

日常の健康管理のポイント

- できるだけ睡眠を十分に取り、手指消毒をしてください。
- からだが不調な場合は、診療所・病院等に早めに受診してください。
- 給水車やペットボトルの水を飲んでください。
- なま物や古くなった物は食べないでください。
寒い季節でも守ってください。
- 食事前、排便の後は、できるだけ手指消毒を
水がなければウェットティッシュやスプレー式消毒液で
消毒してください。