



2026年7月
の31日

野々蘭 (ののらん)
by nonolog

雑談ホーホーではお久しぶりです! 野々蘭です。

しばらく間が空いてしまいましたが、久々に書いてみました(今後については考え中です…)。

7月は個人サイトをオープンしたり、LINEスタンプを(予定より遅れましたが)酉2言
することができました! そのへんのことはnoteやあちこちで触れているので、今回は
他のことをお話ししていこうと思います。よければお付き合いください♡

Amazonプライムセール購入品

● モレスキンノート ハードカバー ポケットサイズ

過去に無地のモレスキンに絵
を描いて、またそのうち再
開したいなと思ったので。

以前は黒でしたが、
マートルグリーンにして
みました。やっぱり
ハードカバーがいい!



● ベルモンド iPadケース

4年前に本体と一緒に
買ったものがボロボロに
なっちゃって、移動する度
にカスを落としていた…w



ネイビーから
ハーステルグリーン
に替えました。

● 港ダイングしおそう 6種のフルリンナップ500g

(3つしかないけど)バストバト!

アーモンド、カシューナッツ、クルミ、バナナ、
クランベリー、レーズンが入っていて、
食塩不使用です。

ヘルシーなおやつが欲しいけど、
ナッツ系だけだとなんかもの足り
ない…と思ってたところにぴたり
でした。とくにバナナチップスが美味。

ミニマムに運動を増やす

以前も歩数を増やしたいという話はしましたが、
最近では体力だけでなく体型(とくにお腹まわり)
も気になるように…。

とはいえいきなりハードな腹筋運動は続かな
そうだし、腰を痛めやすいのも怖い。

ということで、「今すでに続いていること」を上手く
活用していかないと考えました。

■ 今できてること

→ 毎朝YouTubeで3分の
エクササイズをしている

■ 活用するなら…

→ 毎朝のエクササイズに、
もう1本3分の腹筋重画

→ 朝やっている動画を夕方に
もう1回やる

こんなカンジで
試してみます!



「gogoh」をはじめた!

前から気になっていたSteamのゲーム、「gogoh
(ゴゴホ)」を購入してみました! ゲームと言
てもストーリーがあるわけではなく、「作業
のお供」的なツールに近いです。

アバターをつくり、オシャレな部屋で作業に
付き合ってもらったり、タイマー機能など
で作業に集中することができます。

けっこう絵描きさん界隈で評判が良かった
ので気になってたのですが、本当に楽しい!

