



## 4 월 보 건 소 식 지

### 건강을 위협하는 미세먼지

미세먼지는 입자가 매우 작으므로 흡입 시에 코 점막을 통해 걸러지지 않고 폐포까지 침투하여 천식이나 폐질환 등 각종 호흡기 질환의 원인이 될 수 있습니다.



● 미세먼지 : 먼지 지름이  $2.5\mu\text{m}$  이상 ~  $10\mu\text{m}$  이하

● 초미세먼지 : 먼지 지름이  $2.5\mu\text{m}$  이하

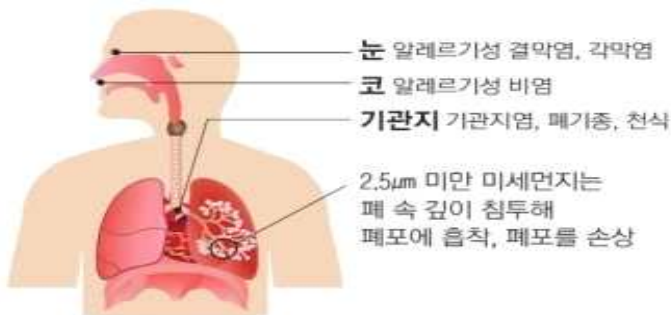
● 미세먼지의 위해성

- 입자가 작을수록 걸러지지 않고 폐포까지 직접 침투해 천식이나 폐질환, 기관지염, 안질환을 일으킬 수 있고, 조기사망률을 증가시킵니다.

- 특히 대기오염 취약계층(노약자, 어린이, 호흡기질환자, 심폐질환자 등)에게 피해가 큼.

● 대기오염 예보제 및 경보제 운영

| 예보등급  | 좋음     | 보통      | 나쁨                 | 매우나쁨              |
|-------|--------|---------|--------------------|-------------------|
| 미세먼지  | 0 ~ 30 | 31 ~ 80 | 81 ~ 150           | 151 이상            |
| 초미세먼지 | 0 ~ 15 | 16 ~ 35 | 36 ~ 75            | 76 이상             |
| 일반인   | 일상 생활  | 일상 생활   | 장시간 또는 무리한 실외 활동제한 | 장시간 또는 무리한 실외활동제한 |



<미세먼지가 인체에 미치는 영향>

### 미세먼지 농도 높은 날 행동요령



### 4월에도 코로나19 예방 이렇게!

#### 등교 전, 집에서..

교육부 자료



매일아침 자가진단 하기

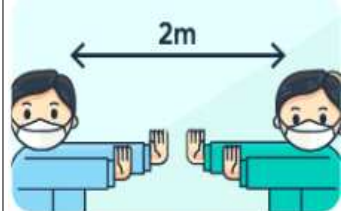


의심증상 시  
선별진료소·학교에 연락하기

#### 학교에서는..



항상 마스크 쓰기



친구들과 거리두기



교실 입실 전, 급식실 이동 전  
체온 재기



쉬는 시간 마다 창문열기

### 평소와 다른 증상이 있다면?

일교차가 큰 날씨로 인해 감기증상, 두통, 복통을 호소하는 학생이 늘고 있습니다. 이러한 증상은 코로나19 증상과 구별하기 어렵습니다.

#### 1. 임상증상이 있으면 등교중지



#### 2. 선별진료소 문의, 안내에 따름



#### 3. 코로나19 검사를 받은 경우 담임선생님에게 알리기



#### 4. 증상이 사라질 때까지 등교중지 (약 복용 없이 증상 없으면) 등교 가능

## 학교 금연구역 안내

### 학교 금연안내

“금연표시가 없어도 금연은 기본입니다.”



학교 전체가 금연구역으로 교내에서  
흡연이 금지됩니다.

- 2012년 4월 1일부터 금연구역을 운동장을 포함한 학교 전체로 확대
- 금연구역에서 흡연하는 경우  
10만원 이하의 과태료 부과(국민건강증진법 제34조)

**N**  
**SMOKING**

교육활동이 이루어지는  
학교에서 금연을 하는 것은  
당연한 것입니다.

## 흡연과 코로나19와의 관계

우리 친구들은 흡연을 하면 코로나19 감염 가능성이 높아지는 것 알고 있나요?

보건복지부는 흡연이 코로나19의 감염 가능성과 환자의 중증도·사망 위험을 높인다고 발표했습니다.

담배 연기는 비말에 비해 입자가 굉장히 작아 바이러스 운반자 역할을 할 가능성은 적지만, 담배를 피우기 위해 숨을 내뿜는 과정에서 비말이 튀어나올 수 있기 때문입니다.

그리고 흡연으로 흡입하는 독성물질은 심혈관, 폐, 면역 기능을 손상시켜 코로나19 감염 가능성을 높일 수 있습니다!

여러모로 우리 몸에 해로운 담배!

코로나19와도 연관성이 있다고 하니 절대 하지 않아야겠죠?



## 감염병 예방을 위해

- ◆ 1830 손씻기 운동 실천하기  
(하루에 8번, 1회 30초간 비누로 씻기)
- ◆ 규칙적인 운동과 식사로 면역력을 높이기



★4월 빈발 감염병★  
수두, 독감, 볼거리, 성홍열

## 4월 7일 세계 보건의 날

보건의 날을 맞아 세계보건기구(WHO)가 발표한

- 올해의 주제는 “더 공정하고 건강한 세상 만들기.  
Building a fairer, healthier world”입니다.



- 건강은 인간의 권리입니다.

건강에 대한 관심과 질병예방 정보는 평생 자기관리를 위해서 꼭 필요합니다.

## 성고충 상담창구 운영

본교에서는 학생 및 교직원의 성희롱, 성폭력, 성매매 등 성과 관련된 문제가 발생 하였을 때 여러분을 도와 드리는 성고충 상담창구를 아래와 같이 운영하고 있으니 필요할 때 도움을 받으시기 바랍니다.

- ★ 성고충상담창구 : 2층 보건실
- ★ 남자 상담원 : 인성인권부장 선생님
- ★ 여자 상담원 : 보건선생님 또는 상담선생님
- ★ 상담기관: 여성긴급전화-1366, 청소년전화-1388

## 또래 간 성폭력예방

교육부의 학교 성폭력 실태조사 결과 학교 내 성폭력 심의 건수가 점차 감소하고 있으나 여전히 초·중·고 또래 간 성폭력이 가장 많았다. 같은 학교, 같은 학년 학생에게 성폭력을 당한 초·중·고 학생 비율은 평균 70.7%로 나타났다.

<출처 : 뉴시스>

### <또래 간 성폭력의 유형>



상대방의 모습을 함부로 휴대폰, 카메라로 찍어 인터넷 등에 올리지 않기



함부로 다른 사람의 신체를 만지지 않기



다른 사람의 외모, 이름을 비하하거나 놀리지 않기



피해 사실이 있을 때 지체하지 말고 신고하기

2021. 4. 5.

전 주 우 전 중 학 교 장