

12월

초등활동지

겨울철 감기를 예방해요



기관명 _____

이름 _____

겨울철 감기 예방 방법에 대해 알아보아요!

감기 예방 방법

1



손 씻기

30초 이상 비누로 문지른 뒤 흐르는 물에 깨끗이 씻어요.

2



기침 예절 지키기

기침할 때는 휴지나 손수건, 옷소매로 입과 코를 가려요.

3



마스크 착용하기

외출할 때는 마스크를 착용하여 입과 코를 모두 가려요.

4



건강 체크하기

체온을 측정하고, 열이나 기침 등 감기 증상이 있는지 살펴봐요.

5



환기하기

깨끗한 바람이 들어오면 병균이 머물기 어려워요.

★



마스크 착용 TIP

마스크는 끈이 바깥쪽으로 나오도록 올바르게 착용해요!

QUIZ. 퀴즈를 읽고 O/X 에 맞게 동그라미를 표시해 보아요.

1. 손을 씻을 때는 10초만 씻어도 충분해요.



2. 기침을 할 때는 옷소매로 입과 코를 가려요.



3. 마스크로 입만 가려주면 감기를 예방할 수 있어요.

수성구
어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

X'ε'02'X'1'3'5'6