

コロナに負けない! 皆で乗り切ろう

皆さんの生活・育児・仕事をする中で、
楽しく、前向きになれるように工夫していることをまとめました。

とにかく声を掛け合う。挨拶をする。今までは当たり前だったことかもしれないが、小さいことでも感謝し明日を向かえる。夕陽や月を見て、今日より明日と思うようにしている。

40代女性 / 接客系勤務



資格取得のため勉強を始めました! また外出自粛中でも飽きないようにベランダで食事をするなど、実践しています。

20代男性 /
広告・出版・デザイン系勤務

子供と家の中で長い時間作れるパン作りをしたり、料理や TENT を貼ってキャンプ気分を楽しんでいます。

50代女性 / 求職中



家で過ごす時間が増えたので、料理のスキルアップや、ストレッチなどをして自分磨きに使っています。

40代女性 / 求職中



子供達も休校で、家にこもりがちにならないように庭で遊んだり、しりとりや問題を出しながら草取り等、ゲームしながら会話を取り入れて毎日、家のお手伝いを楽しみ工夫しています。

40代女性 / 医療・福祉・教育・保育系勤務

貯金ができる分コロナが終息したらご褒美を買おうと考えてます

20代男性 /
技術・ドライバー系勤務



コロナの影響で休みが続いたときに家でゆっくり出来なかった掃除や、整理整頓などができたこと。家族との時間が増えたことです。

20代女性 / 接客系勤務

家にいることが多いので、メタボにならないように筋トレや手作りのマスクを作ったりしています。

40代男性 / 求職中

子供との時間や今まで余裕がなくて出来なかった自分の趣味の時間を使い楽しんでいます。

40代女性 / 接客系勤務



マスクを可愛くしたり、料理などで免疫力をつける食材を使ったりしています。

20代女性 /
医療・福祉・教育・保育系勤務

家の中での活動が増えたのでトランプやゲームを購入したり子供たちと一緒に遊んでストレス発散しています。

30代女性 / 求職中



みんなも
やってみよう!!

自然の力は感染の防止に役立つ
と医師の発表もあったので、
太陽を浴びる!
海に行き潮風を浴びる!

50代女性 / 接客系勤務

