

- 寝ないで起きていることができない
 - 唇や顔が青い
- 咳やくしゃみのときは口を覆う
- 石鹸と水で少なくとも 20 秒間手指を頻繁に洗うか、あるいはアルコール 60% 以上のアルコールベースの手指消毒剤で手指を消毒する