

세균과 싸워요! 손 씻기!



손을 자주 잘 씻으면 일반 감기를 비롯한 많은 감염증의 확산을 쉽게 예방할 수 있습니다. 일리노이법은 차일드케어 센터 및 데이케어 가정에서 준수하는 손씻기 기준을 정했습니다. 다음은 몇 가지의 권장사항입니다. (일리노이 조기 학습 및 발달 벤치마크 **22.A.ECa**, **22.A.ECb**)

☀️ 손 씻기에 가장 좋은 시간은 언제일까요?

어린이가 손을 씻어야 하는 시간: 차일드케어 센터나 데이케어 가정에 도착하는 즉시,

- 하원 전
- 화장실 사용, 재채기, 코 만지기, 동물과 놀기, 밖에서 놀기, 다른 아이들이 사용한 장난감을 가지고 놀기, 체액이나 노폐물로 오염된 것(예: 피, 침, 소변, 대변 또는 구토)을 만진 후
- 음식을 먹거나, 요리를 하거나, 음식을 만지기 전과 후
- 손이 깨끗하지 않는 것처럼 보이거나, 느껴지거나, 냄새가 날때 언제든지

부모와 교사는 학교나 차일드케어 센터에 도착한 즉시,

- 음식이나 병을 만지거나, 약이나 연고를 사용하거나, 하원 전
- 화장실 사용 후, 기저귀 교환 후, 체액(예: 콧물)을 만진 후, 반려동물 또는 반려동물의 물건(예: 케이지 또는 끈)을 만진 후, 어린이가 사용하는 물건을 취급한 후, 위생 목적으로 사용하는 장갑 제거 후, 전화 사용 또는 아픈 어린이를 돌보거나 만진 후
- 학교나 차일드케어 센터에서 다른 교실이나 다른 아이들 무리에 접근할 때
- 손이 깨끗하지 않는 것처럼 보이거나, 느껴지거나, 냄새가 날때 언제든지

☀️ 최고의 손 씻기 방법은 무엇일까요?

- 뜨거운 물이 아닌 흐르는 온수를 사용하세요. 먼저 '찬물'을 트세요. 그리고 나서 아이가 수도꼭지 아래에 손을 넣기 전에 온도를 직접 측정하면서, 점차적으로 온수의 양을 늘립니다. (참고: 안전 전문가들은 온수기를 화씨 120도, 즉 섭씨 49도 이하로 유지하는 것이 가장 좋다고 말합니다.)
- 기본에 충실하세요. 비누를 사용하세요. (알코올 기반의 손 세정제가 현재 연구되고 있지만, 어린이 보육 환경에서는 손 씻기에 비누를 권장합니다. 손 세정제는 절대 어린 아이가 사용할 수 있는 곳에 두지 마세요.) 양손의 앞뒷면을 모두 씻으세요. 손톱 밑을 닦는 것도 잊지 마세요. 최소한 15초 동안 씻는 것이 좋습니다. (알파벳 노래를 부르는 데 걸리는 시간과 비슷한 시간입니다.) 잘 헹구세요.
- 새 종이 타월이나 자동 건조기로 손을 말리세요. 종이 타월을 사용하여 수도꼭지를 잠그세요. (참고: 신생아 및 영유아를 위해 드라이어를 사용하지 마세요. 6세 이하의 아이가 드라이어를 사용하는 경우 가까이서 지켜보세요.)
- 위의 방법을 바탕으로 어린이가 손을 씻을 수 있도록 도와주세요. 손씻기를 관찰하면서 익숙해질 때까지 손 씻는 방법을 가르칠 수 있습니다.

English Title: Fight Germs! Wash Your Hands!



Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois
State Board of
Education