



# 소중한 나, 행복하게 성장하는 우리 가정통신문

우)55737

남원시 춘향로 73번지

(<http://www.nwys.ms.kr>)

교무실 : (063) 633-4549

팩 스 : (063) 631-4734

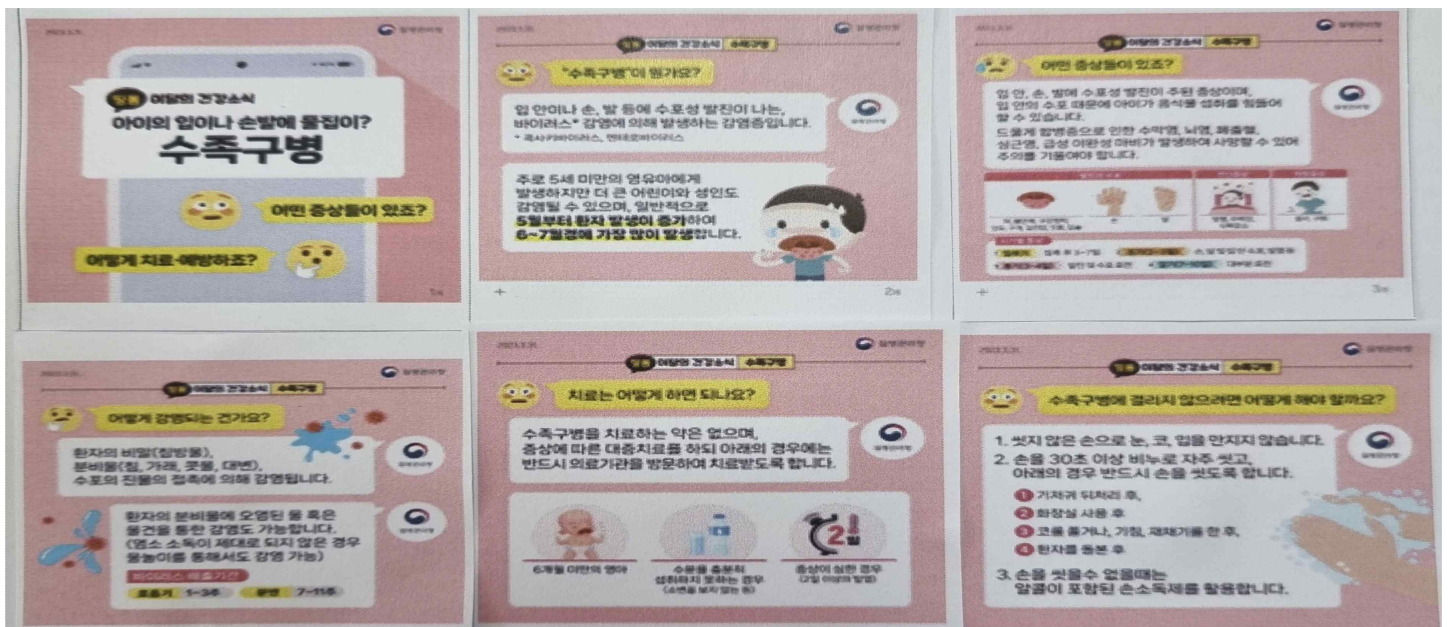
## 2025학년도 안전하고 즐거운 여름방학 건강생활 안내

학부모님 안녕하십니까?

우리 아이들이 여름방학을 건강하게 보내고 2학기에도 정상적인 등교를 위해 학부모님께 다음 사항을 안내하오니 가정 내에서 자녀 지도에 적극 협조하여 주시기 바랍니다.

### 1 감염병 예방을 위한 방역수칙 준수

수족구병 예방수칙 및 위생관리	<p>최근 영유아에서 수족구병의 발생이 증가하고 있으며, 당분간 발생 증가 예상으로 수족구 예방 수칙 및 위생 관리 당부드립니다.</p> <p>① 올바른 손 씻기</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 흐르는 물에 비누나 세정제로 30초 이상 손씻기</li><li>- 기저귀 뒤처리 후, 배변 후, 코를 풀거나 기침, 재채기 후, 환자를 돌본 후</li><li>- 특히 유치원, 어린이집 종사자 및 영유아 관련자</li></ul> <p>② 올바른 기침예절</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 옷소매 위쪽이나 휴지로 입과 코를 가리고 기침하기</li></ul> <p>③ 철저한 환경관리</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 아이들의 장난감, 놀이기구, 집기 등을 소독 하기</li><li>- 환자의 배설물이 묻은 옷 등을 철저히 세탁하기</li></ul> <p>④ 수족구병이 의심되면</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 바로 병원에서 진료 받고 등원 및 외출 자제 하기(발병후 1주일)</li></ul>
기타 감염병 확진 시	<p>* 다음의 감염병을 학생 본인이 진단받은 경우</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 독감(인플루엔자), 결핵, 홍역, 콜레라, 세균성 이질, 장티푸스, 파라티푸스, 장출혈성 대장균 감염증, A형 간염, 코로나.</li></ul> <p>* 여름방학 중 확진 시 담임선생님께 연락하기</p>



## 2 방학 중 건강상태 검진 및 관리

학교에서 실시한 건강검사 결과 이상이 있었거나 평소 몸과 마음에 안 좋은 곳이 있었다면 방학을 이용하여 전문의사와 상담 및 치료 받기 !



