

•あなたが今年（2025年）がんばったこと、または自分をほめてあげたいことを教えてください。	•あなたは来年（2026年）は、どんな年にしたいですか？	◆会員番号	◆ペンネーム
健康づくり ウォーキングを始めました。	元気で楽しい年にしたいです。	341	みんと
少し心にゆとりができた事	来年はもっと心にゆとりを持って穏やかに過ごしたい。	352	かー
孫たちのために夕食の差し入れ	自分にできそうな習い事をみつけること	1065	aroma
家の掃除・片付け	楽しく暮らしたいです	1378	よこりん
家事	好奇心を大切に行動する	1565	ヨーコ
人見知りですが、イベント参加やボランティア活動参加をしました	更に充実した日々にしたいこと、一日ごとの計画をきちんと立てて無駄のない生活を送ること	1574	クレマチスの部屋
忙しい日々を無事乗り越えられたこと	明るく希望に満ちた年にしたいです。そして家族に心配かけたので、少しずつでも恩返ししたいです。	1575	豊田の森ママ
昨年11月末に病気が見つかり、今年7回入院して闘病した事です。まだ寛解とは言えないけど、これからも生き続ける努力をしたいと思っています。	もっと 家庭菜園の種類を増やします	3950	みほりん
家庭菜園	春に息子が就職で家を離れて夫と二人になるので、どんな風に暮らしていくか、ゆっくり考えたい。	4142	あぶりこっと
新しい仕事とお稽古事	まだまだ働きたいです。	4143	キー坊
66歳になりますが、まだ仕事し続けている事。	健康で、好きな旅行、友人とのランチ、スポーツ、ウォーキングを続ける	4145	ハッチ
病気をせず、仕事休まず出勤したこと	バスを使わずに、駅まで歩いて通うことができた。	4177	てい
サッカー名古屋グランパスのホーム豊田スタジアムでの観戦	家族が健康でいられる事	4246	さなげのげなさ
皆勤出来た事。グランパスの成績は悪かったが、応援出来た事。	健康管理	4408	となりのプー
	ケアマネ試験一発合格	4453	ふうママ
	人に優しくできた	4633	モモクロ
	健康で旅行に毎月一回以上行けたこと	4718	オユミ
息子の弁当作り 冷凍食品も使いつつですが、必ず作った物を持たせています。卒業迄残り数カ月ありますが、頑張ります！	病気や怪我のない健康な年	4906	みーさん
英会話の勉強を頑張りました！	行動する年にしたい！	5403	だやこはーん
子供達のサポート	自分がやりたかったことにドンドンチャレンジしたい	5444	らゆう
仕事を頑張った	家族が楽しく健康に過ごせる年	5542	びんが
仕事！パートなのに夜や土曜日も出勤して頑張りました	早寝して運動して、健康的な生活を送りたいです	5637	もんぶち
コロナウィルスや胃腸風邪にめげずに、仕事をがんばりました。	新しいバイクを買って、色々な所に出掛けたい。	5638	真夜中のキリン
少しでも安い米を求めて東奔西走。	自分時間の充実！ 子供が社会人になり手が離れるはず(?)なので、今からやりたい事をピックアップしています。	5644	はる
アッシーとして免許返納した親の病院送迎をした事	変わらずアッシー続けたい	5684	shigemaro
孫と将棋の勉強	健康で過ごす	5783	サムライ
東京で1人暮らしをしている息子の家まで車で3ヶ月に1度のペースで行き、観光ナシでアパートの掃除と食料品の買い出しをして日帰りしていること	自分の趣味に時間を使う	5839	くみ
パートと家事の両立	自分の力を発揮できる年	5879	なこゆ
おひとり様万博で歩き回って疲れた翌日も、いつも通り家事やパートをこなしたこと	断捨離＆収納を見直して家中を快適な空間にしたい	5887	ほりちょ
仕事を	断捨離	6211	
生成AIの勉強をしました！今は仕事でもプライベートでも毎日活用してます(*'▽`)	今年よりも本を読んだり映画を観るようにして心ゆたかな時間を増やしたいな♪	6265	みたらしだんご
マラソン	健康第一	6270	タマニン
再雇用で仕事、がんばりました！	健康維持して、旅行に行くぞ～	6371	けいここ
会社の行事スタッフで頑張っています。	ラベンダーの園芸たのしみたいです。	6385	ヒロ
