



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

올바른 양치질 방법



치아가 썩는 원인

1. 양치질을 깨끗이 하지 않으면 치아 사이의 음식물 찌꺼기 때문에 치아가 썩습니다
2. 단음식(초콜릿, 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



<출처: 보건복지부>

2023년 4월 28일

이 리 송 학 초 등 학 교 장

성폭력예방교육 - 음란물의 위험

<음란물이란?>

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

음란물에서 스스로를 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 커피전문점 이 **‘금연구역’**으로 지정되었습니다.

금연구역 내 흡연을 하면 과태료가 부과되며 전자담배도 과태료가 적용 됩니다.