

# ONE TEAM ~ 2020 knock down ~

2020年 5月 第1号

☺ みんな元気に過ごしていますか？



なんでもことがあつたら、気軽に児童センターに電話してね！ (098-989-4655)  
 話せる時間：10:00～18:00 (日、祝日はお休みです。)



## < コロウイルスやっつけるぞ！ 大作戦 >

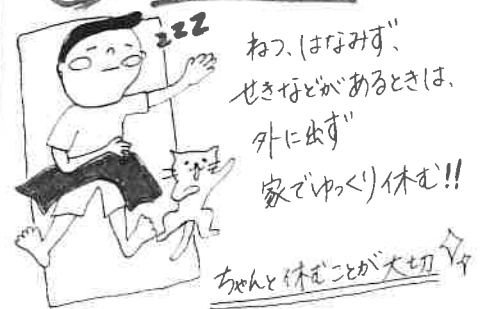
### ① 手洗い & うがい 作戦



### ② せきエチケット 作戦



### ③ 休む 作戦

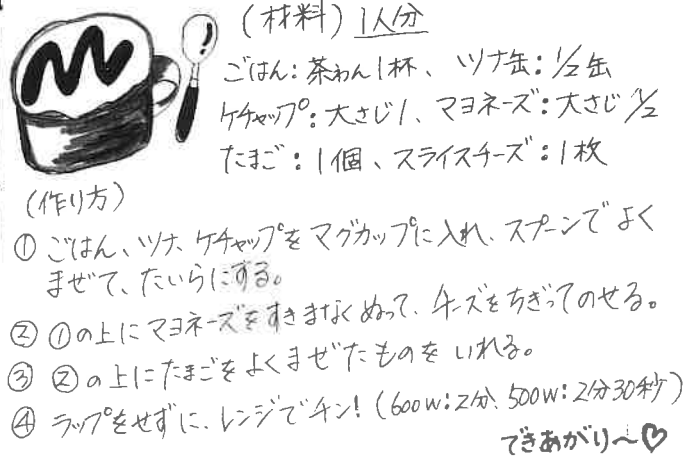


## < おうちでやってみよう >

### ① 運動 このポーズできるかな？ ～ ひょうきのポーズ ～

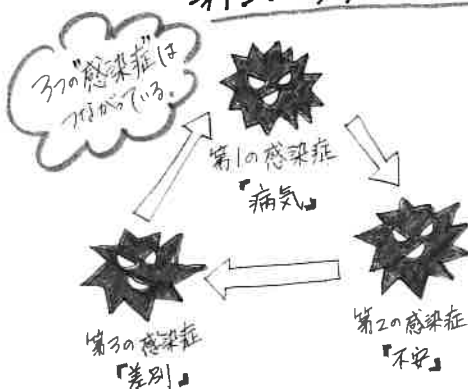


### ② 料理 レンジでつくろ！ ～ マグカップオムライス ～



## < からだの距離は遠く、心の距離は近くに >

### 新型コロナウイルスには、3つの顔があるって知ってた？



このウイルスは見えません。ワクチンやくすりもまだ開発されていません。わからないことだらけで、**不安**や**恐れ**を感じ、「**気力**」、「**聴力**」、「**自分を支える力**」を弱め、ふりまわされてしまうことがあります。そして、**不安**や**恐れ**は、人間の生き延びようとする本能を刺激し、人と人との信頼関係や社会のつながりをこわしてしまっています。情報にふりまわされず、**今やるべきことをしっかりとやっていきましょ!!**

