



개인위생 수칙 잘 지키기

어린 시절의 좋은 생활습관은 건강의 밑거름이 됩니다!

손 씻기, 기침예절 지키기, 이 닦기, 규칙적인 식사하기, 규칙적인 생활 등 좋은 생활습관으로 내 몸의 건강지킴이가 되어봅시다.

◆ 손 씻기 - 1830 (하루에 8번 30초간)

- ① 화장실에서 나올 때
- ② 체육활동 후, 외출에서 돌아온 직후
- ③ 코를 킁 후, 기침이나 재채기를 한 후
- ④ 음식물을 먹기 전에

* 개인 손수건을 가지고 다녀요

◆ 기침예절 지키기

- ① 기침이나 재채기를 할 때는 티슈로 입과 코를 가리고 해요.
- ② 티슈가 없으면 소매로 가리고 해요.
- ③ 자주 기침을 할 때에는 마스크를 착용해요.
- ④ 수시로 흐르는 물로 비누를 이용하여 손을 씻어요.

◆ 이 닦기

칫솔, 치약, 컵을 학교에 비치하여 점심 식사 후 이 닦기

◆ 규칙적인 식사하기

아침식사는 성장기 어린이들의 집중력을 높이고, 성장을 촉진하는 중요한 요소이므로 빵이나 인스턴트 음식보다는 밥과 소화되기 쉬운 반찬을 먹고 등교합니다.

감염병 발생 시 등교중지 안내

학교보건법 제8조에 의거 학교의 장은 감염병에 감염되었거나, 감염이 의심되거나, 감염될 우려가 있는 학생 및 교직원에 대하여 대통령령이 정하는 바에 따라 등교를 중지시킬 수 있습니다. 이는 일정기간 학교에 나오지 않고 집에서 치료, 요양하도록 하여 모두의 건강을 보호하기 위한 조치입니다.

▶ **등교중지를 할 수 있는 감염병:** 법정 감염병과 전염력이 강한 질환이라고 의사가 진단한 질환(예: **코로나19, 홍역, 유행성 이하선염(볼거리), 수두, 결핵, 유행성 각결막염, 인플루엔자(유행성 독감)** 등

◆ 감염병(전염병)에 의심되면? 등교중지

- ① 먼저, 담임선생님께 연락
- ② 반드시 병원진료를 받음
- ③ 가정에서 격리치료

- 완치 판정 또는 전염력이 없다는 의사의 진단이 있을 때까지 가정에서 요양(학원 등에 보내지 않기)

- 병명, 치료 및 격리 기간이 명시된 **증명서**(예: 의사소견서 등)를 학교에 제출하면 출석이 인정됩니다.

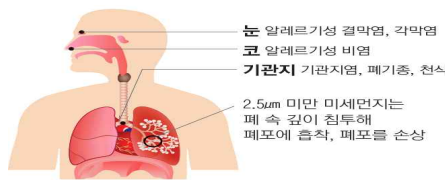
보건실 이용 안내

보건실은 우리 학교 전체 어린이들과 선생님들의 건강관리 및 응급처치, 안정 등이 이뤄지는 곳입니다. 아래의 주의사항을 지켜서 모든 사람들이 편안하게 이용할 수 있도록 우리 모두 노력합시다.

* 보건실 위치 : 본관 1층

- ▶ 몸이 불편하거나 문제가 있는 학생이 **직접** 오도록 합니다.(짜공 등 1명과 동행 가능)
- ▶ **조용히** 앉아 차례를 기다리며, 자신의 건강 상태를 자세히 설명합니다.
- ▶ 수업도중 이용해야 할 때는 **담임(교과) 선생님께** 말씀드리고 이용합니다.
- ▶ 가벼운 상처나 증상은 쉬는 시간과 점심시간을 이용하되, 응급 환자는 언제든지 이용할 수 있습니다.
- ▶ **건강상 문제가 있어 병원에 다니고 있거나 약물을 복용하고 있는 학생은 꼭! 보건실에 와서 선생님께 이야기 해주세요!**

미세먼지 발생시 건강관리



<미세먼지가 인체에 미치는 영향>

1. 미세먼지 많은 날 건강수칙

- 바깥 활동 하지 않기
- 창문을 닫고 되도록 실외공기 차단
- 외출 시 안경, 마스크, 긴 소매 옷 착용
- 세면을 자주하고, 흐르는 물에 눈, 코를 자주 세척
- 특히, 손씻기의 생활화
- 물 자주 마시기

2. 미세먼지 예보 사이트 및 무료 문자 서비스 신청

- <http://www.airkorea.or.kr/>

성교육의 목표

성교육은 **성 의식을 바르게 갖게 하고 성 행동 등을 합리적이고 인격적이며 사회적으로 원만하게 하도록 돕는 교육**입니다.

