

朝日新聞の

購読料は **とっても便利**な **口座振替**で。

最寄りの **ASA** (朝日新聞サービスアンカー) へどうぞ。

# Allen

255号

2013年3月8日 金曜日 ● Free Paper [無料]

編集・発行/アレン・プロジェクト  
協力・配布/名古屋朝日会 ASA

発行部数 **100,000部**

《個人情報取り扱いについて》当社へのプレゼントのご応募、催し等のお申し込みいただいた個人情報は、当選商品の発送、案内状の送付等の目的にのみ使用します。ご本人の承諾なく、収集した個人情報を第三者に提供することはありません。

## Woman's message

人生を重ねてきたからこそ、分かることがある。  
辛い経験を越えたらからこそ、人にやさしくなれる。  
人生の荒波を越えてなお、輝く女性たちが  
元氣と勇氣あふれる言葉を届けます—。

909  
401  
#10  
ボク  
チャー

心を開いた先に  
待っている。  
今とは違う人生、  
新しい自分。



フリーアナウンサー・パーソナルプロデューサー  
**生田サリーさん**



VOL.9

### 「悲しみや怒りを、一人で抱え込んでいませんか？」

#### 誰にも自分のことを話せ 悩み続けた日々。

日本とアメリカで、フリーアナウンサー、パーソナルプロデューサーとして、多方面で活躍してきた生田さん。しかし、その華やかな職業とはうらはらに「もともとあがり症で恥ずかしがり屋。仕事として人前で話すことはできても、自分のことを話すのは苦手だった」と言います。

「10代から20代の頃は、弱音も吐けず、誰にも相談することもできず…。ひとりで悩み続けたこともありました。離婚経験

#### 未来のために、 毎日ひとつでもいいから

生きてると泣いても泣いても解決しないことがある。でも、悲しみや怒りは、体から出していかないと、それは心の中に降り積もっていくだけ。だから、自分から心を開いて、人とつながり、相談してくれる人、励ましてくれる人、応援してくれる人を見つけること。

「順風満帆な人生を送ってきた自分ではないからこそ、自分の心や可能性を閉ざしてしまっている人に伝えられることがあると思うんです。10年前、落ち込んでいた私に、

講演、講座、社員研修など、パーソナルプロデューサーとして幅広い活動を手掛けている生田さん。4月からは、人生に明確な目的を立て、未来の自分を創造するための塾「未来創造塾」がスタート。<http://www.sallikuta.com/>