

6

新型コロナウイルス感染予防

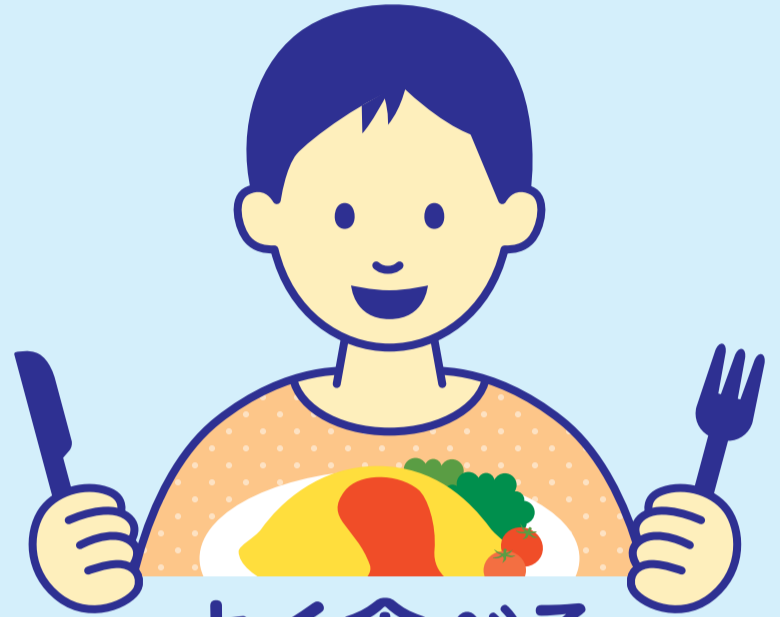
つの

ポイント



よく寝る

sleep well



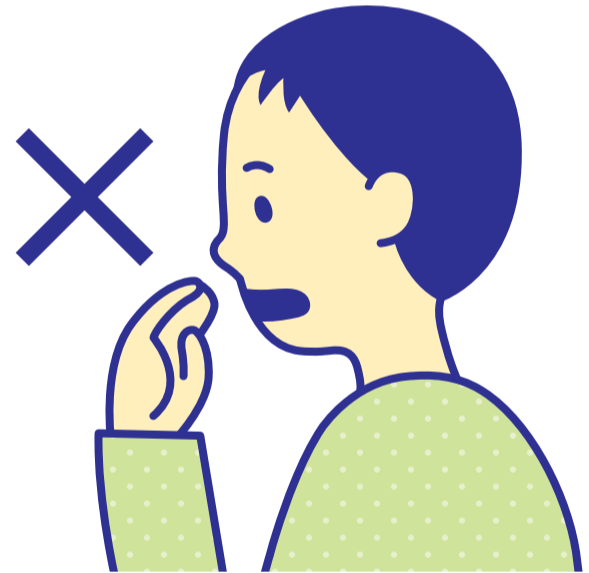
よく食べる

eat well



手を洗う

wash your hands



目鼻口をさわらない

don't touch your face



運動をする

exercise



かぜ気味なら休む

stay home when you're sick