학교에서는 **학년 학년 당 성폭력예방교육 3시간을 포함한 15차시 이상의 성교육**을 계획에 의해 담임교사, 보건교사와 성교육 외부강사를 초빙하여 관련교과, 창의적 체험활동시간 등을 활용하여 실시하고 있습니다.

1. 일상생활에 필요한 기본 습관을 기릅니다.

성교육 목표는 몸을 깨끗이 하고 신체의 안전을 도모하고, 규칙적인 생활을 유지하는 등 기본이 되는 생활습관을 기르며 가정 안에서는 부모, 형제, 친척 등과 원만한 관계를 갖게 합니다.

2. 지적 학습을 통하여 체계적이고 과학적인 성 지식을 습득합니다.

남녀의 생리적 구조와 기능, 남녀의 심리적 특성과 역할, 남녀 간의 평등, 신뢰, 존경, 협력에 입각한 사회적 관계 등에 관해 체계적이고 과학적인 지식을 가지게 합니다.

3. 올바른 성 의식, 분별 있는 성 윤리를 확립합니다.

이미 형성된 기본적인 생활습관과 과학적 성 지식을 바탕으로 하여 올바른 성 의식을 가지게 하고 분별 있는 성 윤리를 형성하게 하며, 이러한 성 의식, 성 윤리는 어려서부터 어른이 될 때까지 은연중에 형성되는 것입니다.

4. 남성과 여성은 인간의 가치에 있어 평등하다는 것을 가르칩니다.

남성과 여성은 서로의 생김새와 마음의 차이를 잘 알고 인정한 다음에 서로 위로하고, 협력하는 관계이므로 서로 평등한 존재임을 알게 합니다.

학교 응급환자 관리

학교교육과정 중에 발생하는 안전사고의 경우, 「학교에서의 응급의료 관리체계」에 따라

▶ 위급하지 않으나 병원으로 이송이 필요한 경우 (염좌, 단순골절 의심, 열성질환, 단순 외상, 기타 등)

- ☞ 응급처치 후 학부모에게 안내하여 인계함이 원칙
- ☞ 상황에 따라 학부모와 함께 병원 이송

▶ 위급상황으로 즉각적인 이송이 필요한 경우

(의식장애, 호흡곤란, 약한 맥박, 심정지, 다량출혈, 개방골절, 응급수술을 요하는 경우 등)

☞ 응급처치, 학부모 연락, 119 구조대 또는 다른 후송 방법을 동원하여 담임·보건교사가 함께 병원으로 신속히 후송할 것입니다.

학교 안전공제회 이용 안내

우리 학교는 <학교안전사고 예방 및 보상에 관한 법>에 의하여 학교안전공제회에 가입하였으며, **학교 교육 활동 중 발생한 아래의 안전사고에 대해 보상**하여 학생들이 즐겁게 학교생활을 할 수 있도록 최선을 다하고 있습니다.

[공제금여의 청구절차]

- 학생이 학교생활 중 안전사고가 발생하여 공제금여를 받고 싶으신 경우 사고발생 직후 **담임 선생님께 바로** 알려주셔야 합니다.
- 필요한 서류를 준비한 후 학부모가 직접 학교안전공제회 홈페이지에 접속하여 신청서 작성하여 등기우편으로 신청합니다.
- 치료 종료 및 치료종인 경우 청구 가능하며 중간청구 횟수 제한 없습니다.
- 청구권 소멸시효가 3년 이내이므로 그 기간내 청구합니다.
- 문의: 전라북도 학교안전공제회 063-272-0807

학교는 절대금연구역!

- ▶ 2012년 4월 1일부터 운동장을 포함한 학교 전체와 절대금연구역(학교출입문으로부터 50m까지의 지역)까지 학교는 절대금연구역으로 지정되어 흡연이 금지됩니다.
- ▶ 교직원들은 물론이고, 학교시설 이용자, 학교 방문객과 학부모 등 모두에게 해당이 되며 금연구역에서 흡연하는 경우, **10만원 이하의 과태료가 부과**(국민건강증진법제34조)
- ▶ 청소년기에 담배를 피우면

1. 성장발육이 늦어집니다.
2. 피부가 거칠어지고 피부색이 짙어집니다.
3. 청소년 비행과 범죄에 빠질 위험이 증가합니다.
4. 소화불량, 두통, 입 냄새, 기침, 가래 등을 경험합니다.
5. 발암물질에 의한 유전자가 손상당합니다.
6. 일단 시작하면 금속도로 니코틴 중독에 이르고 중단하기 어려워집니다.
7. 성인 보다 유해물질 해독능력이 약해 암에 잘 걸리고 사망률이 높습니다.
8. 흡연으로 인한 자살소증은 두뇌활동을 방해하여 학습능력을 떨어뜨립니다.

2022. 3. 21.

백 산 초 등 학 교 장