

^{かいしょうほう}
ストレス解消法

よみましょう

わたしは おふろが ^{だいす}大好きです。1日に ^{かい}3回も ^{はい}入ることがあります。たっ
ぷりはった湯に ^ゆお気に入りの ^き香りのいい入浴剤を ^{かお}入れて、じっと ^{にゅうよくざい}つかって
いるだけで、とても ^{しあわ}幸せな気分 ^{きぶん}になれます。長い時は ^{なが}1時間ぐらい ^{とき}入って
います。シャンプーや ^だせっけんなど、いろいろなメーカーが ^{あた}出す ^{しょうひん}新しい商品
を ^{ため}試すのも ^{たの}楽しみ ^{ひと}の一つに なっています。

おふろに ^{はい}入って ^{あと}さっぱりした後は、やっぱり ^かビールです。このビールも
ストレス解消に ^{かいしょう}一役 ^{ひとやく}買っているようです。

*おふろに ^{はい}入る ^{たの}楽しみは ^{なん}何ですか。



かきましよう

あなたのストレスかいしょうほう解消法は なん何ですか。

A large rectangular box with a solid black border, intended for writing. Inside the box, there are ten horizontal dashed lines spaced evenly down the page, providing a guide for handwriting.