

# 손 씻기

소개: 유해 세균은 서로에게 쉽게 전염될 수 있습니다. 손을 청결히 하면 건강을 유지하고 세균 확산을 방지하는 데 도움이 됩니다. 손을 적신 후 비누로 손 앞뒤, 손가락, 손톱을 20초간 거품을 내어 깨끗이 헹구고 깨끗한 수건으로 말리는 올바른 손씻기가 세균을 없애는 가장 좋은 방법입니다.

## 건강 활동

### 시간

30분 - 3주

### 난이도

중간

### 준비물

빵, 집게, 밀봉 비닐봉지,  
마커, 비누, 손 소독제, 깨끗한 수건

#### 1단계

- 깨끗한 집게로 빵 한 조각을 떼어 비닐봉지에 조심스럽게 넣고 밀봉합니다. 대조 샘플로 라벨을 붙입니다.

#### 2단계

- 깨끗한 집게를 사용해 빵 한 조각을 문 손잡이, 책상, 키보드에 문지릅니다. 그런 다음 밀봉된 비닐봉지에 넣습니다. 표면 샘플로 라벨을 붙입니다.

#### 3단계

- 씻지 않은 손으로 빵 한 조각을 꺼내 밀봉된 비닐봉지에 넣습니다. 미세척 샘플로 라벨을 붙입니다.

#### 4단계

- 손 소독제로 손을 씻은 다음 빵 한 조각을 꺼내 밀봉된 비닐봉지에 넣습니다. 손 소독제 샘플로 라벨을 붙입니다.

#### 5단계

- 올바른 손씻기 방법을 사용한 다음 빵 한 조각을 꺼내 밀봉된 비닐봉지에 넣습니다. 손씻기 샘플로 라벨을 붙입니다.

#### 6단계

- 모든 샘플을 채취하여 안전한 곳에 보관하세요. 3주 후에 확인하여 손씻기가 세균 확산을 막는 데 얼마나 중요한지 알아보세요.

