



1월 보건소식

교
훈
알차고 바르게
푸른 꿈 키워가는
어린이가 되자

우)54667 익산시 학곤로 57 교무실 063)855-3606

나를 지키는 건강생활습관

면역력 기르기 규칙적인 식사와 운동, 충분히 자기 물을 자주 마시고 목을 따뜻하게	방학동안 건강 점검하기	자주, 꼼꼼하게 손 씻기 개인위생 철저히 하기
사람이 많이 모이는 곳 피하기 PC방, 오락실, 노래방, 종교시설, 대형마트 등 다중이용시설	마스크 착용하기 기침예절 지키기	안전하게 음식 먹기 되도록 가족과 집에서 먹기 음식 섭취 시 대화자제

5·6학년 예방접종 안내

예 방 접 종 명	접 종 대 상
Tdap/ Td (파상풍, 디프테리아, 백일해)	☛ 만11~12세 아동 (초등 5학년~중 1학년) ※ 2009년생 중 생일이 지난 아동, 2008년생 아동 전체
일본뇌염(사백신) 5차	☛ 2008년생 중 생일이 지난 학생(만 12세) ※ 생백신 2차 접종완료: 접종 불필요
HPV 1차(사람유두종바이러스) ※ 자궁경부암예방접종	☛ 6학년 여학생 중 접종 희망하는 학생(생일 무관)

올바른 마스크 착용과 선택법



마스크 선택법
 식약처가 허가한 **의약외품** 표시를 꼭 확인하세요

마스크 폐기법



마스크는 귀에 거는 끈만 이용해 벗은 후 바깥면을 안쪽으로 접어 끈으로 감고 소독제를 뿌려 종량제 봉투에 버립니다

※ 소독제가 없는 경우 비닐봉지에 넣어 쓰레기봉투 밖으로 나오지 않도록 합니다

노로바이러스 장염(식중독) 예방

노로바이러스에 오염된 지하수로 씻은 채소, 과일이나 오염된 어패류를 먹고 식중독에 걸리면 구토, 탈수 등의 증상이 나타나요.



1



비누를 사용하여 30초 손씻기

2



물 끓여 마시기

3



채소, 과일은 깨끗한 물로 세척하기

출처 : 식품의약품안전처

노로바이러스 예방을 위해 1.손씻기 2. 끓인 물 마시기 3. 깨끗한 식품 섭취
 ※ 노로바이러스는 사람과 사람의 전파가 빠릅니다. 구토증상이 나타나면 병원방문!