



4월 7일 보건의 날

보건의 날을 맞아 세계보건기구(WHO)가 발표한

■올해의 주제는 “더 공정하고 건강한 세상 만들기.
Building a fairer, healthier world”입니다.



World Health Day 2021
Building a fairer, healthier world

■ 건강은 인간의 권리입니다.

모든 사람은 자신의 건강과 가족의 건강을 돌보기 위해
필요한 정보와 서비스를 가져야 합니다.

건강에 대한 관심과 질병예방 공부는 평생 자기관리를
위해서 꼭 필요합니다.

♥ 보건교육의 중요성-5학년 17차시, 6학년 7차시 실시♥

평소와 다른 증상이 있다면?

일교차가 큰 날씨로 인해 감기 증상이나 두통,
복통 증상이 있을 수 있습니다.

이들 증상은 코로나19 증상과 구별하기 어려우니
학생이 평소와 다른 증상이 한가지라도 있다면?
이렇게 하세요.

1. 임상증상이 있으면 등교중지



2. 등교중지하고 병원진료 받기



3. 증상이 지속되면
= 콜센터(1339)에 문의 후 방문·검사



4. 증상이 사라지면
(약 복용 없이 증상 없으면) 등교 가능

코로나19 예방 이렇게 ..

등교 전, 집에서..

< 교육부 자료 >



매일아침 자가진단 하기

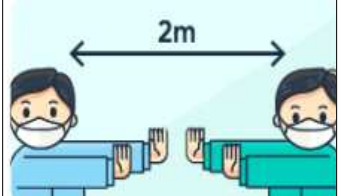


의심증상 시
선별진료소·학교에 연락하기

학교에서는..



항상 마스크 쓰기



친구들과 거리두기



교실 입실 전, 급식실 이동 전
체온 재기



쉬는 시간 마다 창문열기

감염병 예방 이렇게 ..

◆ 1830 손씻기 운동 실천하기
(하루에 8번, 1회 30초간 비누로 씻기)

◆ 기침예절 지키기



기침이나 재채기를
할 때는 티슈로 입과
코를 가리고 해요.



티슈가 없으면
소매로 가리고 해요.



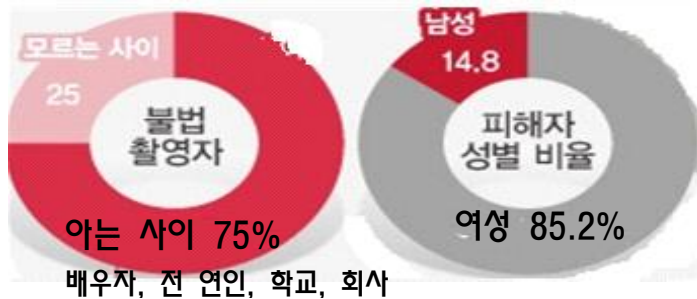
자주 기침을 할
때에는 마스크를
착용해요.

세균을 씻자

여러분의 건강을 위협하는 각종 감염성 질환
손만 제대로 씻어도 예방할 수 있습니다!

디지털 성범죄 예방

디지털성범죄란 카메라나 인터넷과 같은 디지털 매체를 이용하여 상대의 동의 없이 신체를 불법 촬영하여 저장, 유포, 협박, 전시, 판매하는 등의 사이버 공간, 미디어, SNS 등에서의 성적 괴롭힘을 일컫음.



❁ 전문가가 전하는 디지털성범죄로 인한 피해가 발생했을 때 대처방법

“피해를 인지했다면 본인이 피해자이든 피해자가 아닌든 적극적으로 신고해야 피해를 최소화할 수 있다. 피해 사실을 알게 된 경우 가장 중요한 것은 증거 수집이다. 유포된 사이트를 아는 경우에는 링크를 확보해 두고, 메신저 증거물이 있을 경우 캡처하고 채팅방을 나가면 안 된다. 그리고 디지털 성범죄 피해자를 지원하는 기관에 연락하길 바란다. 삭제 지원 사이트의 경우 피해자에게 삭제 비용을 요구하지만, 관련 지원 기관에서는 무료로 불법 유포 명상물의 삭제와 경찰 신고에 필요한 피해 사례 수집(채증) 작업을 도와준다. 또 전문 상담과 의료비, 무료 법률서비스 등도 지원받을 수 있다.”

(출처: 한국사이버성폭력대응센터 활동가)

❁ 지원센터 및 기관

- ▶ 여성가족부 디지털성범죄 피해자 지원센터 02)735-8994 (평일 10:00~17:00)
- ▶ 온라인게시판 www.women1366.kr
- ▶ 한국사이버성폭력대응센터 02)817-7959
- ▶ 한국성폭력상담소 02)338-5801(평일 10:00~17:00)
- ▶ 한국여성인권진흥원 카카오톡상담 'women1366' 검색
- ▶ 긴급전화 1366(24시간 상담 가능)
#1388(24시간 문자-카카오톡 상담)

흡연예방 및 금연

● 절대 금연구역 2012.04.01.~

- 운동장을 포함한 학교전체와 절대정화구역 (학교출입문으로부터 50m까지의 지역)
- 교직원은 물론이고, 공휴일 학교시설 이용자 (조기축구회등), 학교 방문객 및 학부모 등 모두에게 해당이 되며,
- 금연구역에서 흡연하는 경우, 10만원 이하의 과태료가 부과(국민건강증진법제34조) 됩니다

● 제 3의 흡연이란?

담배의 독성물질이 카펫 등의 주변 환경에 섞여 오랫동안 방치되면 간접흡연을 하는 것과 같은 영향을 받게 된다는 것입니다.



즉, 흡연자가 흡연을 한 장소(벽지, 가구, 침구, 옷 등)에 남은 담배냄새가 지속적으로 인체에 해를 미쳐 간과 폐에 악영향을 준다고 합니다.

특히 청소년의 경우에는 부모님이 담배를 피우신 후 아이와 함께 활동할 때 부모님의 옷에서 나는 담배연기로도 독성성분이 전달된다고 합니다.

(자료출처: 사이언스데일리)

● 제 3의 흡연을 막는 방법

- 부모님이 가정에서 흡연을 하지 않습니다.
- 부모님이 금연을 하시면 가장 좋습니다.
- 흡연자가 흡연을 했던 장소에 자녀들이 가지 않는 것이 좋습니다. (예, PC방, 노래방 등)

● 담배의 해로운 3대 화학물질

니코틴

1. 습관성 중독을 일으키는 마약성 물질입니다.
2. 말초 혈관을 수축시켜 혈액의 흐름을 방해합니다.
3. 혈관벽을 손상시켜 동맥 경화증을 일으킵니다.



타르

1. 각종 독성 물질과 발암 물질을 포함하고 있습니다.
2. 하루에 한갑씩 1년동안 피운다면 종이컵에 가득 찰 정도의 타르를 먹는것과 같습니다.



일산화탄소

1. 혈액의 산소 운반을 방해하여 뇌의 만성 저산소증을 일으킵니다.
2. 기억력이 나빠지고 학습능력이 떨어집니다.
3. 항상 피곤을 느끼며, 중풍을 일으키기도 합니다.

