みんなでコロナを乗り越えよう!

❶ あたり前の健康を!

☑ 乳幼児健診、予防接種を予定どおりに
☑ ハミガキや検診で歯も大切に
☑ 定期受診の必要な病気を後回しにしないで

❷ こころの健康を!

☑ あふれる情報に振り回されないで
☑ ご家族・お友達とたくさんお話を
☑ 健康についての心配事はかかりつけ医に相談を

❸ 病気かなと思ったら...

☑ カゼをひいたかなと思っても慌てずに
☑ 4-5日程度を目安に改善がなければまずかかりつけ医に相談を
☑ 苦しければ/辛ければ、ムリをして家でがんばらずにかかりつけ医に相談を

静岡県小児科医会　こどもの健康を願う全国の医療関係者有志　一般社団法人 TOMOSO
※ 株式会社タウンズ、静岡ガスグループは、この取り組みに賛同しています。