

코로나19(COVID-19) 예방을 위한 체크리스트

- 본 체크리스트는 '코로나바이러스감염증-19(COVID-19)' 감염예방 수칙 준수를 위한 것으로 교육, 교육 등 대면모임(오프라인) 추진 시 아래의 사항을 체크하고 방역에 최선을 다해주시기 바랍니다.
- 본 체크리스트는 '코로나19 대응 - 생활 속 거리두기 방역관리자 업무안내(중앙방역대책본부·중앙사고수습본부 / 2020.06)'자료를 참고하였습니다.

○ 특이사항 발생 시 서울시협동조합지원센터 담당자와 관련 내용을 공유해주시기 바랍니다.

※ 대면모임 진행 시 필수준비물 : 코로나19문진표 양식, 체온계, 손소독제, 마스크

교육 전	☐ 유증상자 또는 최근 14일 이내 해외여행을 다녀온 사람은 교육에 참여하지 않도록 안내하기 ※둘 중 하나라도 해당되는 경우 교육장 입장 불가 ☐ 장소는 밀집, 밀폐도가 낮은 야외공간 또는 환기가 잘 되는 곳으로 선정하기 ☐ 사람 간 간격을 2m(최소1m) 이상 둘 수 있는 장소 선정하기
교육 진행	☐ 참석자 전원 <코로나19 문진표>, 방명록, 좌석번호를 작성하도록 안내하고 작성내용 확인하기(특이사항 있을 경우 입장 제한) ☐ 교육장 입장 전 발열 체크하기(37.5℃ 이상 시 입장불가) ☐ 출입구 및 교육장 내 손소독제 비치하고 손소독제 사용 후 입장하도록 안내하기 ☐ 교육 참석자 전원 마스크 착용하도록 안내하기(마스크 미착용 시 입장불가) ☐ 기침예절 등 개인위생을 철저히 준수하도록 안내하기 ☐ 교육장이 자연환기가 가능한 경우 창문은 상시 열어두기 ☐ 에어컨 사용 등으로 상시적으로 창문을 열어두기 어려운 경우 주기적으로 환기하기 ☐ 에어컨의 풍량은 최소한으로 하되, 사람이 없는 방향으로 하기 ☐ 사람 간 간격을 2m(최소1m) 이상 둘 수 있도록 하기 ☐ 교육 중 악수 등 신체적 접촉, 비말이 발생하는 행위(큰소리치기, 노래부르기, 구호 선창, 응원, 음식물 섭취 등) 하지 않기 ☐ 교육 중 필요한 소품(자료집 등)은 개인용품을 사용하고 공용사용은 자제하기 ☐ 교육 이후, 발열 또는 호흡기 증상이 있는 경우 외출을 자제하고 3~4일 휴식을 취하고 증상이 지속될 경우 선별진료소 이용하여 검사받을 수 있도록 안내하기
교육 종료	☐ 교육장 참석자 중 유증상자가 다수 발생 시 보건소에 집단감염 가능성 알리기 ☐ <코로나19 문진표> 3주간 보관하고 특이사항 없을 경우 파기하기

꼭! 코로나바이러스감염증-19 예방 기억해야 할 행동수칙

국민 예방수칙



흐르는 물에 비누로
꼼꼼하게 손씻기



기침이나 재채기할 때
옷소매로 입과 코 가리기



씻지 않은 손으로
눈·코·입 만지지 않기

특히 임산부, 65세 이상, 만성질환자 외출 시 꼭 준수



발열, 호흡기 증상자와의
접촉 피하기



의료기관 방문 시
마스크 착용하기



사람 많은 곳
방문 자제하기

유증상자* 예방수칙

* 발열, 호흡기 증상(기침, 목아픔 등) 이 나타난 사람



등교나 출근을 하지 않고
외출 자제하기



3~4일 경과를 관찰하며
집에서 충분히 휴식 취하기



38°C 이상 고열이 지속되거나 증상이 심해질 경우

콜센터(☎1339, 지역번호+120),
관할보건소 문의 및
선별진료소 우선 방문 후 진료받기



의료기관 방문 시
마스크 착용 및 자차 이용하기



진료 의료진에게 해외여행력 및
호흡기 증상자와의 접촉여부 알리기



국내 코로나19 유행지역에서는

외출, 타지역 방문을 자제하고
격리자는 의료인, 방역당국의
지시 철저히 따르기

코로나19 올바른 마스크 착용법

“마스크 착용으로 감염병 예방할 수 있습니다”

- 1 마스크를 착용하기 전, 흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻으세요
- 2 마스크로 입·코를 완전히 가려서, 얼굴과 마스크 사이에 틈이 없게 하세요
- 3 마스크 안에 수건, 휴지 등을 넣어서 착용하지 마세요
- 4 마스크를 사용하는 동안 마스크를 만지지 마세요
마스크를 만졌다면 흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻으세요
- 5 마스크를 벗을 때 끈만 잡고 벗긴 후, 흐르는 물에 비누로 손을 씻으세요

접이형 제품 착용법

- 1  마스크 날개를 펼친 후 양쪽 날개 끝을 오므려주세요
- 2  고정심 부분을 위로 하여 코와 입을 완전히 가려주세요
- 3  머리끈을 귀에 걸어 위치를 고정해주세요
- 4  양 손가락으로 코편이 코에 밀착되도록 눌러주세요
- 5  공기누설을 체크하며 안면에 마스크를 밀착시켜 주세요

컵형 제품 착용법

- 1  머리끈을 아래로 늘어뜨리고 가볍게 잡아주세요
- 2  코와 턱을 감싸도록 얼굴에 맞춰주세요
- 3  한 손으로 마스크를 잡고 위 끈을 뒷머리에 고정합니다
- 4  아래 끈을 뒷목에 고정하고 고리에 걸어 고정합니다
- 5  양 손가락으로 코편이 코에 밀착되도록 눌러주세요
- 6  공기누설을 체크하며 안면에 마스크를 밀착시켜 주세요

출처 : 식품의약품안전처 보건용 마스크 올바른 사용법