### \* 평소 몸이 아파 보건실 방문이 자주 있었던 학생

- 방학은 진료 받을 좋은 기회! 평소 반복되는 통증이나 증상, 시간 상 미뤘던 건강문제, 건강검진결과 필요한 검사 등 정확한 진단 및 치료를 합니다.

### ■ 학생 건강검진결과 “정밀검사요함” 학생은 재검진을 실시하여 주세요 !

- \* 충치 치료: 정기적 구강검사를 하여 충치치료, 치석제거, 치아교정 등 필요한 구강관리를 합니다.
- \* 시력 관리: 시력검사결과 어느 한쪽이라도 시력이 0.7이하인 경우 안과검진 및 적절한 조치를 합니다.
- \* 예방접종 완료: 만 11~12세에 받아야 하는 예방접종 2종[① Tdap(또는 Td) 6차, ② 일본뇌염(사백신 5차 또는 생백신 2차)]을 완료합니다.
- \* 비만 예방과 적정체중 유지: 올바른 식이와 규칙적인 운동을 적극적으로 합니다.

## 3 여름방학 온열질환 관련 건강수칙 안내

### 건강한 여름나기



물은 자주 마시고!



항상 시원하게!



휴식은 충분하게!



매일 기온 확인하기!

#### <코로나19 상황에서의 온열질환 예방하기>

- 실외에서 사람 간 2m 거리두기 가능하다면 마스크 벗기
- 냉방기구 사용할 때 최소 2시간 마다 환기하기
- \* 바람의 세기를 낮추고, 사람의 몸에 직접 닿지 않게 하기

### 온열질환 응급조치



- 고열
- 피부는 축축(땀이 많이 남)하거나 건조(뜨거움)
- 빠른 맥박과 호흡
- 두통
- 피로감과 근육경련

의식유무

없음

119 구급대 요청

시원한 장소로 이동

시원한 장소로 이동

옷을 헐렁하게 하고 몸을 시원하게 함

옷을 헐렁하게 하고 몸을 시원하게 함

수분 섭취

병원으로 후송

증상이 개선되지 않을 경우

119 구급대 요청

### 이런 분들 조심하세요!



고령자 및 독거노인



야외근로자



만성질환자  
(고혈압, 심장병, 당뇨병, 뇌졸중 등)



어린이


## 4 성폭력 및 성범죄 예방

✓ **성폭력이란?** 성을 매개로 상대방의 동의 없이 인간에게 가해지는 신체적 언어적 정신적 폭력을 말합니다.  
성폭력은 피해를 입은 학생에게도 큰 상처가 되지만 가해학생의 인생에도 지우기 힘든 큰 오점을 남깁니다.

✓ **성희롱, 성폭력은 범죄행위입니다.**

✓ **디지털 성폭력 처벌법 강화**

- 소지: 불법촬영, 유포물을 저장매체, 클라우드 등 사실상 관리상태에 두는 것
- 구입: 불법촬영, 유포물 등을 금전 등을 지급하여 구매하는 행위
- 저장: 불법촬영, 유포물 등을 다운로드 받는 행위
- 시청: 불법촬영, 유포물 등을 보는 행위

성폭력처벌법('20. 5. 19. 시행)	불법촬영물 및 불법유포물
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 법정형 상향 -&gt; 처벌강화</li> <li>- 불법촬영물, 유포물 소지, 구입, 저장, 시청에 대한 처벌규정 신설</li> <li>- 불법촬영물, 유포물 이용 협박, 강요죄 신설</li> <li>- 미성년자 간음 추행죄 공소시효 배제</li> </ul>	<p>★ <b>불법촬영물</b> 의사에 반한 <b>불법촬영물</b>과 불법촬영 <b>복제물</b></p> <p>★ <b>불법유포물</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 불법촬영물의 <b>유포물</b></li> <li>2. 의사에 반해 유포된 <b>합의 촬영물</b></li> <li>3. <b>자기 신체</b> 촬영물</li> </ol> 
<p><b>형법('20. 5. 19. 시행)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 미성년자의제기간 연령 상향(13세 -&gt; 16세)</li> <li>- 성폭력 예비, 음모 신설</li> </ul>	

