



# 진 경 가 정 통 신

☎ 063-856-6032 http://jingyeong.hs.kr

교 훈  
博 愛  
崇 實

제 2022- 51 호

## 코로나19와 독감으로 부터 안전한 겨울방학 보내기

1. (건강) 건강을 위해, 한적한 야외에서 규칙적으로 운동하기  
\* 조깅, 공원 산책, 자전거 타기, 줄넘기 등
2. (휴식) 집 또는 한 장소에서 휴식  
\* 동네 도서관 · 미술관 · 박물관 이용 등
3. (안전) 여행 시 가족 단위로, 가급적 짧게, 마스크 착용  
\* 고령의 친지 방문 시 손 씻기, 마스크 착용 등 철저히 하기

### ◇ 안전한 방학생활을 위한 수칙

1. 실내에서는 상시 마스크 착용, (열이 나거나 기침 등 몸이 아프면 외출하지 않기)
2. 휴게소, 식당·카페 등 음식점 등에서는 최소시간 머무르기  
- (식당·카페 등) 음식물 섭취 시 외에는 마스크 착용, 식사 시 대화 자제  
- (휴게소) 음식물 섭취 외에는 마스크 착용, 자주 손 씻기
3. 대중교통을 이용하거나 학원 등 실내에서는 마스크 꼭 착용하기  
△ 코·입을 완전히 가리고, △ 마스크 표면은 만지지 않고, △ 마스크 착용, 외출 전·후 손 씻기
4. 침방울이 튀는 행위(소리 지르기 등), 신체접촉(악수, 포옹 등) 자제하기
5. 기침예절 지키기, 자주 손 씻기(손소독제 이용 또는 흐르는 물과 비누로 30초 이상 씻기)  
※ 방학 동안에는 자가 진단하지 않고 등교 1주일 전 2월 23일(목)부터 다시 시작합니다. 방학 중 37도 5부 이상의 열, 기침, 설사 등 코로나 증상이나 독감 증상이 있을 경우, 병원에 방문하고 코로나 **확진** 시는 자가 진단 앱에 들어가서 등록하고 담임선생님에게 **보고하기**

2023년도 1월 5일

진 경 여 자 고 등 학 교

