

ママ、しかめっ面より
ゆるい顔のほうが
うまくいくって知ってた？

003

ふにゃ顔 コンテスト

親子で人生攻略

🎲 ミッション003



朝のバタバタ

仕事の締め切り

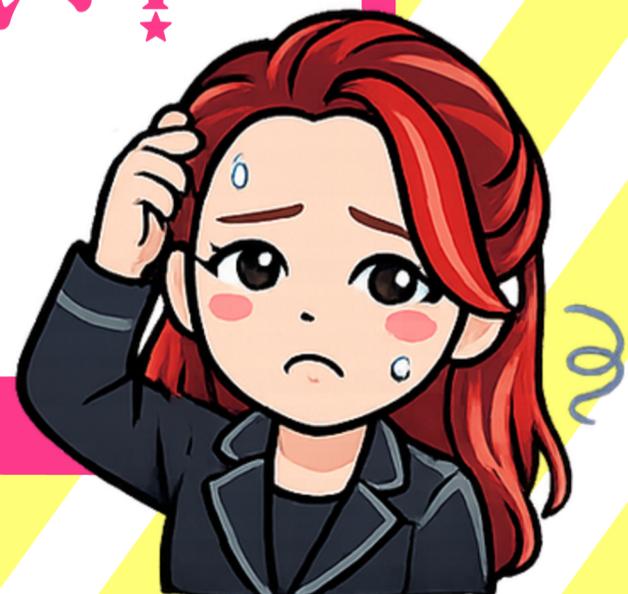
子どもの「ママ聞いて！」

気づくと

眉間にシワ、奥歯ぎゅっ

ママのお顔

カチコチになってない？



でも実は
一生懸命なときほど
顔はゆるいほうが
うまくいく
って知ってた？



人は幸せだから
笑うんじゃないなくて
笑うから幸せになる
脳は顔がゆるむと
「安心していいんだ」
って思うんです♪





今日のゲーム



ふにゃ顔 コンテスト

- ① 深呼吸
- ② あごの力をめく
- ③ お顔を「ふにゃ〜」

10秒だけで
OK



子どもと一緒に



ふにゃ顔王座決定戦

どっちが
ふにゃふにゃ？

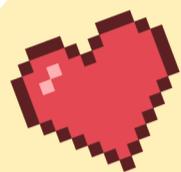
笑ったら負け



ママがゆるむと
不思議なくらい

家の空気
もゆるむ
それがママの
すごい力





コメントで教えてネ！

今のあなたの
お顔のゆるまり度

- ① カチコチ
- ② ちょいゆる
- ③ ふにゃふにゃ



「あ、今力入ってるな」
そう思ったら
やってみてネ！

 保存して
親子で遊んでね

YES! YES! YES!



親子で人生攻略
 ミッション003

