



보건소식
2025 - 제 2 호
(2025.3.10.)

교육 지표

큰 뜻을 세워 미래를
이끌어갈 창의적인
수지 어린이

수 지 초 가정통신문



많은 별처럼 아름다운 '나'답게!
금 이 순간 시작해봐, 너답게!
초롱초롱 꿈 키워가요. 우리 함께!!

<http://www.nwsuji.es.kr> ☎ 626-1414

귀여운 신입생의 입학과 재학생의 진급을 진심으로 축하합니다. 보건 소식지는 우리 친구들과 선생님, 그리고 가족들의 건강증진을 위해 매월 초 여러분을 찾아갑니다. **어린시절의 건강습관은 평생 건강의 밑거름**이 됩니다. 손 씻기, 규칙적인 생활, 식사 후 양치질하는 습관, 음식을 골고루 꼭꼭 씹어 먹기 등 좋은 건강 습관으로 내 몸의 건강지킴이가 되어봅시다.

보건실 이용 안내

보건실은 아픈 학생이 간단한 치료를 받거나 안정을 취하는 곳입니다. 보건실에서 지켜야 할 몇 가지 사항을 안내합니다.

☆ 보건실 위치 : 본관 1층 ☆

♥ 보건실에 올 때는 선생님께 꼭 말씀을 드리고 옵니다.

♥ 부축이 필요한 경우가 아니면 아픈친구만 보건실로 들어옵니다. 함께 온 친구들은 밖에서 기다리도록 합니다.

♥ 보건실에서는 다른 친구들을 위해 조용히 합니다.

♥ 집에서 약을 먹고 온 경우나 건강상 문제가 있어 병원에 다니고 있거나, 복용하고 있는 약이 있는 경우 → **미리 보건선생님께 말하기 꼭 애기를 해야 합니다.**

♥ 고민이 있거나 건강에 대해 궁금한 것을 알고 싶을 때도 언제든지 보건실에 와서 상담할 수 있습니다.

♥ 침상 안정을 원하는 학생은 보건 선생님의 판단 아래 담임 선생님과 교과 선생님께 허락을 받은 후 할 수 있습니다.

- 40분을 원칙으로 합니다.

- 40분 안정 후 증상 호전이 없으면 병원진료나 가정안정을 합니다.



학교 응급 관리 절차 안내

※ 근거: 교육부 『학교응급환자절차관리』 매뉴얼(2024) 「학교교육과정」중에 발생하는 모든 안전사고의 경우

1) 위급하지 않으나 병원진료가 필요한 경우

▶ **보건실에서 응급조치하고 보호자에게 연락하여 보호자 동행하여 병원진료를 받습니다.**

(보호자 인계함을 원칙으로 자녀에게 연락 가능한 전화번호를 알려주세요)

2) 위급하다고 판단되는 경우

▶ 보호자에게 연락 후 교사와 동행하여 인근병원으로 후송합니다.

3) 움직이기 어렵거나 생명을 위협하는 위급상황 시

▶ 119구조대에 연락, 교사가 동행하여 학생을 병원으로 신속하게 후송합니다.

감염병으로 인한 등교중지 안내

학교보건법 제 8조에 의거, 학교의 장은 감염병에 감염되었거나, 감염이 의심 또는 감염될 우려가 있는 학생 및 교직원에 대하여 등교를 중지시킬 수 있습니다. 이는 일정 기간 학교에 나오지 않고 가정에서 치료, 영양하도록 하여 모두의 건강을 보호하기 위한 조치입니다.

▶ **등교중지를 할 수 있는 감염병:** 법정 감염병과 전염력이 강한 질환이라고 의사가 진단한 질환 (예: **코로나 19, 홍역, 유행성 이하선염(볼거리), 수두, 결핵, 유행성 각결막염, 인플루엔자(유행성 독감)** 등

◆ **감염병(전염병)에 의심되면? 등교 중지**

① 먼저, 담임선생님께 유선(전화)으로 연락

② 반드시 병원진료

③ 가정에서 격리치료(등교중지 실시)

- 완치 판정 또는 전염력이 없다는 **의사의 진단이 있을 때까지 가정에서 영양**(학원 등에 보내지 않기)

- 병명, 치료 및 격리 기간이 명시된 **증명서류** (예: 의사소견서 등)를 학교에 제출하면 출석이 인정됩니다.



