

コロナウイルス感染拡大防止策として不要不急の外出を控えるため、皆様もご自宅でお過ごしでしょう！！外出しないと何かしないと・・・と考えますよね 健康に良い事・今まで少し興味を持っていた事・一人で出来る事 是非、皆様も『私は、こんな事をしている』の投稿願います。

## 外出自粛と成って最近自宅での過ごし方

### 私の最近の過ごし方

- ①クックパッドのレシピから比較的簡単な料理？を何品か作りました。  
そばろ、チャーシュー、麻婆茄子(結構:調味料や食材にお金がかかります。)  
尚、妻が美味しいと言ったら次回から食材費を請求する予定ですが・・・まだまだです。
- ②水彩画 今年の4月より教室に3回/月習いに行く予定でしたが3密でも有り  
今を先生のアドバイスを受けて『まる』や『四角』の線が上手に描く練習をしています。  
少し変わった事は、何でも興味を持つ様に成りました。構図を求めて『散歩の途中で』  
『料理をしている時も』・・・そうだ最近、テレビを日中見なくなりました。
- ③毎日、7000歩を歩いています。これも癖に成ると『歩かないと落ち着きません。』  
すれ違う際にお互い接近しない様に反対側の歩道に移動します。前は、『おはようございます』  
とか『いい天気ですね』と声掛けをしていました。 少し寂しいですね。
- ④庭の花壇づくりも始めました。今は土壌改良をしているので少し時間が掛かりそうです。  
綺麗にお花が咲いたらご紹介します。

最後に興味が湧いたらGoogleで検索すれば簡単に趣味の情報が閲覧できる時代です。  
皆様も是非 チャレンジして楽しい日々を過ごしましょう。

投稿者:奥村秀利



料理を始める前にはまずは道具から・・・  
(家にも有るけど・・・マイ道具)

