



코로나19의 소규모 집단감염이 산발적으로 발생하고 있는 가운데, 덥고 습한 날씨로 인하여 자칫 마스크 착용이 소홀해질 수 있는 때입니다. 올바른 마스크 착용법에 대해 안내해드리오니 실천 바랍니다. 아울러 가정 내 자녀지도 협조사항도 부탁드립니다.

< 가정 내 자녀지도 협조사항 >

1. 환기가 잘 되지 않는 지하공간이나 밀폐된 시설(PC방, 노래방 등)은 이용하지 않기
2. 버스, 지하철, 도서관 등 다수가 모이는 실내에서는 마스크 착용 생활화하기
3. 학원이나 도서관, 독서실 등 이용 시 해당 시설의 방역수칙 준수하기
4. 놀이·체육시설 등 사람이 많이 모이는 밀집된 시설은 이용 자제하기
5. 운동 등은 가급적 사람 간 거리두기(2m)가 가능한 야외에서 하기

❖ 마스크 착용 수칙

◆ 실내공간에서 다른 사람과 함께 있을 때는 마스크를 착용하세요.

- 보건용 마스크(방역 마스크, KF-99, KF-94, KF-80), 비말차단 마스크(KF-AD), 수술용 마스크, 텐탈 마스크, 면마스크 등 모든 마스크의 사용이 가능합니다.
- 호흡기, 심혈관계 등 기저질환이 있는 사람은 의사선생님과 마스크 쓰는 것에 대해 상담하고, 의사선생님과의 상담 결과 내용을 담임선생님이나 보건선생님께 알려주세요.

◆ 이럴 때는 마스크를 쓰지 않아도 괜찮아요.

- 마스크를 쓰고 있을 때 머리가 아프거나 숨이 차면 마스크를 즉시 벗고, 괜찮아질 때까지 안정을 취합니다. 이때 다른 사람과 2m(최소 1m) 이상 거리를 두고 가능한 말을 하지 않습니다.
- 실외에서 다른 사람과 2m(최소 1m) 이상 거리를 유지할 수 있다면 마스크를 쓰지 않아도 괜찮아요. 이럴 땐 가능한 말을 하지 않도록 합니다.

◆ 마스크를 쓰고 있을 때 지켜주세요.

- 얼굴 크기에 맞는 적당한 마스크를 골라서 코와 입이 보이지 않도록 얼굴에 잘 맞게 쓰세요.
- 마스크를 쓰고 있을 때는 마스크 겉면을 만지지 않도록 합니다. 만약 만졌다면 30초 이상 물과 비누로 손을 씻거나, 손소독제로 손을 씻듯이 문지르세요.
- 마스크를 서로 바꿔 쓰거나 쓰던 마스크를 다른 사람에게 빌려주면 안 됩니다.

◆ 마스크를 쓰기 전이나 벗을 때 지켜주세요.

- 마스크를 쓰기 전에 30초 이상 물과 비누로 손을 씻거나 손소독제로 손을 씻듯이 문질러주세요.
- 마스크를 벗을 때는 겉면에 손을 대지 않고, 끈만 잡고 벗으세요.
- 마스크를 버릴 때는 아무 곳이나 두지 말고 즉시 쓰레기통에 버린 후 30초 이상 물과 비누로 손을 씻거나 손소독제로 손을 씻듯이 문질러주세요.

◆ 마스크를 잃어버리거나 더러워질 때, 망가질 때 지켜주세요.

- 등교를 포함하여 외출할 때 마스크 여분을 챙겨서 마스크를 잃어버리거나 더러워지거나 망가졌을 때 새 마스크를 착용합니다.
- 새 마스크를 쓰기 전까지는 주변 사람들과 가능한 말을 하지 않도록 합니다.



KF94 마스크 • 코로나19 의심환자를 돌보는 경우

KF80이상 마스크

- 기침, 목아픔 등 호흡기 증상이 있는 경우
- 건강취약계층^①과 기저질환자^②가 다른사람과 접촉하는 경우

비말차단용·수술용 마스크

- 장시간 착용해야 하는 환경·더운 여름철·호흡이 불편한 경우에 사용이 편리

① 건강취약계층 노인, 어린이, 임산부, 만성질환자 등

② 기저질환자 만성 폐질환, 당뇨, 만성 신질환, 만성 간질환, 만성 심혈관질환, 혈액암, 항암치료암환자, 면역억제제 복용 중인 환자

미세입자 차단

호흡 용이성

KF94

> KF80

비말 차단용

수술용

KF94

< KF80

비말 차단용

수술용



마스크 착용 전
깨끗이 손 씻기



입과 코를 가리고,
틈이 없도록 착용



착용중 마스크 만지지 않기
만진 후 깨끗이 손씻기

코로나19 올바른 마스크 착용법

“마스크 착용으로 감염병 예방할 수 있습니다”

- 1 마스크를 착용하기 전, 흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻으세요
- 2 마스크로 입·코를 완전히 가려서, 얼굴과 마스크 사이에 틈이 없게 하세요
- 3 마스크 안에 수건, 휴지 등을 넣어서 착용하지 마세요
- 4 마스크를 사용하는 동안 마스크를 만지지 마세요
마스크를 만졌다면 흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻으세요
- 5 마스크를 벗을 때 끈만 잡고 벗긴 후, 흐르는 물에 비누로 손을 씻으세요

접이형 제품 착용법

- 1  마스크 날개를 펼친 후 양쪽 날개 끝을 오므려주세요
- 2  고정심 부분을 위로 하여 코와 입을 완전히 가려주세요
- 3  머리끈을 귀에 걸쳐 위치를 고정해주세요
- 4  양 손가락으로 코편이 코에 밀착되도록 눌러주세요
- 5  공기누설을 체크하며 안면에 마스크를 밀착시켜 주세요

컵형 제품 착용법

- 1  머리끈을 아래로 늘어뜨리고 가볍게 잡아주세요
- 2  코와 턱을 감싸도록 얼굴에 맞춰주세요
- 3  한 손으로 마스크를 잡고 위 끈을 뒷머리에 고정합니다
- 4  아래 끈을 뒷목에 고정하고 고리에 걸쳐 고정합니다
- 5  양 손가락으로 코편이 코에 밀착되도록 눌러주세요
- 6  공기누설을 체크하며 안면에 마스크를 밀착시켜 주세요

주의!

제대로 쓰지 않으면 예방효과가 없어요!

잘못된 마스크 착용, 안돼요!



① 코가 노출되는
마스크 착용



② 턱에 걸치는
마스크 착용



③ 마스크 겉 면을 만지는 행위

2020. 7. 24

줄포초등학교장
줄포초등학교병설유치원장