

# 【一日一言】癒しアクション編

h1t0m1g0t0

瞬きを一回ゆっくりしてみる。

「にゃ～」と鳴いてみる。

ゆっくり三歩あるいてみる。

指カメラを作って覗いてみる。

ごはんをゆっくり五回嚙んでみる。

エアークターをやってみる。

な、な、な、なんだってー！！！！と驚いてみる。



ハッハッハ！と笑いながら手を叩いてみる。

逆さピース人間を歩かせてみる。

自分の拳で天狗の鼻をつくってみる。

「わんわん」と鳴いてみる。

道端の花を探してみる。

両耳を思いっきり横にひっぱってみる。

利き手でない手で文字を書いてみる。

自分で自分の頭をなでなでする。



写真をパシヤリと撮ってみる。

部屋の中をハイハイで移動してみる。

ワレワレハウチュウジンダと言ってみる。

ほっぺを膨らませて自分の手をつぶしてみる。

机の下に潜ってみる。

玄関の靴を綺麗に並べてみる。

万歳三唱してみる。

スキップを試みる。



窓を少しだけ開けて、外を覗いてみる。

変顔を試みる。

両腕をさすってみる。

後ろ歩きを試みる。

星を眺めてみる。

動物を探してみる。

掌と掌を丁寧に合わせてみる。

大の字になって寝てみる。