



MCO 후 Covid-19 안전 정책

이 문서는 작성중인 문서이며, 전염병에 대해 더 자세히 알 수 있도록 매주 검토 및 수정됩니다. 정부부서의 지침을 따를 것이며, 정책은 정부부서 지침이 전달되면 업데이트 될 것입니다.

내용

1. 목적
2. 올바른 개인 위생
3. 깨끗한 환경
4. 물리적 거리두기
5. 학교 방문객
6. 건강 검사 및 점검
7. Covid-19 감염된 사람과의 가까이에서 접촉한 경우
8. 학교에서 Covid-19의 확진 사례
9. 말레이시아외부에서 귀한 할 시
10. 가정에 있는 아이를 위한 원격 학습
11. 안내판
12. 교사 및 TLA를 위한 업무 준비
13. 직원 회의 및 교육
14. 스트레스 다루기
15. 학교에 등교할 때
16. 학교생활 중 물리적 거리두기
17. 교실 환경
18. 그룹 활동
19. 체육 수업
20. 숙제 및 도서관 책 반납하는 법
21. 화장실 사용
22. 중간 휴식과 점심
23. 정오 건강 검사
24. 학교에서 하교할 때
25. 방과후 활동
26. 아이들이 집에 도착
27. 방과후 시간



28. 학교 여행
29. 부록 1 : WHO / Covid-19 란 무엇인가
30. 부록 2 : 손씻기
31. 부록 3 : 얼굴 마스크 사용 방법
32. 참조

1. 목적

이 Covid-19 위생 및 안전 정책은 학교가 재개되고 재개 될 때 Covid-19 질병의 확산을 최소화하기 위해 KIS 커뮤니티에 지침을 제공하고 관련 정부 기관의 인증을 받았습니다. 이 문서는 작성 중인 문서이며 전염병에 대해 더 자세한 상황이 있을 때 개정 될 것입니다.

KIS는 위생과 안전한 물리적 거리두기를 중요하게 생각합니다. 우리 커뮤니티의 모든 구성원들은 강제적인 MCO (Movement Control Order) 나 어떤 형태의 락다운(lockdown)이 있든지, 올바른 위생 훈련과 안전한 물리적 거리두기를 지속함을 통해 중요한 역할을 할 것입니다.

우리 커뮤니티의 모든 구성원들은 다음 사항에 익숙해야 합니다.

- 올바른 개인 위생 훈련
- 건강 검사 및 점검 절차
- 청소 및 소독 절차
- 일상 활동 및 교실에 대한 조정 조치

지침을 따르지 않으시는 가족들은 모든 사람에게 위험을 초래 할 수 있으므로 자녀가 KIS에 출입 할 수 없음을 양해하시기 바랍니다.

2. 올바른 개인 위생

- 손 씻기
손 씻기 단계-부록 1 참조



팔꿈치 또는 화장지를 사용하여 재채기 및 기침 (적절한 폐기)

비누와 손 소독제는 쉽게 구할 수 있으면 손이 닿는 범위 내에 있습니다

- 학교에서는 마스크가 필요합니다 (신체 운동 및 식사 제외). 착용시 입과 코를 덮고 올바르게 착용해야 합니다 (부록 3 참조).
- 식사 시간 내내 마스크를 벗어서는 안되며 실제로 먹거나 마실 때만 사용하십시오.
- 음식, 식기, 컵, 접시, 그릇, 수건 등을 공유하지 않습니다.
- 더러운 티슈 나 물티슈는 뚜껑이 있는 쓰레기통에 버립니다.
- 새 마스크가 필요한 경우, 교실 밖에서 마스크를 벗어 뚜껑이 있는 쓰레기통에 버립니다.
- 장갑의 일반적인 사용 / 착용은 잘못된 보안 감각을 유발하므로 피할 수 있습니다.

