



“꿈과 사랑을 키워가는 행복한 학교”

2023-141호(12월 13일)

# 가정통신문

안 성 중 학 교  
<http://www.ansung.mh.kr>

55536 전라북도 무주군 안성면 구량천로 147 ☎ 교무실 323-0115 ☎ 행정실 323-0279

## ◆ 마이코플라스마균 감염증 및 노로바이러스 감염증 예방법 안내 ◆

학부모님 안녕하세요.

무주군 보건행정과에서 마이코플라스마 폐렴균 감염증 및 노로바이러스 감염증 예방법을 보내와 다음과 같이 안내해 드립니다. 내용을 확인하시어 우리 학생들의 겨울철 건강관리를 위해 각 가정의 적극적인 협조를 부탁드립니다.

- 다 음 -

### 가. 마이코플라스마 폐렴균 감염증 예방수칙

- ① 흐르는 물에 비누를 이용하여 30초 이상 손 씻기  
- 외출 후, 식사 전·후, 코를 풀거나 기침·재채기 후, 용변 후 등
- ② 기침할 때는 휴지나 옷소매로 입과 코를 가리고 하기  
- 기침 후 올바른 손씻기 실천 및 마스크 착용
- ③ 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기
- ④ 실내에서는 자주 환기하기
- ⑤ 발열 및 호흡기 증상이 있을 시 의료기관을 방문하여 적절한 진료 받기

### 나. 노로바이러스 감염증 예방수칙

- ① 흐르는 물에 비누를 이용하여 30초 이상 손 씻기  
- 외출 후, 식사 전, 배변 후, 요리 시작 전
- ② 채소, 과일은 흐르는 물에 깨끗이 씻어 먹고, 껍질은 벗겨 먹기
- ③ 음식물은 충분히 익혀 먹기(85℃ 이상에서 1분 이상 가열)
- ④ 끓인 물 마시기
- ⑤ 칼·도마 소독하기, 조리도구는 채소용, 고기용, 생선용으로 구분하여 사용

2023. 12. 07.

안 성 중 학 교 장 (관인생략)



호흡기감염병 예방을 위한

# 5대 예방수칙



## 첫째, 기침예절 실천

- ▶ 호흡기 증상 있을 시 마스크 착용하기
- ▶ 기침할 때는 휴지와 옷소매로 입과 코 가리기
- ▶ 기침한 후에는 비누로 손씻기
- ▶ 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기

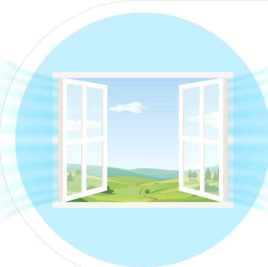


## 둘째, 올바른 손씻기의 생활화

- ▶ 흐르는 물에 비누로 30초 이상
  - ▶ 외출 전후, 식사 전후, 코 풀거나 기침·재채기 후, 용변 후 등
- ※ 비누로 손 씻으면, 호흡기 감염병 5명 중 1명이 예방 가능



## 셋째, 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지기 않기



## 넷째, 실내에서는 자주 환기하기

- ▶ 하루에 최소 3회, 매회 10분 이상 창문 열기
- ▶ 학교, 어린이집 등 공공시설에서는 출입문과 창문을 동시에 열기



## 다섯째, 발열 및 호흡기증상시 의료기관 방문하여 적절한 진료받기

— 추운 겨울 날씨에도 유행하는 —

# 노로바이러스 감염증 예방수칙

노로바이러스는 일상 환경에서도 3일간 생존이 가능하고,  
감염력이 높아 예방과 대응이 중요합니다.

## 개인위생 지키기



비누로 30초 이상  
손 자주 씻기



변기 뚜껑 닫고  
물 내리기

## 안전하게 조리한 음식 먹기



음식은 충분히  
익혀먹기



증상이 있다면  
식사 준비하지 않기

## 증상이 나타나거나, 환자가 발생했다면?

\* 주요 증상: 오심, 메스꺼움, 구토, 설사, 복통, 오한, 발열, 근육통

## 공간 구분하기



증상이 있다면  
집에서 쉬기



환자와  
생활공간 분리하기

## 환경 소독하기



자주 접촉하는  
물건 소독하기  
(화장실, 문 손잡이, 전화기 등)



소독 시 마스크 및  
장갑 착용하기



**집단발생이 의심되는 경우, 관할 보건소에 신고하기!**