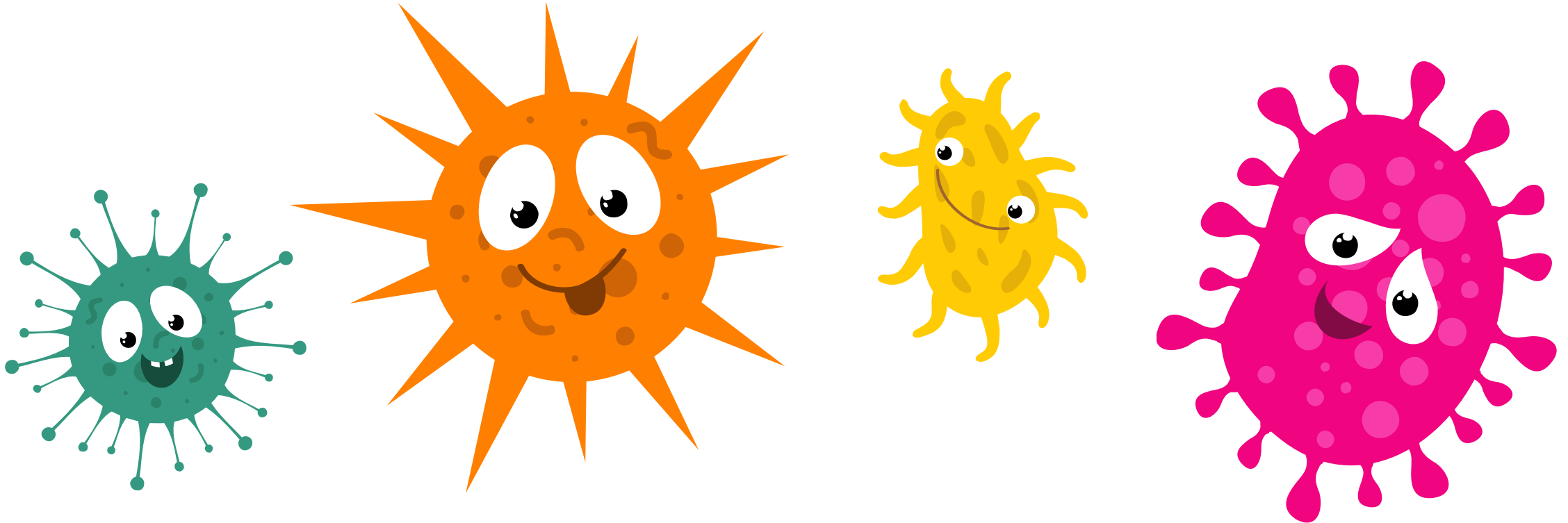


누구나 아플 수 있어요



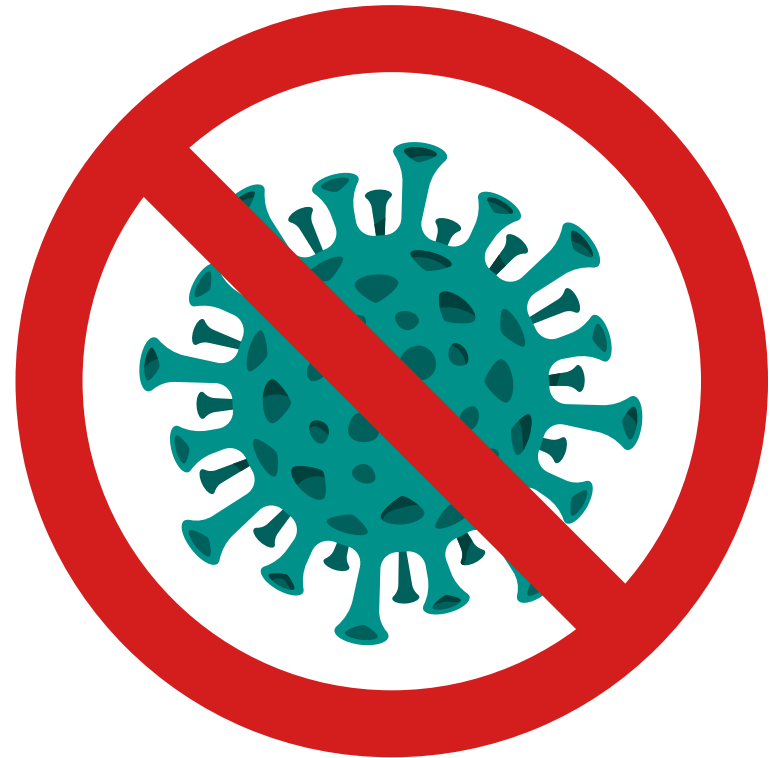
누구나 아플 수 있어요. 우리는 세균때문에 아파요.
세균은 아주 작고 눈에 보이지 않아요.
세균은 우리 주변에 많이 있고 우리 몸속에도 있어요.



