



제 2021 - 45호

코로나19 예방 안내문

2021년 10월 19일

전주여자고등학교 보건실

☎ 710-5561

<http://www.jjg.hs.kr>

1 전북 현황

2021. 10. 19.(화)까지 전북의 코로나19 확진자는 4,884명 발생(4,638명 격리해제)하였습니다.

2 코로나19 가을철 산행 및 야외활동 방역수칙 [질병관리청]

✓ 계획할 때

- 발열 및 호흡기 증상 등이 있다면 여행 취소하기
- 한적한 야외장소로 일정은 짧게 여행하기

✓ 이동할 때

개인차량이나 대중교통 이용하기

- ① (역사·터미널) ▲온라인예매, 모바일 체크인 등 활용 ▲음식섭취는 지정된 장소 이용
- ② (차량 내부) ▲거리 유지 ▲마스크 착용 ▲손위생 준수 ▲노래·음주·대화 및 음식섭취 자제, 자주 환기
* 불가피한 통화는 마스크 착용한 상태로 작은 목소리로
- ③ (휴게소) 가급적 방문 자제, 방문시 ▲마스크 착용하고 짧게 머무르기, 음식은 지정된 장소에서 섭취하기

✓ 산행 및 야외활동할 때

- 다른 사람과 2m 이상 거리를 유지하고, 거리두기가 어려울 경우 마스크 * 상시 착용하기
* 숨이 차서 호흡이 어려운 경우, 거리두기 가능한 공간에서 마스크 벗고 휴식
- 함성, 노래 등 침방울이 튈 수 있는 행위 자제하기
- 산행·야외활동 후 밀폐·밀집·밀접 장소(유행시설, 노래방 등) 방문 자제하기

✓ 식사를 할 때

- 대규모 식당 등을 이용한 단체 식사 자제하기
- 혼잡하지 않은 장소와 시간 활용 및 이동 시·식사 후 마스크 상시 착용하기
- 음식 섭취 시 거리 유지, 손위생, 대화 자제, 개인접시에 덜어먹기(나눔 자제)

✓ 귀가 후

- 발열 및 호흡기증상 관찰하고 외출·모임 자제하기
* 귀가 후 38도 이상 고열 지속, 증상 악화 시 콜센터(☎1339, 063-120)나 보건소 문의 안내

※ 불가피한 단체모임에서는 방역관리자를 지정(모임의 인솔자, 가이드, 버스기사 등)하여 아래 수칙 준수

방역관리자가 할 일

- 명단 확보
- 방역수칙 사전 숙지 및 준수 관리
- 한적한 야외장소로 일정은 짧게 계획(반일, 당일 등)
- 발열 및 호흡기증상 사전확인 및 유증상 시 집에서 쉬도록 안내
- 침방울이 튈 수 있는 함성, 노래, 큰소리로 대화 등 자제 유도
- 차량에서 음식 제공 및 섭취 자제 지도·관리
- 모임원이 코로나19 확진 시 다른 모임원에게 안내