がありました。受賞パーティー当日、純白のプリザーブドフラワーをホテルのフロントに届け帰られた方がおりました。そ



のお花には手紙がついており『尚ちゃんへ、ミセス日本グランプリ受賞おめでとうございます。昔から可愛かったけど今は眩しいくらい素敵な女性になったね。本当に良く頑張った。私も勇氣というか、力をもらった気がします。これからも素敵な尚ちゃんदैいてくださいね。尚ちゃんの輝かしい未来を心より願っています。』と書かれていました。

名前を見ると忘れたことのない名前・・・私が中学校の時にブス！ブス！と言いつつ続けた男の子でした。私は結婚してから誰一人として小中学校の同級生とは連絡を取ったことなく、今の姓も職場も教えた人はおりません。どうして知ったのかは分かりませんが、驚きと嬉しさ、そして、このミセス日本グランプリに勇氣を出してチャレンジしたことによって自分を高めると同時に過去を解決し、辛さを全て忘れる出来事でした。

内外共に美しく

弱かった自分、全ての経験があり今の自分があります。小さな経験でも意味があり、それを活かすことの大切さ・・・。

49歳の私はこの倍は生きられません。が今まで長年人の陰となり必死で頑張つて参りましたので精神力には自信があります。人は経験によって磨かれていくこと、何歳になつても

チャレンジすることの大切さを多くの方々にお伝えしながら元気と笑顔を与えられる活動をして行きたいと思っております。

私の中のテーマ『内外共に美しく』

ミセスは人生経験と内面的なもの、感謝の気持ちや優しさによって内から輝きに変えてくれるものだと思っております。

この貴重な経験によって新たに生まれた想いを胸に、これまで生かされたことの感謝の気持ちと恩返しのでき、これまでの人生経験を活かしながら先輩や仲間の皆さんと一緒に社会活動に励んで参ります。



私の日常生活

私のスキンケアはとてもシンプルです。洗顔は固形石鹸。クレンジングはジェルクレンジング。化学反応を起こす鉱物油のオイルクレンジングは使いません。UVカットが含まれる化粧品も使いません。たっぷりの保湿。マッサージはしない、エステは行きません。

洗顔に固形石鹸を使っていると、美容部員さんやエステティシャンに笑われましたが、鉱物油やUVはかぶれるので私は野生の勘を信じ自分に合う物を使い続けて来ました。マッサージやエステはシワやたるみの原因になりますので毎日顔の筋肉を動かす顔面体操をしています。

今回ミセス日本グランプリに挑戦したことにより出会うことが出来ましたメインスポナー。37年間素肌美容の研究を重ねていらっしやる素肌美容研究家の西譲二先生が出版された「なりたい肌は自分で作る！」という本を読み、私の今までのスキンケアの答え合せをしているようでした。



私の野生の勘は正しかった。洗顔フォームは台所用洗剤の合成界面活性剤という化学物質だということ。

ミネラルオイル等、鉱物湯を使用するとシミになること、シャンプーや化粧品に含まれる有害物質は分子量が小さく経皮吸収され経皮毒の心配。これが子宮癌、乳癌、子宮頸癌に繋がる影響があること、マッサージュが皮膚の弾力、ハリを失い早く衰えること。この本には素肌だけでなく体の内部、そして子供に影響を及ぼすまでの大切なことが書かれています。是非、女性の皆様にはお薦めする一冊です。

食事については結婚前から変わらない体重を維持するためカロリーコントロールや食事の順番に気をつけています。まずはスープやお味噌汁で体を温め代謝をアップ。次に野菜、食物繊維を多く含む野菜を食べることによって後から食べる脂質や炭水化物がゆっくり消化、吸収され血糖値の急激な上昇を防ぐことができます。

基礎代謝について、平熱の低い私は免疫力を高める為、一回は代謝アップに心がけています。それはストレッチだったり、入浴だったり体温を上げる工夫をしています。それによって私は風邪もひかない体を維持しています。



内面的なことについて、私は日頃感謝の気持ちを大切にしています。それは一番の感謝は朝目覚めた時、希望に溢れる新しい朝を迎えることができた時。そして夜眠る時に一日を無事に過ごすことができたことに深く感謝します。どんなことでもそうですが感謝の思いを感じる時はとても穏やかな気持ちです。

年齢を重ね年相応の美しさを保つには表面的だけでなく人への優しさや思いやり、感謝の思い、体と心のバランスが内から輝きに変えてくれるものだと感じております。

『内外共に美しく』

私は年をとるのではなく年齢を重ねて行くことがとても楽しみです。

田島尚子