3. 깨끗한 환경

- 자주 만지는 표면과 물체의 정기 청소 및 소독이 매일 실시됩니다.
- 학교는 2 주 단위로 (또는 필요에 따라)
- 모든 구역을 철저히 청소합니다. 자주 접하는 표면에는 문 손잡이/ 서랍이나 창문 손잡이, 조명 및 에어컨 스위치, 테이블, 의자, 난간, 교실 싱크대 손잡이, 매트, 조리대, 스마트 보드 등이 포함됩니다. 자주 사용하는 물건으로는 장난감, 학습 장비 /기구, 문구, 장난감 / 유틸리티 바스켓, 컴퓨터 (키보드, 마우스), 리모컨 등이 포함됩니다.

4. 물리적 거리두기

- 모든 사람은 다른 사람으로부터 1 미터 떨어져 있어야 합니다.
- 악수, 포옹, 하이 파이브 및 다른 사람과 접촉 금지.(특별한 경우, 예를 들어, 아이가 위험에 처한 경우에는 가능합니다.)

물리적 거리를 피할 수 없는 경우:

학교 양호실 같은 경우, 이런 상황에서는 성인들은(교사, 학부모) 마스크와 장갑을 착용해야 하며 손을 자주 씻어야 합니다.



5. 학교 방문객

- 학부모, 돌봄이 및 계약직 근로자의 불필요한 방문은 제한됩니다.
- 예약은 사전에 하셔야 합니다.
- 학부모는 학교 하교시 자녀를 데리고 갈 수 있습니다.
- KIS 운영을 도움을 주는 방문자만 학교에 입장 가능합니다.
- 모든 방문객은 입장 전에 MySejahtera 전화 앱을 사용해야 합니다.
- 자녀를 등록하고자 하는 예비학부모께서는 지정된 운영시간에 가능하며, 학교를 돌아보는 탐방은 진행되지 않습니다.
- 필수 수리 작업 또는 정부 당국의 점검은 하교 시간 후로 제한됩니다.

6. 건강 점검 및 심사

KIS는 모든 교직원, 학생 및 방문객을 위해 학교 입구에서 건강검사, 열체크 및 손씻기를 지속적으로 수행 할 것 입니다. 준수하지 않을 시 학교 출입이 거부됩니다.

다음의 경우 학교 출입을 금합니다. 집을 나오기 전에 이러한 증상이 있는지 확인해 보십시오.

- 열 (+ 37.5C)
- 콧물
- 기침
- 인후염
- 호흡 곤란

학교 간호사는 모든 교직원과 학생을 위해 학교 시간 동안 체온 검사를 통해 두 번째 건강 검진을 감독합니다.

7. Covid-19 확진자 또는 조사 대상자와의 가까이 접촉한 경우

- 교직원과 학부모는 자신이나 자녀 또는 가족 구성원 중에 Covid-19 확진자와 가까이에서 접촉했다면 즉시 학교에 알려야 합니다.
- 마지막 접촉 일로부터 10 일간의 결근(결석)을 의무적으로 가져야 합니다.



8. 학교에서 Covid-19의 확진 사례

학교는 즉시 Covid-19 사례를 관련 당국 뿐만 아니라 학부모와 교직원에게 전달합니다. 우리는 커뮤니티에 감염된 구성원의 신분을 밝히지 않으며, 커뮤니티를 통해 가짜뉴스를 퍼뜨리는 사람들에 대해 조치를 취할 것입니다. KIS는 커뮤니티에 Covid-19 케이스 소식과 관련하여 차별 또는 잠재적인 낙인에 대한 어떤 행동도 용납하지 않습니다.

Covid-19 사례가 확인되면 학교 운동장은 모든 구역을 철저히 청소할 수 있도록 최소 3 일 동안 폐쇄됩니다. 휴교 기간 동안 가정 학습이 진행됩니다.

