



# 가 정 통 신 문

군산시 석치1길 17 ☎469-7274(보건실)  
https://school.jbedu.kr/gunsang

발행인 : 교장 김태현

편 집 : 교사 강은선

발행일 : 2021.07.16.

## ◆ 방학 중 코로나19 예방 수칙 및 건강관리 안내 ◆

학부모님 안녕하세요? 현재 생활 속 거리두기 전환 이후 감염경로가 불분명한 산발적 사례, 수도권 및 호남권 감염이 여전히 발생하고 있습니다.

특히, 여름방학 및 휴가 동안의 지역 간 이동, 모임 증가, 관광지의 밀집도 증가 등이 예상되어 감염확산이 우려되고 있습니다. 코로나-19 상황에서 우리 학생들이 방학을 건강하게 보낼 수 있도록 안전한 방학 수칙을 안내해드리니 가정에서도 함께 지켜주시기 바랍니다.

<b>방학동안 코로나19 가정 내 건강관리</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 모든 가정에서는 매일 아침 학생의 건강상태를 확인합니다.</li> <li>② 방학 중에는 건강상태 자가진단을 <u>일시적으로 중단</u>합니다.</li> <li>③ <b>**개학 3일 전(8월 13일)부터는</b> 자가진단을 반드시 완료하고 등교합니다.</li> </ol> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>* 선별검사를 반드시 받아야 하는 경우</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 코로나19 임상증상*이 있는 경우               <ul style="list-style-type: none"> <li>* 임상증상 체온 37.5도 이상 기침 호흡곤란 오한 근육통 두통 인후통 후각·미각 소실</li> </ul> </li> <li>▶ 해외여행을 다녀왔거나 확진환자와 접촉하여 <u>자가격리 통지서</u>를 받은 경우</li> <li>▶ 가족(동거인) 중 해외여행이나 확진환자와의 접촉으로 <u>자가격리 통지서</u>를 받은 사람이 있는 경우</li> </ul> </div> <p>★ 가정에서 코로나19 임상증상 있을 시 군산시보건소(☎460-3261 또는 1339)에 문의 후 선별진료소 진료 및 검사를 받습니다.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>④ 선별진료소에 방문 시 가급적 도보나 자가용을 이용하시기 바랍니다.</li> <li>⑤ 선별진료소에서 검사 후에는 편의점, 식당 등 다른 장소를 방문하지 말고 바로 귀가합니다.</li> </ol>
<b>방학기간 코로나19 예방 생활수칙</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 다음의 경우 반드시 비누(또는 손소독제)와 물로 손을 씻습니다. 운동 후, 식사 전, 등교 직후, 화장실 이용 후, 외출 후 귀가 직후, 마스크 착용 전후</li> <li>② 기침예절을 준수합니다. - 기침을 할 때에는 휴지나 옷소매로 가리고 - 사용한 휴지는 바로 뚜껑이 있는 휴지통에 버린 후 - 반드시 비누와 물로 30초 이상 깨끗이 손 씻기</li> <li>③ 식사 때 외에는 마스크를 항상 착용합니다. 마스크 착용 중 이상증세(호흡곤란, 어지러움, 두통 등)가 발생 할 경우 마스크를 벗고 증상이 완화되면 다시 착용합니다. 마스크를 벗어야 할 때는 사람들과 거리두기를 유지합니다.</li> </ol>
<b>외출이나 선별 검사 시 지켜야 할 규칙</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 마스크(KF94, KF80, 비말차단용 포함)를 착용하고, 타인과 접촉하지 않기</li> <li>② 귀가 시 대중교통 이용하지 않기 - 단, 원거리이고 교통수단이 없는 등 부득이한 경우는 마스크 착용 후 이용</li> <li>③ 선별진료소에서 검사 후 <u>절대 다른 곳을 방문하지 말고 집으로 바로 귀가</u>하기</li> <li>④ 방학 중 선별 검사를 받거나 접촉자로 인한 자가격리, 확진 등을 <u>판정받은 경우</u> 담임선생님께 즉시 연락합니다.</li> </ol>
<b>자가 격리 시 지켜야 할 규칙</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 바깥 외출은 하지 않습니다.</li> <li>② 집에 머무는 동안 다음을 준수합니다. 건강상태를 매일 확인하고 증상이 호전되지 않고 악화 될 경우, 보건소나 1339에 문의하여 안내에 따라 조치 - 가능한 혼자 사용 가능한 공간에 머물기 - 방문을 닫은 채로 창문을 열어 자주 환기하기 - 단독 사용 가능한 세면대가 있는 화장실 사용하기 * 공용화장실을 사용하는 경우, 소독제(소독제 티슈, 가정용 락스 등)로 소독한 후 다른 사람이 사용하기 - 가급적 수건, 식기류 등은 개인물품 사용하기</li> <li>③ <u>개인위생수칙을 준수</u>합니다. - 물과 비누 또는 손 소독제를 이용하여 자주 손을 씻기 - 마스크 착용 및 기침예절 준수하기 * 옷소매로 가리고 기침하며, 기침, 재채기 후 바로 손 씻기</li> </ol>

