1. 겨울철 학생 건강 안전수칙



교육부

건강 01

교실 안 인플루엔자 조심!

여러 친구들이 함께하는 교실,
감기,독감(인플루엔자)을 조심해요!

- 예방방법 -

손씻기



흐르는 물에
30초 이상 비누로
손을 씻어주세요.

예방접종



더 추워지기 전,
질병부담을 낮춰주는
예방주사를 맞아주세요.

기침예절



기침할 땐
휴지나 옷소매로
입과 코를 가려주세요.

교육부

건강 02

창문 밖 미세먼지 조심!

겨울철 불청객 **미세먼지**를 조심해요!

- 예방방법 -

예보확인



등교 전
미세먼지 예보를
꼭 확인해주세요.

수분섭취



수업 전후
적당한 수분 섭취로
체내 노폐물 배출을
도와주세요.

마스크 착용



등·하굣길엔
보건용 마스크를
착용해주세요.

교육부

안전 01

방학 중 야외 활동 조심!

스키, 눈썰매, 스케이트 등 **겨울철**
야외활동으로 인한 부상을 조심해요!

- 예방방법 -

방수겉옷



눈에 젖은 옷은
체온 손실로 이어져요.
방수겉옷을 챙겨주세요.

보호장비



넘어짐,부딪힘에 대비하는
보호장비를
꼭 챙겨주세요.

상태체크



주기적으로
피부색, 몸상태를
확인해주세요.

교육부

안전 02

등·하굣길 안전 조심!

모자, 귀마개 등으로 낮아진 주의력
횡단보도 보행 시 안전을 조심해요!

- 예방방법 -

모자벗기



모자는 시야를 좁게 해요.
모자를 벗고 횡단보도
좌우를 살펴주세요.

소리듣기

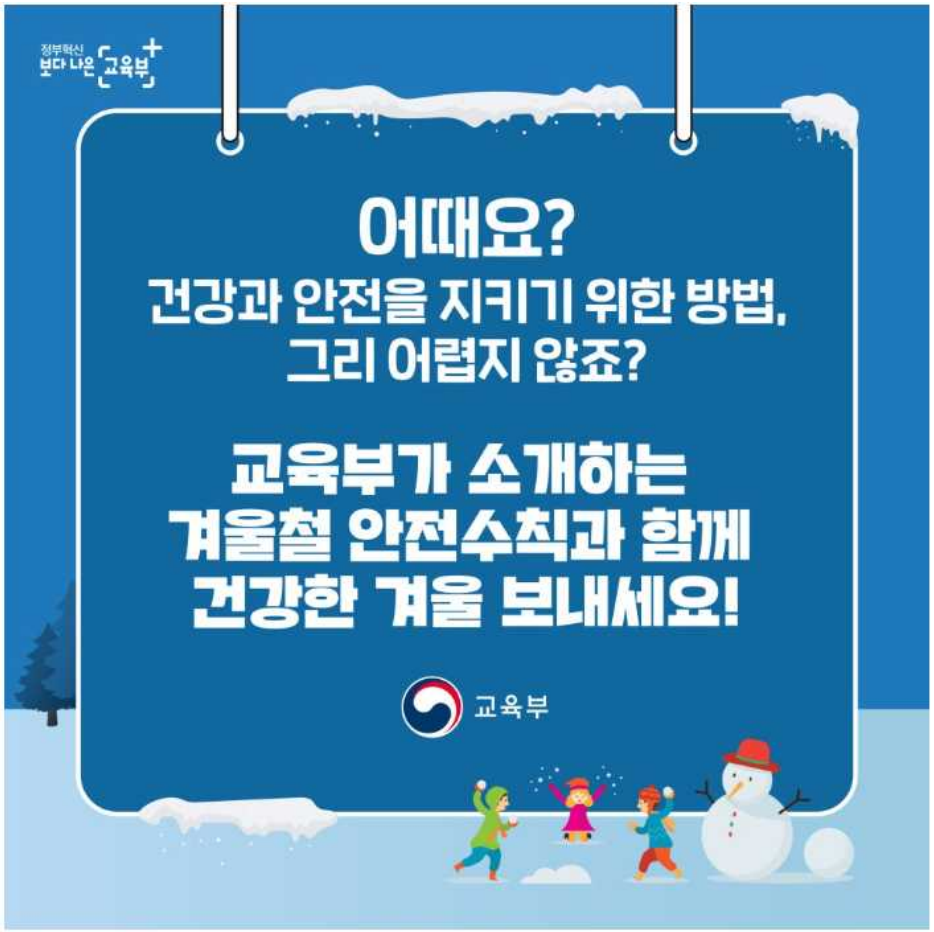


횡단보도를 건널 때는
두 귀를 열고
주위에 집중해 주세요.

내려놓기



이어폰 음량은 줄이고
시선은 정면을
바라봐 주세요.


정부혁신
보다 나은 교육부
어때요?
건강과 안전을 지키기 위한 방법,
그리 어렵지 않죠?
교육부가 소개하는
겨울철 안전수칙과 함께
건강한 겨울 보내세요!
교육부

2. 방학 중 미세먼지 대응 행동수칙



교육부

고농도 미세먼지가 발생했을 때 대응요령

01 외출 자제하기



야외모임, 캠프, 스포츠 등
실외활동 최소화

02 외출 시 보호장구 착용하기



보건용 마스크 외
모자, 보호안경 착용

03 실외 활동 최대한 줄이기



· 도로변, 공사장 지체시간 ↓
· 활동 시 적정 속도 유지
- 보행시: 2-6km/hr - 자전거 운행시: 12-20km/hr (성인기준)

04 외출 후 깨끗이 씻기



흐르는 물에 씻고
양치까지

교육부

고농도 미세먼지가 발생했을 때 대응요령

05 물과 비타민C가 풍부한 과일·채소 섭취하기



노폐물 배출 효과가 있는 물,
항산화 효과가 있는 과일·채소 충분히 섭취하기

06 대기오염 유발행위 자제하기



· 자가용 대신 대중교통 이용
· 폐기물 태우는 행위 등 자제

07 미세먼지 정보 수시로 확인하기



· 시도별 대기 현황 파악
· 대기오염물질 정보 습득

교육부

고농도 미세먼지가 발생했을 때 **대응요령**

08 환기, 물청소 등 실내공기질 관리하기

- 하루 3번, 30분 이상 환기 실시
- 실내 물걸레질 등 물청소 실시, 공기정화장치 가동

환기 요령



실내오염도 높을시
자연환기 or 기계환기 실시



대기정체 시간대
(10시~21시 사이)
환기 실시



자연환기시
도로변 외 다른 창문 사용



조리시
주방후드 가동과 자연환기 동시 실시

교육부

미세먼지로부터 건강을 지키는 올바른 마스크 착용법



1단계
마스크 만지기 전
깨끗이 손 씻기



2단계
마스크 날개를 펼치고
날개 끝을 오므리기



3단계
턱부터 코와 입을
완전히 가리기



4단계
끈을 귀에 걸거나
머리 뒤로 넘겨 연결



5단계
손가락으로 심을 눌러서
고정 부분을 코에 밀착



6단계
공기가 새는지 체크하고
얼굴에 밀착되도록 고정


정부혁신
보다 나은 교육부
미세먼지로 인한
피해가 없도록
방학에도 각별히
유의해주세요
교육부