



インフルエンザもかぜもかがりたくない人は
予防すること ^{めんえきりょく} 免疫力を高くすることです!

免疫力が低い人

で?!
あまり笑わない

ストレスを感じる
イライラモヤモヤ

イヤ
食べ物の好ききらいが多い

すいみん不足
気味
まねおこ

予防する人

インフルエンザを予防する人

こまめに手洗いうがいをする

かん気をよくする

マスクをつける

ワクチンを打つ

^{めんえきりょく} 免疫力が低い人



免疫力が高い人

インフルエンザを予防しない人

人ごみによく

部屋をしめきっている

基本、手洗いうがいはしない

よく笑う

好きなことでストレス発散

バランスのよい食事

たっぷりすいみん

予防しない人

免疫力が高い人

よく笑う

好きなことでストレス発散

バランスのよい食事

たっぷりすいみん