



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

2024학년도 안전하고 즐거운 여름방학 건강생활 안내

학부모님 안녕하십니까?

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

1 감염병 예방을 위한 방역수칙 준수

소화기계 감염병 대응 방역수칙	<ul style="list-style-type: none">* 개인위생을 위해 음식 섭취 전, 용변 후 비누를 이용한 손 씻기 (1일 8회 30초 손씻기)* 손을 통한 유해 미생물의 오염이 빈번하므로 음식물 조리 전, 식사 전, 화장실을 다녀온 후에는 반드시 흐르는 물에 비누로 손을 씻어야 합니다. (손씻기 생활화)* 물과 음식물은 반드시 끓여서 섭취하고, 날 음식은 삼갑니다. (끓인 물이 없는 경우, 포장되어 판매되는 물이나 캔 음료도 안전합니다.)* 기저질환이 있는 학생은 개인 위생 수칙을 철저히 준수* <u>대부분 식중독 환자는 1~ 2끼 금식을 하고 그동안 이온음료나 당분이 포함된 음료 등을 수분 및 칼로리를 보충하면서 기다리면 하루이내에 회복되는 것이 보통입니다. 그러나 구토나 설사의 정도가 심하고 탈수, 발열, 발진 등의 증상이 있으면 바로 병원을 찾아야 합니다.</u>
기타 감염병 확진 시	<ul style="list-style-type: none">* 다음의 감염병을 학생 본인이 진단받은 경우 - 독감(인플루엔자), 결핵, 홍역, 콜레라, 세균성 이질, 장티푸스, 파라티푸스, 장출혈성 대장균 감염증, A형 간염, 코로나.* 여름방학 중 확진 시 담임선생님께 연락 하기

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



증상

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

의식유무

없음 → 119 구급대 요청

있음 → 시원한 장소로 이동

→ 옷을 헐렁하게 하고 몸을 시원하게 함

→ 수분 섭취

→ 증상이 개선되지 않을 경우 → 119 구급대 요청

→ 병원으로 후송

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)


- 법정형 상향 → 처벌강화
- 불법촬영물, 유포물 소지, 구입, 저장, 시청에 대한 처벌규정 신설
- 불법촬영물, 유포물 이용 협박, 강요죄 신설
- 미성년자 간음 추행죄 공소시효 배제

형법('20. 5. 19. 시행)

- 미성년자의제강간 연령 상향(13세 → 16세)
- 성폭력 예비, 음모 신설

불법촬영물 및 불법유포물

- ★ **불법촬영물**
의사에 반한 **불법촬영물**과 불법촬영 **복제물**
- ★ **불법유포물**
 1. 불법촬영물의 **유포물**
 2. 의사에 반해 유포된 **합의 촬영물**
 3. **자기 신체** 촬영물



▶ 성폭력 발생 시 도움요청 연락처

기관명	전화번호	홈페이지
경찰청	112	https://minwon.police.go.kr
학교폭력 신고·상담전화	117 ※ 문자메시지 #0117 가능	http://www.dcrandoran.go.kr
여성긴급전화 1366	1366	http://www.women1366.kr/
전북해바라기센터(위기지원) (전북대병원)	063-278-0117	www.jb-onestop.or.kr
전북해바라기센터(아동·청소년) (전북대병원)	063-246-1375	www.jbsunflower.or.kr
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) 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
- ② 사용 약물의 양이 증가하는 경향이 있으며
- ③ 사용을 중지하면 온 몸에 전지기 힘든 증상이 나타나며

개인에 한정되지 아니하고 사회에도 해(害)를 끼치는 약물!

도와주세요!



112, 117



1899-0893

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

2024.6.21.

질병관리청

마이크로플라스마 폐렴 유행주의보 발령 안내

질병관리청이 실시하는 표본감시 참여기관의 입원환자 수가
2주 연속 250명 이상 발생하여 유행주의보 발령('24.6.24.~)



마이크로플라스마 폐렴균 감염증이란?

- 마이크로플라스마 폐렴균(*Mycoplasma pneumoniae*)에 의한 급성 호흡기 감염증
- 주로 소아, 학령기 아동, 젊은 성인층에서 유행하는 폐렴의 흔한 원인
- 환자의 기침, 콧물 등 호흡기 비말, 직접 접촉을 통해 감염
- 전세계적으로 3~7년 주기로 유행하며, 국내의 경우 2015년, 2019년, 2023년에 유행



유행주의보 발령 기간 알아두어야 할 점

- 18세 이하 마이크로플라스마 폐렴 환자의 항생제 치료를 위해
담당 의사가 항원검사를 실시할 경우, 건강보험 급여 적용



호흡기감염병 예방수칙

- ① 올바른 손씻기의 생활화
- ② 기침예절 실천
- ③ 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기
- ④ 발열, 기침, 콧물 등 호흡기 증상 있을 시, 의료기관을 방문하여 적절한 진료 받기
- ⑤ 실내에서 자주 환기하기
- ⑥ 어린이집, 유치원, 학교 등 집단시설 내 전파 예방을 위해 환경관리 철저히 하기

2024. 7. 15.

남 원 용 성 중 학 교 장(직인생략)