仕事を頑張った事	行きたいところに行ってリフレッシュする	6448	さくら
ボランティア	AIを使って収入を得る	6758	しゅなママ
残念な事に何も無い	孫の成長を見ていたい	6776	ものみんた
手術頑張りました	日々家族健康	6779	
筋トレを頑張った	健康で過ごすこと	7028	まりまり
毎日1万歩歩きました。	健康的で笑い多い年で有ればいいです。	7358	じんさん
孫が産まれ里帰りし ばあばの任務を完了したこと	身体のあちこちが痛くても動けるようにしてみたい	7409	みー
毎日変わらないけど仕事に家の事に孫の子守りに頑張りました。	健康に気をつけて毎日無事に過ごせたらいいです	7450	たまちゃん
車の購入	家族みんな健康で笑って過ごしたいです	7495	さやみ
自治区の区長の仕事を頑張った	映画館でゆっくり映画を観られるぐらい ゆっくりした年にしたい	7500	かばちょ
仕事、家事、育児、全部やった。	自由になる	7509	9393
受験生が2人いてほぼ勉強しないのを怒り狂わずに耐えた	受験から解放されて旅行にあちこち行きたい	7664	よっこ
料理	健康で趣味を楽しめる年	7875	ミエ
高齢の母の世話を文句を言わずにしたこと	悩み事の無い年にしたい	7884	けろっぴ
孫のお守り	沢山旅行に行ったり楽しく過ごしたい	8086	チャーミ
背丈ほども伸びたススキの草刈りをひとりでやった	病気しないで元気の出る年にしたい	8134	さくら散歩
普通二種免許とりました	とにかく健康です	8193	リョウ
娘の引っ越しを手伝った	のんびりしたい	8209	のりまき
腰痛で悩まされて、ヨガのぼーずをがんばった。	健康でいたい。	8216	みやちゃん
知り合いを増やしたこと	健康でいろいろなところに行きたい	8220	ばめ
毎日掃除をしっかりしたこと	これまでのよう アクティビに動きたい	8225	あきちゃん

•あなたが今年（2025年）がんばったこと、または自分をほめてあげたいことを教えてください。	•あなたは来年（2026年）は、どんな年にしたいですか？	◆会員番号	◆ペンネーム
孫の面倒見	高齢になった母親と旅行したい	8370	KM
病気をしなかった	健康あるのみ	8398	うめきち
家族が平穏に過ごせるように、毎日表立っても裏方としても頑張った。今年というより毎年ずっとですが。	どんな形であれ、家族が笑顔で過ごせる年にしたいです。	8418	アポロ
仕事と家事の両立。朝早く起きて夜ごはんまで作り続けたこと。	笑って過ごしたい	8615	たつきー
食事制限	ポジティブに考える	8628	たえもも
こどもの送迎	家族みんなが病気にかからない健康な年	8676	みふい
毎日ウォーキングを始めた事。	健康に気をつけて元気に過ごしたい	8716	はっち
今年から朝のお弁当作りが2個になりました。さらに早起きをしなくてはならなくなりましたが頑張りました。3個以上作られている方もいますよね！尊敬します。	自分の健康を考えて生活したいです。遅寝早起きなので睡眠時間の確保と間食ばかりしないことです。	8718	まみりあ
誇れるほどではないが、まもなく3歳になる娘の子育てを、悪戦苦闘しながらしていた。まだまだできないことも多いが、成長していく姿は嬉しく、毎日生きる力をもらえている。	来春から娘が園に通い始めるので、お昼過ぎまでの空いた時間を有効活用したい。妊娠前に通っていたジムに復帰する等	8744	ゴマ
家族のための毎日の食事作り	家族みんなが元気でたくさんの経験をつめるようにサポート出来る年にしたいです。	8766	ぶりんさん
パソコンで資料作成し印刷することができました！	パソコンでの資料作成をスムーズに出来るようにしたいです！	8770	ロックトゥーユー
健診や胃カメラ検査を億劫がらずに行ったこと	平穏無事が一番です そして国内旅行もまだ行っていない四国に行く	8773	夢見
Tシャツをトートバッグにリメイクしたりいろいろミシンで縫ったりして楽しました。	全力で楽しむこと。（今は今しかない）	8962	ももも
子育て	自分磨き	9112	桜餅
気づいた時にすぐに掃除をするようになった	家族みんな、健康で笑って過ごしたい	9178	まめ