**어떤 세균은 우리를 아프게 만들어요.
만약 나쁜 세균이 우릴 아프게 하면
감기에 걸리고, 목이 아프고 기침이 나요.**



가끔은 세균때문에 독감에 걸리면 굉장히 많이 아파요.
무섭게 들리지만, 괜찮아요! 아프지 않게 하는 방법이 있거든요.
이걸 위생이라고 해요.



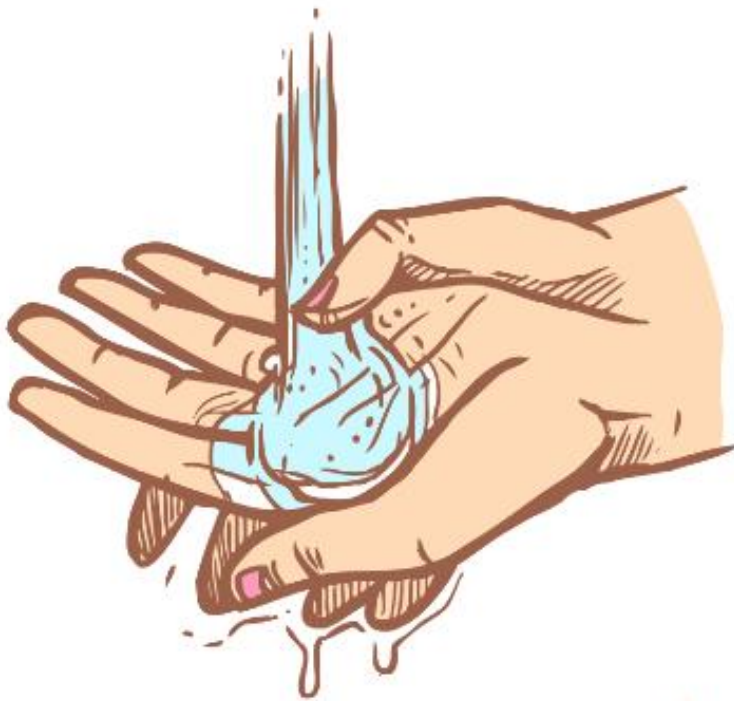
**의사선생님과 과학자들은 세균을 연구해요.
아직 우리가 모르는 세균이 많거든요. 하지만 괜찮아요!
세균이 퍼지지 않게 하는 방법을 열심히 연구하고 있거든요.**



세균이 퍼지지 않게 하는 가장 좋은 방법은 손씻기예요.
생일축하 노래를 2번 부르거나 숫자를 20까지 세면서
비누로 꼼꼼하고 깨끗하게 손을 씻어요.



