



스스로하고 서로돕는
평화로운 학교

3월 보건소식

학생성공
시대를 여는
우리 인천교육

문의처 : 032) 816-7111(내선:119)

입학과 진급을 축하합니다.

귀여운 신입생의 입학과 재학생의 진급을 진심으로 축하합니다. **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 건강지킴이가 되어봅시다.

보건실 이용 방법

보건실은 학교에서 다치거나 아픈 학생이 간단한 처치를 하거나 안정을 취하는 곳입니다. 보건실에서 지켜야 할 몇 가지 사항을 지켜 다른 사람을 배려할 줄 아는 멋진 어린이가 되도록 합니다.

- ❖ 보건실에 올 때는 선생님께 꼭 말씀을 드립니다.
- ❖ 보건실에선 다른 환자들을 위해 조용히 합니다.
- ❖ 부축이 필요한 경우가 아니면 혼자 옵니다.
- ❖ 집에서 약을 먹고 온 경우, 약물 부작용이 있으면 보건 선생님께 꼭 알립니다.
- ❖ 아픈 곳을 자세히 이야기합니다.
- ❖ 보건실 안정은 특별한 경우를 제외하고는 1시간 이내입니다. 안정 후에도 증상이 나아지지 않으면, 보호자 동행하에 병원 진료나 가정에서 안정을 취합니다.

황사 및 미세먼지 발생 시 건강관리

- ① 가급적 외출을 피한다.
- ② 외출 시는 **황사마스크**, 긴소매 옷을 착용
- ③ 외출 후에는 미지근한 물로 눈을 씻는다.
- ④ 실내공기 정화 및 습도를 높인다. (50~60%)
- ⑤ 귀가 후 **손, 발, 몸을 깨끗이 씻는다.**
- ⑥ 수시로 철저하게 손을 씻는다.
- ⑦ 학교생활에서는 바깥 활동을 피하고, 교실 창문을 꼭 닫습니다.

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, 구강내 수포 및 궤양	수포 발생 후 6일간 또는 가피가 형성될 때까지
결핵	피곤, 기침, 체중 감소, 식은 땀	치료시작 후 2주까지
일본뇌염	몸이 노곤하고 고열	급성증상이 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(37.5도이상) 기침, 콧물, 코막힘 중 1개 이상	의사가 등교해도 된다는 진단을 받을 때까지
코로나 19	발열(37.5도이상), 인후통, 근육통	격리권고기간 5일
A형간염	고열, 권태감, 식욕부진, 오심, 복통, 황달	감염자의 경우 증상발생 후 2주간

건강한 학교생활을 위한 습관

■ 손 씻기 - 1830 (하루에 8번 30초 이상)

손 씻기를 통해 세균의 숫자를 줄여 주기만 하더라도 감염성 질환의 70% 이상을 예방할 수 있어요.

<손을 언제 씻어야 하나요?>

- ① 화장실에서 나올 때
- ② 외출에서 돌아온 직후
- ③ 코를 킂 후, 기침이나 재채기를 한 후
- ④ 애완동물을 만진 후
- ⑤ 음식물을 먹기 전이나 요리하기 전
- ⑥ 컴퓨터를 쓰거나 돈을 만진 후

가정과 함께하는 성교육



성교육은 성 의식을 바르게 갖게하고 성 행동 등을 합리적이고 인격적이며

사회적으로 원만하게 하도록 돕는 교육입니다. 따라서 학교와 가정이 협력하여, 의도적이며 계획적으로 시행해야 합니다.

✦ 일상생활에 필요한 기본 습관을 기릅니다.

성교육 목표는 몸을 깨끗이 하고 신체의 안전을 도모하며, 규칙적인 생활을 유지하는 등 기본이 되는 생활 습관을 기르며 가정 안에서는 부모, 형제, 친척 등과 원만한 관계를 갖게 합니다.

✦ 초등학교 성교육의 중요성

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

✦ 가정에서 아이들은 이렇게 지도해 주세요

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 단호히 거부하도록 가르쳐야 합니다.

특히, 성희롱의 경우 해당 행위를 중지하도록 **차분하고 명확한 어투로 자신의 느낌과 생각을 분명하게 표현하도록 가정에서도 교육**해주세요.

학교 응급환자 관리 절차 안내

※근거: 교육부 『학교응급환자절차관리』 매뉴얼

(2024)「학교교육과정」중에 발생하는 모든 안전사고의 경우

▶ 위급하지 않으나 병원진료가 필요한 경우, **보건실에서 응급조치하고 보호자에게 연락하여 인계함을 원칙으로 합니다.**(자녀에게 연락 가능한 전화번호를 알려주세요.)

▶ 위급하다고 판단되는 경우, 보호자에게 연락 후 교사와 동행하여 인근 병원으로 우선 후송합니다.



▶ 움직이기 어렵거나 생명을 위협하는 위급상황 발생 시에는 119구조대에 연락하며, 보건교사와 교사가 동행해 학생을 병원으로 신속히 후송합니다.

홍역에 걸렸거나 의심될 경우

2023.11.1.

질병관리청

홍역의 정의와 증상

기침 또는 재채기 등 비말과 공기를 통해 전파되는 감염병으로 전염성이 매우 높은 것이 특징입니다.

※ 홍역에 대한 면역이 불충분한 사람이 한자와 접촉 시, 90% 이상 감염

홍역 주요 증상

(잠복기 7~21일)

전구기

발진기

회복기



전염력이 강한 시기로 발열, 기침, 콧물, 결막염, 구강 내 인점 등 발생



목 뒤, 귀 아래, 몸통, 팔다리, 손·발바닥에 홍반성 발진 발생



발진이 사라지면서 색소 침착

※ 기온저하증, 그룹 B 호흡기 질환, 설사, 급성뇌염 등의 합병증 발생 가능

2/7

● 자녀가 홍역에 걸렸거나 의심될 경우

1. 홍역(의심) 증상*이 있는 경우 등원·등교를 중지하고, 마스크를 착용한 후 의료기관에서 진료(대중교통 이용금지) 받도록 합니다 (접수할 때 발열과 발진 증상이 있다는 점을 알려주세요).

* 발열, 발진과 함께 기침, 콧물, 결막염 등의 증상이 동반하는 경우

2. 의료기관 진료 결과, 홍역(의심) 진단을 받은 경우에는 담임 선생님과 보건교사에게 감염 사실을 알리고, 전염 기간(발진 발생 전 4일부터 발진 후 4일까지) 동안 학교 등교를 중지하고 학원 등 사람이 많이 모이는 장소에 가지 않습니다.

3. 가족 중에 12개월 이하 영유아나 임신부, 면역기능이 저하된 사람이 있는 경우 즉시 의사와 상의합니다.

2024. 3. 20.