

코로나19 장기유행에 따른 지속적 방역수칙 실천하기!

산뜻하고 따스한 봄기운과 함께 학생들의 새로운 학기가 원활하게 진행되고 있습니다. 우리 황등중학교에서는 학생들의 코로나19 감염 예방과 건강을 위해 방역 활동을 꾸준히 실천하고 있습니다. 이와 함께 가정에서도 학생들의 건강을 위해 방역수칙을 잘 지켜주시길 부탁드립니다.

1 기본방역수칙

- 코로나19의 장기유행에 따라 지속 가능한 사회적 거리두기를 위해, 다중이 이용하는 모든 시설에 대해 단계 구분 없이 관리자·종사자·이용자가 함께 지켜야 할 가장 기본적인 방역수칙을 뜻합니다. 특히, 가정 내 학부모로부터 자녀에게 감염되는 사례가 증가하고 있으니, 가정에서도 감염 위험요인을 감소하고 안전한 가정을 위해 강화된 방역조치를 준수하여 주시기 바랍니다.
- 불특정 다수가 이용하는 다중이용시설은 밀집·밀폐·밀접접촉이 발생하는 장소로 감염 전파·확산 가능성이 높습니다. 이에 밀접접촉의 규모를 최소화하며, N차 감염으로의 확산을 차단하기 위해 방역수칙을 준수하는 것이 중요합니다.

2 감염 위험행동을 하지 마세요!

- 마스크 착용이 어려운 행동 (음식·음료·주류 섭취, 목욕, 관악기 연주 등)
- 이용자 체류시간이 길고 취식 동반 (음식점, 라이브카페, 노래교실, PC방)
- 노래·응원 및 격렬한 신체움직임으로 비말이 많이 발생하는 활동 (노래, 환호·응원 등 소리지르기, GX류 운동)
- 마스크 미착용 또는 불완전 착용 (태권도장, 필라테스 등 실내체육시설)
- 소모임 등을 통한 밀접 접촉 (종교시설, 지인모임, 동호회 등)

3 감염 위험환경을 피해 주세요!

- 3밀(밀폐, 밀접, 밀집) 환경에서의 공동생활 피하기
- 지하에 위치하거나, 창문이 없거나 있더라도 시설규모에 비해 수가 적고 크기가 적은 등 환기 불량(탁구장, 노래방, PC방, 라이브카페),
- 공동 물품에 대한 소독 미흡한 환경 피하기
- 거리 두기가 되지 않는 장소 피하기
- 탈의실, 샤워실 등 공용 시설 및 물품 이용하는 장소 (사우나, 사업장의 휴게실 등)

2021. 04. 08.

황 등 중 학 교 장 이 석 산



자가격리환자 생활수칙



감염 전파 방지를 위해 바깥 외출 금지

※ 자가격리대상자는 감염병의 예방 및 관리에 관한 법률 제 24조 제 2항 제 1호에 따라 격리에 합조해야 할 바입니다.
* 폐렴, 결핵과 미생 3000명 이하의 폐렴을 앓을 수 있습니다.

독립된 공간에서 혼자 생활하기

- 방문은 방문 채 창문을 열어 자주 환기 시키기
- 식사는 혼자서 하기
- 가능한 혼자만 사용할 수 있는 화장실과 세면대가 있는 공간 사용하기 (공용으로 사용 시, 사용 후 락스 등 가정용 소독제로 소독하기)

진료 등 외출이 불가피할 경우 반드시 관할 보건소(담당공무원)에 먼저 연락하기

가족 또는 동거인과 대화 등 접촉하지 않기

- 불가피할 경우, 얼굴을 맞대지 않고 마스크를 쓴 채 서로 2m이상 거리 두기

개인물품(예민용수건, 식기류, 휴대전화 등) 사용하기

- 의복 및 침구류 단독세탁
- 식기류 등 별도 분리하여 깨끗이 씻기 전 다른 사람 사용 금지

건강수칙 지키기

- 손씻기, 손소독 등 개인위생 철저히 준수
- 기침이 날 경우 반드시 마스크 착용
- 마스크가 없을 경우 옷소매로 입과 코를 가려 기침하기 기침 후 손씻기(손소독 하기)

자기치로 기간동안 관할 보건소(담당공무원)가 연락하여 증상 등을 확인할 예정입니다.
격리 해제일까지 본인의 발열, 증상 등을 모니터링하여 기록하여 주시기 바랍니다.

증상 모니터링 방법

- ☑ 매일 아침, 저녁으로 체온 측정하기
- ☑ 관할 보건소(담당공무원)에서 1일 2회 이상 연락 시, 체온, 증상 알려주기
- ☑ 호흡기증상 등 감염 증상이 나타나는지 스스로 건강상태 확인 후 모니터링 서식에 기록하기(서식6)

코로나바이러스감염증-19 주요 증상

- ☑ 발열(37.5℃ 이상)
- ☑ 권태감
- ☑ 인후통
- ☑ 호흡기증상(기침, 호흡곤란 등)
- ☑ 폐렴

자가격리대상자 생활수칙



감염 전파 방지를 위해 격리장소 외에 외출 금지

※ 자가격리대상자는 감염병의 예방 및 관리에 관한 법률 제 24조 제 2항 제 1호에 따라 격리에 합조해야 할 바입니다.
* 폐렴, 결핵과 미생 3000명 이하의 폐렴을 앓을 수 있습니다.

독립된 공간에서 혼자 생활하기

- 방문은 방문 채 창문을 열어 자주 환기 시키기
- 식사는 혼자서 하기
- 가능한 혼자만 사용할 수 있는 화장실과 세면대가 있는 공간 사용하기 (공용으로 사용 시, 사용 후 락스 등 가정용 소독제로 소독하기)

진료 등 외출이 불가피할 경우 반드시 관할 보건소에 먼저 연락하기

가족 또는 동거인과 대화 등 접촉하지 않기

- 불가피할 경우, 얼굴을 맞대지 않고 마스크를 쓴 채 서로 2m이상 거리 두기

개인물품(예민용수건, 식기류, 휴대전화 등) 사용하기

- 의복 및 침구류 단독세탁
- 식기류 등 별도 분리하여 깨끗이 씻기 전 다른 사람 사용 금지

건강수칙 지키기

- 손씻기, 손소독 등 개인위생 철저히 준수
- 기침이 날 경우 반드시 마스크 착용
- 마스크가 없을 경우 옷소매로 입과 코를 가려 기침하기 기침 후 손씻기(손소독 하기)

능동감시 기간 동안 관할 보건소가 연락하여 증상 등을 확인할 예정입니다.
확진환자와 접촉 후 14일이 경과하는 날까지 자가 모니터링하여 주시기 바랍니다.

자가모니터링 방법

- ☑ 호흡기증상 등 감염 증상이 나타나는지 스스로 건강상태 확인
- ☑ 매일 아침, 저녁으로 체온 측정하기
- ☑ 보건소에서 1일 1회 이상 연락 시, 감염 증상 알려주기

코로나바이러스감염증-19 주요 증상

- ☑ 발열(37.5℃ 이상)
- ☑ 호흡기증상(기침, 인후통 등)
- ☑ 폐렴