

よし、やってみるかぁ

こんな時なので、今の環境で可能な範囲で「いつもは忙しくてできないけれど、やってみたいと思っていたこと」をやってみました。「よし、思いついたし、やってみるかぁ」ぐらいの軽い気持ちで。だから“挑戦”ではない。やってみたことリストとその結果を下に記します。

- 1.粘土でフェイクスイーツ作り→わりと上手くできた。
- 2.(運動不足解消のために)近くの公園までお散歩→春の陽気がこちよ。
- 3.筋トレ→2日で挫折。私には合わなかった。
- 4.今までできなかったゲームをやる→全部クリアできた。
- 5.見たいと思っていたお笑いの動画を見る→お腹がよじれるほど笑った。(たぶん腹筋鍛えられてる)

感想：自分の得意なこと、苦手なことが改めてわかった。好きなことが増えた。

やってみたいと思っていたことを実行すると、ストレス解消になり、好きなことに触れると、心が癒されるような気がします。以上、お休みを利用した自分自身に関する自由研究でした。

