



よーし
やるか!

じゃあパパは
部屋で仕事して
るからな

がんばれ

お疲れ様
今話せる?

ここは
打ち合わせが
必要だな

仕事は
テレワーク・
リモート勤務など
新しい働き方のスタイルで

集中!

会議はオンラインを
活用しよう

今資料を
送ったんだけど
気になる部分
ある?

ありがと
う!

この案で
進められそうですね
ここを差し替えれば

確認しました
大体いいと思
います

運動する
ときは：

ふー
業務完了了！

少し体
動かしたいな

パパお仕事
おわつたう？

みなさんこんにちは！
準備は整いましたか？

今回は
脚を鍛える
トレーニングです

やりたい
やりたい！

今から一緒に
運動しようか？

終わつたよ！

筋トレやヨガは
動画を活用して
お家でもしつかり運動！

まずはスクワット
正しいフォームで
行いましょう



お買い物の
ときは…

タコ飯は
カレーにしようか

ネット・通販も
賢く使って
牛乳やお米は
宅配で
頼んであるから…
今日の買い出しは
お野菜だけね

計画を立てて
素早く
済ませましょう

外出時は
マスクをつけ
なるべく少人数で

支払いは
電子決済が
便利です

レジに並ぶときは
詰めずに、
前後の間隔を



遊ぶときは…

