

かぜのとき、
安心して
休むために

ママ・パパのためのかぜ備え

家族でシェアしておきたい7つのこと

- 1 体温計や氷枕、かぜ薬など、かぜの時に必要なアイテムの収納場所
- 2 栄養補給ゼリーなど、体調が悪くても口にしやすいもののストック場所
- 3 保険証や診察券など、病院に行く際に必要なものの保管場所
- 4 子どもの保育園や学校、習い事などの連絡先
- 5 ゴミ捨ての曜日と分別方法
- 6 洗濯機や食洗機などの家電の使い方
- 7 レトルト食品や日用品のストック場所



ジキニンイメージキャラクター「ジキ忍」