

Withコロナにおいて一人ひとりができること

自分自身のために。大切な人を守るために。



手洗い



効果的な換気



有症状時の
マスクの着用を含む
咳エチケット

手洗い、効果的な換気などの感染予防対策のほか、

発熱や咳などの症状があれば、出勤や登校、外出を控え、マスクの着用を含む咳エチケット(※)を実施しましょう。

また、健康の保持・増進のために、十分な休養やバランスのとれた食事、適度な運動などを心がけましょう。

(※) 咳などの症状がある場合は、マスクを着用しましょう。マスクの着用の取り扱いについては、大阪府ホームページをご確認ください。

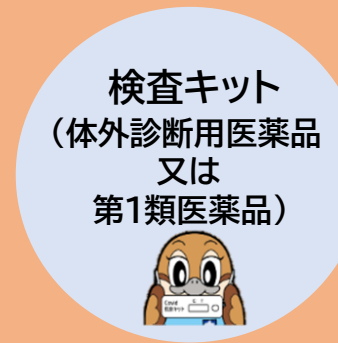
準備しておくといもの



体温計



薬
(常用している薬、
解熱鎮痛薬等)



検査キット
(体外診断用医薬品
又は
第1類医薬品)

発熱などの体調不良時にそなえて、

体温計や薬(常用している薬、解熱鎮痛剤等)、検査キット(体外診断用医薬品又は第1類医薬品)のほか、
食料品などを日頃から準備しておきましょう。