

6월 보건소식

HEALTH NEWSLETTER

전주장동초등학교
2025.6.2 발행

6월 9일
'구강 보건의 날'

이 닦는 3분, 평생 치아를 지켜줘요!

우리가 밥이나 간식을 먹고 나면, 입 속에는 세균과 음식 찌꺼기가 남게 돼요. 이 세균은 **치아 표면에 플라그(치면세균막)**라는 끈적한 막을 만들어요. 이 플라그 안에는 **충치를 일으키는 균이 당분을 먹고 산을 만들어, 그 산이 치아의 겉부분인 법랑질을 조금씩 녹이며 충치를 만들죠!**

하지만 식후 3분 안에, 3분 동안 올바르게 이를 닦으면 이 세균과 산을 없앨 수 있어요!

양치할 때 반드시 지켜야 할 치아 튼튼 법칙!

치과
정기검진

뽁뽁모에,
작은
칫솔머리

1000ppm↑
불소치약

부드럽게
쓸어내리기

치아 1개씩
꼼꼼히 닦기



양치할 때에는 3분 동안 이아에!



- 각이 진 모양의 칫솔대를 선택해요.
연필잡듯 가볍게 쥐기 쉬워요. 치아 한개씩 닦아주세요.
- 잇몸에서 바깥쪽으로 부드럽게 쓸어내리듯 닦아주세요.
치아표면을 칫솔모로 강하게 문지르며 닦으면 잇몸에 상처가 나고 치아는 마모돼요.

2025년 초등학교 4학년 대상 구강진료비 지원사업 안내

지원기간
2025년 4월 14일 ~ 2025년 11월 30일

지원대상
도내 초등학교 4학년 학생

지원내용
1인당 4만원 이내 전문의 진단을 통한 개별 맞춤형 진료 지원
※ 불소도포, 치면세균막검사, 치아홈메우기, 치석제거, 치아우식 초기진료(GI, 레진), 구강보건교육 등

참여방법

휴대폰 앱 다운로드

회원가입 (이동통신사) 및 학생등록

사진 설문 참여

협력 병원 검색

진료 예약

병원 방문 및 진료

만족도 조사 참여

※ 휴대폰 앱(APP) 설치 방법
구글 플레이스토어(안드로이드), 앱스토어(아이폰)에서 「덴타이」 검색 또는 QR코드 스캔 후 설치

참관!!
1인당 4만원 이내 개별 맞춤형 진료비를 지원하며, 초과되는 진료비용은 개인이 부담해야 합니다.

전북특별자치도교육청
JEONBUK STATE OFFICE OF EDUCATION

6월 26일
'세계 마약퇴치의 날'

마약은 단 한 번으로도,
나의 친구, 가족, 일상 모두 망가뜨릴 수 있어요.

우리나라에서는 마약에 관련된 범죄가 끊임없이
발생하고 있습니다.

유명한 연예인이 아닌 일반인 특히,
청소년에게까지도 마약 범죄가 일어나 뉴스에서도
요즘은 자주 볼 수 있게 되었어요.

마약범죄가 도대체 왜 늘어나고 있을까요?

“반드시 알아야 할 마약의 진실“

마약은 뇌에 있는 '보상중추'라는 부분을 억지로 자극해서 기분이 좋아지게 만드는 위험한 물질이에요.
마약을 사용하면, 뇌는 스스로 기분을 조절하는 힘을 잃게 되고, 결국 아무것도 하기 싫고, 기분이 나빠지고,
알고 있는 규칙이나 올바른 판단도 잘 안 되는 상태가 되버립니다.

이런 나쁜 마약을 도대체 왜 끊지 못하고, 마약범죄는 점점 늘어나고 있을까요? 한 번만으로도 강한 중독을
일으켜 마약을 끊게 되면 심한 부작용을 경험해요. 금단현상으로 인한 몸과 마음의 고통스러움에서
벗어나기 위해 또 다시 불법적으로 파는 사람에게 비싸게 값을 치르고 마약을 사서 투약하게 됩니다.

마약관련 행위는 모두 불법으로, 법적 처벌을 받습니다.

마약
사거나
팔기

마약
운반

마약
식물
키우기

마약
사용

투약장소
제공

마약
권유

마약
수입/수출

보건 선생님이 알려주는 예방 수칙

1. 모르는 사람이 주는 약이나 음료는 절대 먹지 않습니다.
→ 사탕, 음료, 젤리처럼 생겼어도 정체를 모르면 절대 받지 않기
2. 이상한 약, 물건을 보여줄 때는 친구라도 바로 어른에게 알려요.
→ 마약은 신고해야 모두가 안전해지므로 혼자 고민하지 말고 꼭 말하기
3. “딱 한번만 해봐, 궁금하잖아”라는 말에 흔들리지 않아요.
→ 마약은 우리가 먹고 마시는 음식에 대한 식품정보표처럼 정확한 정보나
1회 섭취용량에 대한 안내가 전혀 없습니다.
딱 한 번만으로 죽음에 이를 수 있다는 것을 명심하세요.

