

귀 가정의 건강과 안녕을 기원합니다.

최근 코로나19 재유행이 감소 국면으로 전환되고는 있으나, 위중증자와 사망자수가 높은 수준을 유지하고 있고, 추석연휴 이동량 증가로 인한 감염 확산 등 여전히 코로나19 확산에 대한 철저한 대응이 필요한 상황입니다. 기본 예방수칙을 지켜 건강하고 즐거운 추석 연휴 보내시기 바랍니다.

추석연휴 기본 예방수칙 안내

1. 마스크는 올바르게 착용하여 입과 코를 가리고, 실내 음식물 섭취 등 마스크를 벗는 시간은 가능한 짧게 합니다.
2. 손을 씻을 땐 흐르는 물에 30초 비누로 손을 씻고, 기침할 땐 옷소매로 가리며, 개인 방역수칙을 지킵니다.
※ 실내 및 50인 이상 실외 집회·공연·스포츠 경기, 학생 이용 다중시설 이용 시 마스크 착용 및 개인 방역 수칙 준수
3. 환기와 소독 강화 : 1일 3회 10분이상 환기 시키고, 빈도가 많은 접촉 부위는 1일 1회 이상 주기적 소독합니다.
4. 3밀(밀폐, 밀집, 밀접) 다중이용시설 출입을 자제합니다.
5. 추석연휴 후 코로나19 의심 증상이 있다면 : 발열, 오한, 두통, 인후통, 근육통, 호흡곤란, 미각·후각 소실 등
* 병원 진료 후 등교, 신속항원검사(자가진단키트 또는 병원 전문가용 검사)를 실시하여 등교(출근) 유무를 결정합니다.
6. 코로나19 확진 시 즉시 담임교사에게 연락하고, 자가진단 앱 방역기관통보내역 등록에 정보 입력하기 및 7일간 의무자가 격리, 생활수칙을 준수합니다.



■ 코로나19 진단 · 검사 시 의료기관 이용정보 안내 ■

■ 검사

- 선별진료소, 호흡기환자진료센터에서 코로나19 검사 가능
연휴기간에는 고속도로 휴게소 검사소(9개소)에서 무료 PCR검사 가능
※ 경기 4개소(안성 : 경부 서울방향 / 이천 중부 하남방향 / 화성 : 서해안 서울방향 / 용인: 영동 인천방향),
전남 4개소(백양사: 호남 순천방향 / 함평천지: 서해안 목포방향 / 보성녹차: 남해 목포방향 / 섬진강: 남해 순천방향),
경남 1개소(통도사: 경부 부산방향)

■ 자가진단

- 의심 증상 시 약국 외에도 편의점에서도 진단키트 구매 가능

■ 진료 및 처방

- 연휴 기간에도 원스톱 진료기관 및 당번약국을 운영해 진료 및 처방
※ 코로나19 홈페이지(ncov.mohw.go.kr), 건강보험심사평가원 홈페이지(www.hira.or.kr)에서 확인 가능
■ 취약지 보건소에서 ‘먹는 치료제’ 한시적 (연휴 4일간, 9.9~9.12) 처방 가능*
* 시·군·구 누리집을 통해 보건소 내 ‘먹는 치료제’ 처방 가능 여부 확인 정보 제공



추석연휴 식중독 예방 수칙

① 음식 섭취 주의

- 끓인 물과 익힌 음식을 먹는다.
김밥이나 도시락 등은 제조 후 4시간이 경과하기 전에 먹어야 한다. 차로 이동 중 위생이 불량한 식당에서 만들어진 음식섭취는 삼간다.

② 개인위생 철저히

- 음식을 조리하기 전이나 먹기 전에 반드시 손을 씻는다.

③ 증상이 나타날 경우

- 설사는 균이나 독소를 몸 밖으로 배출하는 과정이 대부분이기 때문에 자연스러운 체외 배출을 유지하고 수분공급을 충분히 해주는 것이 좋다. 이 때 설사를 멈추는 지사제를 함부로 사용할 경우 증상과 예후를 더욱 나쁘게 할 수 있으니 주의를 요한다. 대부분 1~2끼 금식을 하고 이온음료나 당분이 포함된 음료 등으로 수분과 칼로리를 보충하면서 기다리면 하루 이내에 회복된다. 만약 구토나 설사의 정도가 심하고 탈수, 발열, 피부발진 등의 증상이 있으면 바로 병원을 찾아야 한다.

“일상방역수칙 준수하여 올 추석.

코로나 말고 반가움만 나누시는

따뜻한 명절 보내시기 바랍니다.”

2022. 9. 8.

전 주 반 월 초 등 학 교 장