학교는 학교에 있던 모든 사람에게 10 일 동안자가 격리하도록 알립니다. 학교는 보건부와 교육부에이를 알리고 지침을 따를 것입니다. 학교는 의심되는 가까운 접촉에 연락하고 보건부와 연락하여 교육부 지침에 따라 Covid-19 검사를 준비합니다. 이 테스트의 결과는 테스트 할 새로운 가까운 접촉을 결정합니다. 학교는 결과가 나오면 커뮤니티에 결과를 알립니다.

자가 격리 요청을받은 커뮤니티의 모든 구성원이 추가 Covid-19 테스트를 시도하여 다른 사람을 위험에 빠뜨리는 것보다 그렇게하는 것이 중요합니다.

청소 프로토콜 :

- 직원을 보호하기 위해, 청소 및 소독을 시작하기 전에 상기도 감염에 노출을 최소화하기 위해 적어도 24시간을 기다릴 것입니다. 해당 지역의 공기 순환을 높이기 위해 외부 문과 창문을 열어 둘 것입니다.
- 청소 직원은 특히 자주 접촉하는 표면에 중점을 두면서, 아픈 사람이 사용한 모든 장소를(예 : 사무실, 욕실 및 공용 공간) 청소하고 소독 할 것입니다.



9. 말레이시아 외부에서 귀환 할 시

10 일 이내에 말레이시아 밖에서 귀환했으며, 자가 격리되지 않은 모든 교직원과 학생들은 의무적으로 10 일간의 결근(결석)을 해야합니다.

10. 가정에 있는 아이들을 위한 원격 학습

고 위험 그룹에 속하거나 집에 머물러야 하는 아이들은 다음과 같습니다.

- 면역 체계가 손상된 아이들
- 복합적 의료 치료가 필요한 아이들
- 격리 명령을 받았거나 Covid-19가 양성으로 나온 가족 구성원이 있는 경우
- 지난 14 일 이내에 사바 외부로 여행한 기록이 있을 경우
- 사바에 들어 올 수 없는 아이들

학교는 이러한 상황에서 학생들을 위해 사례별로 정리 할 것입니다.

11. 안내판

KIS는 다음을 명확하게 홍보 할 것입니다.

- 손 위생
- 공유하지 않음
- 안전한 신체적(사회적) 거리두기
- 학교에 출입시 지침

12. 교사 및 TLA를 위한 업무 준비

- 모든 교직원은 학교에 입학하기 위해 매일 MySejahtera 앱을 사용해야 합니다.
- 들어오거나 나가는 교직원들은 반드시 공동 객실에서 준비된 손 소독제를 사용해야 합니다
- 직원은 항상 안면 마스크를 착용해야 합니다.
- 교사와 TLA는 각 교실에서 수업을 준비하고 서로 1 미터 거리를 유지하도록 권장합니다.



- 자료가 공용 공간에 있는 경우, 한번에 최대 이용 가능한 성인 수는 물리적 거리두기가 허용하는 공간의 사이즈에 따라 달라집니다. 직원 휴게실에서 교직원은 한 테이블에 두 사람 이상 앉을 수 없습니다.
- 준비 구역에 한 명 이상 있을시, 일어나 있거나 서로 얼굴을 멀리하여 앉으며 안전한 물리적 거리를 유지해야 합니다.

13. 직원 회의 및 교육

물리적 거리두기가 화제가 되는 곳인 학교는 대면 회의와 교직원 교육, 특히 필수적이지 않은 교육을 제한합니다.

- 소규모 그룹으로 이메일 또는 화상 회의를 통하여 회의 실시
- 가능할 때마다 온라인 교육을 선택
- 적절한 경우 뷔페 스타일 식사 대신 개별 포장 식품 제공
- 직원은 모여서 잡담하지 말 것을 권고합니다
- MPR / 홀 직원을위한 물리적 그룹 회의가 필요한 경우 거리를 고려하여 준비합니다. 마스크를 착용해야 합니다.

