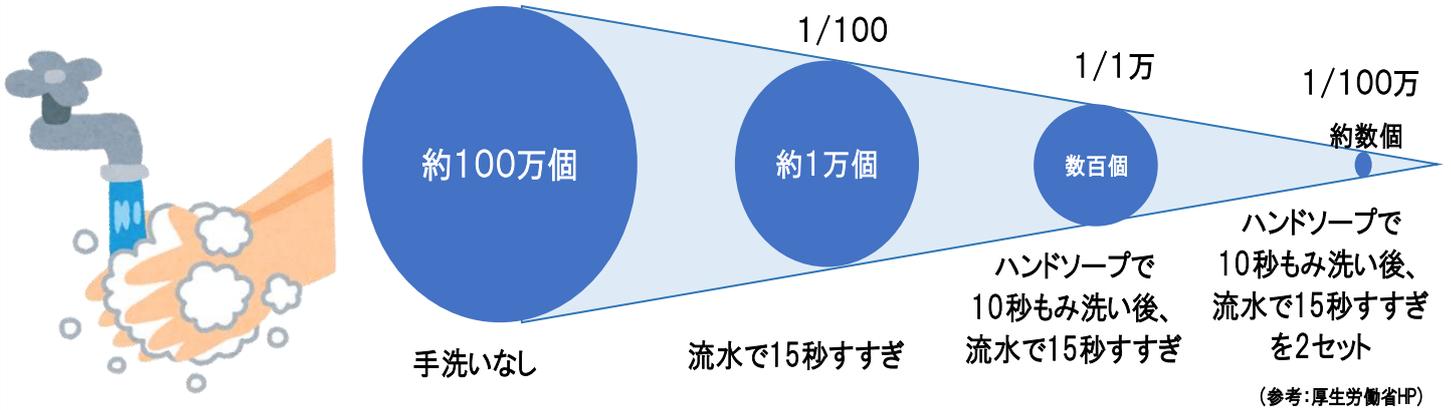


基本的な感染対策

手洗い 水とハンドソープで、ウイルスは減らせます!



咳エチケット 周囲の人に感染を広げない!

マスクで鼻・口を覆う
※ 熱中症注意

ティッシュで鼻・口を覆う

とっさの時は袖で鼻・口を覆う

咳・くしゃみのしぶき(飛沫)が2mほど飛び散ります

免疫力を高めよう

食事で栄養摂取



十分な睡眠



適度な運動



予防接種



メモ

代表的な消毒薬には、アルコールと次亜塩素酸ナトリウムがあります。
アルコール消毒は、インフルエンザや新型コロナウイルスなどには有効です。アルコールが効きにくいノロウイルスやロタウイルスなどには、次亜塩素酸ナトリウムが有効です。適切な方法で使用しましょう。