





# 학 교 육 통 신

亚 후

알차고 바르게 푸른꿈키워가는 어린이가 되자

우)54667 익산시 학곤로 57 교무실 063)855-3606

## 5월 보건행사 알림

행사명	대상	장소	시기
구강검사	2,3,5,6학년	학교 (모현삼성치과 출장검진)	5월 9일
흡연예방 공모전	전학년	학교	5월 22일~5월 26일
약물 오·남용 교육	전학년	학교	5월 22일~5월 26일

# <mark>올바른 양치질 방법</mark>



#### 🥏 치아가 썩는 원인

- 1. 양치질을 깨끗이 하지 않으면 치아 사이의 음식물 찌꺼기 때문에 치아가 썩습니다
- 2. 단음식(초콜렛, 아이스크림, 사탕, 젤리, 콜라, 주스 등)은 치아를 빨리 썩게 합니다
- 3. 담배는 입 안을 마르게 합니다 입안이 마르면 세균이 많아 질 수 있습니다

#### 🤎 치아가 나쁘면 나타나는 증상

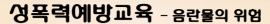
- 1. 입냄새
- 2. 잇몸이 붓고 염증이 생길 수 있으며 염증이 심하면 피가 날 수 있습니다
- 3. 충치를 오랫동안 방치하면 통증이 생길 수 있습니다
- 4. 아픈 치아와 잇몸을 치료하지 않으면 치아가 빠질 수도 있습니다



2023년 4월 28일 이 리 송 학 초 등 학 교 장







#### <음란물이란?>

돈을 벌기 위해 몸의 일부분이나 성적인 행동만을 강조하여 보여주는 책이나 그림, 사진, 영화, 동영상 따위를 통틀어 이르는 말입니다. 미디어가 발달한 요즘은 우리 아이들도 음란물에 쉽게 <u>노출될 수 있습니다.</u> 학교에서 뿐 만 아니라 가정에서도 올바른 환경을 제공하여 아이들이 평소에 음란물에 노출되지 않도록 노력해야 합니다.

음란물에서 **스스로**를 지키기 위해서는

- 1. **성에 대한 호기심은** 책이나 부모님 혹은 보건선생님과의 **대화를 통해 정보를 얻습니다**. - 가정에서는 아이가 하는 성에 대한 질문에 꾸중하지 않고 사실대로 설명해 주어야 합니다.
- 2. 운동, 취미생활, 봉사활동으로 건강하게 에너지를 소모합니다.
- 3. 유해차단프로그램을 설치하여 스팸 메일은 삭제합니다.
- 4. 친한 친구가 음란물을 같이 보자고 할 경우 확실하게
  - "싫어! 너도 보면 안돼!" 라고 말합니다.



### 5월 31일 <세계 금연의 날>

세계보건기구(WHO)에서는 매년 5월 31일 하루라도 담배의 피해가 없는 사회를 만들기 위해서 <세계 금연의 날>을 지정했습니다.

#### 🢖 3차 흡연이란?

담배 연기가 벽이나 표면에 달라붙은 뒤 빠져나오는 것으로 담배를 피운 뒤 며칠, 몇 주, 심지어 몇 달이 지나도 남아있을 수 있습니다. 3차 흡연은 특히 공간이 좁고, 밀폐된 흡연자의 자동차에서 쉽게 발견할 수 있습니다

🂖 3차 흡연으로 인한 내 아이 체내 니코틴은 얼마나 될까?

부모가 실외에서 담배를 피우더라도 담배를 피지않는 배우자와 12세 이하 자녀의 모발 속 니코틴 농도를 조사하면 비흡연자 가정에 비해 두 배 가량 높게 나온다고 합니다.

- 🂖 3차 흡연의 피해를 줄이려면? 가장 좋은 방법은 금연입니다.
- 실외에서 흡연을 한 후 최소 15분이 지난 후에 집으로 들어갑니다.
- 집에 들어가면 샤워를 하고 이를 닦은 후 새 옷으로 갈아입고 가족과 만납니다.
- 흡연자의 옷은 다른 가족의 옷과 분리하여 밀폐된 용기에 담아 보관한 후 따로 세탁을 하는 것이 좋습니다.

<출처: 국립암정보센터>

# 우리 학교는 금연구역!



2015년부터, 우리나라의 모든 학교는 물론 버스정류장, 모든 음식점과 커피전문점이 '금연구역'으로 지정되었습니다.

금연구역 내 흡연을 하면 과태료가 부과되며 전자담배도 과태료가 적용 됩니다.