

日々の発信にも
使える！

頑張り屋さんの
ミドル世代の女性に届けたい

心が軽くなる

魔法のフレーズ30選



若野さき

【寄り添い・共感】

1. あなたの歩んできた道に、スポットライトを。
2. あなたはもっと輝ける。
3. まずは自分に「お疲れ様」。
4. あなたは一人じゃありません。
5. 喜びも怒りも、湧き上がる感情こそ、未来へのサイン。
6. 立ち止まるのは、成長への通過点。

【背中を押す・勇気】

7. その一步は、
悔いなき未来へ繋がっている。
8. やれば、できちゃう！
9. ほんの少し視点を変えるだけで
景色は変わる。
10. 思い切って飛び込んだ先は、
実は羽毛布団かもしれません。
11. 可能性を決めつけないで。
12. 3年後、今のあなたに感謝するはず。

【自分らしさ・価値】

13. 経験全ては、まるっと誰かの希望です。

14. 「私らしさ」こそ一番の強み。

15. あなただからこそ、
伝えられる言葉があります。

16. あなたの「好き」に
周りをどんどん巻き込んで。

17. あなたの人生は
唯一無二の神話です。

18. 違和感は宝。
自分の輪郭を際立たせてくれるから。

【あり方・マインド】

19. 本当に大切にしたいものを大切に。

20. 「あり方」あつての「やり方」です。

21. もっと、楽しくいきましょう♪

22. 大丈夫！全ては最善への道。

23. 周りを満たす為にも、自分を満たす。

24. 人生に余白をもとう。

25. 感謝は義務でなく、湧き上がるもの。

【未来への期待・信頼】

26. あなたは誰かにとって特別な存在。

27. 何があっても、大丈夫。

28. 比べる相手は周りでなく、過去の自分。

29. あなたがやらなきゃ、誰がやる？！

30. あなたに出会えた奇跡に感謝。

思いを込めた言葉が
誰かの心に
届きますように。

Thank You

若野さき