病気になり、人生初の手術をしたが、退院して3日後に仕事に復帰したこと。	健康に気をつけて、平穏な年を過ごしたい。	9247	はるママ
定年退職後でも、健康な間は働き続けている自分をほめてやりたいです。	健康第一で心穏やかに暮らしたいです	9248	クロクマ
年前半に異動となり新しい職場の慣れない環境で仕事を頑張った。	家族仲良く笑顔溢れる年にしたい。	9384	まめお
本業を頑張った。プラス介護の講習を受講し初任者の資格を取得した。	健康に過ごせる年	9496	ジョイ
15kgやせたこと	長距離が走れるようになりたい	9574	ねこまる
子育て、運動	健康でいたい	9595	たば
転職	充実した年	9708	アッシュ
親の介護と仕事を両立したこと	みんなが笑顔になれる年になると良いなと思います。	9762	おっひけ
仕事！たくさん稼ぎました！	未来も見つつ、自分を大事にしてあげたい。初めてのまつエクに挑戦したいなー。	9839	ましろ
がんばったことは、今年もよく食べ、よく寝て、毎日が過ごせた事。	来年はスタイルを少しだけスマートにしたいです	9867	よよよのよっちゃん
リハビリに継続して通った	健康第一	9900	うどんやこうじ
家事	健康第一	9944	ききき
今年はヨガ教室を頑張った！！週一回→二回にグレードアップ。	さらに教室を頑張りたい!!	9991	かんた
不妊治療	子どもが生まれるので新たな気持ちで人生再出発な年。	10003	てへへろ
病気にならずに仕事頑張った	ちょっとダイエットを頑張りたい	10301	ぺん
子供の世話	自分を見つめる時間を増やす年	10422	かずみん
物を捨てるのが苦手で、子供の服やおもちゃを保管してたのを断捨離しました。	趣味を持ったり、習い事をしてメリハリをつけた生活をする	10434	ひろ
昨年から始めた朝のラジオ体操を今年も継続出来たこと	健康で孫達と温泉へ行きたいと思います！	10576	げんろく
土日もご飯作りに頑張りました	HAPPYな年にしたいです。 遠くに行った友達との再会の機会を作りたいです。	10584	プリ
夫婦生活の第2のスタートライン 主人の定年を迎ました	生き方・考え方を切り替え 走る→ゆっくり歩くを良しとして 固定概念を捨て、なんでも...有りに	10634	マウ
孤立しがちな男性あるあるにならない様に 2人で朝の散歩・ゼロだった家事参加 習い事2つ誘う・ブチ就労勧め・旅行 家の内で麻雀(2人で2面担当)...etc 嫌味にならない工夫をしました	趣味、投資、やりたいと思っていることを全部やる、有言実行な年にしたいです！	10651	ぴっぴ
育児です！ワンオペでつらい時もありましたが、子どもも無事元気に育つてもうすぐ2才です^^	もっとやりたいと思ったことを実現する回数を増やす	10690	たまら
一人で県外旅行へ行ったこと	新しいことを頑張る年	10699	ここはな
役員	人間関係で苦労のない楽しい年にしたい	10738	ローズ
自分の提案が実現して、みんなの役にたっていること	健康であればそれでいいです	10758	しゅう
仕事	平穏無事に...	10760	えりんぎ
仕事を頑張った	健康を損なわない様に努力する	10761	H.T
健康維持の為の運動	畑をデザインして、植えて育てていこうと思っています。	10804	むらさと
草取り、月一で他人の所も。おかげで、草の少なくなりました。油断は禁物ですが、最初に比べたら、楽勝です。	元気なうちにいっぱい旅行して旨いものを食べること	10857	k
しごと…この年になってまだ仕事してます何やかや言われながら	貯金したい	10887	ブル君
仕事			

•あなたが今年（2025年）がんばったこと、または自分をほめてあげたいことを教えてください。	•あなたは来年（2026年）は、どんな年にしたいですか？	◆会員番号	◆ペンネーム
体力づくり	健康第一でいつも笑顔でいられる毎日を過ごせる年にしたい	10996	narunaru
五十肩がひどく痛む中、仕事頑張りました。	やっぱり穏やかに過ごしたいですね。	10997	しろくま
仕事を。心身崩しながらがんばったねと褒めてあげたいです。	仕事を卒業したので、今まで人に尽くしてきた分自分を大切にしたいです。	11028	jasminecha
