

6월 보건소식지

6월 보건실 행사

1. 약물 오·남용 예방교육 주간: 5.30(화)~6.2(금)
 - 학부모와 함께하는 퀴즈대회: 6월 보건소식지를 읽고 퀴즈(뒤쪽)를 풀어 제출하면, 추첨을 통해 상품을 드립니다.
 - 학급별 흡연·마약류 등 약물 오·남용 예방교육 실시

2. 2,3,5,6학년 구강검진 / 1,4학년 건강검진

6/19(월)	6/20(화)	6/21(수)	6/22(목)	6/26(월)	6/27(화)
2학년	3학년 +(5-3)	5학년	6학년	1학년	4학년
구강검진				건강검진	

※ 자세한 사항은 추후 별도 교육통신문으로 안내드리겠습니다.

'3차 흡연'의 위험성

[연기가 없어도 전해지는 '3차 흡연', 밖에서 담배를 피우고 들어오면 괜찮다?]

흡연 시 발생하는 수많은 유해 화학물질은 흡연자의 몸, 옷, 물건, 먼지 등의 표면에 달라붙어 다시 공기 중으로 배출됩니다. 이를 통해 흡연이 끝난 이후에도 실내에서 장시간 동안 흡연 유해 물질에 노출되는 '3차 흡연'이 발생합니다. 즉, 집안에서 흡연을 하지 않더라도 다른 가족이 3차 흡연에 노출되고 있습니다.



[3차 흡연 어떻게 피해야 하나요?]

"결국 금연이 정답입니다."

- 1) 흡연자라면 당장 금연하세요!
- 2) 주변인의 금연을 적극적으로 도와주세요!

청소년 약물(마약류) 중독 예방하기

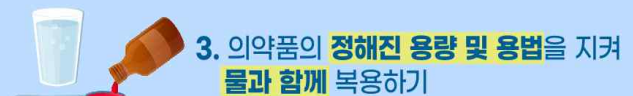
[청소년기 약물(마약류) 중독이 위험한 이유]

- 약물 사용을 시작한 **나이가 어릴수록 심각한 약물 중독 증상을** 보일 가능성이 높습니다.
- **성장 중인** 전전두엽이 영향을 받으면 올바른 판단과 결정, 욕망 조절이 어려워지고 **뇌의 기능을 저하시켜** 여러 문제가 발생할 수 있습니다.

[슬기로운 약물 복용법]



2. 의약품을 사용하기 전 **의약품 이름, 모양, 사용기한** 확인하기



실온 약: 1~30도, 냉장 약: 2~8도

5. 의약품은 **약국에서 약사에게만** 구입하기

※ 인터넷 의약품 구입은 불법!



6. 자신에게 **처방된 약만** 먹기

※중상이 비슷하더라도 다른 사람의 약을 같이 먹지 않기

- 자녀는 주변의 권유에 못 이겨, 마지못해 마약류나 유해한 약물을 사용하기도 합니다. 누군가 약물을 권할 때 단호하게 거절하도록 가정에서도 연습시켜 주세요.
- 집안의 처방 약물 등을 철저하게 보관, 관리, 감독하세요.

(출처: 국립부곡병원, 경상남도교육청)



제 36회 세계 금연의 날(5월 31일): 담배가 아닌 건강한 식량을 키워주세요!



2023. 5. 26.

전 주 오 송 초 등 학 교 장

절 취 선

학부모와 함께하는 '약물 오·남용 예방' 퀴즈 대회

학부모와 함께 문제를 풀고(학부모 서명 필수★) '학년별 제출 일자에 맞춰★' 제출해주세요!

- 3차 흡연을 피하는 근본적인 방법은? ○○
- 약물(마약류) 중독으로 ○○ 중인 전전두엽이 영향을 받으면 올바른 판단과 결정, 욕망 조절이 어려워지고 ○의 기능을 저하시켜 여러 문제가 발생할 수 있다.
- 인터넷에서 다이어트 약품 등 의약품을 구입해도 된다.
- 다른 농업활동에 비해 담배 농지는 쉽게 사막화되어 ○○○에 악영향을 미친다.

학년	반	이름:
함께 푼 학부모 성함:		(서명)
1번 답		
2번 답		
3번 답	(O , X)	
4번 답		

학년	1,2학년	3,4학년	5,6학년
학년별 제출 일자	5.30(화), 5.31(수) 12:10~12:50	5.31(수), 6.1(목) 13:00~13:40	6.1(목), 6.2(금) 12:10~13:00
제출 방법	1층 어린이 책마루(1층 도서관), 보건 선생님께 제출		