



교훈
자율(自律)
청순(淸純)
창의(創意)

자가격리 대상자 및 가족 생활수칙 안내 (가정통신문)

정일여자중학교
2021년 9월 26일
보건실

☐ 정읍시 충정로 511번지 ☐ www.chongil.ms.kr ☎ (063)530-3569(교무실) FAX (063)530-3564

학부모님 안녕하십니까?

9월 25일 교내 코로나 확진자가 발생하였습니다. 코로나19 대응지침에 따라 자가격리대상자는 방역당국의 안내에 적극 협조해주시기 바랍니다. 코로나19 감염을 조기에 발견하고 지역사회 전파를 차단하기 위해 다음의 생활수칙을 준수하여 코로나19가 전파되지 않도록 협조 부탁드립니다.

☐ 자가격리자 준수사항 ☐

- 감염 전파 방지를 위해 바깥 외출이 금지됩니다.
 - 자가격리 장소에 외부인(함께 살지 않는 가족 포함)의 방문도 금지합니다.
 - ※ 특수한 경우(돌봄서비스, 방문간호 등) 관할 보건소(담당공무원)와 연락 후 방문합니다.
- 독립된 공간에서 혼자 생활하세요.
 - 방문 닫은 채로 창문을 열어 자주 환기시키고, 식사는 혼자서 하세요.
 - 화장실과 세면대는 단독으로 사용하세요.
 - ※ 불가피하게 화장실, 세면대를 공동으로 사용한다면, 사용 후 소독(락스 등 가정용소독제)하고 다른 사람이 사용하도록 합니다.
- 진료 등 외출이 불가피할 경우 반드시 관할 보건소(담당공무원)로 먼저 연락을 하여야 합니다.
- 가족 또는 함께 거주하는 분과 대화 등 접촉하지 않도록 합니다.
- 가족 또는 함께 거주하는 분이 있는 경우 자가격리대상자를 포함하여 모두 항상 마스크를 착용하는 것이 원칙입니다. 다만, 집 안에서 서로 독립된 공간에 있을 시에는 마스크 미착용 가능합니다.
- 개인물품(개인용 수건, 식기류, 휴대전화 등)으로 사용하세요.
 - 의복 및 침구류는 단독세탁
 - 식기류 등은 별도로 분리하여 깨끗이 씻기 전에 다른 사람이 사용하지 않도록 합니다.
- 건강 수칙을 지켜주세요.
 - 손씻기, 손소독 등 개인위생을 철저히 해주세요.
 - 기침이 날 경우 마스크를 착용하세요.
 - 마스크가 없다면 소매로 가려 기침하며, 기침, 재채기 후 손을 씻거나 손소독 합니다.
- ‘자가격리자 안전보호앱’을 의무적으로 설치해주세요.
 - ※ 자가격리 중 격리 장소의 무단이탈 등 격리 조치에 따르지 않을 경우 앱과 연동되는 손목안심밴드를 착용하여야 하며 이를 거부할 경우 시설격리 조치되고, 격리 조치 위반자가 앱 설치를 거부하거나 휴대전화가 없는 경우에도 즉시 시설격리 조치됩니다. (시설이용 비용을 자부담할 수 있음)
- 자가격리자 방에서 배출된 쓰레기는 분리수거 하지 말고 폐기물 처리방안을 참조합니다.(☎다음장 참조)

- 능동감시 기간동안 관할 보건소(담당공무원)가 연락하여 증상 등을 확인할 예정입니다.
귀하가 확진환자와 접촉 후 14일이 경과하는 날까지 본인의 발열, 증상을 모니터링하여 주시기 바랍니다.

○ 자가모니터링은 어떻게 하나요?

- 매일 아침, 저녁으로 체온을 측정하고 호흡기증상 등 감염 증상이 나타나는지 스스로 건강상태를 체크합니다.
- 관할 보건소(담당공무원)에서 하루에 1회 이상 연락드릴 예정이니, 이때 감염이 의심되는 증상이 있는 경우 증상을 알려주십시오.

○ 코로나19는 어떤 증상이 나타날 수 있나요?

- 발열(37.5 °C 이상), 기침, 호흡곤란, 오한, 근육통, 두통, 인후통, 후각·미각소실 또는 폐렴 등이 주요 증상입니다.
- 그 외에 피로, 식욕감소, 가래, 소화기증상(오심, 구토, 설사 등), 혼돈, 어지러움, 콧물이나 코막힘, 객혈, 흉통, 결막염, 피부 증상 등이 다양하게 나타남

☎ 코로나19 임상증상이 발생할 경우 먼저 관할 보건소(담당공무원)와 상의하시거나 질병관리청 콜센터(국번없이 ☎ 1339)나 정읍시 보건소 담당공무원에게 알려주십시오.