乳がんの疑いで度々の検査、入院、手術。結果は良性腫瘍で経過観察になりました。頑張りました！	健康のため運動なども始めて、心地よい生活ができるように努力していきたいです。	11037	ピヨの富士
大嫌いな運動を続けていること	旅行に行きまくりたい	11042	ら
転職した事	こども達といろいろな場所に行けるといいな	11087	かなしーり
身体辛くとも、ストレスが有っても、何が有っても会社に皆勤です	趣味の温泉巡り、旅行に元気に出かけたい	11135	まな
運動を再開できしたこと。	健康で活動的な1年	11160	choco
酷暑の中家庭菜園で野菜がばっちり作れておいしくできあがったこと！	睡眠時間を増やしてあげたい	11162	ぺんぺん
人づきあいと仕事	目標が叶う年 ダイエットを成功させたい	11168	りん
講師の仕事をやると決めたこと	体1番優先で1日1日を自分らしく生きること	11201	きみちゃん
父が亡くなった為、実家の事などの対応	ノートを見ずに、自分の言葉で講習会を進めることができるようにしたい。	11213	ヘキサ
子供のサッカーの役員を頑張りました。暑い中耐えたので、あとは寒い中耐えるのみ。あと4ヶ月!!	少し落ち着いた年にしたい	11217	ルルの父
健康であった	今年は何処にも旅行に行けなかったので、来年は何処か行きたいです。	11225	きみ
6年ぶりに育休から仕事復帰！	孫と一緒にたくさん旅行したいです	11240	キンキン
書類つくり	仕事の効率アップ！	11288	いちご
健康で1年暮らせたこと	ダイエット	11322	みゅう
料理	コロナ後、行けなかったヨーロッパ旅行を再開したい	11329	きくりん
免許証返納しました！	体力をつけたい	11352	ゆう
特になし	歩きます！	11357	都会の村人
冬に増えた体重を夏に戻したこと	ゆっくり休む	11376	
夫と険悪になる出来事があった時に、自分から「ごめんね」と言えたこと！	贅肉と無関係な年	11425	momo
毎日のご飯作りと子供の弁当作り	夫と険悪になる出来事があった時に、自分から「ごめんね」と言えたこと！	11445	omo
フラフープでのダイエット。	いろんな所に顔を出して、いろんな立場の人と交流したい	11539	ハナハナ
仕事	健康第一。ここ数年、インフルエンザやよくわからない高熱が出来たり体調を崩すことが多かったので。	11561	りうたん
育児、仕事を頑張りました！	孫との時間を楽しみたい	11563	はっち
掃除をした	今年同様育児、仕事をがんばりながら楽しい年にしたいです！	11564	みー
体力アップ	宝くじが当たる年	11591	Herlock Holmes
うつ病の治療中なので、特に何かしたとかはないのですが、日々なんとか家事をした事です。症状が酷い時は何も出来なくて1日中横になっていたので、今年は毎日家事が出来たことが良かったかなと思います。	健康増進	11613	カツボウ
育児、介護、家事、仕事、趣味などいろいろ	心穏やかに過ごせたら良いなあと思います。	11628	はな
3人の育児と仕事の両立、旦那様のお世話お疲れ様私！笑	今年以上に忙しくなりそうだけど、もっと頑張る	11638	ゆいはるパパ
ストレッチを毎日頑張ったこと。	自分の為の時間を作って、リフレッシュ！	11701	なひ
仕事	いろいろな場所に遊びに行きたい。	11726	和ちゃん
新しい仕事にチャレンジしたこと	少しゆっくり過ごしたい	11759	ルナ雪
仕事を休まない	健康第一	11760	イブサン
仕事の働く時間を増やした！	楽しみをつくる	11765	めー
子育て	仕事を休まない	11771	Elly
引っ越し	健康第一！	11771	
年始以降、減量した体型を10月まで維持できたこと。（いつも夏休みごろにはワンサイズアップのリバウンド王だったのに。）	子供が小学生になるので、なるべく子供に寄り添うようにしたいです。子供中心な生活になると思います。	11871	えんえん
今年は、ダイエットして痩せた事	10年前の服が着られるまでの体型になりたい。（てか、10年前の服があることもなんだかな～。体重の断捨離だけでなく、不要物の断捨離もしなくては。）	11961	とし
