

みなさんこんにちは、休校中の生活はどのようにお過ごしでしょうか？

「不要不急の外出は×！」と言われても、家にこもっていると、ストレスがたまりそうですよね。

だからこそ、感染しないように十分に注意した上で、少しお外に出て散歩してみましよう。遠くに行ってはいけません！家の近くにしておきましょう。

季節は春です。



こんな花や



こんな花が今、見頃です。

「こんなところに！」って所に咲いていますよ。そして、じっくりと（まあ10秒以上は）観察をして、何かを感じ取ってください。

少し、ストレスは発散できるのではないかと思います。

そして、お家に帰ったら、すぐに手洗いとうがいを忘れずに！

「コロナに負けるな！」 早く皆さんに会えることを楽しみにしています。

**お外に出る前に**

マスクを忘れずにつけましよう！

**お散歩中は**

人との距離に気をつけましよう。

たくさん人が集まっていたら避けましよう。

他の人に触れないようにしましよう

誰かがさわっていそうなものにもさわらないようにしましよう。