

4월 보건소식지

새 학년 새학기가 되었습니다.

신입생 여러분의 입학を 축하드리며, 또한 전학생들에게도 반가움의 인사를 전합니다.

매월 초에 발행되는 보건소식지는 다양한 건강 소식이 전해질 예정입니다.

간단한 퀴즈도 있으니 꼭 참여해보세요!







보건선생님과 함께 한해동안 건강한 학교생활 해보기로 해요. 청소년기의 건강이 자라서 어른이 될 때까지 이어지도록 새 봄의 기운을 받아 힘차게 새학년을 시작해 봅시다!

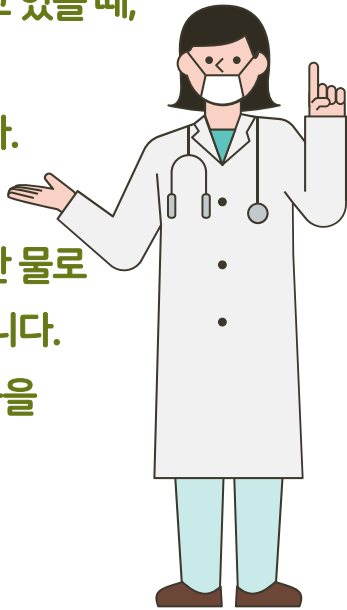
학교는 전체 금연구역!



2015년부터 우리나라 모든 학교는 물론 버스정류장, 모든 음식점과 커피 전문점이 '금연구역'으로 지정되었습니다. 금연구역 내 흡연 시 10만원의 과태료가 부과되며 전자담배 또한 과태료가 적용됩니다.

보건실 이용 안내

-  보건실은 몸이 아프거나 다쳤을 때 또는 건강상담, 성고충상담이 필요한 때 이용하는 곳입니다.
-  응급상황에서는 언제든지 보건실을 이용할 수 있으며, 그 외 비응급상황에서는 쉬는 시간, 점심 시간에 방문합니다.
-  다른 학생이 치료를 받을 때는 의자에 앉아서 조용히 기다립니다.
-  누군가 침상 안정을 취하고 있을 때, 에티켓을 지켜 안정에 방해가 되지 않도록 합니다.
-  약 먹을 때 물은 찬물과 뜨거운 물을 섞어 미지근한 물로 복용해야 약 흡수가 잘 됩니다.
-  보건실 기구들이나 장비들을 함부로 만지지 않습니다.



학교 응급절차 관리 안내

[학교교육과정] 중 발생하는 모든 안전사고의 경우



위급하지 않으나 병원 진료가 필요한 경우, 보건실에서 응급조치하고 보호자에게 연락하여 인계함을 원칙으로 합니다.



위급하다고 판단되는 경우, 보호자에게 연락 후 담임교사와 동행하여 인근병원 우선 후송합니다.



움직이기 어렵거나 생명을 위협하는 위급 상황 발생 시에는 119 구조대에 연락하며, 보건교사가 구급차에 동행하여 학생을 병원으로 신속히 후송합니다.



미세먼지&황사 대처법

올해는 예년보다 봄철 불청객인 황사와 미세먼지가 심하고 주로 3~4월에 집중될 전망이라고 예보되고 있습니다. 건강을 위협하는 황사와 미세먼지로 피해를 최소화하기 위한 건강관리에 대해 알아보까요?

물 자주 마시기

빨래는 실내에서 건조

학교에서는 실외 활동 자제

외출 시에는 마스크(황사마스크) 착용

창문을 닫고 되도록 실외 공기 차단

세면을 자주하고 흐르는 물에 눈, 코 자주 세척



성(姓) 고충상담창구 운영

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

성고충상담실 : 1층 보건실

여성긴급전화 : 1366, 청소년 전화 : 1388



성폭력이란? 신체적인 접촉을 얼마나 했는가 의문

제가 애매하게 배운 추행이라도 상대방의 동의가 없었고 당하는 사람이 모욕감을 느낀다면 성폭력으로 봅니다.

이럴 때에는 성희롱의 행위를 중재하도록 차분하고 명확한 어투로 자신의 느낌과 생각을 분명하게 표현해야 합니다. 그러나 생각으로 많은 피해자들이 제대로 항거하지 못하는 경우가 많아 그 피해가 더 늘고 있습니다.



본교의 성고충 상담실은 이러한 피해자가 생기지 않도록 주의를 기울이고, 피해자가 발생했을 때 적극적이고 효율적인 도움을 받을 수 있도록 설치되었습니다.



세계 보건의 날(4월 7일)



세계보건의날

매년 세계보건기구(WHO)에서는 가장 우려하는 보건 위생 주제들에 대한 세계의 관심을 갖게 하기 위해 "세계 보건의 날" 행사를 합니다. 올해의 주제는 "더 공정하고 건강한 세상 만들기. Building a fairer, healthier world" 입니다.



건강 불평등

모든 나라에서 국민의 건강한 삶을 보장하기 위해 의료 보험제도를 도입하면서 국민의 건강권 향상에 많은 진전이 있었습니다. 하지만 여전히 세계 절반의 인구는 아직도 필요로 하는 건강서비스를 받지 못하고 있어 불평등을 보이고 있습니다.



건강은 인간의 권리

모든 사람들은 그들 자신의 건강과 가족의 건강을 돌보기 위해 필요한 정보와 서비스를 가져야 합니다.



학생 건강검사

우리나라에서는 중학교 1학년 건강검진과 2,3학년 소변검사를 실시하여 아프기 전에 건강한지 여부를 알게 하고 스스로 건강관리를 하게 되며, 질병이 있는 경우 조기 발견하여 치료할 수 있도록 하고 있습니다.



예방

질병은 예방할 수 있습니다. 건강에 대한 관심과 질병예방 공부는 평생 자기관리를 하기 위해서 꼭 필요합니다.



4월 보건 퀴즈

아래의 퀴즈를 풀고 정답을 적은 종이를 보건실 문 옆에 비치한 보건퀴즈함에 넣어주세요! (학번 이름 꼭 적기)

추첨을 통해 맛있는 간식을 드립니다~

1. 4월 7일은 세계보건의 날이다. 올해의 주제는 ()이다.
2. 학교 생활 중 성희롱(성폭력)을 당했을 경우 도움을 받을 수 있는 전화번호는? ()