ラジオ講座を続けたこと	とりあえず、健康で楽しい年にしたい。	11979	すだっち
色々な職場（豊田市内、東京都内）に応援に行き仕事を覚え貢献しました。	体調の管理をして体力をつけたい。	12066	まるねこ
資格の勉強をしました。	取りたい資格があるので資格取得に向けて勉強する	12075	あゆきち
団碁サークルの開催日に全参加	転職して、お金に余裕のある生活を送りたい！	12096	白菜
毎日子供の送迎をしたこと	三人会の更なる結束強化	12166	Hippo
昨年の今頃病気で入院していたが、健康を取り戻し今年の暑い夏を何とか乗り越えられた事	怒らないようにしたい	12249	
仕事を休まずに頑張って続けられた	何といっても健康第一で過ごしたい	12264	ヨシジイ
思春期な子ども2人のフォロー	家の片付けをしてすっきり暮らしたい	12270	ゆらは
高校生のお弁当作り。	自分の時間を楽しみたい	12279	ゆう
なるべく1日6000歩歩くようにウォーキングをしたこと。	健康でいたい。	12306	まなママ
孫と遊んだこと	心身共に健康な年にしたい。	12343	きっとピンク
転職し、新しい仕事に頑張ってる	健康な一年。筋トレを頑張り体力維持につとめたい	12354	ユキンコ
風邪もひかないで健康で過ごせたこと	筋肉をつけたい。	12372	ミーコ
3人の子ども達が過ごしやすい様な関わり方と環境作り	三日坊主にならないようウォーキングを続けたい。	12384	きんちゃん
	家族が健康に仲良く過ごせる年	12434	さっこ

•あなたが今年（2025年）がんばったこと、または自分をほめてあげたいことを教えてください。	•あなたは来年（2026年）は、どんな年にしたいですか？	◆会員番号	◆ペンネーム
体調崩したりケガもしたけど、モチベーション持って過ごせたこと！	病気＆ケガなしで元気に過ごす！ 今年は体調崩して入院したり、骨折したりで色々大変だったのです。	12454	のん
朝のマラソン	子どもの反抗期が終わり平和に過ごしたい	12474	さおりん
今年はケガが多かったし、早く治る努力で頑張った。	体感の向上を図って良い年にする。	12534	トヨタ
子どもの学校のPTAがんばりました	好きなことをする年にしたいです	12546	ちっち
毎日ウォーキングを続けることができた。	健康で病気をしない年にしたい。	12559	ミックス
地域のためにボランティア活動をがんばり、地域にお花を増やしたことです。	来年こそコロナやインフルエンザにかかる年にならない年にしたいです。	12582	いちご大好き
持病の進行を止めることはできないが、最低限横ばいで押さえているのは毎日の献立や計算を頑張ったおかげです。	来年も寿命がある限り身体に最善を尽くしてあげたい。	12584	ななこ
出産	笑顔の絶えない一年	12623	梅ちゃん
日々悩んでいたことに対して行動を起こせたこと。	家族みんな健康で笑顔で過ごしたい。	12635	とく
受験生の娘と勉強	今年と同じ様に、いつもと変わらない年にする	12648	アイマール
お肌の手入れ	毎日笑顔で過ごして肩間にシワができるないようにしたい	12659	ゆうこりんこ
子育て	稼ぐ年	12712	チヨコ
自分の教室を持っているので、頑張りました	自分のレベルアップしたい	12850	かおりん
出産、育児	少しずつ、自分の世界を開拓したい	12887	ゆー
猿投山に月8回は歩けた。	今年同様家事・介護しながら猿投山を歩けるといいな。	12902	ゆなみ
腰椎椎間板ヘルニアの手術を受けて社会復帰出来たこと。	怪我や病気にならない1年間。	12907	みえちゃん
転職して仕事を頑張った。	家族がよくウイルスを拾うので、家族全員健康に過ごしたい。	13021	あも
子離れと一人暮らし	平穏が一番	13022	とも
仕事	家族第一	13054	みゆ
仕事	子どもとの時間を大切にする	13070	こめこ
4人の子どもたちが幸せに過ごせるように、いつも笑顔で優しい母親でいるよう努めた。	美容と健康のために、自分の時間を作つて体を動かしたい。	13104	ゆきちゃん