14. 스트레스 다루기

아이들은 여러 방식으로 스트레스에 반응 할 수 있습니다. 일반적인 반응에는 수면 장애, 야뇨증, 배나 머리 아픔, 불안하거나, 움츠러들거나, 화를 내거나, 집착하거나 혼자 있는 것을 두려워 하는 것이 있습니다. 우리는 아이들의 반응에 도움을 줄 수 있는 방법으로 대응하며, 아이들에게 비정상적인 상황에서의 정상적인 반응이라고 설명 할 것입니다. 우리는 그들의 우려에 귀를 기울이고, 그들을 위로하고 그들이 안전하다는 확신을 주도록 시간을 사용 할 것입니다. 본교 카운슬러는 항상 학생들의 안녕을 위해 도울 것입니다.

15. 학교에 등교 할 때

- 중학생 이상은 오전 7시 30분 전에 학교에 도착해야 하며, 초등학생은 오전 7시 45분 전까지, EYFS는 오전 7시 45분 이후에 도착하도록 해야 합니다.(초등학생과 EYFS의 부모들이 함께 올 때는 7시 45분 후에 올 수 있습니다.)



- 학부모/ 운전자는 일반적인 하차 지점에 아이들을 차에서 내려주고, 아이들은 안면 마스크를 착용해야 합니다.
- 아이들만(EYFS 부모를 제외하고) 학교에 들어가야 하며, 학부모/ 운전자는 도로 상단에서 U 턴을 하면 됩니다.
- 아이들은 일반 정문을 통해 들어와 열상 스캐너를 지나서 걸어 가야 합니다.
- 아이들은 초등학교 및 중학교 교실로 바로 이동해야 합니다. 어린 아이들의 이동을 도와 주기위해 TLA가 함께 할 것입니다.
- 원활한 등교를 위해 등교에 대한 프로세스를 정기적으로 검토 할 것입니다.

16. 학교 생활 중 물리적 거리두기

- 학생들은 모든 안내판을 따라 학교에서 한방향으로만 이동해야 합니다. 표시는 '올라가는(Up)' 계단과 '내려가는(Down)' 계단을 알려줍니다.
- 천천히 이동 할 수 있도록 수업 사이에 여분의 시간이 주어질 것입니다.
- 중학교 사물함 구역은 물리적 거리두기를 지원 할 수 있도록 변경 될 것 입니다. 학생들은 자신의 사물함만 사용해야 합니다.
- 교사가 없는 경우를 제외하고 학생들은 교실 밖에서 기다리지 않습니다. 이 경우 학생들은 교실 옆 복도에서 한 줄로 서서 스스로 거리두기를 해야 합니다.
- 수업으로 인해 이동 중에 학생들은 멈추어 사람들과 어울리지 않습니다.
- 12 학년 (양식 6) 휴게실의 학생은 신체적으로 멀리 떨어져 있어야하며 항상 마스크를 착용해야합니다.
- 비상 상황에 처한 경우(예: 폐쇄 또는 대피) 물리적 거리두기를 감안하면서 안전이 제일 우선시 될 것입니다.

17. 교실 환경

- 교실이 가능한 만큼 책상들을 분리해 둘 것이며, 학생들은 분리된 책상에 앉거나 시험 칠 때처럼 반대쪽 끝에 앉아야 합니다.
- 책상 정렬에 지장을 주지 않도록 그룹 작업은 최소화합니다.
- 학생들은 자원 공유를(특히, 학용품세트) 제한합니다. 학생들은 자신의 학용품(장비)를 학교에 가져오며 친구들과 공유하지 않아도 됩니다.



18. 그룹 활동

- 두 수업 (수업)을 초과하는 모든 그룹 활동은 중단됩니다.
- 다른 사람을 접촉해야 활동은(예 : 손을 잡거나 악수, 하이 파이브 등) 피합니다.
- 모든 사람이 매트 위에 앉거나 함께 가까이하는 그룹 활동을 피합니다. 대신 교사는 하루 종일 한 번에 한 명 또는 두 명씩 함께 책을 읽거나 이야기를 들려주는 등 비공식적인 기회를 통해 어린이와 교류 할 수 있도록 할 것입니다.

