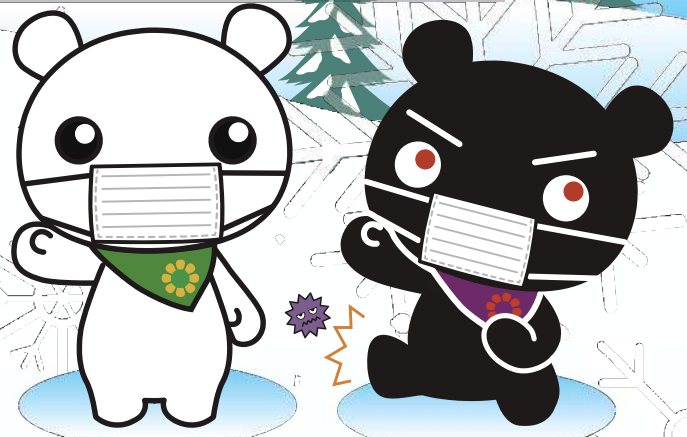


# みんなで予防 インフルエンザ

手洗い・マスク・消毒を  
おこない冬を元気に  
乗りこえましょう。



©ていたん&ブラックていたん北九州市

## 感染症の予防対策に取り組みましょう

### 十分な睡眠



### バランスの 良い食事



### 体調を整える 適度な 運動



### こまめな 手洗い



### 定期的な 消毒



### マスクの 着用

