



원광여자고등학교

익산시 선화로 13길 72(모현동)
http://www.wonkwang-gh.hs.kr

가정통신문

발행번호

2023-71

담당부서

교무지원부
☎ 850-1104

존경하는 학부모님께

새 학기가 시작된 것이 었그제 같은데 학생들과 학부모님들의 협조로 무사히 한 학기를 마치고 잠시나마 여름방학을 맞이하게 되었습니다.

2023학년도에도 원광여자고등학교 구성원 모두는 학부모님들의 응원에 힘입어 귀공주들의 배움과 성장을 위해 최선을 다하고 있습니다. 하루가 다르게 성장해 가는 귀공주들을 보며 보람과 행복을 느낍니다. 학부모님들께 진심으로 감사드립니다.

비록 짧은 방학이지만 학부모님들의 따뜻한 사랑과 관심이 함께하는 시간은 귀공주들에게는 재충전의 기회가 될 것입니다. 아울러 진로와 적성에 따른 다양한 활동이 병행된다면, 또 한 단계의 성장을 이룰 수 있을 것입니다.

학부모님 가정에 항상 건강과 행복이 깃들기를 기원합니다.

2023. 07. 19.

원 광 여 자 고 등 학 교 장

♣ 방학 중 학교 일정

행 사	기 간	비 고
여름방학식	2023. 07. 19.(수)	학교 전화 · 교무실: 850-1100 · 행정실: 850-1200 · FAX : 841-1233
방학 기간	2023. 07. 20.(목) ~ 08. 06.(일) <18일간>	
자기주도학습 (3학년)	2023. 07. 31.(월) ~ 08. 04.(금) <5일간>	
개학일	2023. 08. 07.(월): 개학 (정상수업)	

※ 공지사항

- 독서의 생활화를 통해 사고력을 배양합니다.
- 코로나19 확진 시 담임선생님에게 유선으로 알립니다.
- 봉사활동 참여시 봉사활동계획서 승인(담임)후→실행(봉사활동확인서지참/확인)→제출(담임)
- 동아리 활동 등을 실시할 경우 학부모 또는 동아리 담당교사가 동참해야 합니다.
- 방학 중 학생답지 못한 행동으로 위반하는 일이 없도록 각별히 유념하고, 원광여고인의 긍지를 살려 모범적인 생활을 합니다.
- 2학기 시간표는 학교 홈페이지 공지사항에 탑재합니다.

□ 코로나 19 평상시 예방

- 코로나19 증상 발생 시 진료*받고 집에 머물며, 다른 사람과 접촉 최소화해주세요
- 개인위생수칙(30초 비누로 손 씻기, 옷소매에 기침하기 등)을 잘 지켜주세요

참고

코로나19 확진자 생활수칙(방역당국)

<생활방역 세부수칙 안내서(제7-2판), 중앙방역대책본부>

< 개인방역 보조수칙 : 코로나19 확진자 >

① 코로나19 확진자 생활수칙의 일반 원칙

- 코로나19 확진자는 바이러스 전파 차단 및 방지를 위해 격리 권고 기간 동안 자택에 머무르며 가급적 외출을 자제합니다.
- 불가피하게 외출해야 하는 경우에는 KF94(또는 이와 동급) 마스크를 착용하고, 되도록 도보나 개인차량 등을 이용하여 이동합니다.
- 타인과의 대면접촉을 최소화하고, 사적 모임 및 고위험시설 방문을 자제합니다.
- 빠른 회복과 전파 방지를 위하여 의료기관이 안내하는 사항을 잘 준수합니다.
- 마스크 착용 및 손소독 등 개인방역수칙을 철저히 준수합니다.

② 다른 가족을 위해 집에서 이렇게 하세요.

- 코로나19 확진자는 독방을 사용하고, 방에서 나올 때는 KF94(또는 이와 동급) 마스크를 착용합니다.
- 격리 권고 기간 동안 식사는 혼자 합니다.
- 방문고리, 전등 스위치 등을 매일 한 번 이상 소독 티슈로 닦습니다.
- 밥그릇 등 식기, 수건, 침대, 컴퓨터는 가족과 따로 씁니다.
- 가족 모두 알코올 소독제나 물과 비누로 손을 자주 소독합니다.

③ 외출을 해야 하는 경우에는 다음 사항을 실천합니다.