19. 체육 수업

- 모든 체육 수업은 교내에서 진행됩니다.
- 접촉이 있는 운동은 실시되지 않습니다.
- 학생들은 소그룹으로 체육복/ 교복을 갈아 입을 수 있도록 여분의 시간이 주어질 것입니다.
- 운동 중에는 마스크를 착용하지 않습니다.
- 사용한 장비는 각 레슨 후에 소독 될 것입니다.
- 운동 중에는 추가적인 물리적 거리두기가 있을 것입니다.
- PE 부서에서 학부모와 학생들에게 수업 세부사항을 직접 업데이트 할 것입니다.

20. 숙제 및 도서관 책 반납하는 법

- 가능한 작업은 디지털로 받도록 할 것입니다.
- 도서관에는 학생들이 출입시 사용할 수있는 손 소독제를 배치해 둘 것입니다.
- 도서관 도서는 초등학교 / 중학교 도서관의 수집함을 통하여 받을 것입니다.

21. 화장실 사용

- 학생들은 수업 중 한 번에 한 사람씩 화장실에 갈 수 있습니다.
- 휴식 시간에는 화장실에 사람이 많지 않도록 모니터링합니다.
- 화장실 사용 후 모두 손을 씻어야 합니다.



22. 중간 휴식과 점심

- EYFS는 EYFS 지역에서 규칙에 따라 휴식 시간을 갖습니다.
- EYFS는 EYFS 지역에서 시간차를 두고 점심식사를 갖도록 합니다.
- 학교매점은 사전주문을 통해 미리 포장된 식사를 제공합니다.
- 음식 배달은 허용되지 않으며, 교직원과 학생들은 아침에 집에서 음식을 가져와야 합니다. 학부모는 낮 시간에 학교에 음식을 가지고 올 수 없습니다.
- 초등학교와 중학교 휴식시간은 물리적 거리두기를 위해 조정될 것입니다.
- 학생들은 거리를 두고 음식을 먹도록 벤치에 일정한 간격을 두고 앉아야 합니다.
- 학생들은 음식이나 식기를 공유해서는 안됩니다.
- 초등학교와 중학교 학생들이 만나는 것을 피하기 위해 점심식사 사이에 간격을 둘 것입니다.
- 중간 휴식 시간 동안 접촉이 있는 게임을 할 수 없습니다.
- 전체 식사 시간 동안 마스크를 벗겨서는 안되며 실제로 먹거나 마실 때만 제거해야 합니다.

23. 정오 건강 검사

학교는 수업이 있는 날, 보통 점심 시간 후에 두 번째 열 체크를 실시합니다. 만약 학교에 출근(출석)한 교직원이나 자녀가 몸이 불편하면, 양호실에서 다른 사람들로 부터 분리됩니다. 학생의 경우, 학부모는 즉시 자녀를 집으로 데려가거나, 치료를 받도록 데려가야 합니다.

24. 학교에서 하교 할 때

- EYFS는 오후 1시 30 분에 학교를 마칩니다. (오전 11시 30 분에 접수)
- 초등학교 1-3 학년은 오후 1시 45 분에 마칩니다.
- 초등학교 4-6 학년은 오후 2시에 마칩니다.
- 중학년 7-9 학년은 오후 2시 45 분에 마칩니다.
- 중학교 10-13 학년은 오후 3시에 마칩니다.
- 계단에서 혼잡을 피하기 위해, 하교시 학교종이 울릴 때, 1층 교사들은 제일 먼저 학생들을 내보내며, 1분 후에 2층 학생들을 내보냅니다. 1분 후 맨 윗층 학생들을 내보내도록 합니다.