BGMもオシャレだし、
部屋をデジるのもまた
楽しいんですね。
まだ使いこなせてない
ので、8月はもっと楽し
みたいです(作業は?)。

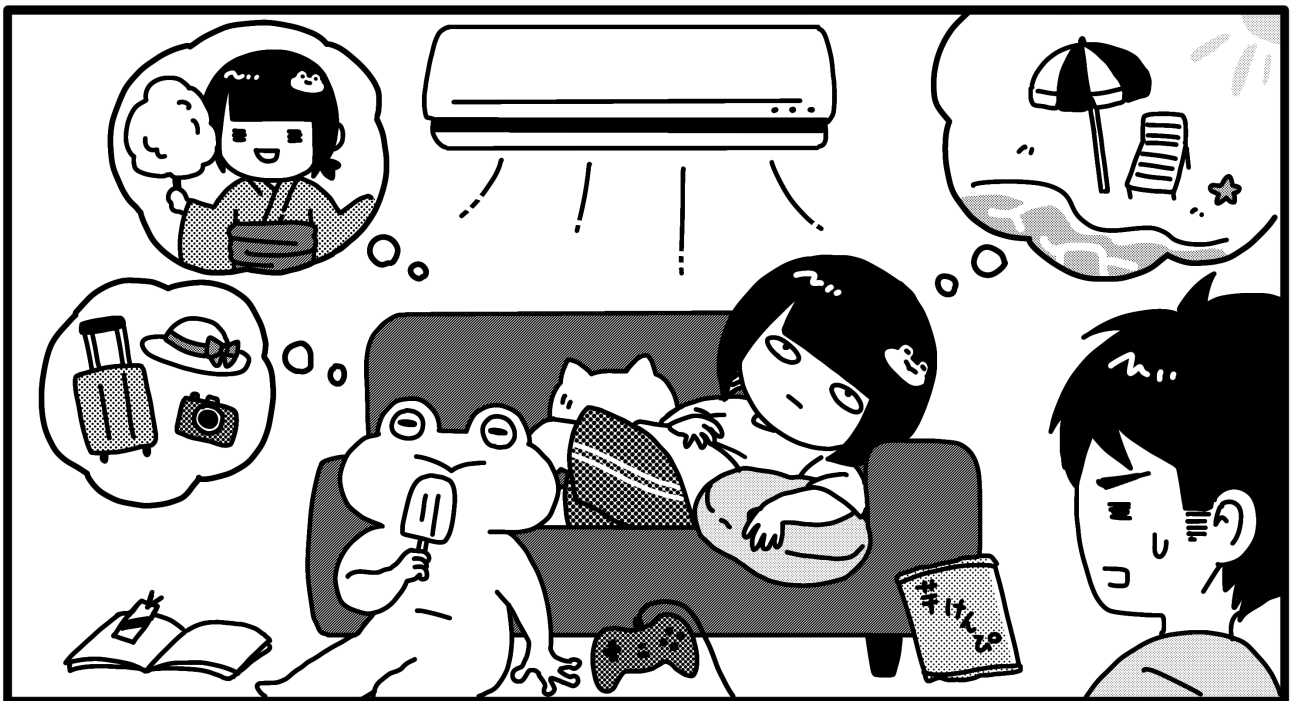
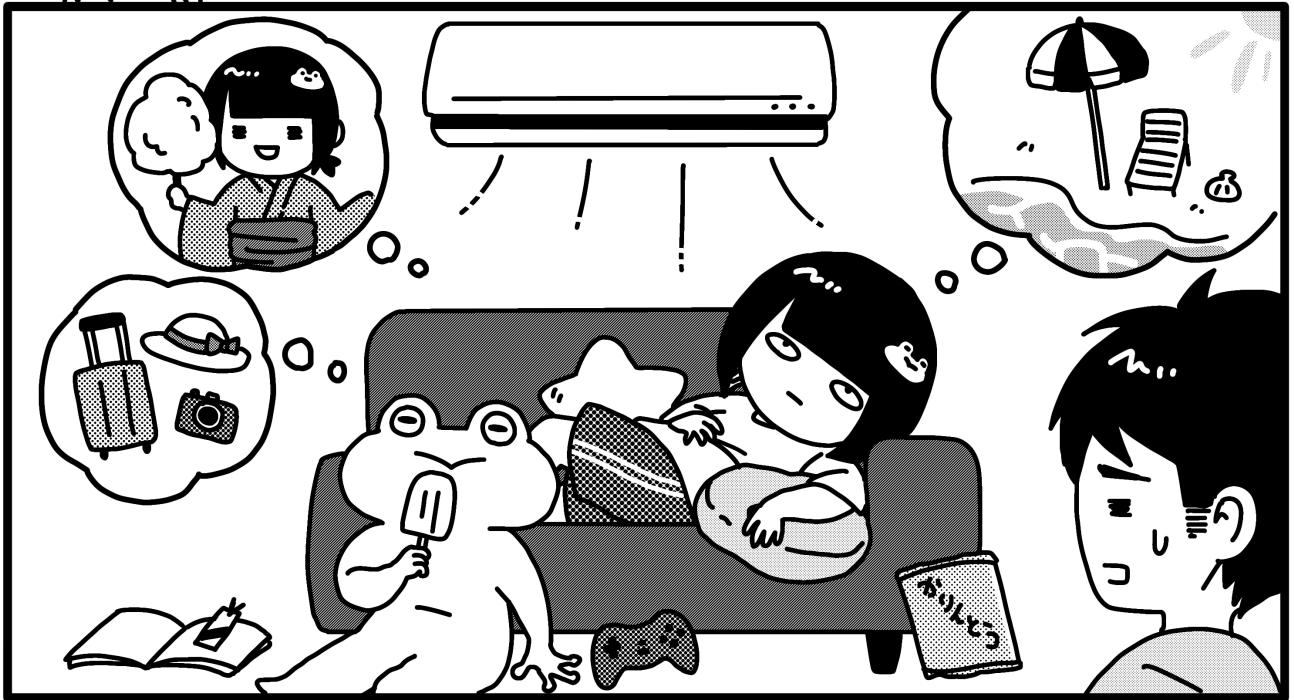


早速うちの子をつくる。



まちがいさがし

上と下で間違いが 8 ころあるよ!



いつもなんとなく季節感を意識した間違いさがしを描いてますが、実際の夏ってこんなもんよねっていう（あくまで私の話です）。ただ、たまたま住んでいるところから毎年花火が見えるので、それだけは楽しませてもらってます。ありがとうございました…。

さて、8月は（も？）やりたいこといっぱいあります。相変わらずの引きこもりですが、その分たくさん創作を楽しみたいですわね！それではまた♡

本日のBGM：恋あずらい / 椿屋四重奏

Thank you!

2つの個人ブログと「note」を更新中！



▲ note はこちらから！