

| | | | | |
|--|--|------------------|---------------|---|
|  | <div><h1>가정통신문</h1><p>세계와 소통하는 창의융합형 민주시민 육성</p></div> | 2023년 11월 1일 (수) | | <div><p>Member of United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization</p></div> |
| | | 담당자 | 보건(유 * *) | |
| | | 담당전화 | 070-7842-0995 | |
| 전북 남원시 낙현길 17-14 / http://www.seojin.hs.kr / 063-631-1333(교무실) 063-631-1331(행정실) | | | | |
| 11월 보건 소식 | | | | |

1 고농도 미세먼지 관련 학부모 사전 안내

① 미세먼지 관련 기저질환 서류 및 질병결석 인정절차

- 학생이 미세먼지 관련 기저질환(천식, 알레르기, 아토피, 호흡기질환, 심혈관질환 등)이 있는 경우, 학부모께서는 해당 질환에 대한 의사의 진단서 또는 의견서(의사소견서, 진료확인서 등)를 제출해주시기 바랍니다.
 ※ 미세먼지와 유관성이 드러나는 의사 소견 또는 향후 치료의견 명시
- 해당 의사소견서 및 진단서를 사전제출한 경우, 우리지역의 미세먼지 농도가 '나쁨' 이상인 경우, 당일 수업 시작 전(8시30분 이전)에 학부모의 사전연락(담임선생님께 전화·문자연락)만으로 질병결석이 인정됩니다.
 ※ 학생의 각 학년과정의 수료에 필요한 출석일수는 해당학년 수업일수의 3분의2 이상이 되어야 함

② 우리학교 미세먼지 대응사항

| | |
|--|--|
| 주의보 PM ₁₀ 150이상 또는 PM _{2.5} 75이상 2시간 지속 | • 실외수업 시간 단축 또는 금지 • 학교 내 식당 기계·기구 세척, 음식물 위생관리 강화 |
| 경보 PM ₁₀ 300이상 또는 PM _{2.5} 150이상 2시간 지속 | • 실외수업 시간 단축 또는 금지 ※ 체육활동, 현장학습, 운동회 등을 실내 수업으로 대체 • 수업시간 조정, 등·하교(원) 시간 조정, 임시휴업 검토 • 미세먼지 관련 질환자 파악 및 특별관리(조기귀가, 진료) • 학교 내 식당 기계·기구 세척, 음식물 위생관리 강화 |

- 미세먼지 비상저감조치 발령 시, 학부모께서도 차량2부제에 적극 동참을 부탁드립니다.

③ 가정에서 미세먼지로부터 아이들을 보호하는 방법

- '우리동네 대기정보' 애플리케이션으로 미세먼지 정보를 파악합니다.
- 물청소를 통해 실내 공기를 개선합니다.
- 요리할 때 공기청정기를 켜두지 않습니다.
 - 요리를 마치고 환기를 한 후에 공기청정기를 가동하는 것이 좋습니다.
- 집에 돌아온 후에는 손과 얼굴을 씻고 양치질을 합니다.
- 외출 시 마스크 이외에도 모자나 보호 안경을 활용하도록 합니다.
 - 마스크는 착용법에 따라 올바르게 착용하여야 하며, 호흡곤란 시 바로 벗도록 합니다.

2023.10.17.



코로나19 백신접종 어떻게 하나요?

접종 백신 현재 변이에 맞춘 신규백신(XBB 기반)

권고 대상 65세 이상, 면역저하자, 감염취약시설 입원·입소 및 종사자
 접종 대상: 12세 이상(이전 접종력과 관계없이 누구나 접종가능)

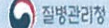
접종 기간 '23.10.19(목) ~ '24.3.31(일)

| 접종 일정 | 접종 대상 |
|----------------------------|--|
| '23.10.19(목) ~ '24.3.31(일) | 65세 이상, 12~64세 면역저하자, 감염취약시설 입원·입소 및 종사자 |
| '23.11.1(수) ~ '24.3.31(일) | 이외 12~64세 일반 국민 |

접종 장소 위탁의료기관(병·의원) 및 보건소

- 사전 예약: 누리집(<http://ncvr.kdca.go.kr>)접속 (대리 예약 가능)
- 당일 접종: 예약 없이 당일 접종 가능('23.10.19 ~)

2023.10.17.



코로나19 백신과 인플루엔자 백신, 동시 접종해도 될까요?

가능하다면 같은 날 동시 접종을 권고합니다.

- 코로나19와 인플루엔자를 동시에 접종하셨을 때에도 두 가지 면역이 충분히 형성되는 것으로 확인되었습니다.
- 또한 동시접종을 해도 접종 부위 통증, 발열 등이 코로나19만 따로 접종하는 것에 비해 증가하지 않았습니다.
- 미국, 호주, 캐나다 등 여러 국가에서도 코로나19 백신과 인플루엔자 백신을 동시 접종하고 있습니다.



