



참여와 협력으로 삶과 배움이 하나 되는 보절 교육

<가정통신문>

코로나19 예방 안내

교무실 634-4049

행정실 634-4970

<http://www.bojeol.es.kr>

## 1 전북 현황

2020. 5. 19.(화)까지 전라북도의 코로나19 확진자는 21명 발생(19명 격리해제) 하였고, 현재 우리 교육청 소속 학생 및 교직원 확진자는 없습니다.

## 2 전라북도교육청의 대응 조치 및 안내 사항

① 등교수업 대비 학교 방역 준비 현장 지원

→ 기간: 2020. 5. 13.(수) ~ 5. 19.(화)

## 3 모든 가족 공적마스크 '대리구매' 가능

① 일시: 2020. 5. 18.(월) 부터

② 방법: 가족관계증명서 또는 주민등록등본 지참

③ 본인의 '마스크 구매 요일'이 아니더라도 가족 가운데 한 명이라도 해당되는 요일이라면 약국에서 가족 전부의 마스크를 구매 가능

④ 1주일에 한 번만 3매씩 구매할 수 있던 마스크도 필요에 따라 주중과 주말로 나눠 총 3매 안에 나눠 분할 구매 가능

## 4 코로나 면역, 건강한 식단 유지를 위한 팁

① 과일과 채소를 포함한 다양한 음식을 섭취한다

② 충분한 물을 마신다.

③ 소금과 설탕 섭취량을 제한한다.

④ 음식을 튀기지 말고 삶거나 찌서 먹는다.

## 5 감염병 스트레스 정신건강 대처법

① 누구나 감염병에 대한 스트레스를 느낄 수 있습니다. 가족, 친구, 동료와 소통하며 힘든 감정을 나누는 것만으로도 도움이 됩니다.

② 믿을만한 정보에 집중하세요. 잘못된 정보는 스트레스를 가중시키고 올바른 판단을 방해합니다.

③ 힘든 감정은 누구나 경험 할 수 있는 정상적인 반응이지만, 과도한 경우에는 전문가(일반인 및 격리자: 정신건강복지센터 ☎1577-0199, 확진자 및 가족: 국가트라우마센터 ☎02-2204-0001~2, 학생: 학교 Wee클래스, 교육지원청 Wee센터)의 도움을 받을 수 있습니다.

2020. 5. 20.

보 절 초 등 학 교 장  
보절초등학교병설유치원장