### ▶ 성폭력 발생 시 도움 요청 연락처

기관명	전화번호	홈페이지
경찰청	112	<a href="https://minwon.police.go.kr">https://minwon.police.go.kr</a>
학교폭력 신고·상담전화	117 ※ 문자메시지 #0117 가능	<a href="http://www.dorandoran.go.kr">http://www.dorandoran.go.kr</a>
여성긴급전화 1366	1366	<a href="http://www.women1366.kr/">http://www.women1366.kr/</a>
전북해바라기센터(위기지원) (전북대병원)	063-278-0117	<a href="http://www.jb-onestop.or.kr">www.jb-onestop.or.kr</a>
전북해바라기센터(아동·청소년) (전북대병원)	063-246-1375	<a href="http://www.jbsunflower.or.kr">www.jbsunflower.or.kr</a>
남원YWCA부설성폭력상담소	063-625-1316 (남원시 시청로 65 2층)	
남원성폭력상담소	063-635-0712 (남원시 요천로 1415)	

- 한국 성폭력 상담센터 : <http://www.sisters.or.kr> (02-338-5801~2)
- 사이버수사대 : 경찰청 홈페이지([www.police.go.kr](http://www.police.go.kr)) 접속 후 사이버범죄신고
- 성범죄자 알림e 스마트폰 앱 활용: 가정 및 학교 근처 성범죄자 인적사항 확인 가능



✓ **건강한 사회를 위한 양성평등 숙지하기**

1. 양성평등이란 남녀가 동등한 사회적 조건과 지위, 권리, 의무를 가지고 어느 한쪽 성에 대하여 부정적인 감정이나 고정관념, 차별적인 태도를 가지지 않는 것을 말함
2. 방학기간 중 양성평등 의미를 생각해보고 가정에서 집안 살림을 '남녀 구분없이' 분담하여 실천해보기
3. 드라마, 영화를 가족과 함께 보며 영상 속 양성평등의 적절한 사례, 부적절한 사례를 찾아 대화해보기
4. '여자니까, 남자니까' 라는 이유로 가족에게 성적 고정관념이 반영되는 언행이나 행동을 하지 않기

**5 약물 오·남용 및 흡연예방**

✓ **청소년기의 약물(술, 담배, 커피, 흡입제 등) 유해성**

- 성인보다 피해가 크고, 중독에 빠질 확률도 훨씬 높음
- 방학 중에 자녀들의 행동과 관심사를 관찰하고, 대화의 시간 가지기
- 부모님이 흡연을 하는 경우라면 강한 의지로 금연을 실천하는 모습을 보여주기  
(금연가정의 자녀들은 나중에 흡연할 확률이 낮음)
- 자녀들이 있는 장소에서 담배를 피우지 않고, 간접 흡연의 피해를 최소화하기

- ✓ **마약류 예방** - 약물사용이 자신의 건강은 물론 친구, 가족에게 피해를 준다는 사실을 자녀에게 설명하고, 절대로 마약을 사용해서는 안되며, 누군가가 약물을 권할 때 단호하게 거절하도록 연습시켜 주세요.

