

盡量避免出入
密閉空間
及密集的地方!!



不要輕易
亂觸摸



注意房間通風
車窗開一點

酒精消毒



戴
口
罩



洗
手
洗
臉



那個...?
喉嚨痛、咳痰、
好像發燒、
飯的味道有點淡、



倦怠感、
若是覺得有點不對勁的話
盡快商量和檢查!

じっと
していろ

乖乖待在家。

不要外出。



~コロナサバイバル~
生存下去!不要輸給新型冠狀病毒!

新型冠狀病毒生存者



口罩

戴口罩是比較安全的。用布及橡膠就能簡單製作喔。



洗手

勤奮地使勁地洗手。相當的有效果喔。



消毒

外出時勤奮地消毒。攜帶式噴霧很方便喔。



換氣

避免前往密閉空間且要注意空氣流通。在車裡的話要開一點窗戶喔。



不要群聚

盡可能不要群聚！距離2公尺以上或許會比較好。



在家休息

沒有事的時候待在家裡喔。



不要亂觸摸

盡量減少手部的直接接觸。



用心

若感受到身體狀況有異常變化儘早商量和檢查！



各種身體狀況

狀況不好的時候特別不要驚慌失措！



～コロナサバイバル～
生存下去！不要輸給

營養

均衡攝取富含營養的食物達到健康管理。



然後就吃烏龍麵吧！

新型冠狀病毒！

新型冠狀病毒生存者