

# 免疫力を上げる



免疫力とは、様々な病気から体を守り、健康を維持する力のことです。

加齢や自律神経の乱れにより免疫力は低下します。免疫力を上げるために、普段の生活習慣を見直しましょう。

インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の症状は非常によく似ています。発熱等の症状が生じた場合、まずはかかりつけ医等に電話相談しましょう。

新型コロナウイルス感染症専用電話相談窓口でも受け付けています。