- 학부모는 체온이 기록되도록 정문으로 들어와야 합니다.
- 학부모는 학교에 입학하려면 MySejahtera 앱을 사용해야 합니다.
- 자녀를 기다리는 학부모는 통로 밑이나 학교 앞 벤치 쪽에서 떨어져 있어야만 합니다.
- 자녀와 함께 떠나는 학부모는 게이트 옆쪽의 더 넓은 출구를 사용해야 합니다
- 학부모와 자녀는 즉시 떠나야 합니다. 놀이터 구간은 폐쇄됩니다.
- 추후 공지가 있을 때까지 아이스크림 판매는 없습니다
- 자녀의 교사와 대화하기 원하신다면, 이메일 또는 Dojo를 통해 연락하시기 바랍니다.
- 이 프로세스가 원활하게 실행되도록 정기적으로 학교시 프로세스를 검토할 것입니다.

25. 방과 후 활동 (ECA)

추후 공지가 있을 때까지 중단됩니다.

26. 아이들이 집에 도착

- 가정의 다른 구성원들과 교류하기 전에 집으로 돌아온 후 즉시 샤워 합니다. (그 전에 만지거나 껴안는 것을 피하십시오)
- 교복은 가능하면 매일, 정기적으로 세탁합니다.

27. 방과 후 시간

학교 내에 감염을 예방하기 위해 :

- 학부모님께 학교 밖에서 플레이 데이와 파티를 즐기고 연기할 것을 권해드립니다.
- 학부모님께 학교 밖에서 안전한 신체적(사회적) 거리두기 지침을 준수 할 것을 권장합니다.

28. 학교 여행



현재 여행은 중단되었지만, 이번 학년도(20/21)의 일정에는 여행 계획이 포함될 것입니다. 여행 결정은 계획 및 건강, 안전에 대한 요구 사항을 모두 충족하도록 월 단위로 학기마다 면밀히 살펴 볼 것입니다. 학교 여행의 국제 여행은 추후 공지가 있을 때까지 중단됩니다.

29. 부록 1 : WHO / Covid-19 란?

COVID-19 란 무엇입니까?

COVID-19는 새로운 코로나 바이러스 균으로 인한 질병입니다. 'CO'는 코로나를 의미하며, 'VI'는 바이러스, 'D'는 질병을 나타냅니다. 이전에는 이 질병을 '2019 노벨 코로나 바이러스' 또는 '2019-nCoV'로 일컬었습니다. COVID-19 바이러스는 중증 급성 호흡기 증후군(사스) 및 일부 감기 종류와 같은 동일한 바이러스 계열에 속하는 새로운 바이러스입니다.

COVID-19의 증상은 무엇입니까?

증상은 열, 기침 및 호흡 곤란이 있습니다. 심한 경우, 감염으로 인해 폐렴이나 호흡 곤란을 유발할 수 있습니다. 드물게는 질명이 치명적일 수 있습니다. 이 증상들은 독감(인플루엔자) 또는 일반 감기 증상과 유사하기에, COVID-19보다 이로 인한 증상이 훨씬 흔합니다. 따라서 누가 COVID-19를 가지고 있는지 확인하기 위해 테스트가 필요합니다.

COVID-19는 어떻게 퍼집니까?

바이러스는 감염된 사람의 상기도(기침과 재채기를 통해 생성된) 감염을 통하여 직접 접촉했을때 전염됩니다. 사람들이 바이러스로 오염된 표면을 접촉하고 얼굴(예 : 눈, 코 및 입)을 만지는 것을 통해 감염 될 수 있습니다. 현재 음식과 관련된 COVID-19의 전염을 뒷받침 할 증거는 없습니다. COVID-19 바이러스는 몇 시간 동안 표면에 생존 할 수 있지만 간단한 소독제는 죽일 수 있습니다.



누가 가장 위험합니까?

