The illustration features a central text area with a blue dashed border. The background is light blue with a sunburst pattern. At the top, a boy's face is shown upside down, and colorful Easter eggs are scattered around. At the bottom, two children's faces are visible, one on the left and one on the right, also looking upwards. The title '春日防护指南' is prominently displayed in the upper middle section.

春日防护指南

1. 接种疫苗，免受感染：

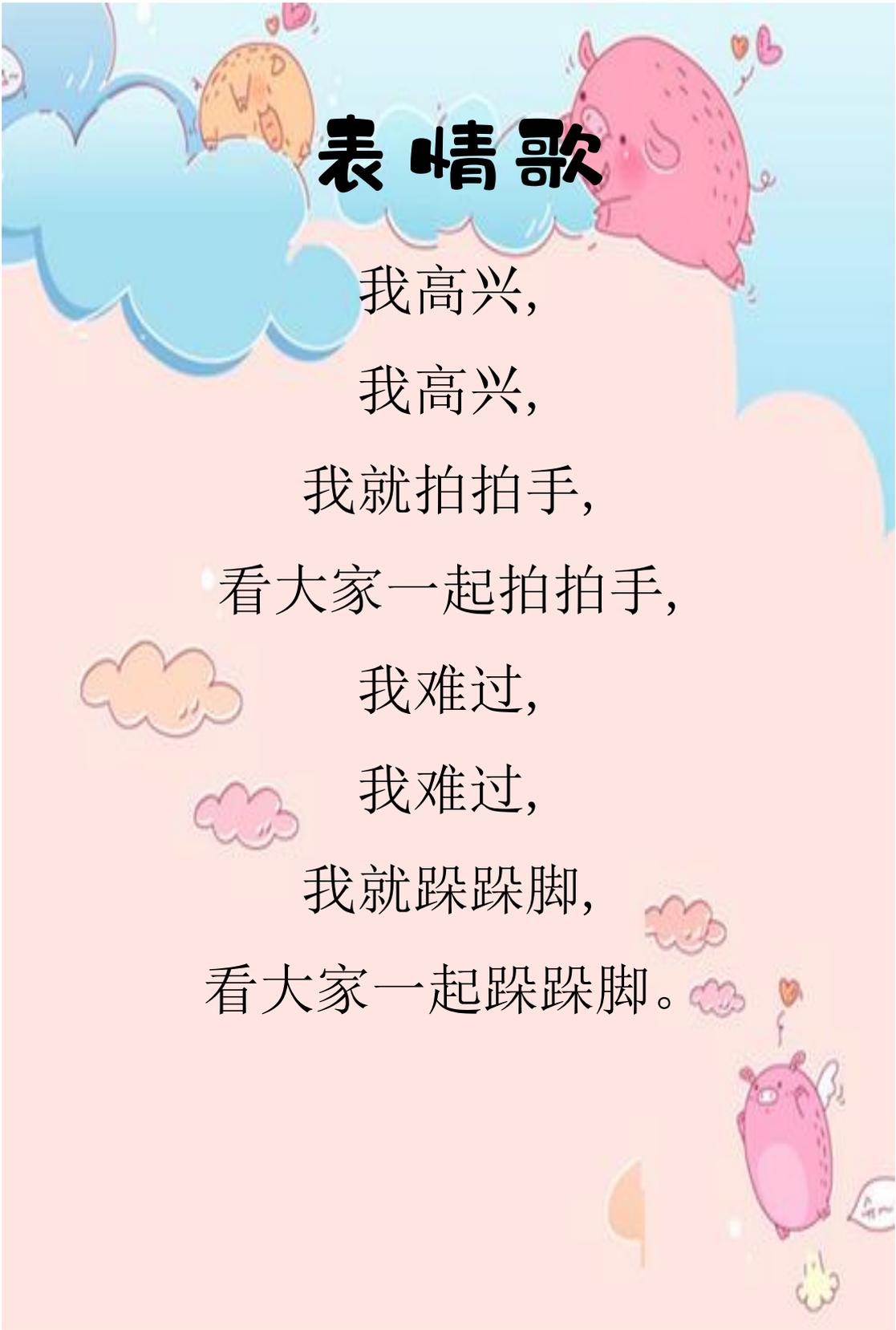
对于年幼的儿童或者抵抗力差的人，可以到妇幼保健所或者是当地疾控中心接种某些疫苗，使身体产生病毒抗体，避免病毒感染。

2. 开窗通风，远离人员密集区：

春天里要注意空气来流通，可以通过每天开窗通风，保持室内的空气新鲜，对于教室、会议室等人员聚集的场合尤其要注意。此外不要到贸市场、个体饮食店、游艺活动室等人口密集、人员混杂、空气污染的场所去。

3. 补充营养，提高免疫力：

通过合理膳食，增加营养来提高自身的免疫力。多食用富含蛋白质、糖及微量元素的食物，如瘦肉、禽蛋、大枣、蜂蜜和新鲜蔬菜、水果等食品来摄入足够的维生素并多喝水促进新陈代谢。



表情歌

我高兴，

我高兴，

我就拍拍手，

看大家一起拍拍手，

我难过，

我难过，

我就跺跺脚，

看大家一起跺跺脚。



表扬栏：

吃饭之星：张筱可、沈煜恒

艺术之星：钱宣琪、吴湛

进步之星：翟诗睿、吴攸