5월 보건 소식지

2022-48호
2022. 5. 2.

(54301) 김제시 광활면 광활 11길 37 전화번호: 교무실 063-545-1379 행정실 063-543-3048

자신 있게 말해요, 하지 마세요!: 성폭력 예방교육

성폭력이란 무엇일까요?

1. 함부로 남의 몸을 만지거나 몸매에 대해 큰 소리로 흉을 보거나 놀리는 행동
2. 나에게 불쾌하거나 창피한 생각이 들게 하는 모든 행동

우리 주변에서 쉽게 찾아볼 수 있는 성폭력

상대방의 외모나 신체를 놀리는 것

다른 사람의 신체를 몰래 촬영하는 것

성적인 말이나 행동을 친구에게 흉내내는 것

다른 사람의 몸을 함부로 만지는 것

이럴 땐, 이렇게 대처해요!

1. 싫다고 단호하게 말하기
2. 주변 어른께 도움 요청하기
   (부모님이나 선생님께 꼭 말하기)

이렇게 예방할 수 있어요!

1. 집에 혼자 있을 때, 여럿이 있는 것처럼 불 켜기
2. 인적이 드문 곳에는 가지 않기
3. 가고 있는 곳이나 현재 있는 곳을 가족에게 알리기

비대면 성폭력? 점점 늘어나는 디지털 성범죄란?

보건신문 2022년 5월 1일 일요일

'아이템 줄게'... 메타버스에서 초등학생 대상 성범죄

메타버스 플랫폼에서 초등학생을 포함한
11명의 아동 및 청소년을 성착취한 30대 남성이 경찰에 붙잡혔다.
이 남성은 피해자에게 신체 부위 등을 촬영하라고 요구했다.

디지털 성범죄란 무엇일까요?

온라인에서 일어나는 모든 성폭력

이렇게 예방할 수 있어요!

1. 개인정보를 남에게 절대 주지 않기
2. 스마트폰의 위치정보를 끄기
3. SNS에 개인적인 내용을 많이 올리지 않기

노담이란, 영어의 NO와 담배 합성어로 ' 담배 피우지 않는다!'라는 것을 의미해요.

#노담, 왜 중요할까요?

흡연으로 인한 건강 피해

- **뇌와 정신** 뇌졸중, 중독/금단현상
- **치아** 변색 및 오염, 치석, 흔들림, 잇몸질환
- **입과 목** 입술, 입, 목과 후두에 암, 미각을 잃음
- **코** 후각이 무뎌짐
- **눈** 눈 통증, 눈물과다, 실명, 백내장
- **호흡기와 폐** 폐암, 기침, 가래, 숨이 참, 만성 폐질환
- **심장** 관상동맥 손상, 막힘, 심장마비
- **다리와 발** 다리통증 증가, 말초동맥 질환
- **면역체계** 약화
- **상처** 상처 회복이 늦음

담배의 해로운 성분

- **일산화탄소** 연탄가스 중독 주원인
- **아세톤** 페인트 제거제
- **포름알데히드** 최루탄
- **카드미움** 자동차 배터리 사용
- **나프탈렌** 좀약
- **니코틴** 살충제, 제초제
- **벤조피렌** 강력한 발암물질
- **메탄올** 로켓 연료
- **뷰테인** 라이터의 원료
- **청산가리** 독극물

청소년에게 #노담이 더욱 중요한 이유

1. **미성숙한 세포에 담배연기는 독약!** 성장하는 시기에 완전하게 성숙하지 못한 세포에 큰 손상을 입혀요.
2. **숨이 차고 머리가 나빠진다!**
   담배 속 일산화탄소 때문에 뇌에 산소가 부족해져 기억력이 나빠지고 숨이 차서 운동 능력도 떨어져요.
3. **암 발생률이 높아진다!** 각종 암 발생률이 3배나 높아져요.
4. **수명이 10년 짧아진다!** 흡연하지 않는 청소년보다 평균 수명이 9-12년 짧아요.

이 달의 보건 기념일

5월 31일은 세계 금연의 날!

혹시 5월의 마지막 날인 **5월 31일**이 무슨 날인지 알고 있나요?

'세계 금연의 날(World No Tobacco Day)' 입니다. 1987년, 세계보건기구(WHO)가 생긴지 40주년을 맞아 담배 연기 없는 사회'를 만들기 위해 매년 5월 31일을 '세계 금연의 날'로 지정했어요. 연구결과에 따르면 26세 이전에 흡연을 시작하지 않는다면 대부분의 사람들이 평생 흡연을 하지 않는다고 해요. 5월 31일! 세계 금연의 날을 맞아 앞으로도 평생 금연을 다짐해봅시다!

퀴즈로 정리해요!

1. 친구의 외모나 신체를 놀리는 것은 잘못된 행동이지만 성폭력은 아니다.
   정답 [O / X]

2. 온라인 상에서 일어나는 성폭력을 "000 0범죄" 라고 한다.
   정답 [ ]

3. 담배 속 유해물질 중 "이것"은 연탄 가스 중독의 주원인이기도 하며, 이것으로 인해 뇌에 산소가 부족해져 기억력이 나빠지기도 한다. 이 물질의 이름은?
   정답 [ ]