손씻기 365 건강을 지키는
가장 좋은 습관입니다!

학령기에 걸리기 쉬운 감염병

| 병명 | 초기증상 | 등교중지기간 |
|------------|----------------------------------|-------------------------------|
| 수두 | 발열과 동시에 발진, 수포 | 모든 발진이 딱지가 될 때까지(발진 하루 전~7일간) |
| 수족구병 | 발열, 발바닥, 구강 내 수포 및 궤양 | 수포 발생 후 6일간 또는 가피가 형성될 때까지 |
| 결핵 | 피곤, 기침, 체중 감소, 식은 땀 | 치료 시작 후 2주까지 |
| 일본뇌염 | 몸이 노곤하고 고열 | 급성 증상이 완전히 나을 때까지 |
| 유행성 이하선염 | 발열, 귀밑이 부어 오름, 식욕부진 | 귀밑의 부어오른 것이 가라앉을 때까지 |
| 유행성 결막염 | 충혈, 안구통증, 눈부심 | 의사가 등교해도 된다는 진단을 받을 때까지 |
| 인플루엔자 (독감) | 발열(37.8도 이상) 기침, 콧물, 코막힘 중 1개 이상 | 의사가 등교해도 된다는 진단을 받을 때까지 |
| A형간염 | 고열, 권태감, 식욕부진, 오심, 복통, 황달 | 감염자의 경우 증상발생 후 2주간 |

황사 및 미세먼지 발생 시 건강관리

❁ 미세먼지! 왜 조심해야 하나요?

미세먼지는 숨쉴 때 코 점막을 통해서 걸러지지 않고, 인체 내부까지 직접 침투하기도 합니다. 단시간 흡입으로는 갑자기 신체변화가 나타나지 않으나, 장기간 지속적 노출 시 천식과 폐질환, 심혈관질환 등 각종 질병이 유발될 수 있습니다.

❁ 미세먼지가 높은 날은 어떻게 해야 하나요?



장시간
실외활동 자제



외출시
황사마스크 착용



외출 후 손, 얼굴
깨끗이 씻기



충분한
수분섭취



과일, 채소 등
충분히 씻어 먹기



창문
닫기

가정에서 함께하는 성교육

1. 성교육의 올바른 의미를 알아봅시다.

성교육은 남녀의 성에 대한 지식과 임신 및 생리학적 지식만을 가르치고 성에 대한 올바른 태도와 지식을 알려주어 건전한 인격을 형성할 수 있는 인간교육을 말합니다.

2. 초등학교 성교육의 중요성

성에 대한 태도는 학령기 초에 형성되어 평생 동안 지속되므로 이 시기에 적절한 성교육을 통해 성에 대한 올바른 태도를 형성하도록 도와주어야 합니다.

3. 가정에서 아이들은 어떻게 지도해주세요.

대부분의 어린이들은 어른의 말을 따르는 것이 옳은 일이라고 생각합니다. 그러나 어른의 말이라도 무조건 들어야 하는 것이 아니라 자신이 옳지 않다고 생각하는 일, 기분 좋지 않은 느낌이 드는 것은 부모님이나 선생님이더라도 단호히 거부하도록 가르쳐야 합니다.

4. 성희롱 성폭력 예방

성희롱이란 상대방이 원하지 않는 성적 언동, 상대방이 거부하는 의사나 감정을 밝혔는데도 이를 무시하는 언동, 상대방에게 성적 굴욕감 또는 혐오감을 주는 언동 등을 말합니다. 이럴 때에는 **성희롱 행위를 중지하도록 차분하고 명확한 어투로 자신의 느낌과 생각을 분명하게 표현**해야 합니다.

성(性)고충 상담창구 운영

본교에서는 학생 및 교직원의 성희롱, 성폭력, 성매매 등 성과 관련된 문제가 발생하였을 때 여러분을 돕는 **성고충 상담창구**를 **보건실**에 설치하여 운영하고 있습니다.

우리 학교는 금연구역!



2015년부터, 우리나라의 모든 학교는 물론 버스정류장, 모든 음식점과 커피전문점이 '금연구역'으로 지정되었습니다. 금연구역 내 흡연을 하면 **과태료**가 부과되며 전자담배도 과태료가 적용 됩니다.

<출처 참여보건연구회>