インフルエンザに気をつけよう

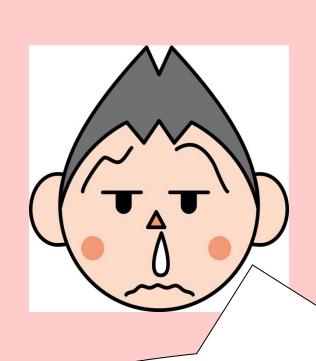


福岡市ではインフルエンザがはやっています。みんなもしっかり予防してください!





まもるくんもインフルエンザにかかってしまいました。

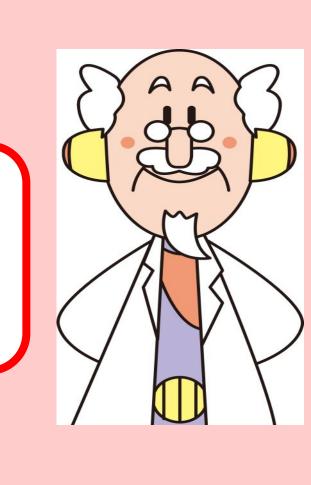




インフルエンザになったら安静に してゆっくりやすみましょう。 また周りの人にうつさないように マスクをしましょう。

高い熱が出るし、からだの関節もいたいです。

インフルエンザにかからないようにするためには、「うがい」「手洗い」をきちんとすることが大事です。









規則正しい生活をして、抵抗力を強くすることも大切ですね。

競賞バランスのどれた食事をする







