



폭염 및 식중독 주의 등

## 하절기 장기요양기관 안전관리 안내

코로나19 확산 방지를 위한 귀 기관의 노고에 감사드립니다.

최근 기후변화로 폭염·국지성 호우 및 태풍 등에 대비한 시설의 안전 점검이 필요한 시기입니다.

특히 체온조절에 취약한 장기요양 수급자들의 안전관리를 위하여 노인장기요양보험 홈페이지에 게시된 안전 동영상(6종)과 폭염대비 건강수칙 및 장기요양기관 안전감염관리 매뉴얼\*을 함께 숙지하여 건강한 여름을 보낼 수 있도록 만전을 기하여 주시기 바랍니다.

※ 노인장기요양보험 홈페이지 게시 위치

1. 알림·자료실 > 공지사항(상단 고정) : 안전동영상(링크)
2. 알림·자료실 > 공지사항 > 게시번호 60742

제목: 입소형 장기요양기관 코로나19 등 안전감염관리 매뉴얼 및 실천가이드

더불어 최근 코로나19 재확산으로 인한 지역사회 감염이 급증하고 있어 장기요양기관의 집단감염 발생 예방을 위하여 발열체크, 호흡기 증상 확인, 손씻기 및 마스크 착용 등 감염병 예방수칙(노인요양시설 등 장기요양기관 방역수칙 변경 안내(7.22.))을 철저히 준수하시어 어르신 및 종사자 보호를 위하여 노력하여 주시고 건강한 여름 나시기를 바랍니다.

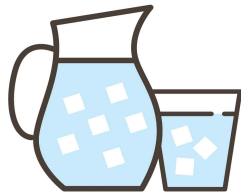
2022. 7.

국민건강보험공단

# 건강한 여름나기 이렇게 준비하세요!



## 물 자주 마시기



- 갈증을 느끼지 않아도 규칙적으로 자주 물 마시기
- \* 신장질환자는 의사와 상담 후 섭취

## 시원하게 지내기



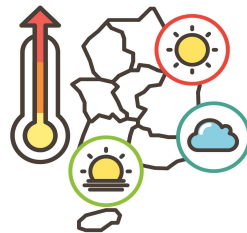
- 샤워 자주 하기
- 외출 시 햇볕 차단하기(양산, 모자)
- 헐렁하고 밝은 색깔의 가벼운 옷 입기

## 더운 시간대에는 휴식하기



- 가장 더운 시간대 (낮 12시~오후 5시)에는 휴식하기
- \* 갑자기 날씨가 더워질 경우, 건강상태를 살피며 활동강도 조절하기

## 매일 기온 확인하기



- 매일 기온, 폭염특보 등을 확인하여 폭염 시 야외활동 자제하기



온열질환은 작은 실천으로 예방할 수 있습니다!



질병관리청  
KDCA

올바른 손씻기 6단계



1 손씻기



흐르는 물에 비누로  
30초 이상 손씻기

조리단계 손씻기



2 익혀먹기



음식은 속까지  
완전히 익혀먹기



식품의약품안전처

3 끓여먹기



물은 끓여서 마시고,  
정수기는 점검·관리하기

4 구분 사용하기



조리기구(칼·도마 등)  
구분해서 사용하기

- 식재료별 닿지 않게 분리하기

5 세척·소독하기



기구, 재료는  
세척·소독 하기

- 식재료(채소, 과일) 흐르는 물에 3회 이상 세척
- 기구는 열탕·자외선·화학 소독 후 사용

6 보관온도 지키기



식재료·음식별  
적정온도로 보관하기

- 냉장 식품은 5°C 이하, 냉동 식품은 -18°C 이하로 유지·보관