

# 作っているの？

また、自分で作るだけでなく他の患者さんの作品を読むことで共感したり、“うまく作るな〜”と感心したり…。そこからまた作品を作ってみようという思いに繋がるとの事でした。

始めはなかなか難しく感じるかもしれませんが、とにかく自由に、思うままに作ってみてください。自分の見た物や感じた事を、もう一度しっかり見つめ直し“自分の目と心と言葉で5・7・5”に詠んでみるといいですね。頭の体操にもなりますし、慣れてくればだんだん楽しくなってきますよ。

さあ、気軽な気持ちで作ってみましょう。

五・七・五