- 외출하는 동안에는 KF94(또는 이와 동급) 마스크를 씁니다.
- 사람이 많이 모인 장소, 특히 밀폐되고 환기가 잘되지 않는 곳의 방문은 자제합니다.
- 다른 사람과 최소 1m 이상 건강 거리 두기를 합니다.
- 만나는 사람과 마스크를 벗고 대화하거나 식사하는 등의 밀접한 접촉을 자제합니다.

④ 스트레스 관리는 이렇게 하세요.

- 건강하고 규칙적인 생활을 합니다.
 - 건강하고 균형 잡힌 식사 및 충분한 수면을 취하세요.
 - 심호흡, 스트레칭 등 가벼운 운동을 꾸준히 하세요.
- 가족이나 친구와 자주 연락합니다.
- 불안이나 우울 등 심리적 어려움이 있는 경우에는 전문가의 도움(정신건강복지센터 ☎ 1577-0199)을 받을 수 있습니다.

⑤ 아플 때는 의료기관에 방문하여 진료받으세요.

- 백신 접종 여부와 관계없이 만성병이 있거나 나이가 많으신 확진자가 발열, 기침, 온몸에 근육통이 생겼을 때에는 진료를 받으세요.
- 건강상태가 점점 나빠지는 것을 느끼다면 의료기관(호흡기환자진료센터 이용 권장)에서 진료를 받으세요.

⑥ 쓰레기 처리는 이렇게 하세요.

- 격리 권고 기간 동안 일반쓰레기, 재활용품, 음식물쓰레기로 분리하여 소독한 후 보관하며, 격리 권고 기간 종료 후 배출합니다.* 확진자의 폐기물 처리 방법은 「코로나바이러스감염증-19 관련 폐기물 안전관리 특별대책」 최신판을 참고하세요.

여름방학 학생 생활수칙 안내

원광여자고등학교

1. 교외 생활

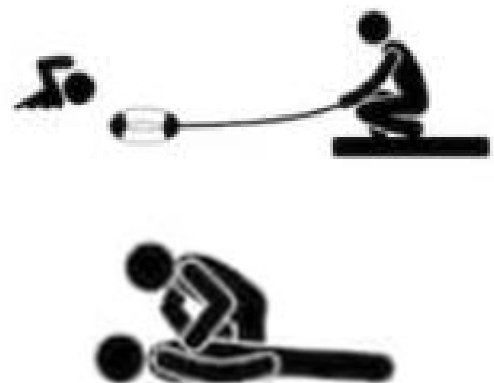
- ☐ 외출 시에는 부모님께 반드시 허락을 받고, 검소하고 단정한 복장을 합니다.
- ☐ 공공장소 및 도서관을 이용할 경우에는 기본예절을 지키도록 합니다.
- ☐ 유원지 등 야유회를 갈 때는 가족과 함께 가도록 하고, 공중질서를 지키며 환경을 훼손하는 행위는 금하도록 합니다.
- ☐ 정보통신윤리(네티켓)를 숙지하여 바르게 행하고, 인터넷·게임에 중독되지 않도록 합니다.
- ☐ 반사회적(도박, 사기성유인, 자살충동 등)사이트를 접속하는 일은 금하도록 합니다.
- ☐ 음주, 흡연, 절도, 강도, 장물취득, 고성방가, 남녀풍기문란, 행락질서문란, 약물오남용 등의 기초 생활 질서 위반 및 학생 신분에 어긋난 행동을 하지 맙시다.

2. 장마 후 질병 예방

- ☐ 장마철 질환: 식중독, 결막염(눈병), 피부병, 일본뇌염 등
- ☐ 손을 자주 씻기(학교, 집, 식사 전 등)
- ☐ 화장실 이용 후나 청소 후 손 씻기
- ☐ 물은 반드시 끓여 마시기
- ☐ 음식을 가열하여 먹고, 오래 보관하지 않기
- ☐ 모기에 물리지 않기(축사 주변 주의)
- ☐ 설사 증상이 있는 경우 바로 병원진료
- ☐ 식중독 예방 3대 요령: 손 씻기/ 익혀먹기/ 끓여먹기

3. 물놀이 10대 안전수칙 (반드시 보호자 동행)

