



희망찬 봄과 함께 새 학기가 시작되었습니다.

귀여운 신입생의 입학과 재학생의 진급을 진심으로 축하합니다. 보건 소식지는 우리 어린이들과 선생님, 그리고 가족들의 건강증진을 위해 매월 초 여러분을 찾아갑니다. **어린시절의 건강습관은 평생 건강의 밑거름**이 됩니다. 손 씻기, 규칙적인 생활, 식사 후 양치질하는 습관, 음식을 골고루 꼭꼭 씹어 먹기 등 좋은 건강 습관으로 내 몸의 건강 지킴이가 되어봅시다.



보건실 이용 안내

❁ 보건실은 우리 학교 전체 학생 및 선생님까지 영양이나 건강 상담이 필요할 때 이용하는 곳입니다.

아픈 사람이 안정을 취하기도 하므로 보건실에서 지켜야 할 몇 가지 사항을 숙지하여 다른 사람이 피해 받지 않도록 주의합니다.

- ♥ 보건실에 올 때는 선생님께 꼭 말씀을 드리고 옵니다.
- ♥ 부축이 필요한 경우가 아니면 환자만 보건실로 들어옵니다. 함께 온 친구들은 밖에서 기다리도록 합니다.
- ♥ 보건실에서는 다른 환자들을 위해 조용히 합니다.
- ♥ 집에서 약을 먹고 온 경우나 건강상 문제가 있어 병원에 다니고 있거나, 복용하고 있는 약이 있는 경우 → **미리 보건선생님께 말하기 꼭 애기를 해야 합니다.**
- ♥ 고민이 있거나 건강에 대해 궁금한 것을 알고 싶을 때도 언제든지 보건실에 와서 상담할 수 있습니다.
- ♥ 침상 안정을 원하는 학생은 보건 선생님의 판단 아래 담임 선생님과 교과 선생님께 허락을 받은 후 할 수 있습니다.
 - 40분을 원칙으로 합니다.
 - 40분 안정 후 증상 호전이 없으면 병원 진료 등 나의 건강을 위한 다른 방법을 찾습니다.



학교 응급 관리 절차 안내

※근거: 교육부 『학교응급환자절차관리』 매뉴얼 (2024)

「학교교육과정」 중에 발생하는 모든 안전사고의 경우

- 1) 위급하지 않으나 병원진료가 필요한 경우
 - ▶ **보건실에서 응급조치하고 보호자에게 연락하여 보호자 동행하여 병원진료를 받습니다.**
(보호자 인계함을 원칙으로 자녀에게 연락 가능한 전화 번호를 알려주세요.)
- 2) 위급하다고 판단되는 경우
 - ▶ 보호자에게 연락 후 교사와 동행하여 인근 병원으로 후송합니다.
- 3) 움직이기 어렵거나 생명을 위협하는 위급상황 시
 - ▶ 119구조대에 연락, 교사가 동행하여 학생을 병원으로 신속하게 후송합니다.



학령기에 걸리기 쉬운 감염병

병명	초기 증상	등교 중지 기간
수두	발열과 동시에 발진, 수포	모든 발진이 딱지가 될 때까지(발진 하루 전~7일간)
수족구병	발열, 발바닥, 구강 내 수포 및 궤양	수포 발생 후 6일간 또는 가피가 형성될 때까지
결핵	피곤, 기침, 체중 감소, 식은 땀	치료 시작 후 2주까지
일본뇌염	몸이 노곤하고 고열	급성 증상이 완전히 나을 때까지
유행성 이하선염	발열, 귀밑이 부어 오름, 식욕부진	귀밑의 부어오른 것이 가라앉을 때까지
유행성 결막염	충혈, 안구통증, 눈부심	의사가 등교해도 된다는 진단을 받을 때까지
인플루엔자 (독감)	발열(37.8도 이상) 기침, 콧물, 코막힘 중 1개 이상	의사가 등교해도 된다는 진단을 받을 때까지
A형간염	고열, 권태감, 식욕부진, 오심, 복통, 황달	감염자의 경우 증상발생 후 2주간



감염병으로 인한 등교중지 안내

학교보건법 제 8조에 의거, 학교의 장은 감염병에 감염되었거나, 감염이 의심 또는 감염될 우려가 있는 학생 및 교직원에게 대하여 등교를 중지시킬 수 있습니다. 이는 일정 기간 학교에 나오지 않고 가정에서 치료, 영양하도록 하여 모두의 건강을 보호하기 위한 조치입니다.

