



3월 보건소식지

2025-16호(3월 18일)
안성고등학교
<http://www.ansung.hs.kr>

55536 전라북도 무주군 안성면 구량천로 147 ☎ 교무실 323-0274 ☎ 행정실 323-0279

희망찬 봄과 함께 새 학기가 시작되었습니다.

1학년 학생들의 입학과 2, 3학년 학생들의 진급을 진심으로 축하합니다. 청소년 시절의 건강과 올바른 습관은 평생 건강의 밑거름이 됩니다. 좋은 건강습관으로 내 몸의 건강지킴이가 되기를 바랍니다.

보건실 이용 안내

1. 보건실 위치 : 중학교 건물 1층

2. 보건실 이용 대상: 전교생 및 전교직원

3. 이용 절차

응급상황이 아닌 경우 쉬는시간과 점심시간을 이용하고, 수업시간에 급하게 치료가 필요한 학생은 교과 선생님께 말씀드리고 **보건실 이용 확인증**을 지참하여 보건실을 이용합니다.

보건실에서 요양이 필요한 학생은 보건교사의 의료적 판단 아래 담임선생님과 교과담당 선생님께 허락을 받은 후 요양을 할 수 있습니다.

*보건실 요양은 1교시 내 이용을 원칙으로 합니다.

*1시간이상 요양이 필요한 경우에는 담임선생님 및 보호자와 상의 후 가정안정 또는 병원진료를 받습니다.

4. 기타

- 쉬는 시간이나 점심시간 이용(응급환자 제외)
- 아픈 부위와 증상에 대해 자세히 말하기
- 약물 복용 시 미리 알려 주기
- 보건실에서 큰 소리로 말하지 않기
- 부축이 필요한 경우가 아니라면 보건실은 혼자 오기

5. 보건실 이용 확인증(각 교실 비치)

보건실 이용 확인증	
학번 :	이름 :
교과담당교사	(인)
교실 나간시간	()시 ()분
증상 : ()	
이용 시간	
()교시 또는	
()시()분 ~ ()시()분	
보건실에서 안정을 취했습니다. □	

학교 응급 절차관리 안내

「학교교육과정」중에 발생하는 모든 안전사고의 경우, 학교 응급관리 절차에 따르게 됩니다.

▶ 위급하지 않으나 병원진료가 필요한 경우, **보건실에서 응급조치**하고 보호자에게 연락하여 인계함을 원칙으로 합니다.

▶ 병원에 가야 하는 상황에서 보호자와 연락이 안 되는 경우, 응급조치가 가능한 학교 인근병원으로 후송하며, 필요시 119에 연락하여 응급 후송할 것입니다.

▶ 학교 교육과정 중 일어나는 안전사고에 한해서는 학교안전공제회에 급여청구가 가능합니다.

※ 근거 : 교육부 학교응급관리 매뉴얼, 응급의료에 관한 법률 제2조

감염병으로 인한 등교중지 안내

▶ 학교보건법 제 8조에 의거 학교의 장은 감염병에 걸렸거나, 감염이 의심되거나, 감염될 우려가 있는 학생이나 교직원에 대하여 대통령령이 정하는 바에 따라 등교를 중지시킬 수 있습니다. 이는 일정 기간 학교에 나오지 않고 가정에서 치료·요양하도록 하여 모두의 건강을 보호하는 조치입니다.

▶ **감염병 질환이 의심되면 등교하지 말고 담임선생님께 연락 후 진료를 받도록 합니다.**

병원 진료 결과 등교중지가 필요한 감염병으로 확인되면 **병명과 등교중지 기간이 적힌 의사 소견서(또는 진료확인서)**를 발급받고 가정에서 요양합니다. **의사 소견서(또는 진료확인서)** 제출 시 출석으로 인정됩니다.

미세먼지 바로알기

봄철 불청객인 황사와 미세먼지는 주로 3~4월에 집중되고 있습니다. 건강을 위협하는 황사와 미세먼지로부터 피해를 최소화하기 위해 대응요령을 알아봅시다.

고농도 미세먼지 7가지 대/응/요/령



1 외출은 가급적 자제하기

• 야외모임, 캠프, 스포츠 등 실외활동 최소화하기



2 외출시 보건용 마스크(식약처 인증) 착용하기

• 보건용 마스크(KF80, KF94, KF99)의 올바른 사용법



※ 마스크 착용 시 호흡이 불편할 경우 사용을 중지하고 전문가 상담 필요

3 외출시 대기오염이 심한 곳은 피하고, 활동량 줄이기

- 미세먼지 농도가 높은 도로변, 공사장 등에서 지체시간 줄이기
- 호흡량 증가로 미세먼지 흡입이 우려되는 격렬한 외부활동 줄이기



4 외출 후 깨끗이 씻기

• 온몸을 구석구석 씻고, 특히 필수적으로 손·발·눈·코를 흐르는 물에 씻고 양치질하기



5 물과 비타민C가 풍부한 과일·야채 섭취하기

• 노폐물 배출 효과가 있는 물, 항산화 효과가 있는 과일·야채 등 충분히 섭취하기



7 대기오염 유발행위 자제하기

• 자가용 운전 대신 대중교통 이용 등



6 환기, 실내 물청소 등 실내 공기질 관리하기

- 실내·외 공기 오염도를 고려하여 적절한 환기 실시하기
- 실내 물걸레질 등 물청소 실시, 공기청정기 가동하기 (필터 주기적 점검·교체)

평시 환기	조리시 환기
<ul style="list-style-type: none"> • 실내외 오염도가 높을 때는 자연환기 또는 기계환기 실시(단, 낙후 시설시 자연환기 자제) • 하루 3번 30분 이상(오전 10시~오후 9시) 환기 실시 • 대기오염도가 높은 도로변 외의 다른 청문을 통한 환기 실시 	<ul style="list-style-type: none"> • 주방후드 가동과 자연환기(문·창)에 실시 • 조리 후에도 30분 이상 환기 실시



출처: 환경부, 미세먼지 대응요령

★ 미세먼지 농도 등 확인방법!



에어코리아 홈페이지

홈페이지

(<http://airkorea.or.kr>)

고객지원 ⇒ 문자서비스
신청



모바일 앱

(우리동네 대기정보)

플레이스토어' 또는
'앱스토어'에서 다운로드

2025. 3. 18.

안 성 고 등 학 교 장(관인생략)