



# 가정통신문



주소: 인천광역시 남동구 포구로 118 (논현동)

☎ 446-7910, FAX 446-7915

인천논현중학교

(2021. 01. 06.)

## 겨울 방학 중 코로나19 관련 생활방역수칙 안내

### 1. 방학기간 코로나19 가정 내 건강관리

- ① 학생건강상태 자가진단은 방학 중 실시하지 않으며, **개학 일주일 전(1월 25일(월))부터 자가진단을 다시 재개합니다.** (원격수업이 지속되어도 실시) 일일 자가진단은 하지 않더라도 가정에서 매일 자신의 건강상태를 확인합니다.
- ② **코로나19 임상증상\* 발견 시** 콜센터 또는 관할보건소\*에 문의 후, **선별진료소 등에 방문하여 빠른 시일 내 검사를 받습니다.** (방문 시 반드시 마스크 착용하고 가급적 자차 이용, 대중교통 이용 자제)
  - \* 의심증상: 발열(37.5 ℃ 이상), 기침, 호흡곤란, 오한, 근육통, 두통, 인후통, 후각·미각 소실
  - \* 질병관리본부 콜센터(☎1339), 남동구 보건소(☎464-4001),
- ③ 선별진료소 검사 후 다른 곳(PC방, 노래방, 편의점, 식당 등)을 방문하지 말고 집으로 바로 귀가합니다.

#### \* 반드시 담임교사에게 알려야 하는 경우

- ▶ 코로나19 확진을 받은 경우
- ▶ 보건당국으로부터 자가격리 통보(동거가족 포함)를 받은 경우
- ▶ 확진자 접촉 등으로 검사를 받은 경우(동거가족 포함) 등

- ④ 불필요한 **외출을 자제**하고 부득이한 경우 **마스크 착용, 거리두기, 손 씻기 등 생활방역수칙을 철저히 지킵니다.**
- ⑤ 놀이(PC방, 노래연습장 등)·실내 생활체육시설 등 **3밀(밀접, 밀집, 밀폐) 장소 이용을 자제합니다.**

### 2. 개인방역 5대 중요수칙

#### 【중요 수칙 메시지】

- (제 1 수칙) “마스크 착용하기, 거리두기”
- (제 2 수칙) “아프면 검사 받고 집에 머물며 타인과 접촉 최소화”
- (제 3 수칙) “30초 손 씻기, 기침은 옷소매”
- (제 4 수칙) “최소 1일 3번 이상 환기, 주기적 소독”
- (제 5 수칙) “거리는 멀어져도 마음은 가까이”

## < 핵심 수칙 >

제 1 수칙) 실내 및 다른 사람과 거리 유지가 어려운 실외에서는 마스크를 착용하고 다른 사람과 거리 두기를 합니다.

제 2 수칙) “아프면 검사 받고 집에 머물며 타인과의 접촉을 최소화하기.”

제 3 수칙) “손을 자주 꼼꼼히 씻고, 기침할 때 옷소매로 가립니다.”

제 4 수칙) “최소 1일 3회 이상 환기하고, 주기적으로 소독합니다.”

제 5 수칙) “거리는 멀어져도 마음은 가까이 합니다.”

## 올바른 마스크 착용법



마스크 착용 전  
깨끗이 손 씻기



입과 코를 가리고,  
틈이 없도록 착용



착용중 마스크 만지지 않기  
만진 후 깨끗이 손씻기

- ▷ 음식 섭취 전·후나 대화 시 마스크는 항상 착용해야 합니다.
- ▷ 잠시 마스크를 벗어야 하면 오염되지 않도록 깨끗한 봉투에 보관합니다.
- ▷ 폐기할 때에는 귀에 거는 끈만 이용해 벗은 후 바깥 면을 안쪽으로 접어 끈으로 감아 종량제 봉투에 버립니다.
- ▷ 마스크 아래와 같이 착용하면 안됩니다.



입만 가리는 착용



턱에 걸치는 착용



겉을 만지는 행위



코만 가리는 착용

※ 2020.11.13부터 다중이용시설에서 마스크 미착용 시 10만원 이하의 과태료가 부과될 수 있습니다.

2021. 01. 06.

인 천 논 현 중 학 교 장