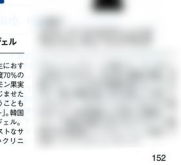
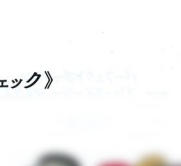
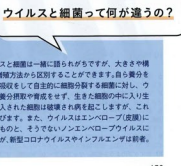


ポジティブ衛生学をはじめよう

ウイルス対策の
根本を教えたのは
中野あい先生

あいつはウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生。あの「ウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生」という言葉が、多くの人の心に響き、ポジティブ衛生学を始めるきっかけとなった。中野あい先生の著書『ウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生』は、ウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生という言葉を、多くの人の心に響かせ、ポジティブ衛生学を始めるきっかけとなった。



Column 01 夏のマスクと熱中症

マスクをするには暑さが我慢できなくなるため、いままは以上の暑さを感じにくくなり、熱中症のリスクが高まります。実は新型コロナウイルスと熱中症の初期症状は似ていたため、マスクを続けるこの夏は、どどが思いやりにくくなるような小確率を懸念して、できれば通気性を確保するドリンクがおすすめです。また、自分の体温は体温計で測るのではなく、腕に貼るウェアブルデバイスで測る。ウェアブルデバイスはマスクをはずす頻度も、冷却マスクを使うのをおすすめです。

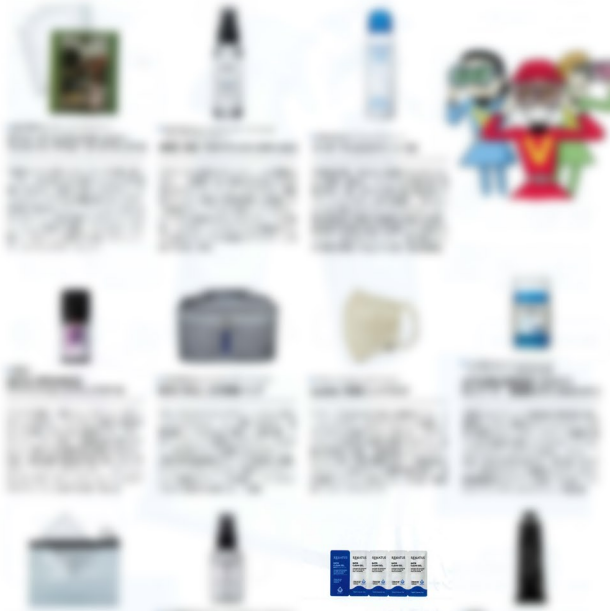
Column 02 ウイルスを防ぐ ためには どうすればいい？

ウイルスは細胞に入らないと活性化せず、液体では一般的に数時間から数日で死滅してしまいます。また、エンベロープウイルスである新型コロナウイルスは、湿度70%以上のアルコール消毒を避けてください。死滅してしまいます。また、エンベロープウイルスである新型コロナウイルスは、湿度70%以上のアルコール消毒を避けてください。死滅してしまいます。また、エンベロープウイルスである新型コロナウイルスは、湿度70%以上のアルコール消毒を避けてください。死滅してしまいます。

Column 01 ウイルスと細菌って何が違うの？

ウイルスと細菌は一緒に扱われがちですが、大きな違いがあります。細菌は自分自身で増殖することができます。一方、ウイルスは自分自身で増殖できません。また、細菌の中には人に感染するものがあります。一方、ウイルスの中には人に感染するものがあります。また、細菌の中には人に感染するものがあります。一方、ウイルスの中には人に感染するものがあります。

《あの人のウイルス対策グッズをチェック》



▶ 藤井美奈さん(ニューエニジター)
RENATUS サチス クリーンジェル

「あいつはウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生にお世話になりました。新型コロナウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生。あの「ウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生」という言葉が、多くの人の心に響き、ポジティブ衛生学を始めるきっかけとなった。中野あい先生の著書『ウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生』は、ウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生という言葉を、多くの人の心に響かせ、ポジティブ衛生学を始めるきっかけとなった。



ウイルスバスターの 24時間サッチ

ウイルスバスターの24時間サッチは、ウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生。あの「ウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生」という言葉が、多くの人の心に響き、ポジティブ衛生学を始めるきっかけとなった。中野あい先生の著書『ウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生』は、ウイルス対策の根本を教えたのは、中野あい先生という言葉を、多くの人の心に響かせ、ポジティブ衛生学を始めるきっかけとなった。