

マスク生活の悪影響

マスク生活も1年以上経つけど
ワクチン打ってもまだしばらく
着けなきゃいけないらしいね

大切なことはわかりますが
夏は暑いしさすがに
うんざりしてきますね



熱中症リスクの増大のほかに
肌荒れ（ニキビ）、口呼吸、
表情筋の衰え、頭痛、
集中力の低下などが

マスクを着用し続けることの
悪影響として挙げられています

とくに子どもへの影響が心配だね



とはいえ「マスクは悪い」という
わけではありません

そうだねルールに従って
外していいときは外せば
いいよね
知らず知らずのうちに
つけっぱなしに
なってたかも

