sleep well
よく寝る

exercise
運動をする

eat well
よく食べる

don't touch your face
目鼻口をさわらない

use your sleeve
袖でかくす

cover your nose and mouth
咳のしぶきを飛ばさない

wash your hands frequently
ひんぱんに手を洗う

SOAP

disposable tissues
ティッシュでかくす

use your non-dominant hand
利き手で「あちこち」さわらない

stay home when you're sick
かぜ気味なら休む

感染予防のために、できること。

All we have to do to prevent infection is simple.　新型コロナウイルス｜COVID-19