<b>코로나19 예방을 위한 마음건강</b>	① 일상의 변화를 받아들이고 건강하게 대처하세요. ② 도움을 주고 받는 건강한 관계를 만들어주세요. ③ 나와 가족, 이웃의 안전에 책임감을 갖습니다. ④ 감염병 대응 의료진과 업무 종사자들을 응원해주세요. ⑤ 지역 사회와 공동체의 화합에 앞장서주세요. ⑥ 자부심과 희망을 가지세요. ⑦ 몸과 마음을 잘 살피고 필요한 경우 적극적으로 도움을 요청하세요.								
<b>대중교통 이용 시</b>	① 버스, 지하철, 택시 이용 시 마스크 착용하고 대화 자제하기 ② 대중교통 이용 시 최대한 다른 사람과 거리 유지하기 ③ 대중교통 좌석 예매 시 한 좌석 띄어(창가 좌석 우선 예매 등) 예매하기 ④ 차내가 혼잡할 경우에는 가능하면 다음 차 이용하기 ⑤ 택시,택배 이용 시, 앱 결제방식 및 비대면 배송을 선택하기								
<b>해수욕장 이용 시</b>	① 코로나19대응을 위해 혼잡도 신호등, 사전예약제, 한적한 해수욕장 등 이용객 분산정책을 추진하고 있으니 확인하고 이용하세요. <table border="1"> <thead> <tr> <th>구분</th><th>URL</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>혼잡도 신호등</td><td><a href="https://seantour.com/seantour_map/">https://seantour.com/seantour_map/</a></td></tr> <tr> <td>사전예약제</td><td><a href="https://seantour.com/seantour_map/travel/reservation/area.do">https://seantour.com/seantour_map/travel/reservation/area.do</a></td></tr> <tr> <td>한적한 해수욕장</td><td><a href="https://seantour.com/seantour_map/travel/destination/summerlist.do">https://seantour.com/seantour_map/travel/destination/summerlist.do</a></td></tr> </tbody> </table> ② 탈의실 등 공용시설을 가급적 이용 자제하기 ③ 개인 차량시설 끝과 끝 최소 2m이상 거리두기 ④ 음식물 섭취 최소화하기 ⑤ 백사장, 물놀이 구역에서 침 뱉기, 코 풀기 등 체액 배출하지 않기 ⑥ 화장실 등 실내 공용시설에 갈 때는 마스크 쓰기 ⑦ 단체 등 많은 인원 방문은 자제하기 ⑧ 해수욕 시 다른 사람과 신체 접촉이 없도록 주의하기 ⑨ 물놀이 용품(튜브, 구명조끼 등)은 개인물품을 사용하기	구분	URL	혼잡도 신호등	<a href="https://seantour.com/seantour_map/">https://seantour.com/seantour_map/</a>	사전예약제	<a href="https://seantour.com/seantour_map/travel/reservation/area.do">https://seantour.com/seantour_map/travel/reservation/area.do</a>	한적한 해수욕장	<a href="https://seantour.com/seantour_map/travel/destination/summerlist.do">https://seantour.com/seantour_map/travel/destination/summerlist.do</a>
구분	URL								
혼잡도 신호등	<a href="https://seantour.com/seantour_map/">https://seantour.com/seantour_map/</a>								
사전예약제	<a href="https://seantour.com/seantour_map/travel/reservation/area.do">https://seantour.com/seantour_map/travel/reservation/area.do</a>								
한적한 해수욕장	<a href="https://seantour.com/seantour_map/travel/destination/summerlist.do">https://seantour.com/seantour_map/travel/destination/summerlist.do</a>								
<b>야영장 이용 시</b>	① 가족 구성원 외 다수 인원의 야영장 방문 자제하며, 텐트 설치 시 최소 2m 이상 거리를 두어 설치하기 ② 개인 텐트, 글램핑, 야영용 트레일러, 캠핑카 등 실내 공간인 야영시설을 자주 환기하기 ③ 관리사무소 및 취사장, 공용 개수대, 샤워실 등 야영장 내 공용시설 이용시 다른 사람과 2m(최소 1m) 이상 거리 두고 손을 자주 씻거나 손 소독제 자주 사용하기								
<b>국립공원 이용 시</b>	① 탐방로 입구 손 소독제, 직원 안내에 적극 협조하기 ② 단체 방문(산행)을 자제하고 탐방 인원은 최소화하기 ③ 탐방로에서 우측으로 한 줄 통행하기 ④ 마주보고 식사하지 않고 음식 나눠 먹지 않기 ⑤ 대피소, 야영장 등 다중이용시설 이용 시 아래 사항에 협조하기 - 출입 전 직원 안내에 따라 체온 측정하기(37.5℃ 이상 시 출입 금지) - 출입 후 발열 또는 호흡기 증상이 있는 경우 이용이 자제하기 - 최근 2주 사이 해외 여행력이 있는 경우 시설물 예약하지 않기 - 시설 내 공용구역(화장실, 샤워실 등) 차례대로 이용하기(접촉 최소화)								
<b>공연장 및 영화관 이용 시</b>	① 입장권 구매 시 가급적 온라인 사전 예매하기 ② 시간을 충분히 두고 도착하여 천천히 입장하기 ③ 실내 휴게실, 카페, 매점 등 다중이용공간 밀집되지 않도록 분산하여 이용하기 ④ 공연 및 영화 관람 시 좌석은 지그재그로 한 칸 띄어 앉도록 예매하며 착석하기 ⑤ 공연장 내 마스크 착용 및 음식물 섭취 자제하기 ⑥ 출입 시 증상여부(발열, 호흡기 증상 등) 확인 등 방역에 협조하기								
<b>야구장 및 축구장 방문 시</b>	① 입장권 구매 시 가급적 온라인 사전 예매하기 ② 경기장 내 모여서 음식물 취식 자제하기 ③ 운동용품, 응원도구, 운동복 및 수건 등은 개인물품 사용하기 ④ 탈의실, 샤워실 등 공용시설 이용 자제하기 ⑤ 경기 관람 시 좌석은 지그재그로 한 칸 띄어 앉도록 예매하며 착석하기								

2021. 07. 16.

군산상업고등학교장