**먼저, 밥이나 간식을 먹기 전, 먹은 후에 꼭 손을 씻어요.
만약 세면대가 없으면 손세정제나 물티슈로 닦아요.
그래야 내 손에 있는 세균이 없어져요.**



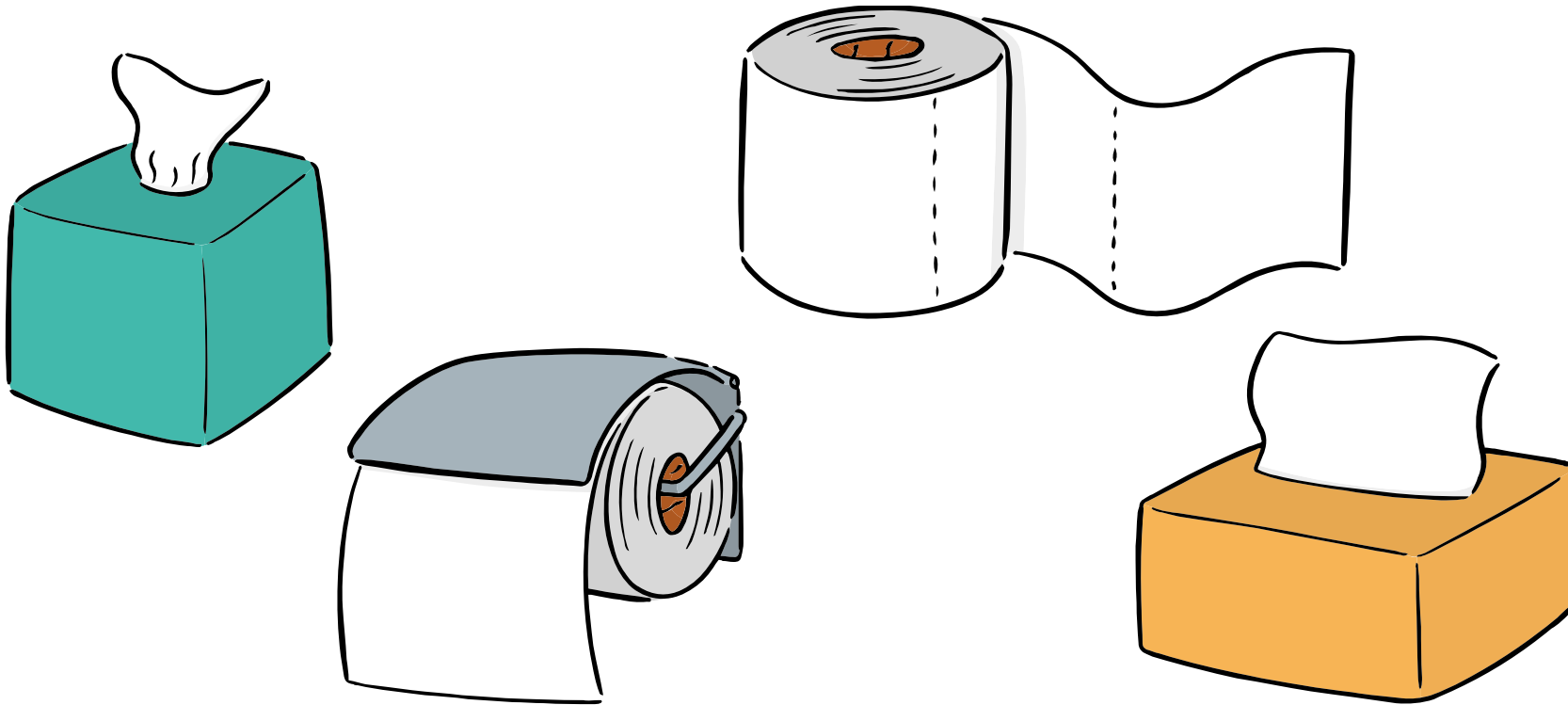
**세균은 재채기나 기침 속에도 있어요.
그러니까 재채기나 기침이 나올 땐 팔뚝이나 휴지로 가려야 해요.
재채기나 기침한 뒤에도 꼭 손을 씻어야 해요.**