- ① 담임선생님께 유선(전화)으로 연락
- ② 반드시 병원진료
- ③ 가정에서 격리치료(등교중지 실시)

✿ 학생의 상태에 따라 등교중지 기간 및 질병 상황이 변할 수 있습니다.

✿ 아동이 예방접종을 받지 않은 경우에는 가까운 병원에서 예방접종을 받아 가급적 질병에 걸리지 않도록 하시기 바랍니다.(특히, 수두/A형간염/인플루엔자)

✿ 질병명과 치료 및 격리기간이 명시된 의사소견서를 학교에 제출하면 결석처리하지 않습니다.(출석인정)

<근거: 교육부 『학생감염병예방위기대응』 매뉴얼>



가정과 함께하는 성교육

1. 성교육의 올바른 의미를 알아봅시다.

성교육은 남녀의 성에 대한 지식과 임신 및 생리학적 지식만을 가르치고 성에 대한 올바른 태도와 지식을 알려주어 건전한 인격을 형성할 수 있는 인간교육을 말합니다.

2. 초등학교 성교육의 중요성

성에 대한 태도는 학령기 초에 형성되어 평생 동안 지속되므로 이 시기에 적절한 성교육을 통해 성에 대한 올바른 태도를 형성하도록 도와주어야 합니다.

3. 가정에서 아이들은 이렇게 지도해주세요.

대부분의 어린이들은 어른의 말을 따르는 것이 옳은 일이라고 생각합니다. 그러나 어른의 말이라도 무조건 들어야 하는 것이 아니라 자신이 옳지 않다고 생각하는 일, 기분 좋지 않은 느낌이 드는 것은 부모님이나 선생님이라든가 단호히 거부하도록 가르쳐야 합니다.

4. 성희롱 성폭력 예방

성희롱이란 상대방이 원하지 않는 성적 언동, 상대방이 거부하는 의사나 감정을 밝혔는데도 이를 무시하는 언동, 상대방에게 성적 굴욕감 또는 혐오감을 주는 언동 등을 말합니다. 이럴 때에는 성희롱 행위를 중지하도록 차분하고 명확한 어투로 자신의 느낌과 생각을 분명하게 표현하도록 가정에서도 교육시켜 주세요.

성고충 상담창구 운영

본교에서는 학생 및 교직원의 성희롱, 성폭력, 성매매 등 성과 관련된 문제가 발생하였을 때 여러분을 돕는 성고충 상담창구를 **2층 보건실**에 설치하여 운영하고 있습니다.



황사 및 미세먼지 발생시 건강관리

🌸 미세먼지! 왜 조심해야 하나요?

미세먼지는 숨길 때 코 점막을 통해서 걸러지지 않고, 인체 내부까지 직접 침투하기도 합니다. 단시간 흡입으로는 갑자기 신체변화가 나타나지 않으나, 장기간 지속적 노출 시 천식과 폐질환, 심혈관질환 등 각종 질병이 유발될 수 있습니다.

🌸 미세먼지가 높은 날은 어떻게 해야 하나요?



장시간
실외활동 자제



외출시
황사마스크 착용



외출 후 손, 얼굴
깨끗이 씻기



충분한
수분섭취



과일, 채소 등
충분히 씻어 먹기



창문
닫기



우리 학교는 금연구역!



2015년부터, 우리나라의 모든 학교는 물론 버스정류장, 모든 음식점과 커피전문점이 '금연구역'으로 지정되었습니다. 금연구역 내 흡연을 하면 과태료가 부과되며 전자담배도 과태료가 적용됩니다.

<출처: 참여보건연구회>