



2024년 10월 보건소식지

# 보 건 소 식



아침, 저녁 기온의 차이가 커서 감기에 걸린 학생들이 늘고 있습니다.  
스스로 체온 조절을 할 수 있도록 옷차림에 신경 쓰고, 개인 면역력 증강을 위해  
규칙적이고 균형 있는 식습관과 손씻기, 세안하기, 양치질 등 개인위생을 철저히  
하시길 바랍니다.

## 2024년 양성평등주간 행사 안내

2024년 전주온빛중 양성평등주간 행사 안내입니다.  
학생들의 많은 참여 부탁드립니다!!

일 시	2024.10.16.(수) ~ 10.18.(금)
장 소	1층 보건실
대 상	전교생
주 제	<b>사행시 짓기</b> (양성평등 의미 포함되어야 함)
방 법	1) 보건실에서 사행시 짓기 활동지 수령 2) 점심시간에 보건실로 제출 (행사기간 중 점심시간에만 제출 가능!) 3) 뽑기 후 간식 랜덤 증정 (※ 간식은 선착순 증정)

## SNS, 메신저 속 성희롱·성폭력 예방 교육

- ▶ 여러분은 하루에 얼마나 SNS, 메신저를 하나요?  
(페이스북, 인스타그램, 카카오톡, 틱톡)
  - “최근 1년간 중학생 ‘SNS’ 이용률” 중  
‘거의 매일’ 이용한다 : 64%
  - “최근 1년간 중학생 ‘메신저’ 이용률” 중  
‘거의 매일’ 이용한다 : 90%
  
- ▶ 여러분의 SNS는 공개 계정인가요?  
팔로워 중 잘 모르는 사람도 있나요?  
낯선 사람에게 메시지를 받아 본 적은요?
  
- ▶ 성폭력 가해자 유형 중  
”온라인에서 새로 알게 된 사람“ 피해 응답률 증가
  - 4.9%(2016년) → 6.3%(2018년) → **18.6%**(2020년)
  
- ▶ SNS, 온라인 메신저 사용 시 기억하고 지켜주세요!!
  - ① SNS 게시물은 전체공개가 아닌 **비공개** 또는 **친구공개**
  - ② **모르는 사람**의 팔로우 요청 메시지는 **경계!**
  - ③ 온라인에서 알게 된 사람을 **직접 만나는 건 위험!**
  
- ▶ 만약 친구의 성희롱, 성폭력 피해 사실을 알았다면?  
성희롱, 성폭력 관련해서 고민이 있다면?
  - 도움 줄 수 있는 지지자 찾기
  - 전문 기관에 연락하여 상담받기

※ 경찰(112), 학교전담경찰(117), 여성긴급전화(1366),  
청소년 상담(1388), 전주해바라기센터(063-278-0117)

<자료출처: 여성가족부 예방교육통합관리 교육자료실>



## 10월의 건강관리

- ★ 일교차가 큼니다.  
감기 조심하시고, 얇은 옷을  
여러 개 껴입으시길 바랍니다.
  
- ★ 호흡기 감염병 예방을 위해  
방역수칙을 준수해주세요.
  - 1) 기침예절 실천
  - 2) 올바른 손씻기의 생활화
  - 3) 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입  
만지지 않기
  - 4) 실내에서는 자주 환기하기
  - 5) 발열 및 호흡기 증상 시  
의료기관 방문하여  
적절한 진료 받기