우리는 COVID-19가 매일 사람들에게 미치는 영향에 대해 알아가고 있습니다. 노인과 당뇨병 및 심장병과 같은 만성 질환이 있는 사람은 심각한 증상이 발생할 위험이 높습니다. 이것은 새로운 바이러스이기에, 이 바이러스가 어린이와 다른 취약한 계층에 어떤 영향을 미치는지에 대해 여전히 알아가고 있습니다. 우리는 모든 연령의 사람들이 바이러스에 감염 될 수 있다는 것을 알고 있지만, 지금까지 보고된 어린이들의 COVID-19 사례는 상대적으로 적습니다. 이것은 새로운 바이러스이며 어린이에게 미치는 영향에 대해 자세히 알아볼 필요가 있습니다. 바이러스는 드물게는 치명적일 수 있으며, 지금까지는 기저질환을 가진 노인들이 주를 이뤘습니다.

COVID-19의 치료법은 무엇입니까?

COVID-19에 대해 현재 사용 가능한 백신은 없습니다. 그러나 많은 증상이 치료 될 수 있으며 조기에 의료 치료를 받으면 질병의 위험이 줄일 수 있습니다. COVID-19에 대한 잠재적 치료법(제)을 심사하기 위해 몇 가지 임상 시험이 진행 중입니다.

COVID-19의 확산을 어떻게 느리게하거나 막을 수 있습니까?

독감이나 감기와 같은 다른 호흡기 감염과 마찬가지로 보건 조치는 질병의 확산을 늦추는 데 매우 중요합니다. 보건 조치는 다음과 같은 일상적인 예방 조치입니다.:

- √ 아플 때 집에 머무르기
- √ 기침이나 재채기를 할 때 구부린 팔꿈치나 티슈로 입과 코를 막음 (사용한 티슈는 즉시 폐기)
- √ 비누와 물로 손을 자주 씻음
- √ 자주 닿는 표면과 물체를 청소

COVID-19에 대해 더 자세히 알게 된다면, 보건 공무원이 추가 지침을 권할 수 있습니다.

30. 부록 2 : 손씻기

손 위생은 바이러스 전염을 예방하는 중요한 수단입니다. 언제 손을 씻어야 할까요?



- 음식 준비, 서빙 전 또는 식사 전.후
- 화장실 사용 후
- 코, 입, 아픈 곳이나 상처를 닦은 후
- 몸에서 나온 액체(체액) 취급 후
- 야외 활동 후
- 손이 더러워 보일 때마다

손을 철저히 씻을 수 있는 몇 가지 팁 :

- 액체 비누를 사용하십시오
- 최소 20 초 동안 손을 문지릅니다 (손을 씻는 동안 손을 깨끗이 닦는데 도움이 될 노래를 조용히 부르거나/ 생각하십시오. “반짝 반짝 작은 별”, “생일 축하송” 또는 “아기상어” 노래는 약 20 초가 소요됩니다)
- 비누와 물을 사용 할 수 없는 경우에만 손 소독제를 조금 사용하십시오. 비누와 물로 손 씻기가 가능하다면, 손 소독제로 손 씻기를 대체해서는 안됩니다
- 일회용 종이 타월과 휴지를 사용하십시오 (사용 후 올바르게 폐기하십시오)

31. 부록 3 : 얼굴 마스크 사용 방법

얼굴 마스크를 착용하는 방법:

- 적절한 마스크 사이즈를 선택하십시오. 아이들의 경우, 어린이용 사이즈를 사용하도록 하십시오.
- 마스크를 만지기 전에 비누와 물 또는 손 소독제로 손을 씻으십시오.
- 마스크를 착용하고 마스크의 양쪽에 구멍이 없는지 확인하십시오.
- 마스크가 올바르게 착용했는지 확인하십시오. a) 딱딱한 금속 스트립이 상단에 있으며 b) 3 겹 수술용 마스크를 사용하는 경우 컬러 레이어가 바깥에 있습니다. 천 마스크도 유용하며 의료 전문가들이 사용하는 의료용 마스크도 사용할 수 있습니다.
- 마스크로 입과 코를 가리고 얼굴과 마스크 사이에 간격이 없는지 확인하십시오. 관련 마스크 유형의 지침에 따라 마스크를 단단히 고정하십시오.
- 마스크를 사용하는 동안 마스크를 만지지 마십시오. 마스크를 만지면 비누와 물 또는 손 소독제로 손을 씻으십시오.



