



### 내 몸의 건강지킴이~ [나]



신입생의 입학과 재학생의 진급을 축하합니다.  
초등학교 때 배워서 만든 건강습관은 평생 건강의 밑거름이 됩니다.  
우리 함께 나의 평생 건강을 위한 생활습관을 계획하고 실천해요~

신학기 코로나19 확진자가 간헐적으로 발생하고 있으니 안전한 학교생활을 위해 의심 증상 시 즉시 의료기관을 방문하여 진료·검사 받아요.

### 건강한 학교생활을 위한 습관!

1. 올바른 손씻기 - 30초간 비누로 손씻기
2. 독감,코로나19 등 호흡기 감염병 예방!!

★ 발열이나 호흡기 증상이 있으면?

- = 등교하지 말고,
- = 즉시 의료기관 진료·검사받기
- = 마스크 착용하기



★ 1830 손씻기

3. 기침예절 지키기.



4. 다치지 않도록 안전하게 행동해요.

★ 복도나 교실, 특히 계단에서 뛰지 않아요.

(\* 2023년 근골격 다쳐 이송한 학생 : 17명 )

### 즐거로운 보건실 이용

♥ 보건실은 학생들에게 건강관리 방법을 교육하고, 학교에서 다치거나 아플 때 응급처치 및 교육하는 곳입니다. (의료 기관이 아님)



- ♥ 담임선생님의 허락을 받고 옵니다.
- ♥ 흠이 묻은 경우 물로 씻고 옵니다.
- ♥ 집에서 약을 먹은 경우 얘기합니다.
- ♥ 보건교육 시간: 4월부터는 3교시에는 5학년 **보건수업이 있습니다.**  
= 응급환자 이외는 쉬는 시간 이용합니다.
- ♥ 침상 안정은 1시간 이내입니다.

### 응급 환자 이송 체계

학교생활 중에 다치거나 아파서 병원 진료를 받아야 할 경우가 발생할 수 있습니다.



♥ 병원 이송이 필요한 경우

담임교사가 학부모님께 연락합니다.

★ 위급상황일 경우

= 119요청 후 보건교사와 담임교사가 이송하여 응급진료를 받도록 합니다.

★ 위급하지 않으나 병원진료 필요

= 응급처치 후 담임교사가 학부모에게 연락하여, 학부모가 병원에 동행하여 치료를 받습니다.

♥ 병원 이송 시 학부모와 연락이 되지 않는 경우는 부득이하게 가까운 병원으로 이송.

※ 학교 전화는 즉시 받아주세요.

응급상황 발생 시 연락드립니다.

(☎ 070-4272-\*\*\*\*)

## 3월 24일 세계 결핵의 날



OECD 국가 중 발생률  
사망률  
**1위**



**2주이상  
기침하면  
결핵검사**

결핵의 가장 대표적인 증상은  
기침, 가래가 2~3주 이상 지속되는 것이다.

## 심폐소생술

심정지의 60% 이상이 집 안이나 공공장소에서 발생하며 50%가 가족에 의해 발견된다고 합니다. 가족의 심정지 상태에서 구급대원이 현장에 도착하는 시간을 단축하는 것은 한계가 있으므로 심폐소생술을 익히는 것이 중요합니다.

### 심폐소생술 시행 순서



### 자동심장충격기(AED) 사용법



## 미세먼지 대응 행동요령

1. 집에 들어오면 손씻기, 세수하기  
양치질로 미세먼지 씻어내기!



2. 건강상태에 따라 보건용 마스크 올바르게 착용하기! 호흡곤란시 바로 벗기!



3. 물과 과일, 야채 충분히 섭취하기!



4. 미세먼지가 나쁜 날에는 격렬한 운동 및 외출 피하기!



(자료 출처: 환경부 미세먼지 대응 리플렛)

## 성폭력 예방 함께해요!

성폭력 예방을 위해서는 가정과 학교, 사회가 함께 노력해야 합니다.

\* 성폭력 피해 시는 부모님이나 선생님께 꼭 말씀드립니다.

\* 성폭력 예방법은 역할극으로 연습하는 것이 효과적입니다.

\* 시간이 되는 어른은 아동 하교시간엔 하굣길을 돌아보는 것도 성폭력예방에 도움이 됩니다.

(성폭력 발생시간 1위 : 하교 시간)