推し活	健康で楽しい1年にしたい	13192	kazkaz
同僚に言われた事でカチンときたが、何も言わずにガマンしました。もお中年にもなってまだ相手を怒らせるような事を言ってくる人とは争わずに距離をジワジワ置くことにしました。まだまだこの歳でも成長できる事はたくさんありますねー。	来年は子供が一人暮らしを始めます。海外にいる子どももいますし、私達家族は、家族全員で一緒に住めた年が、子ども達が中学生の時までです。 誰かかしら留学に行ったりと全員が揃う事はありませんでした。そしてこれからも家族全員が揃う事はもお無いようです。寂しいですが、子ども達が世界で活躍している姿は私達の誇りです。来年は「泣かない」年にしたいです。でも夜ひとりでいると泣けてきちゃう時があるんですね。強くなりたいです。	13228	りこ
職場が人手不足の中、働き続けたこと	健康で何事もなく過ごせて、家族が増えると嬉しい	13278	待つお
体調不良による休みを1日に抑えた事	おじさんですが恋活を頑張って相手を見つけたい	13361	アミー
国勢調査員を勤めた事。	平凡な日々が送れます様に。	13367	しやま
子どもが高校生になったのをきっかけに苦手な早起きをしていること	仕事をして、遊びも仕事も楽しみたいです	13466	アイボリー
毎日継続してウォーキング5000歩以上歩けたこと	自分の時間を大切にして、思いっきり遊ぶこと	13551	おかげ
子どもの習い事の送迎！週3日2人の子どもの送迎ではしごしながら頑張りました	もっと笑顔でわくわく楽しく！	13591	びわ
熱中症で救急車で運ばれるまで働いた（汗）	健康な年にしたい、もう救急車には乗りたくないです（笑）	13619	さっちゃん
アクティブに万博に行つたこと	娘との時間を大切に共に楽しみたい	13700	たまさか
筋トレ	筋トレを続ける	13706	Mac
子育て	目指せ、英語ペラペラ！	13732	ごろごろ
無病	楽しい年	13753	おー
障害のある息子の就職活動など将来に向けたサポート	ご飯をおいしく食べられる毎日を過ごせること	13846	きよぴー
ボランティアを楽しんだ事	元気で好きなスポーツを楽しみたいです	13914	こゆちゃん
週一来る孫のご飯遊びを楽しんだ事	両親が高齢になってきたので、元気に過ごしてほしい	13926	夏生まれ
家の家事を頑張った	健康で生き生きした生活をしたい	13931	としちゃん
家事とパートに頑張った	今年学んだことを、発信して、収入に繋げたい。	13983	さあママ
高額有料講座を2つ、無料セミナーを数えきれないほど受け、学びと自分を整えることに、時間、お金を惜しみなく使ったこと。	旅行する	14000	グランバス
地元の役員	ダイエット頑張りたい	14073	key
10月に母が亡くなりました。	健康に生きたい！	14104	HIROKO
健康のために毎日ラジオ体操をしたこと	おいしいものをたくさん食べて笑顔で過ごせる1年にしたい	14116	あ
転職し、新しい環境で研修等大変でしたが、頑張りました。子供達が、受験生でイライラをぶつけられる事も多いですが、頑張りました。	少しゆっくり出来る時間を作りたい。	14132	にわにわ
毎日、機嫌よく見送りをすること	一人でお出かけできるようになる	14147	ゆーちゃん
ワンオペ育児	おでかけ、旅行を楽しむ	14170	まき
公私ともに人の為に動いた事	一人旅など自分のためだけの時間を作りたい	14208	くう
仕事！結構働いた。	ゆっくり過ごしたい。	14214	ひらりん
人生100年時代と言われ、今年も高齢者・子供会を対象にマジックの披露と小学生への「ものづくり」指導を5~7回/月やってきたがよく頑張ったと思います	孫の結婚式でスナップ写真ではなく、スマホで動画撮影が出来るように来年は動画撮影・編集の技術を身に付けたい	14227	にがむしさん

•あなたが今年（2025年）がんばったこと、または自分をほめてあげたいことを教えてください。	•あなたは来年（2026年）は、どんな年にしたいですか？	◆会員番号	◆ペンネーム
今年は断捨離を頑張りました。	苦手なタイプの人とも仲良くできるようになって楽しく過ごせる時間を増やしたい	14276	norichaan
