

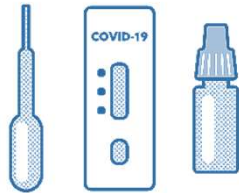
熱が出たときのために、検査キットや解熱鎮痛薬、食料品などをあらかじめ準備しておきましょう。

医薬品等の例

□市販の新型コロナ抗原検査キット

国が承認したキットを選びましょう。

「体外診断用医薬品」または「第1類医薬品」と表示



□市販の解熱鎮痛薬

厚生労働省や都薬剤師会のホームページを参考にしましょう。



□体温計

電池残量も確認しましょう。

□生活必需品

手指消毒剤、洗剤、ゴミ袋、衛生用品、トイレットペーパー、ティッシュペーパーなど



食料品の例

□水分補給ができるもの

スポーツ飲料、経口補水液、ゼリー飲料など



□体調がすぐれない時でも

食べやすいもの

レトルトのおかゆ、パックごはん、うどんなど

□調理せずに簡単に食べられるもの

レトルト食品、缶詰、即席スープ、インスタント味噌汁、冷凍食品など

1週間分を目安に備えましょう。