2023-2024절기 어린이 인플루엔자 국가예방접종 지원 안내

지원대상 생후 6개월 ~ 13세 어린이 (2010.1.1. ~ 2023.8.31. 출생)

* 실제 생년월일과 주민등록상 생년월일이 다른 어린이는 실제 생년월일 기준

지원기간 2회 접종대상자 2023.9.20(수) ~ 2024.4.30(화)

1회 접종대상자 2023.10.5(목) ~ 2024.4.30(화)

* 예방접종 일정 및 접종횟수는 예진 의사와 상담

접종기관 지정의료기관 및 보건소

* 예방접종도우미 누리집에서 확인 가능 (보건소는 방문 전 확인 필수)

지원내용 인플루엔자 4가 예방접종 1회

* 단, 생후 6개월 ~ 9세 미만 소아 중 아래에 대상은 2회 접종 지원된다. 접종 전 예진 의사와 상담하시기 바랍니다.

- 인플루엔자 예방접종을 처음하거나 이전 접종이력을 모르는 경우
- 2023-2024절기 전까지 인플루엔자 백신을 총 1회만 접종한 경우



2023-2024절기 어르신 인플루엔자 국가예방접종 지원 안내

지원대상 65세 이상 어르신 (1958. 12. 31. 이전 출생자)

지원기간 75세 이상 (1948. 12. 31. 이전 출생자) 2023. 10. 11(수) ~ 2024. 4. 30(화)

70세 ~ 74세 (1949. 1. 1. ~ 1953. 12. 31. 출생자) 2023. 10. 16(월) ~ 2024. 4. 30(화)

65세 ~ 69세 (1954. 1. 1. ~ 1958. 12. 31. 출생자) 2023. 10. 19(목) ~ 2024. 4. 30(화)

접종기관 지정의료기관 및 보건소

* 예방접종도우미 누리집에서 확인 가능 (보건소는 방문 전 확인 필수)

지원내용 인플루엔자 4가 예방접종 1회

3 마약예방 카드 뉴스

의료 목적으로 사용하는 **향정신성의약품**을 왜 마약류로 분류할까요?

- ✓ **향정신성의약품**은 의사의 처방에 따르지 않고 임의로 **오용·남용**하는 경우 중추신경계에 작용하여 인체에 **심각한 위해**를 끼칠 수 있습니다.
- ✓ 따라서 의료 목적으로 사용하는 **향정신성의약품**도 마약류로 지정하여 관리를 강화하고 있습니다.

마약류의 종류

1 마약



양귀비, 아편, 코카인, 모르핀, 헤로인, 펜타닐 등

2 대마



대마초와 대마초에서 얻은 수지, 오일 등을 모두 포함

3 향정신성의약품



종류가 가장 많으며, 의료 목적으로 사용하는 의약품도 다수 포함

의료 목적으로 사용하는 **향정신성의약품**에는 어떤 것이 있을까요?

1 잠 오는 약으로 불리는 '**수면제**'

- : 졸피뎀(zolpidem), 트리아졸람(triazolam) 등
- : 성인 불면증 단기치료에만 사용할 수 있습니다.
- : 18세 미만의 어린이, 청소년은 처방받을 수 없습니다.



2 살 빼는 약으로 불리는 '**식욕억제제**'

- : 펜터민(phentermine), 펜디메트라진(phendimetrazine) 등
- : 16세 이하 어린이, 청소년은 처방받을 수 없습니다.

3 공부 잘하는 약으로 잘못 알려진 '**ADHD 치료제**'

- : 메틸페니데이트(methylphenidate) 등
- : ADHD 진단을 받지 않은 사람은 복용해도 효과가 없습니다.



4 붙이는 파스처럼 보이지만 마약류인 '**펜타닐패치**'

- : 펜타닐패치(Fentanyl)
- : 마약성 진통제로 말기암 환자 등 극심한 고통에만 처방할 수 있습니다.
- : 18세 미만의 어린이, 청소년은 처방받을 수 없습니다.

향정신성의약품, 이것만은 꼭 알아두세요



- ✓ 향정신성의약품은 의료기관에서 **반드시 의사의 처방**을 받고, 처방대로 복용해야 하며, **처방받은 본인에 한하여 사용**해야 합니다.
- ✓ 향정신성의약품은 다른 의약품에 비해 중독의 우려가 크므로, **용도 이외의 사용은 절대로 하지 않아야** 합니다.

의료 목적으로 사용하는 **향정신성의약품**의 정확한 사용 중독의 위험을 피할 수 있는 방법입니다

- ✓ 자녀들이 마약류로 인한 피해를 입지 않도록 **가정에서도 관심을 갖고 살펴봐 주**시기 바랍니다.

상담 및 교육기관



✓ 한국마약퇴치본부

- : 1899-0893
- 전국 13개 지역 시도지부 방문, 편지, 메일, 전화 상담 가능
- 의료기관 치료 연계



입원, 외래 치료 및 상담기관



- ✓ 지역사회 내 치료보호기관
- ✓ 중독관리통합지원센터



학생 마약류 예방 교육자료



- ✓ 학생건강정보센터
- : <https://schoolhealth.kr>

※ 상담, 교육 및 치료 기관에서 상담시 모든 개인정보가 철저히 보호됩니다.
※ 본인뿐만 아니라 가족, 주변인을 통한 상담도 가능합니다.

2023. 11. 1.

남 원 서 진 여 자 고 등 학 교

