

지키자! 오늘도! 감염방지대책!!!

신형코로나바이러스가 무섭게 변하고있어요.
 확진접종이후에도 중요한것은 계속 사람을
 멀리하고 경계심을 풀지 않은거예요.
 코로나가 종식될 때까지 **표준방지대책**을
 꼭 취하자요.
 상급생은 하급생을 잘 돌보세요.
 모두 함께 동무들을 보호하자요!!!

감염한 후 발병
평균 8일이었던것이
평균 6.5일로!

종래 비루스의
1.32배의
감염력!

이제까지 1명이 걸리면
가족의 반수가 감염하였지만
이제는 **백발백중!**
가족모두가 걸릴
위험성이 있어요.

이제까지 코로나 변이한 코로나

① 몸상태
몸상태는 좋을가요?

예 • **아니오**

동무들, 좀 보세요!
학교에 들어가기 전에
점검하자요!

체온37도이상은
요주의!

코로나감염의 증상

- 우각장애
- 미각장애
- 무증상
- 오름곤란
- 나른함
- 기침, 재채기
- 발열

② 마스크
마스크를 바로 썼나요?

예 • **아니오**

주름이
코등에
붙어있다

코를
덮었다

턱을
덮었다

③ 손씻기와 손 소독
손씻기와 알콜소독의 준비는 되었나요?

예 • **아니오**

우선 비누로 손을 씻자요!
손에 묻은
비루스를
거품으로
감싸자요.

손을 씻자!
손등과 손가락 사이,
손톱끝까지도
잘 씻자요.

알콜소독 할때는
주의!
소독액은
랑손에 빈틈없이
전체적으로 발라 잘 말리자요!

30초간
싹싹 비벼서
씻자요.

④ 환기 평상생활에서 중요한것은 사람과의
거리를 두고 창문을 여는것.

학교에 들어가면
조심하자요!

공기가 빠져나갈수 있도록 한쪽만이 아니라
대칭되는 양쪽의 문과 창문을 열자요.

거리를 두자요
2m이상

⑥ 살균 매일 깨끗이 청소를 하자요.

한쪽 방향으로

사용한 물건, 만진 물건을 소독하자요.
평상시 잘 만지는 물건을 정기적으로 소독하자요.

문잡이 전화, 스마트폰 조명기구 스위치 놀이감, 생활용품 등

⑤ 식사 식사를 할 때에는 손을 씻고 말없이 먹자요.
*밖에서 식사할 때도 마찬가지로요.

입안에 비루스가 안들어가도록
손씻기와 소독을 잘하여 깨끗한
상태로 식사를 하자요.

⑦ 학교
밀집 금지

돌아갈 길에서도
주의!

지금은 가까이 모여서는 안돼요.
밖에서 마스크없이 말할 경우 100% 감염할 위험성이 있어요.
집에 돌아갈 때에도 3가지 밀도(밀접, 밀집, 밀폐)가 높아지지 않도록 주의하자요.
집에 돌아가면 우선 손씻기!

밀접 밀집 밀폐

⑧ 면역력을 높이자 밤은 일찍 자고 규칙적인 생활을 하자요.

몸의 면역력을 높이기
위하여 노력하자요

8~10시간

음식물을 가리지말고 균형잡힌
식사를 하루에 3번 하자요.

운동할 때에는
상황에 맞게
마스크를 쓰세요.
간격을 의식하세요.

운동은 몸의 면역력을 높여주어요.
하지만 지나친 운동은 오히려 몸의 면역력을
약화시켜요. 그때는 몸을 충분히 쉬게 하세요.
알맞춤한 운동을 하세요.