

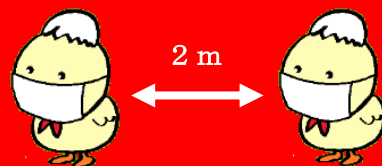
新型コロナウイルス 感染症予防

日進市

3密を避ける

人との間隔は
できるだけ2mあける

(最低1m)



「3密」は
特に
危険!

密閉

換気の悪い空間

密集

多数の人が
集まる場所

密接

間近で
会話や発声

こまめな手洗い

30秒以上かけて手を洗う

丁寧な手洗いで、十分にウイルス
を除去できます。

ウイルスが
体内に侵入しないために
手で目・鼻・口を触らない
ようにしましょう。

免疫力を 高めましょう

抵抗できる力を 持ちましょう!

免疫力が弱いと、感染した時に
症状が重くなる場合があります。

★十分な睡眠

規則正しい生活が大切です。



★バランスの良い食事

1日3食欠かさず食べましょう。

咳エチケット

咳などの症状が出る時は
口や鼻をおおきましょう。



ティッシュや
ハンカチ



袖



マスクを着用する