

新型コロナウイルス感染症の第二波に備えて

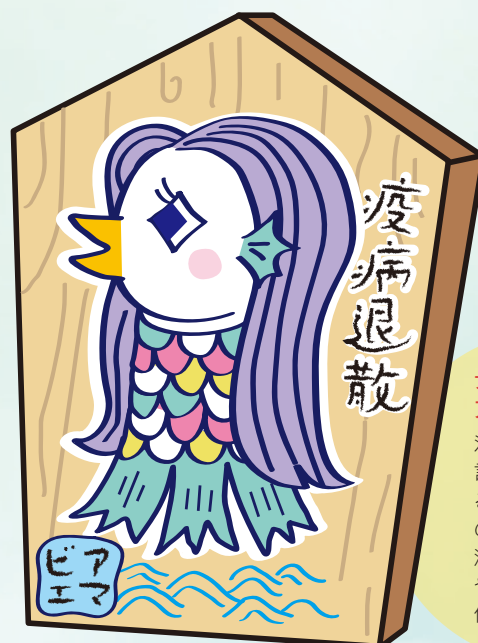


重症化しない! ための 生活改善ファイル

監修 ■ おかべ のぶひこ 岡部 信彦 (川崎市健康安全研究所所長)

世界中にひろがっている新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)。ゼロになるというより、長期化する可能性がある、と考えられています。私たちにとっては、これまでどおり感染を予防するための行動が求められると同時に、「感染したときの重症化を防ぐこと」がより重要になります。そのために一人ひとりにできることは、自分自身の健康状態を正しく把握し、生活習慣の改善によってリスクを減らすことです。

政府の専門家会議が新型コロナ対策としての「新しい生活様式」を提案しましたが、みなさんも生活習慣を改善するための「新様式」を毎日の生活に組み込んでいきませんか？



ナビゲーターの
アマビエ様

江戸時代後期から
言い伝えられている
伝説の妖怪。その
姿を絵に書いて
流布すると疫病が
やむ、という言い
伝えがあります。