- 마스크가 축축하고 일회용 마스크를 재사용 하지 않을시, 즉시 새 마스크로 교체하십시오. 천 마스크는 비누와 물로 씻고 재사용하기 전에 건조해야 합니다.

얼굴 마스크를 제거하는 방법:

- 마스크 앞면이 오염되어 있으므로 만지지 마십시오. 이어루프(귀고리)/ 끈 / 밴드만 만지고 뒤에서 제거하십시오.
- 마스크를 즉시 뚜껑이 있는 쓰레기통이나 밀봉된 비닐 봉지에 넣어 버리십시오.
- 비누와 물 또는 손 소독제로 손을 씻으십시오
- 천 마스크는 조심스럽게 제거하고 밀봉 된 비닐 봉지 또는 비누와 물이 든 통에 넣어야 합니다.

32. 참고

- CDC
https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/guidance-forschools.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fspecificgroups%2Fguidance-for-schools.html
- DHHS Victoria
<https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus-covid-19-transmission-reduction-measures>
- ECDA Singapore
[https://www.ecda.gov.sg/PressReleases/Pages/Advisory-to-Parents-Precautionary-MeasuresIn-Preschools-2019-Novel-Coronavirus-\(2019-Ncov\).aspx](https://www.ecda.gov.sg/PressReleases/Pages/Advisory-to-Parents-Precautionary-MeasuresIn-Preschools-2019-Novel-Coronavirus-(2019-Ncov).aspx)
- MOH Malaysia
- [http://covid-19.moh.gov.my/garis-panduan/garis-panduan-kkm/Annex 25 COVID guide for workplaces 1 Nov 2020.pdf](http://covid-19.moh.gov.my/garis-panduan/garis-panduan-kkm/Annex%2025%20COVID%20guide%20for%20workplaces%201%20Nov%202020.pdf)
- [http://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/Garis%20Panduan/COVID19/Annex 26 COVID guide for Social Distancing 24032020.pdf](http://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/Garis%20Panduan/COVID19/Annex%2026%20COVID%20guide%20for%20Social%20Distancing%2024032020.pdf)
- [http://covid-19.moh.gov.my/garis-panduan/garis-panduan-kkm/Annex 2 Management of Suspected, Probable and Confirmed COVID 0710 2020.pdf](http://covid-19.moh.gov.my/garis-panduan/garis-panduan-kkm/Annex%202%20Management%20of%20Suspected%2C%20Probable%20and%20Confirmed%20COVID%2019%202020.pdf)
- MOH Singapore



[https://www.moh.gov.sg/docs/librariesprovider5/default-document-library/infection-preventionguidelines-for-schools-\(primary\)-and-child-care-centre-third-edition-2019.pdf](https://www.moh.gov.sg/docs/librariesprovider5/default-document-library/infection-preventionguidelines-for-schools-(primary)-and-child-care-centre-third-edition-2019.pdf)

- WHO

https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/key-messages-and-actions-for-covid-19-prevention-and-control-in-schools-march-2020.pdf?sfvrsn=baf81d52_4

- Media

<https://www.thestar.com.my/news/nation/2020/12/13/health-dg-quarantine-period-for-overseas-travellers-shortened-to-10-days-starting-dec-14>

<https://www.malaymail.com/news/malaysia/2020/12/13/health-ministry-cuts-quarantine-for-travellers-covid-19-patients-and-close/1931596>

<https://www.todayonline.com/singapore/moh-reminds-public-masks-must-be-worn-when-dining-out-except-only-when-eating-drinking>