

## 今すぐ使える マナーアップアドバイス



### 寒い季節だから気をつけたい“姿勢”

2月は暦の上では立春です。梅の花が咲き始め、徐々に暖かくなり、春が始まります。とは言いましても、まだまだ寒い日が続きますので、思わずポケットに手を入れて歩きたくなる日もあるでしょう。しかし、マナーの面から言えば、ポケットに手を入れた状態で歩くことや、話を聞くことは失礼にあたりますので避けましょう。

また、寒い日は背中を丸めがちで、姿勢が悪くなります。寒さに負けず、背筋を伸ばして歩きましょう。

例年この時期はインフルエンザが流行するなど、体調を崩す方も多い季節です。体調管理も大切な仕事です。マスクを着用するなど“咳エチケット”を守り、健やかに春を迎えましょう。