

학부모님, 안녕하십니까? 최근 여름방학을 앞두고 코로나19 일일 확진자가 10만 명에 육박하고 학생 확진자가 증가하는 등 재유행이 우려되고 있습니다. 이에 건강한 여름방학을 보내기 위해 코로나19 개인 및 생활 방역 수칙과 방학 중 건강관리를 안내해 드리니, 학생들이 방학 동안 건강하게 지낼 수 있도록 가정에서도 지도해주시기를 부탁드립니다.

## 1. 코로나19 방역수칙 안내

구 분	가정 내 자녀지도 협조사항
방역수칙 준수	<p>○ 생활 속 개인 방역 5대 수칙 실천</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 가급적 감염에 취약한 다중이 모이는 밀집, 밀폐시설 이용 자제하기</li> <li>② 수시로 30초 이상 손 씻기, 기침은 옷소매로 가리고 하기</li> <li>③ 올바른 마스크 착용. 마스크를 벗는 시간은 가능한 짧게 하기</li> <li>④ 1일 3회(회당 10분) 이상 환기, 다빈도 접촉부위 1일 1회 이상 주기적 소독하기</li> <li>⑤ 코로나19 의심 증상이 있다면 신속하게 검사 및 진료받기.</li> </ol>
건강상태 자가진단 참여	<p>○ 건강상태 자가진단 참여</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 개학 5일 전부터 '건강상태 자가진단' 참여하기: 8월 25일(목)부터</li> <li>- 코로나19 확진 시 '건강상태 자가진단'의 '방역기관 통보내역 등록' 하기</li> </ul> <p>(확진 정보를 잘못 입력하는 경우 등록일에 한해 '방역기관 통보내역 삭제' 버튼 통해 삭제 가능)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 방학 중 등교하는 경우(돌봄교실) 건강상태 자가진단 참여 후 등교 (권고)</li> </ul>
유증상 또는 확진시	<p>○ 유증상 또는 확진 시 대응</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 발열, 인후통 등 코로나19 의심 증상이 있는 경우 진료·검사 실시 (신속항원검사도구 활용한 자가검사 또는 병원에서 전문가용 신속항원검사 실시 권고)</li> <li>② 코로나19 의심증상이 있는 경우 검사결과 '음성'이면 등교 가능. 증상이 지속되거나 심해지면 의료기관을 방문하여 진료 또는 검사 실시 권고</li> <li>③ 코로나19 확진시 즉시 담임교사에게 연락하고 자가진단 앱에 등록하기</li> <li>④ 코로나19 확진자는 7일간 자가격리(의무) 및 가정 내 확진자 생활 수칙 지키기</li> <li>⑤ 동거인 확진시 학생은 3일 이내 PCR검사 또는 전문가용 신속항원검사 1회, 6~7일차 신속항원검사 1회 권장(검사결과 음성 확인 시까지 등교중지 권고)</li> </ol>

## 2. 방학 중 건강관리

학교에서 실시한 건강검사 결과 이상이 있었거나 평소 몸과 마음에 안 좋은 곳이 있었다면 방학을 이용하여 전문의사와 상담 및 치료를 받으세요.



### ★ 평소 몸이 아파 보건실 방문이 자주 있었던 학생

- 방학은 진료 받을 좋은 기회!! 평소 반복되는 통증이나 증상, 시간 상 미뤘던 건강문제, 건강검진결과 필요한 검사 등 정확한 진단 및 치료를 합니다.
- 학생 건강검진 결과 “정밀검사요함” 학생은 재검진을 실시하여 주세요.

### ★ 충치 치료: 정기적 구강검사를 하여 충치치료, 치석제거, 치아교정 등 필요한 구강관리를 합니다.

### ★ 시력 관리: 시력검사결과 어느 한쪽이라도 0.7이하인 경우 안과검진 및 적절한 조치를 합니다.

### ★ 예방접종 완료: 필수 예방접종 미접종자는 방학 중 예방접종을 실시합니다. (접종 완료자 해당 없음)

### ★ 폭염 및 온열질환 유의: 물 자주 마시기, 뜨거운 시간에 활동 자제, 외출 시 햇볕 차단하기

### ★ 매일 규칙적인 생활

- 규칙적으로 일어나고 아침밥 먹기
- 주기적으로 창문을 열어 자주 환기, 수시로 손 씻기
- 1주일에 3~4회 즐겁게 운동하여 건강한 체중 관리



### ★ 여름방학 동안 여행을 한다면 방역수칙 준수하며 안전하게....

## 3. 성폭력 예방 및 사이버 성범죄 예방

### ★ 성폭력 없는 건강한 여름방학 보내기

- 아무리 익숙한 길이나 장소라도 자녀 혼자 심부름은 되도록 보내지 말아 주세요.
- 학원을 오가는 동안 삼삼오오 짝을 만들어 다니도록 해주세요.
- 친구나 친척 집에 다니러 갈 때도 연락처를 남기게 하시고 귀가를 꼭 챙겨 주세요.
- 피서지 등에서는 개인행동을 하지 않고 꼭~ 어른과 함께 행동하도록 해주세요.
- 사소한 이야기라도 자녀의 말에 귀를 기울여주세요.
- 직장 일로 자녀를 혼자 두실 경우, 언제든지 자녀가 도움을 요청할 수 있는 연락처를 메모하여 주시고, 전화번호를 외우게 해주세요.

### ★ 사이버 성범죄란?

- 사이버(온라인) 공간에서 일어나는 성범죄이며, 본인 모르게 촬영한 사진이나 영상 등을 동의 없이 배포하여, 성적 수치심을 주거나, 위협하는 내용, 조롱하는 글, 그림, 동영상 등을 정보통신망을 통해 유포하는 행위를 말합니다.

### ★ 사이버 성범죄를 예방하고 조심해야 할 것

- ① 낯선 사람에게 사진, 영상 공유하지 않기
- ② 인터넷, SNS, 대화방에서 개인정보 노출하지 않기
- ③ 방문을 유도하는 문자나 의심스러운 파일 등을 설치하지 않기
- ④ 신체의 사진이나 영상을 요구할 경우, 절대 응하지 않기
- ⑤ 낯선 사람이 대가성 오프라인 만남을 요구할 때는 일단 거절하고, 화면을 캡처해 신고하기
- ⑥ SNS에서 성적인 영상, 신체 사진, 욕설을 봤을 때는 사이버경찰청 112 신고 및 **다른 곳에 게시 금지**
- ⑦ **사이버상에서 하는 모든 글과 행동에는 기록과 자료가 남는다는 점을 알고**, 신중하게 생각하고 행동하기



2022년 7월 26일

전 주 반 월 초 등 학 교 장