怪我の為息子の学校送迎	息子の大学希望合格	14287	のり
夜勤の仕事	のんびりと過ごす年	14323	ちゃあ
育児！と看病！4人目誕生してはや3ヶ月…	健康第一！！家族みんな笑って過ごしたい	14371	さるぴょん
RSウイルス、インフルエンザに感染して1番下の赤ちゃん2回も入院に…とにかく大変な一年でした。			
休肝日を週3日設けている	終活に向けて身の回りの整理	14422	アリエルのママ
仕事	仕事を頑張る	14433	ふー
ゴルフ月2ラウンド、毎週ハーフラウンド。家事では、毎週の掃除ですね。	エージシートするための健康管理	14437	
カーブスへ、週4回目標で、通ったこと	健康に気をつける 食べすぎない	14463	
出産！赤ちゃんも、自分も、褒めてあげたい！	みんなが健康で幸せに過ごせる年	14482	ゆずこ
健康につとめる	健康維持	14587	かおひ
ほぼ毎日走れたこと	健康第一	14619	
園芸	平和	14621	かるぼ
親孝行をたくさんしました。	病気、怪我のない、元気な年にしたいです	14750	ももちゃん
今年度幼稚園に入園した子どもの入園グッズを全て手作りしましたことです。使わなくなったら大事にとっておきたいです。	いろんなところに出かけたいです。近場から泊まりの旅行まで、家族での思い出を増やしたいです。	14753	ぷりん
転職活動	たくさん笑える年	14805	あーちゃん
毎日頑張ってウォーキングした	健康で毎日送りたい	14831	0164
介護	頑張って生きる	14870	つゆだく
ジョギングと山歩きをがんばりました	子と仲良く過ごす時間を増やしたい	14923	しらす
自分を休ませること！	健康な1年……、最後の最後で体調を崩してしまったので……	14927	缶バ
ハワイへ行けたこと	大谷を見に行きたい	14942	アイザック
仕事をやめずに続けた事	家族サービス	14975	わっつん
妊娠出産	産後太り解消	15031	きの
1日 七千歩歩くこと	何よりも健康！	15061	まるまる
平均八千歩歩いた			
仕事かな。仕事を頑張りました！	更年期に突入してしまいました。健康で元気に過ごします。	15064	よっちゃん
顔のスキンケア	心穏やかに笑顔で元気に過ごしたいです。	15076	ニコニコ
定年を過ぎたのに、正職員でいさせてもらえること。	もっと仕事を頑張る！	15100	maabo
娘の2人目出産の際、1歳8ヶ月の活発な上の男子を追いかけて世話をしても怪我も無く過ごせたこと。	サボっていたウォーキングを再開したので、このまま続けたい！ そしてお腹を凹ませ健康に過ごしたい！	15104	ちーばば
会社で8年ぶりの夜勤の勤務が始まり、慣れない中、高負荷生産で体にムチ打ち頑張った。	年々体力が低下してるので、身体を鍛えて負けない身体にする。	15188	とうーらん
転職して、収入を上げたこと！	健康第一！長男が小学生になるので、支えてあげたい。	15243	なち
なかなか手放せなかったものを寄付したり、売ったり、処分したり出来たこと。今後も続けてすっきりした家にします。	健康第一！夫婦で旅行をしたいし、美味しいものも楽しみたい。家族や自分が健康なら何でもできる！	15263	キムヨン
婚活	結婚	15291	ちーちゃん
英語を勉強した	満足する年にしたい	15296	田舎爺
よく、仕事に耐えた事	売り上げを落とさず頑張る	15320	アスリート
毎日のウォーキング	健康第一	15348	ひとみっち
たくさん本を読みました。部屋の整理整頓・掃除。	まずは健康第一。フットワークを軽くして旅行へ行きたい。	15357	sayuri
新たな国家試験に挑戦するために、仕事をしながら、実習や試験勉強を行ったこと。	試験に合格して、新しいことにチャレンジしたい！	15446	むーちん
個人会社を経営する娘の手足になり働いた	娘の会社を大きくしたい	15470	まさくん
夫子供たちと幸せに暮らせてること。	下の子が幼稚園へ入るので、仕事や自分磨きなどしばらく出来ていなかったことをやりたい！	15539	いっちゃんママ
