



sleep well
よく寝る



eat well
よく食べる



wash your hands frequently
ひんぱんに手を洗う



use your sleeve
袖でかくす

cover your nose and mouth
咳のしぶきを飛ばさない



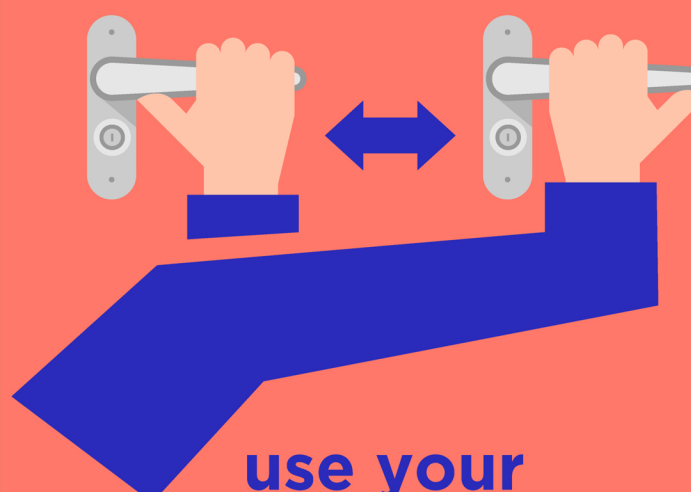
disposable tissues
ティッシュでかくす



don't touch your face
目鼻口をさわらない



exercise
運動をする



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