



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



wash your hands frequently

ひんぱんに手を洗う

use your sleeve

袖でかくす

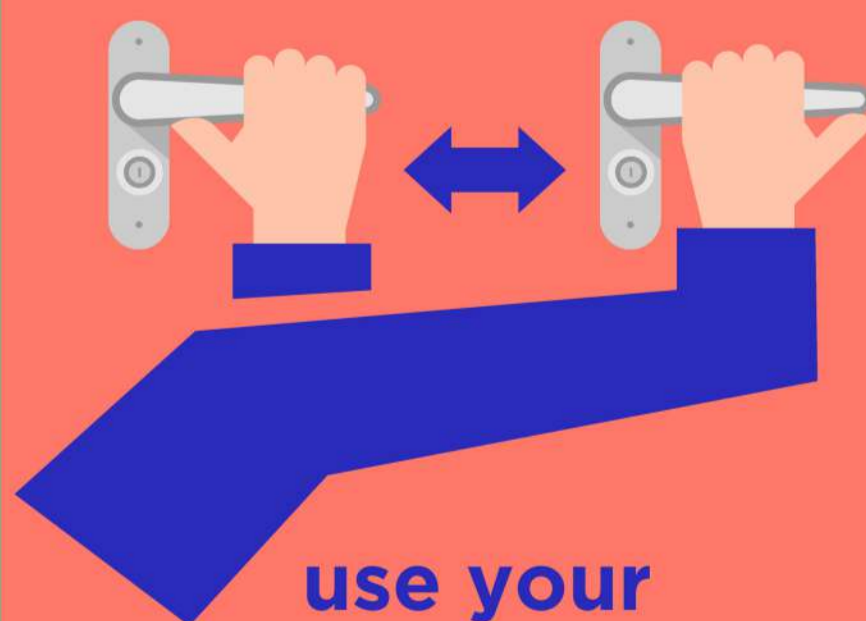
cover your nose and mouth

咳のしぶきを飛ばさない



disposable tissues

ティッシュでかくす



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