



11월 보건소식







보건
(063) 720-2571

우리 몸을 지켜주는 면역체계는 체온과 밀접한 관계가 있습니다. 체온이 오르면 혈액의 흐름과 우리 몸의 효소작용이 활발해져 혈액 속 백혈구가 몸속의 이물질을 제거하는데 빠르게 대처할 수 있어 건강을 유지할 수 있다고 합니다. 따뜻한 목도리 1개가 내 몸의 면역력을 증가시킨다는 거 잊지마세요~~^^

감기와 독감 그리고 코로나



일교차가 커서 감기로 인해 보건실을 방문하는 학생이 늘어나고 있는 계절입니다. 감기나 독감 바이러스는 어떻게 사람과 사람 사이를 옮겨 다닐까요? 그 이유를 알게 되면 예방도 쉬워집니다.

예방법		
비말 감염	 감염자의 재채기나 기침과 함께 나온 바이러스를 들이마셔서	 마스크 쓰기
접촉 감염	 바이러스가 묻은 물건을 만진 손이 입이나 코에 닿아서	 손 씻기
공기 감염	 공기 중에 떠다니는 입자 속에 있는 바이러스를 들이마셔서	 사람 많은 곳 피하기

※ 열이 나거나 감기증상이 심한 학생은 병원에서 진료받고 코로나, 혹은 독감 검사를 합니다.
(코로나 확진시 7일간 등교중지, 독감은 해열 후 24시간 경과시까지 등교중지이며 출석인정)

- 코로나, 인플루엔자(독감) 예방 위해 마스크를 잘 착용
- 열과 호흡기감염 증상이 있으면 집에서 쉬기
- 인플루엔자(독감) 예방접종하기

• 2022-2023절기 어린이 인플루엔자 국가예방접종 지원 안내 •

| 지원대상 | 생후 6개월 ~ 만 13세 어린이 (2009.1.1. ~ 2022.8.31. 출생)

※ 실제 생년월일과 주민등록상 생년월일이 상이한 어린이는 실제 생년월일 기준

| 지원기간 | 2회 접종대상자 2022.9.21.(수) ~ 2023.4.30.(일)

1회 접종대상자 2022.10.5.(수) ~ 2023.4.30.(일)

※ 예방접종 일정 및 접종횟수는 예진 의사와 상담 필요

| 접종기관 | 지정의료기관 및 보건소

※ 예방접종도우미 누리집에서 확인 가능 (보건소는 방문 전 확인 필수)

11월 11일은 “눈의 날”



11월 11일은 “눈의 날”입니다. 옛말에 몸이 천 냥이면 눈이 900냥이라 했습니다. 그만큼 눈의 소중함을 강조한 말입니다. 시력은 한번 나빠지면 다시 회복하기가 어려우니 좋은 습관으로 눈의 건강을 지키고 나빠지지 않도록 예방하도록 합니다.

▶ 건강한 눈을 위한 수칙

- 안과에서 건강검진 및 시력검사는 1년에 한 번은 꼭 하도록 합니다.
- 컴퓨터, TV시청은 밝은 곳에서, 독서할 때 바른 자세로 최소 30cm이상 거리를 두어야 하고 1시간 작업 후 10분 휴식을 취해야 합니다.
- 눈이 피곤할 때 가장 좋은 방법은 눈을 감고 쉬는 것입니다.

▶ 이럴 때 시력검진을 받아보도록 합니다.

1. 눈을 찡그리거나 자주 비비고 깜박 거린다.
2. TV를 가까이서 본다.
3. 머리가 자주 아프다고 한다.
4. 눈물을 자주 흘리거나 빛에 민감하다.

그루밍 성범죄



그루밍 성범죄란 가해자가 피해자의 호감을 얻고 친밀한 관계를 형성한 뒤 성적인 가해행위를 행하는 성범죄를 뜻합니다. 그루밍(grooming)은 '가꾸다', '치장하다'는 뜻의 영어단어입니다. 그루밍 성범죄는 일반적으로 피해자를 선택, 취미나 관심사를 파악해 신뢰를 쌓고, 피해자를 도울 수 있는 사람들로부터 고립시키고, 피해자와의 신체 접촉을 유도해 성적인 관계를 형성하고, 이 사실을 은폐하기 위해 협박과 회유를 통해 피해자를 심리적으로 지배하는 단계를 거칩니다.

아동·청소년 대상 온라인 그루밍은 가해자가 온라인 채팅·모바일 메신저·SNS를 통해 미성년자에게 접근하면서 시작됩니다. 그루밍 성범죄는 피해자가 자신이 학대받는 걸 인식하지 못하거나, 표면상 저항하지 않은 것처럼 보이는 경우가 많아 수사가 어렵습니다. 하지만 피해자가 미성년자면 형법 제305조(미성년자에 대한 간음·추행)와 아동·청소년의 성보호에 관한 법률을 근거로 처벌할 수 있습니다.

보 건 퀴 즈

1. 코로나 확진되면 등교중지기간은? () 일
 2. 독감 확진되면 등교중지기간은? 해열 후 ()시간 경과시까지
 3. 11월11일은 어떤 날일까요? ()의 날
- 괄호 안의 답을 다 맞히면 소정의 상품을 드립니다.
※ 기한: 상품 소진시까지 (11월말까지만 진행예정)

2022. 11. 1.

이 리 영 등 초 등 학 교 장