
	<p style="text-align: center;">가정통신문 (2023.8.21.)</p>	
<p>2학기 학교 내 감염병 예방 및 관리</p>		

코로나19 확진자 수가 연속 증가하고 있고, 인플루엔자는 통상 동절기 및 신학기에 유행하였으나, 현재에도 유행이 장기화되고 있습니다. 이러한 상황에서 학생이 방학동안 다수인 밀집장소 이용·접촉 등으로 개학 후 학교 내 감염병 유입 및 확산 가능성이 높아지고 있습니다. 학부모님께서도 학생에게 증상이 나타나는 경우 바로 병원 진료를 볼 수 있도록 해주시고, 손씻기, 기침예절 준수 등 감염병 예방에 주의를 기울여주시길 바랍니다.

< 개인방역 보조수칙 : 코로나19 확진자 >

<p>① 코로나19 확진자 생활수칙의 일반 원칙</p>
<ul style="list-style-type: none"> ○ 코로나19 확진자는 바이러스 전파 차단 및 방지를 위해 격리 권고 기간 동안 자택에 머무르며 가급적 외출을 자제합니다. ○ 불가피하게 외출해야 하는 경우에는 KF94(또는 이와 동급) 마스크를 착용하고, 되도록 도보나 개인차량 등을 이용하여 이동합니다. ○ 타인과의 대면접촉을 최소화하고, 사적 모임 및 고위험시설 방문을 자제합니다. ○ 빠른 회복과 전파 방지를 위하여 의료기관이 안내하는 사항을 잘 준수합니다. ○ 마스크 착용 및 손소독 등 개인방역수칙을 철저히 준수합니다.
<p>② 다른 가족을 위해 집에서 이렇게 하세요.</p>
<ul style="list-style-type: none"> ○ 코로나19 확진자는 독방을 사용하고, 방에서 나올 때는 KF94(또는 이와 동급) 마스크를 착용합니다. ○ 격리 권고 기간 동안 식사는 혼자 합니다. ○ 방문고리, 전등 스위치 등을 매일 한 번 이상 소독 티슈로 닦습니다. ○ 밥그릇 등 식기, 수건, 침대, 컴퓨터는 가족과 따로 씁니다. ○ 가족 모두 알코올 소독제나 물과 비누로 손을 자주 소독합니다.
<p>③ 외출을 해야 하는 경우에는 다음 사항을 실천합니다.</p>
<ul style="list-style-type: none"> ○ 외출하는 동안에는 KF94(또는 이와 동급) 마스크를 씁니다. ○ 사람이 많이 모인 장소, 특히 밀폐되고 환기가 잘되지 않는 곳의 방문은 자제합니다. ○ 다른 사람과 최소 1m 이상 건강 거리 두기를 합니다. ○ 만나는 사람과 마스크를 벗고 대화하거나 식사하는 등의 밀접한 접촉을 자제합니다.
<p>④ 스트레스 관리는 이렇게 하세요.</p>
<ul style="list-style-type: none"> ○ 건강하고 규칙적인 생활을 합니다. <ul style="list-style-type: none"> - 건강하고 균형 잡힌 식사 및 충분한 수면을 취하세요. - 심호흡, 스트레칭 등 가벼운 운동을 꾸준히 하세요. ○ 가족이나 친구와 자주 연락합니다. ○ 불안이나 우울 등 심리적 어려움이 있는 경우에는 전문가의 도움(정신건강복지센터 ☎ 1577-0199)을 받을 수 있습니다.
<p>⑤ 아플 때는 의료기관에 방문하여 진료받으세요.</p>
<ul style="list-style-type: none"> ○ 백신 접종 여부와 관계없이 만성병이 있거나 나이가 많으신 확진자가 발열, 기침, 온몸에 근육통이 생겼을 때에는 진료를 받으세요. ○ 건강상태가 점점 나빠지는 것을 느낀다면 의료기관(호흡기환자진료센터 이용 권장)에서 진료를 받으세요.
<p>⑥ 쓰레기 처리는 이렇게 하세요.</p>
<ul style="list-style-type: none"> ○ 격리 권고 기간 동안 일반쓰레기, 재활용품, 음식물쓰레기로 분리하여 소독한 후 보관하며, 격리 권고 기간 종료 후 배출합니다. <p>* 확진자의 폐기물 처리 방법은 「코로나바이러스감염증-19 관련 폐기물 안전관리 특별대책」 최신판을 참고하세요.</p>

호흡기질환, 어떻게 예방할 건강!?

기침할 땐 옷소매로 기침 후엔 비누로 손씻기

• 기침예절 실천 네 가지 수칙 •



기침할 때는 휴지와 옷소매로
입과 코 가리기!



기침한 후에는 반드시
올바른 손씻기 실천!



호흡기 증상이 있을 시
마스크 착용하기!



사용한 휴지나 마스크는 바로
쓰레기통에 버리기!

올바른 기침예절 생활화로 안전한 일상 회복에 함께해 주세요!

어린이집, 유치원, 학교의 인플루엔자 바로알기

예방수칙

▶ 인플루엔자 진단시에는 어린이집,
유치원, 학교 등 등교 자제

▶ 인플루엔자 예방접종 받기

▶ 인플루엔자 유행시기에는
사람이 많은 장소 방문 자제

인플루엔자 예방수칙

예방접종 받기



증상발생 시 진료받기

인플루엔자 의심 증상 발생 시 의료기관 방문하여 **진료받기**(발열 및 기침, 인후통 등)



발열



기침



인후통



근육통

기침예절 실천

나와 타인을 위한 배려, **기침예절** 실천하기



기침할 때 휴지로
입과 코 가리기



기침할 때 옷소매 밖으로
입과 코 가리기



호흡기 증상이 있을 시
마스크 착용



기침 후 반드시
올바른 손씻기 실천

올바른 손씻기의 생활화

흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기



흐르는 물에 비누로
30초 이상 손씻기



코를 풀거나 기침, 재채기 후,
외출 후, 식사 전후 등

올바른 손씻기 6단계



손바닥 손바닥과 손바닥을
대우려고 한팔이 주세요



손등 손등과 손바닥을
대우려고 한팔이 주세요



손가락 손바닥을 대우려고
손가락을 끼고 문질러 주세요



엄지 손가락을 대우려고
엄지 손가락을 끼고 문질러 주세요



손가락 손바닥을 대우려고
손가락을 끼고 문질러 주세요



손가락 손바닥을 대우려고
손가락을 끼고 문질러 주세요

2023년 8월 21일
정 명 고 등 학 교 장

