


# ONE TEAM ~ コト knock down ~

2020年6月 第2号

## お疲れさま~!!

まだまだ中だんはできないけれど、みんなのがんばりで  
 ようやくこまできたね  拍手~♪  
 もう少し我慢の日々は続くけど、たまには **ほっ** と一息ついて **リセット**



## ⚠️ 気をつけて 熱中症 ⚠️

マスクをつけたままだと、体の中に熱がこもりやす  
 熱中症になりやすいから **要注意!**

なるべく涼しい場所で過ごし、こまめに水分保給をしよう。  
 ※気分が悪いときは、我慢せざるの大人に知らせよう。



のどが  
 かわく前に  
 のもう!!

## コロナウイルス やっつけるぞ! 大作戦!

大切  
 だから  
 今は  
 (おなれ)。



こころは  
 いつも  
 つながって  
 いるよ。

## ソーシャルディスタンス

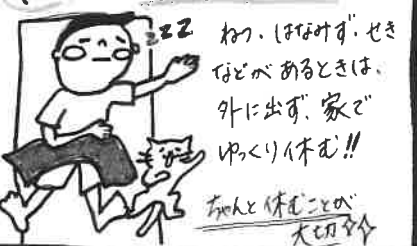
### その1 手洗い＆うがい作戦



### その2 マスクをつけて作戦



### その3 休む作戦



## ウイルスの 次にやってくるもの 「恐怖」

「恐怖」は、暗いニュースや間違えた  
 情報をたくさん食べてどんどん育ち、  
 みんなを不安にさせたり、人と人が  
 傷つけあたりさせてしまうんだ。

「恐怖」が苦手なのは 笑顔 😊  
 「恐怖」は誰の心の中にもいる。  
 だから、**励ましてあげよう。**  
**応援してあげよう。** えて...  
**たくさん笑おう!!**

## おうちで おそぼう★

### 光おにぎり 準備するもの 懐中電灯

カーテンを閉めて、部屋を暗くし、  
 ソファに座れば OK!!

