

우리의 안전한 일상 회복을 위한 **일상 방역의 생활화**

6대 방역수칙 실천에서 시작됩니다.



올바른 마스크 착용으로 입과 코 가리기, 실내 음식물 섭취 등 마스크 벗는 시간은 짧게

- ✓ 코로나19는 주로 침방울을 통해 전파됩니다.
- ✓ 마스크를 착용하고 다른 사람과 충분한 거리를 유지하면 감염 가능성을 줄일 수 있습니다.
- ✓ 감염위험도가 높은 실내에서 마스크를 벗게 되는 경우*에는 마스크를 벗는 시간을 최대한 줄입니다.

* 실내 음식물 섭취 등



코로나19 증상 발생 시 진료받고 집에 머물며 다른 사람과 접촉 줄이기

- ✓ 코로나19는 증상이 없거나 증상이 가벼운 초기에도 전염될 수 있습니다.
- ✓ 열이 나거나 호흡기 증상이 있을 때 다른 사람과 접촉하지 않으면 코로나19 전파 가능성을 줄일 수 있습니다.
- ✓ 특히, 고위험군과 함께 사는 경우 증상 발생 시 **집 안에서도 마스크를 착용**하고, 고위험군과의 대화, 식사 등을 최소화합니다.



사적 모임의 규모와 시간 최소화하기

- ✔ 코로나19는 혼자가 아니라 우리 모두의 노력이 있어야 극복할 수 있습니다.
- ✔ 특히, **3밀(밀폐·밀집·밀접)** 환경에서 모이는 것을 가능한 한 자제합니다.



비누로 30초 이상 올바른 손 씻기, 기침할 땐 옷소매로

- ✓ 오염된 손을 거쳐 바이러스가 몸에 들어오는 것을 막고, 특히, **씻지 않은 손으로 눈, 코, 입을 만지지 않도록 합니다.**
- ✓ 기침이나 재채기를 할 때는 **휴지 혹은 옷소매 안쪽으로 입과 코를 가리는 기침예절**을 잘 지켜 침방울을 통한 전파를 최소화합니다.



1일 3회(회당 10분) 이상 **환기**, 1일 1회 이상 **주기적 소독**

- ✓ 코로나19 바이러스가 들어 있는 침방울의 공기 중 농도는 환기를 통해 낮출 수 있습니다.
- ✓ 특히, 환기 시에는 **맞통풍이 일어날 수 있도록 창문과 문을 동시 개방**합니다.
- ✓ **손이 자주 닿는 표면**(손잡이, 스위치, 리모컨 등)을 **소독**하면 손을 통한 코로나19의 감염 가능성을 줄일 수 있습니다.



코로나19 예방접종 완료하기

- ✓ 코로나19 예방접종은 코로나19 감염 가능성을 낮추고, 감염 시 중증화를 예방합니다.
- ✓ 특히, 정부가 권고하는 기준에 따라 접종에 참여해 주시기 바랍니다.

기초접종 : 1·2차

▲5세 이상 접종 가능, ▲특히 고령층은 반드시 접종 필요

추가접종 : 3·4차

▲50세 이상, ▲18세 이상 면역저하자 및 기저질환자,
▲감염취약시설*에 적극 권고

* 요양병원·시설, 정신건강증진시설, 장애인 및 노숙인 생활시설



소중하고 안전한 일상 회복을 위해

방역수칙을 준수해 주세요.

