



코로나19 대응안내(7월 1주)

학부모님 안녕하세요?

최근 수도권을 중심으로 발생하던 코로나 19가 대전, 전북, 광주와 전남까지 산발적으로 발생하는 양상을 보이며, 최근 도내 코로나 19 추가확진자가 발생하면서 긴장감이 고조되고 있습니다. 코로나19는 무증상 감염이 있어 사람이 많고 환기가 되지 않는 실내 장소는 되도록 이용을 자제하고, 부득이 방문하게 될 때는 나와 이웃의 건강과 안전을 위해 마스크 착용 등 방역예방수칙 준수에 힘써주시기 부탁드립니다.

1 등교하기 전 <학생건강상태 자가진단> 꼭 하세요

모든 학생은 매일 등교 전 학생건강상태 자가진단시스템을 통해서 코로나19 의심증상 여부를 입력합니다. 37.5도 이상의 발열과 호흡기 증상이 나타나는 경우 등교 중지하고 선별진료소(1339, 063+120) 상담을 통해 진료와 검진을 받도록 합니다.

2 면역력을 강화하는 방법

- ① [SUN] 적절한 햇빛 쬐기
→ 햇빛이 비타민D 합성을 도와 뼈 건강을 도와주고 자가면역질환에 걸릴 위험을 줄여줌
- ② [WATER] 적절한 수분 섭취
→ 신진대사가 활발해져 몸속의 노폐물이 체외로 쉽게 배출됨
- ③ [VITAMIN] 식물성 비타민을 적절히 섭취
→ 다양한 면역 세포의 기능을 지원하고 감염으로부터 보호함

3 생활 속 거리두기 - 개인방역 기본 수칙

생활 속 거리두기

<개인방역 기본 수칙>

제 1수칙

아프면
집에 머물기

제 2수칙

건강 거리
사람과 사람 사이,
두 팔 간격 건강 거리 두기

제 3수칙

30초 손씻기,
기침은 옷소매

제 4수칙

매일 2번 이상 환기,
주기적 소독

제 5수칙

거리는 멀어져도
마음은 가까이

2020. 7. 1.

전주북일초등학교장(직인생략)