- ☐ 수영 전 준비운동, 구명조끼 착용
- ☐ 몸 적시기(다리→팔 → 얼굴→가슴)
- ☐ 몸에 소름이 돋을 때, 물에서 나옴
- ☐ 물이 갑자기 깊어지는 곳은 위험
- ☐ 식사 후 30분 뒤에 물에 들어가기
- ☐ 친구를 밀거나, 장난치지 않기
- ☐ 장시간 수영 NO, 혼자 수영 NO
- ☐ 물에 빠진 사람 발견하면, 소리쳐 알리고, 즉시 119에 신고하기
- ☐ 물에 뛰어 드는 무모한 구조 금지
- ☐ 안전한 구조 - '패트병, 장대, 로프, 튜브' 같은 물에 뜨는 물건을 이용하여 구조하기



“ 하천 바닥은 갑자기 깊어지는 곳이
있으므로 안전구역에서 수영을 한다.”

119 신고⇒ 구조⇒ 심폐소생술

4. 등산 안전

- ☐ 등산 시는 부모의 동의를 얻은 후에 실시하되, 혼자서는 가지 않습니다.
- ☐ 등산 도중 폭우 시는 즉시 하산하고 낙뢰를 주의합니다.
- ☐ 자연보호에 각별히 유의하며, 등산이나 하산 시는 장난을 삼갑니다.
- ☐ 폭발물 발견 시는 손대지 말고 즉시 인근 파출소나 군부대에 연락합니다.
- ☐ 각종 독충, 해충, 뱀 등에 유의합니다.

5. 교통안전

- ☐ 오토바이 운전, 뒷자석 탑승을 일체 금합니다.
- ☐ 인도, 차도에서 안전수칙과 교통법규를 준수합니다.
- ☐ 어린이, 노인, 신체허약자, 맹인 등을 바르게 안내·인도합니다.
- ☐ 각종 법규나 공중도덕을 준수하여 거리질서, 사회질서 확립에 솔선수범 합니다.
- ☐ 킥보드, 인라인스케이트 등은 안전장비를 착용한 후, 안전한 장소에서 이용합니다.

6. 폭력 및 신변 안전

- ☐ 담배와 술의 유해성분을 이해하고 흡연과 음주를 하지 합니다.
- ☐ 친구의 물건을 소중히 다루고 뺏거나 가져가지 않도록 합니다.
- ☐ 자아 존중감 향상을 통해 자신과 타인의 소중함을 깨달도록 합니다.
- ☐ 언어 및 사이버 폭력의 심각성을 알고 네티켓을 준수하도록 합니다.
- ☐ 건강한 분노 조절과 갈등을 원만히 해결할 수 있는 방법을 서로 공유합니다.
- ☐ 스마트폰의 올바른 사용습관을 형성하여 스마트 폰에 중독되지 않고 건전하게 사용하도록 합니다.

7 재난 안전

- ☐ 화재발생시 대피와 신고요령을 습득하여 비상상황에 대비합니다.
- ☐ 화재의 종류와 소화기 작동원리를 익혀서 소화기를 제대로 사용할 수 있도록 합니다.
- ☐ 홍수 및 태풍 발생 시 전신주나 가로등 신호등을 만지거나 가까이 가지 않습니다.
- ☐ 천둥 번개가 칠 경우 가급적 외출을 삼가고 건물 안이나 낮은 곳으로 대피합니다.

8. 응급 처치 요령

- ☐ 물에 빠진 사람을 발견 시는 전문요원이나 인근파출소, 119구조대에 연락하여 도움을 청하고 직접 구하러 들어가지 않습니다.
- ☐ 벌에 쏘였을 때는 즉시 벌침을 제거한 후, 얼음 찜질을 해줍니다.
- ☐ 더운 곳에서 장시간 햇볕에 노출되었을 때는 옷을 헐렁하게 해주고 시원한 곳으로 이동시킨 후 물이나 식염수를 충분히 공급합니다.
- ☐ 머리를 다쳤을 경우에는 피가 많이 나오는지 의식을 잃었었는지 확인해 보아야 합니다.
- ☐ 피가 많이 나올 때는 깨끗한 거즈 등으로 힘껏 눌러주고, 계속 토할 경우, 현재 의식이 없거나 의식을 잃었을 경우 빨리 병원에 가야 합니다.