

코로나19 예방 안전한 여름방학 보내기

◇ 방학 테마

- (건강) 건강을 위해, **한적한 야외에서 규칙적으로 운동**하기
 - * 조깅, 공원 산책, 자전거 타기, 줄넘기 등
- (안전) 올바른 **마스크 착용, 밀폐·밀집·밀접 시설 등*** 가지 않기
 - * pc방, 노래방, 실내 생활체육시설(탁구장) 등

◇ 안전한 방학생활을 위한 수칙

3행(行) : 반드시 실천

- 대중교통을 이용하거나 학원 등 실내에서는 마스크 꼭 착용하기
 - △코·입을 완전히 가리고, △마스크 표면은 만지지 않고, △마스크 착용 전·후 손 씻기
- 자주 손 씻기(손소독제 이용 또는 흐르는 물과 비누로 30초 이상 씻기)
- 사람간 거리는 2m(최소 1m) 이상 유지하기

3금(禁) : 반드시 피하기

- 열이 나거나 기침 등 몸이 아프면 외출하지 않기
 - △보건소로부터 자가격리통지서를 받은 경우, △가족 중 자가격리자가 있는 경우, △코로나19 진단검사를 받은 경우, △코로나19 확진 판정을 받은 경우에는 즉시 학교*에 알리기 * 학생 → 담임교사, 교직원 → 복무담당자
- pc방, 노래방 등 밀폐·밀집·밀접(3밀) 장소는 방문하지 않기
- 씻지 않은 손으로 눈·코·입 만지지 않기

코로나19 예방 안전한 여름휴가 보내기

◇ 휴가 테마

- (휴식) 집 또는 한 장소에서 휴식
 - * 동네 도서관·미술관·박물관 이용 등
- (안전) 여행 시 가족단위로, 가급적 짧게, 마스크 착용
 - * 고령의 친지 방문시 손씻기, 마스크착용 등 철저히 하기
- (여유) 한적한 곳 방문, 활동(activity) 보다는 휴식(relaxation)
 - * 혼잡한 여행지 보다는 한 장소에서 푹 쉬기

◇ 안전한 여행·야외활동을 위한 수칙

3행(行) : 반드시 실천

- 실내에서는 상시 마스크 착용
- 휴게소, 식당·카페 등 음식점 등에서는 최소한 시간 머무르기
 - (식당·카페 등) 음식물 섭취시 외에는 마스크 착용, 식사 시 대화 자제
 - (휴게소) 음식물 섭취 외에는 마스크 착용, 자주 손 씻기
- 사람간 거리는 2m(최소1m) 이상 유지하기

3금(禁) : 반드시 피하기

- 발열·호흡기 증상이 있으면, 여행가지 않기(집에 머무르기)
 - * 38도 이상 고열 지속, 증상 악화 시 콜센터(1399, 지역번호+120)나 보건소 문의하기
- 유흥시설 등 밀폐·밀접된 장소, 혼잡한 여행지, 혼잡한 시간대는 피하기
 - * 해수욕장 이용시 해수욕장 신호등 활용
- 침방울이 튀는 행위(소리지르기 등), 신체접촉(악수, 포옹 등) 자제하기

호 남 제 일 고 등 학 교 장