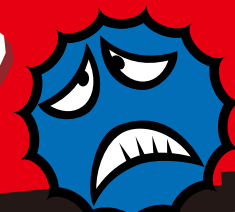


1月は要注意です!



医者要らずでできる インフルエンザ対策

4つの

対策 1 ▶ ドアノブにも要注意!?うがいと手洗いで水際防御

対策 2 ▶ “安全圏”は2メートル先、人ごみは極力避ける

対策 3 ▶ インフルエンザは乾燥好き!?「暖房は加湿とセット」を習慣に

対策 4 ▶ 「バランスよく」が合言葉、食事と睡眠