**마스크는 세균이 내 몸속으로 들어오는 걸 막아줘요.
마스크를 쓰면 답답하지만 우리 모두의 건강을 위해서
참고 마스크를 써야 해요.**



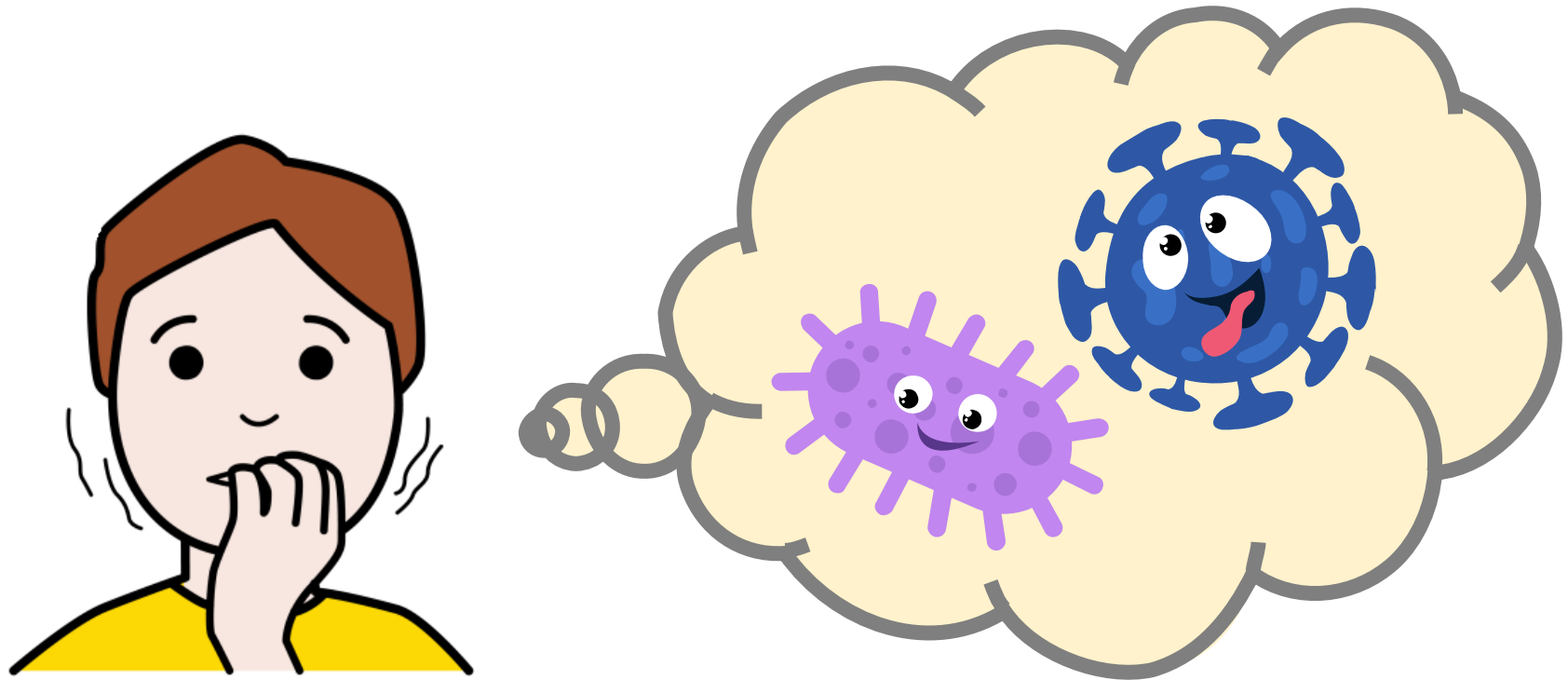
코를 풀 때는 꼭 휴지를 사용해요.
코를 풀고 나면 휴지를 휴지통에 버리고 손을 씻어요.



위생을 잘 지켜도 아플 수 있어요.
하지만 괜찮아요. 누구나 가끔 아프거든요.
아플 땐 집에서 쉬어야 몸이 나을 수 있어요.



만약 많은 사람들이 한꺼번에 아프면 무서워져요.
TV나 학교, 센터에서 그런 소식을 들으면 걱정이 돼요.
그런 기분이 드는 건 자연스러운 거예요.



**두려운 마음이 생기는 건 괜찮아요.
나쁜 기분이나 생각을 가족, 부모님이나 친구에게
털어놓으면 기분이 좋아져요.**



**만약 우리 동네에 아픈 사람이 많이 생기면
나도 학교나 센터에 갈 수 없어요.
학교나 센터에 있는 나쁜 세균을 청소해야 하거든요.**



**세균을 모두 없애면 다시 학교나 센터로 갈 수 있어요.
그 때까지 집에서 즐거운 시간을 보내며 기다릴 거예요.**



**이 자료는
Autism Speaks 에서 제공하는
COVID-19 정보를
[소통과 지원 연구소]에서 번역/편집하였습니다.**

-

**출력/제본하여
매일 함께 이야기 나누는 자료로 활용하세요.**