

新冠肺炎教會我的事 - 2020 第二期 佳作 內壢國中 張○真

- 9 年級 29 班

新冠肺炎衝擊著我們的生活。原本在外面吃飯時，能緊密的坐在一起，現在卻只能坐梅花座；原本能握手打招呼，現在卻只能用揮手代替；原本要計畫要出國遊玩，自由自在，但現在卻是連外出都要保持社交距離或戴上口罩。限制出國，配合隔離檢疫。雖然新冠肺炎造成大家的生活不便，但也給我不同的啟發，讓我學會一些事。

早上起床後，除了平常的打理外，現在多了檢查口罩是否帶了。在新冠肺炎席捲全球之後，這些動作已像呼吸一樣自然。在學校，午餐前，同學一塊相約去洗手，也成了校園生活的一部分。以前我都是直接拿著飯盒去裝飯，沒帶口罩，聊個幾句，也沒人引以為意。但現在這樣做，可能會引來眾怒。

在疫情期間，不知不覺學會的生活習慣，讓感冒的次數大為減少，也因此讓我體悟到平日微不足道的衛生習慣，卻是守護我們健康的大功臣。經過這場疫情，我學會注意維護個人衛生，讓自己的身心都乾乾淨淨，身體狀況也好很多。讓我更注意到衛生習慣的養成。

新冠肺炎讓我知道平日裡培養良好衛生習慣的重要，再也不敢輕忽每個小細節。若不是有這次的疫情，恐怕我還輕忽「飯前洗手」的標語。雖然疫情還在繼續蔓延中，但我會用它教會我的觀念，謹慎面對。即使疫情稍稍獲得控制，它教會我的事——養成良好的衛生習慣，會一直持續下去，成為一生受用的好習慣。