



5월 보건소식

사랑 가득
감동 가득
행복한 문정 교육

전북 전주시 완산구 구이로 1979
교무실 063-221-8097 행정실 063-224-5975 유치원 063-226-0432

코로나19 감염예방 관리 개정 내용

코로나19 감염병 등급이 1급에서 2급 감염병으로 조정되었습니다. 이에 코로나 19 감염예방 관리가 5월 2일부터 개정되어 운영됩니다.

아래 내용을 참고하여 건강한 생활을 할 수 있도록 협조하여 주시기 바랍니다.

- ▶ 자가진단 키트 활용 선제검사 종료
- ▶ 확진자는 7일 등교 중지하며, 같은 반 학생 중 ‘고위험 기저질환자’ 와 ‘유증상자’만 접촉자로 자체 분류하고 신속항원검사 1회 검사 권장
- ▶ 실내마스크는 KF-AD, KF-80 ~ KF-94까지 착용 가능, 실외마스크 착용은 의무사항 아님
- ▶ 등교 전 자가진단 앱은 계속 실시 (평일 아침 8:30분까지 실시)
- ▶ 발열검사 실시: 등교 시, 점심식사 전 2회 실시
- ▶ 개인물병 지참 (날씨가 더워지고 있어 바깥활동 후에 수분보충이 중요한 시기입니다. 정수기에서 물을 받아서 마시는데 불편함이 없도록 개인물병을 가지고 다니도록 지도해주세요.)

5월 31일은 금연의 날

5월 31일은 세계보건기구(WHO)에서 지정한 “세계 금연의 날”입니다.
나와 가족의 건강과 행복을 위하여 꼭!!! 금연하시기 바랍니다.

< 흡연이 청소년에게 미치는 영향 >

- ☞ 성장기에 있는 청소년은 성인 흡연자에 비해 건강에 더 안 좋은 영향을 준다.
- ☞ 심장병, 동맥 경화증 등이 일찍 시작된다.
- ☞ 일산화탄소에 의한 산소 부족으로 성장발육과 학습에 나쁜 영향을 준다.
- ☞ 폐암 발생률이 높다.
- ☞ 뇌세포 파괴로 기억력, 학습력이 저하된다.
- ☞ 흡연하는 기간이 더 길고, 흡연량도 더 많아진다.



< Q&A 전자담배에 대한 질문 >

Q1. 일반 담배보다 니코틴이 적게 들어있나요?

A1: 아니요. 일반 담배와 비교하여 니코틴과 발암물질은 비슷한 수준, 타르는 더 많이 검출되었고, 제품마다 성분량이나 흡수량이 차이가 있어 안심할 수 없습니다.

Q2. 전자담배도 간접흡연의 위험성이 있나요?

A2: 네. 전자 담배에서 발생하는 수증기에도 니코틴, 일산화탄소 등 유해물질이 포함되어 있습니다.

Q3. 금연을 위한 보조제로 사용해도 되나요?

A3: 중독성을 유발하는 니코틴이 더 많거나 비슷하게 함유되어 있으므로 금연에 도움이 되지 않습니다.

일본뇌염 주의보 발령!!

질병관리청은 부산지역에서 일본뇌염 매개모기인 ‘작은빨간집모기’가 발견됨에 따라 **일본뇌염주의보**를 발령하였습니다. 일본뇌염은 대부분 무증상이지만 증상이 나타날 경우에는 치명적인 급성뇌염으로 진행될 수도 있습니다. **모기에 물리지 않도록 하고, 이전에 불활성화 백신을 맞은 6학년(만12세)은 추가예방접종을 받기 바랍니다.**



또한, 일본뇌염 예방접종은 필수!

구분	접종 권장 기준
불활성화 백신	총 5회 접종 · 1차~3차 (생후 12~35개월) · 4차 (만 6세) · 5차 (만 12세)
생백신	총 2회 접종 · 1차~2차 (생후 12~35개월)

일본뇌염 국가예방접종 지원 대상이 되는 생후 12개월에서 만 12세 이하 어린이*는 표준일정에 맞춰 예방접종을 완료하여야 합니다.

*만 12세 이하는 보건소 및 전국 1만여 지정 의료기관에서 주소지에 관계없이 무료접종 가능

누구에게나 스트레스가 있어요!

1. 스트레스란 무엇일까요?

스트레스란 우리의 생활 속에 존재하는 어떠한 자극에 대한 신체적, 정신적 반응을 말합니다. 긍정적 스트레스와 부정적 스트레스로 나뉩니다.

2. 스트레스는 나쁘기만 할까요?

우리 삶 속에 있는 스트레스를 잘 조절하고 대처할 수 있다면 **생활에 활력을 주고 생산성과 창의력을 높일 수 있습니다.**

3. 스트레스 관리하는 법

- 믿을 만한 사람과 대화
- 좋아하는 운동하기
- 그림그리기
- 깊은 호흡하기
- 음악 감상
- 좋아하는 책읽기
- 즐겁게 식사하기
- 긍정적으로 생각하기

2022년 5월 11일

전 주 문 정 초 등 학 교 장