健診で再検査になり、ずいぶん検査に通いました。負けないで挑戦した自分を褒めてあげたい。	来年は家族皆が元気に過ごせる年にしたい。	15547	くみなお
子育てを頑張りました	仕事で出世したいです	15608	みち
料理のレパートリーを増やすために今まで作ったことがない料理に挑戦して、作れる料理を増やしてきたことです。	健康第一で体調を崩さないように無理せず過ごしたいです。	15664	いちご
健康	健康になりたい	15774	ヒメノ
子供の習い事等いろいろ通わせ始めた	もっと子供中心に動いてパワフルママになる年にしたい。	15888	とだゆ
ウォーキングを続けていること	何か新しいことを始めたい	15929	
毎日ウォーキングしています。10kmくらいなら普通に歩けるようになりました。	物が多いので断捨離してコンパクトに暮らしたいです。	15931	Hic
きつい職場へ半年間応援に行き、満了したこと。	風邪をひかない、ケガをしない、健康な年。	15949	ロッキー4駆
育児家事仕事を4月から始めて、半年、やっと軌道にのつたこと！	育児家事仕事において、余裕のある暮らしを心がけます！	15964	えままま
1年間無事勤務出来たこと	健康で笑顔の一年	16004	あみりょう
引っ越してきて、この街を知ることを頑張った1年でした。	もっとコミュニティを広げたいです	16023	みかん

•あなたが今年（2025年）がんばったこと、または自分をほめてあげたいことを教えてください。	•あなたは来年（2026年）は、どんな年にしたいですか？	◆会員番号	◆ペンネーム
結婚して豊田に転居。キャリアを積んだ仕事を辞め、新天地で新しい業界にチャレンジしたこと。アラサーで新人、わからぬことだらけで打ちのめされる毎日だけど全力で頑張っている自分を褒めたい！毎日の家事ももっと褒められていいと思う！	キャリアを積みたい。	16033	さん
寝坊しないで旦那さんのお弁当を作ったこと	10年ぶりに家族が増えるのでより笑顔の増える年にしたい	16037	ひなまひ
早朝の仕事を開始！朝が苦手な私が5時起きで続けられることをほめたいです。	来年も平凡に健康第一で楽しく過ごしたい。	16100	やーま
大学受験を頑張りました。	健康で充実した年にしたいです。	16130	みみ
夜泣き対応	家族とたくさん遠出する	16132	
定年退職後の再就職活動	就職して働いてる年にしたい	16151	ナハナハ
慣れない子育てを夫婦2人で乗り越えたこと	引き続き家族3人で楽しく過ごしたい	16155	ブラウン
69歳の今年、3月からアルバイトを始めたこと。決して楽ではないが休まず続けられていること	健康で、妻や子供たちにも災いが来ない幸福な一年にしたい	16158	トラゴンフライ
ウォーキングを続けたこと	たくさん旅行に行きたい	16162	おかん
父が亡くなり喪主を務めたこと。	現状維持		はる
仕事のプロジェクトをなんとか軌道にのせることができた	とにかく健康に		ぬへら
腰痛のリハビリ。	楽しい年(≧◡≦)		たけぞう
仕事に家事育児、毎日頑張った	無理をしない		カルビ
1月から9月末迄休む事なくパート仕事をやってましたが10月に入ったとたんに身体が変化して病院に行ったら前立腺癌と診断されました。暫くは気分が落ち込んでましたがこれからは病気とパートの両立する事に気分を切り替える事に今は前向きになります	今の病気を前向きに考えて身体障害者の方々のお役に立ち自分を元気したいです		
初めて内職というものをやって見たら、以外と順調にやる事が出来たことかな♥	大学生、高校生、中学生、小学生4人の孫たちが頑張っているハンドボール応援に、どんどん行きたいです。		ミサ
英会話教室に休むことなく通った	仕事がトラブルことなく平穏に過ごしたい		クロマメ
エピソード募集に応募して選ばれ、そのお話を絵本にでもらえたこと。	健康で、新作絵本や童話の原稿をたくさん書く。		チップ
オーキングです。	楽しく、面白く笑えるねと言えるような1年です。		
朝のランニング	子どもの反抗期が終わり平和に過ごしたい		さおりん
弁当作り	心穏やかな年		うさまろ
穏やかな気持ちを持ち続けたと思う。	健康第一で、現状維持したい、		
仕事	旅行にたくさん行きたい		運気抜群