

# あけましておめでとうございます

今年、丑年。一步一步ゆっくり動く「うし」のように、  
 少しずつでも、ものごとがいい方向に向かうといいですね。

安全・安心な社会を取り戻すために、私たち一人一人が  
 できることを、着実に実行していきましょう！



笑って1年過しましょう

幸せだから笑うのではない 笑うから幸せなのだ フラン (1868-1951 フランス)  
 笑いは消化を助ける 胃散よりはるかに効く——— カント (1724-1804 ドイツ)  
 笑いとは、地球上で一番苦しんでいる動物が発明したものである  
 ニーチェ (1844-1900 ドイツ)

どれも、笑うことが心や体に  
 いいと教えてくれる名言です。

「笑い」に免疫力や自然治癒力を高めたり、ストレスを減らす効果があるといわれるようになったのは、最近のこと。まだ研究が進んでいないはるか昔の人も、「笑い」の効果を感じていたのですね。

## 油断大敵！ うっかりしないで 感染症予防！

生活のあらゆる  
 ところにウイルスが…  
 つい触ってしまう  
 目・鼻・口…

接触感染

たくさんあります！ うっかり場面…

向かい合っ  
 ていなくても  
 近距離は  
 危険！

湯冷め

うたた寝

かからない！ うつさない！ ひろげない！