**“마약류”**는

① 약물 사용에 대한 욕구가 강제적일 정도로 강하고

의존성

② 사용 약물의 양이 증가하는 경향이 있으며

내성

③ 사용을 중지하면 온 몸에 견디기 힘든 증상이 나타나며

금단증상

**개인에 한정되지 아니하고 사회에도 해(害)를 끼치는 약물!**

**도와주세요!**



**112, 117**



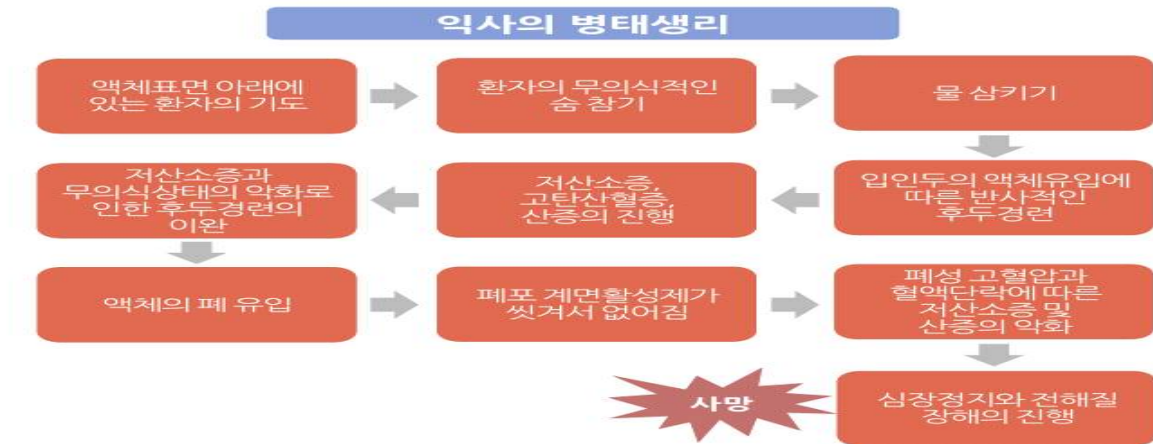
**1899-0893**

- ✓ 마약류 신고
- ✓ 약물 오남용 예방 상담
- ✓ 마약 예방 교육

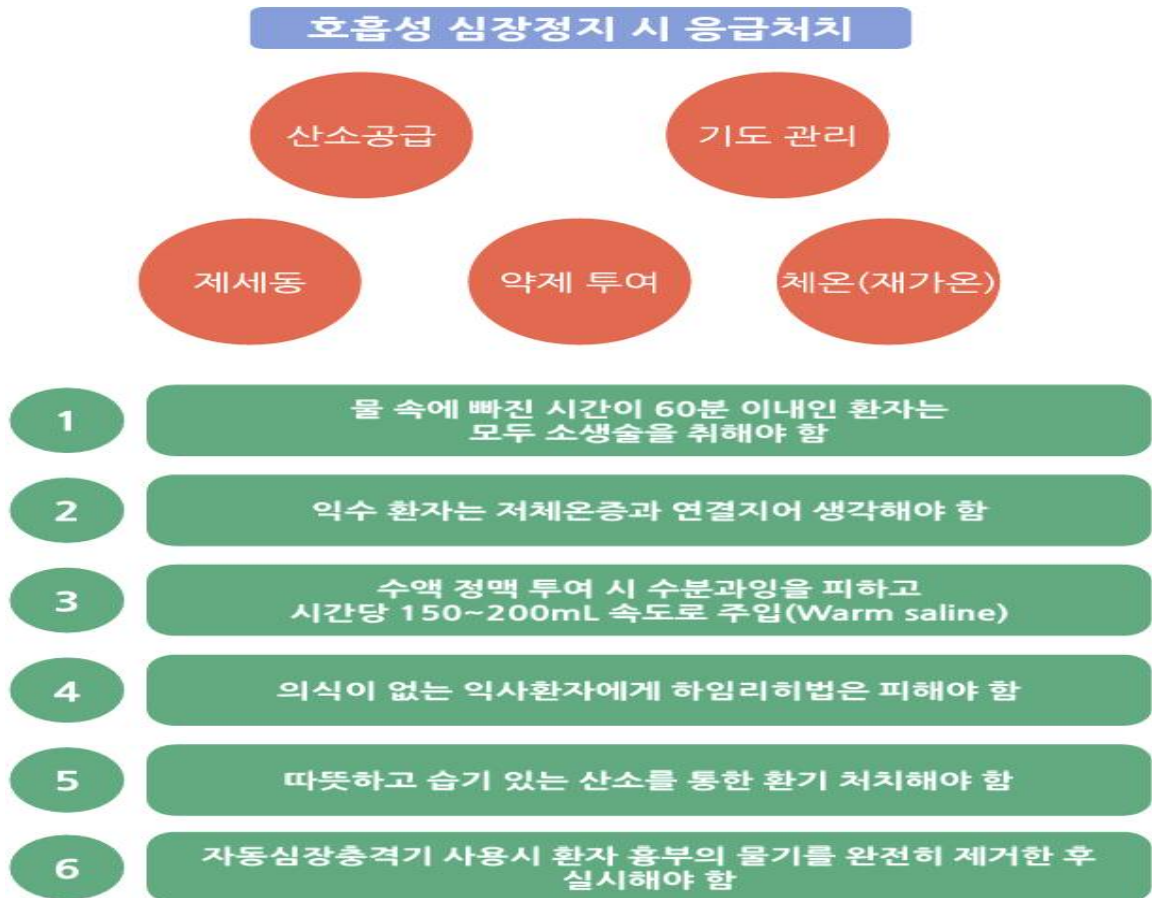
## 6 익수(침수와 익사) 사고시 응급처치

### 1. 특징

- 익사란? : 물에 잠긴 후에 기도에 물이 흡인되어 일어나는 질식에 의해 사망하는 것
- 익수란? : 물에 잠긴 후에 최종 결과에 관계없이 일시적이더라도 환자가 생존한 경우
- 후두경련이란? : 소량의 물이라도 기도로 유입되면 심한 후두 자극 초래로 후두 근육이 수축하여 기도를 폐쇄시킴



### 2. 응급처치



2025. 7. 15.

**남 원 용 성 중 학 교 장**(직인생략)

※ 이 가정통신문은 본교 홈페이지 <http://www.nwys.ms.kr> 학교소식/가정통신문에서도 보실 수 있습니다.