▣ 자가격리자 폐기를 처리방법 ▣

코로나19 확진 후 자가격리자 폐기를 안전처리 가이드

1 의료폐기를 전용봉투 사용



가 나

2 봉투 내,외부 소독



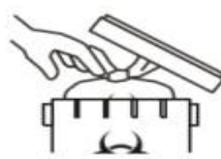
다 라

3 봉투는 75%만 채우기



마

4 합성수지 전용용기에 보관



바

5 생활치료센터, 병원 이송 후 처리



사 아

- ① 의료폐기를 전용봉투에 생활폐기물(음식물쓰레기 포함)을 넣습니다.
- ② 전용봉투를 제공받기 전이라면 종량제 봉투를 사용하세요.
- ③ 폐기물을 봉투에 넣을 때는 인쪽과 바깥쪽을 소독합니다.
- ④ 전용봉투 외부는 1일 1회 소독합니다.
- ⑤ 봉투를 밀폐하기 위해서 75%만 채우고, 다 채운 봉투는 밀폐해주세요.
- ⑥ 밀봉한 전용봉투는 제공된 합성수지 전용용기에 보관하세요.
- ⑦ 생활치료센터, 병원 이송 시 전용용기에 보관한 폐기물을 보건소 담당자 또는 관할 지자체 담당 공무원에게 알려주시면 무상으로 수거, 안전하게 처리합니다.(임의배출 절대금지)
- ⑧ 만약 생활치료센터, 병원 이송 전 처리를 원하는 경우 보건소 담당 또는 관할 지자체 담당 공무원에게 처리를 요청합니다.

▣ 자가격리 대상자의 가족 및 동거인을 위한 생활수칙 안내 ▣

이 안내문은 코로나바이러스감염증-19 감염을 조기에 발견하고 지역사회 전파를 차단하기 위해 '자가격리' 하는 분의 가족 또는 동거인에게 제공되는 안내문입니다. 다음의 생활수칙을 준수하시기 바랍니다.

자가격리대상자의 가족 또는 동거인 준수사항

- 자가격리대상자와 분리된 공간에서 생활하시고,
가족 또는 동거인은 최대한 자가격리대상자와 접촉하지 않도록 합니다.
 - 특히, 노인, 임산부, 소아, 만성질환, 암 등 면역력이 저하된 가족 또는 동거인은 접촉을 피합니다.
 - * 가능한 한 노인, 임산부, 소아, 만성질환, 암 등 면역력이 저하된 가족 등은 따로 생활합니다.
 - 자가격리 장소에 외부인(함께 살지 않는 가족 포함)의 방문도 금지합니다.
 - ※ 특수한 경우(돌봄서비스, 방문간호 등) 관할 보건소(담당공무원)와 연락 후 방문합니다.
- 자가격리대상자와 동거가족(동거인 포함) 모두 항상 마스크를 착용하는 것이 원칙입니다.
다만, 집 안에서 서로 독립된 공간에 있을 시에는 마스크 미착용 가능합니다.
- 손길이 닿는 곳의 표면*을 자주 소독하여주시고 거주 공간은 자주 환기를 시키십시오.
 - * 테이블 위, 문손잡이, 조명 스위치, 수도꼭지, 냉장고 문고리, 키보드, 침대 옆 테이블 등
- 물과 비누 또는 손세정제를 이용하여 손을 자주 씻으십시오.
- 자가격리대상자와 생활용품을 구분하여 사용하세요.(식기, 물컵, 수건, 침구 등)
 - 자가격리대상자의 식기류 등은 별도로 분리하여 다른 사람이 사용하지 않도록 합니다.
- 자가격리대상자의 건강상태를 주의 깊게 관찰하세요.
- 자가격리대상자의 동거가족(동거인 포함)이 많은 사람과 접촉하거나 집단시설* 관련 직종에 종사하는 경우, 감염병 발생 및 전파가능성을 고려하여 자가격리대상자의 격리해제일까지 모임이나 업무를 제한하는 것을 권고합니다.
 - * 집단시설 : 학교, 학원, 어린이집, 유치원, 사회복지시설, 산후조리원, 의료기관 등
- 자가격리자 방에서 배출된 쓰레기는 분리수거 하지 말고 폐기물 처리방안을 참조합니다(앞장).

○ 코로나19 임상증상

- 주요 임상: 발열(37.5 °C 이상), 기침, 호흡곤란, 오한, 근육통, 두통, 인후통, 후각·미각소실 또는 폐렴
- 그 외 증상: 피로, 식욕감소, 가래, 소화기증상(오심, 구토, 설사 등), 혼돈, 어지러움, 콧물이나 코막힘, 객혈, 흉통, 결막염, 피부 증상 등

☞ 코로나19 임상증상이 발생할 경우 먼저 관할 보건소(담당공무원)와 상의하시거나 질병관리청 콜센터(국번없이 ☎ 1339)로 알려주십시오.

2021년 9월 26일

정일여자중학교장(직인생략)