

# 생활방역지침(안)

2020. 4. 12.

중앙사고수습본부  
중앙방역대책본부

※ 본 지침(안)은 의견 수렴을 위한 초안입니다.  
향후 국민 의견 수렴과 전문가 논의, 관계부처 협의 등을 거쳐  
최종 확정될 예정입니다.

# 코로나19 생활방역 수칙과 지침 안내

## 생활방역 개요·구성 및 활용

- (생활방역이란?) 코로나19의 장기유행에 대비하여 국민의 일상생활과 경제활동을 보장하면서, 코로나19 유행 차단을 위한 감염 예방 및 차단 활동이 함께 조화되도록 전개하는 생활습관과 사회구조 개선

\* 코로나19 확산시 고강도 사회적 거리두기로 전환하는 등 유연한 대응

- (생활방역의 원리) 개인과 공동체가 함께 코로나19 바이러스의 ▲생활공간 침입 차단, ▲생존 환경 제거, ▲몸 밖 배출 최소화, ▲전파경로 차단을 위한 수칙을 알고 실천해 공동체를 보호

- (구성) 개인방역(5대 핵심수칙과 4개 보조수칙), 사회방역(5대 핵심수칙과 7개 집단유형별 지침), 정부방역의 3개 영역으로 구성

- (개인방역) 개인이 지켜야 할 5가지 핵심수칙(수칙별 4~5개 행동요령)과 4가지 보조수칙(마스크, 환경소독, 고위험군, 건강생활)으로 구성

- (사회방역) 개인과 공동체가 지켜야 할 5가지 핵심수칙 및 실내·외, 밀집·분산, 위험도 등에 따라 7개 집단유형별 생활지침(사례)으로 구성

### < 7개 집단유형별 유형 >

구분	밀집 환경	분산 환경
실내	<b>유형 1</b> [유형 1-①] 소규모, 온라인 대체 곤란 예)어린이집, 이·미용실 등 [유형 1-②] 소규모, 온라인 대체 [유형 1-③] 대규모, 온라인 대체 곤란 [유형 1-④] 대규모, 온라인 대체	<b>유형 2</b> 예)마트, 쇼핑몰, 미술관, 박물관 등
	<b>유형 3</b> 예)야구장, 축구장 등	<b>유형 4</b> 예)야외공원, 놀이공원 등
실외		

- (활용) 개인과 공동체는 개인 및 사회방역 수칙, 지침 등을 참고하고 필요 시 상황 및 여건에 맞는 별도의 생활방역 지침 등을 마련해 일상에서 실천

【핵심 수칙 메시지(안)】

- (제 1 수칙) “아프면 3~4일 집에 머물기”
- (제 2 수칙) “사람과 사람 사이, 두 팔 간격 건강 거리 두기”
- (제 3 수칙) “30초 손 씻기, 기침은 옷소매”
- (제 4 수칙) “매일 2번 이상 환기, 주기적 소독”
- (제 5 수칙) “거리는 멀어져도 마음은 가까이”

< 핵심 수칙(안) >

제 1 수칙) “아프면 3~4일 집에서 쉬니다”

(이유) 코로나19는 증상이 가벼운 초기에도 전염될 수 있습니다. 열이 나거나 호흡기 증상이 있을 때 다른 사람과의 접촉을 최대한 줄이면, 혹시 있을지 모르 코로나19의 전파 가능성을 줄일 수 있습니다.

- ① 열이 나거나 기침, 가래, 근육통, 코막힘 등 호흡기 증상이 있으면, 집에 머물며 3~4일간 쉬니다.
- ② 증상이 있으면 주변 사람과 만나는 것을 최대한 삼가고, 집 안에 사람이 있으면 마스크를 쓰고 생활합니다. 특히 고령자·기저질환자와의 대화·식사 등 접촉을 자제합니다.
- ③ 휴식 후 증상이 없어지면 일상에 복귀하고, 휴식 중에 38도 이상 고열이 지속되거나 증상이 심해지면 콜센터(☎1339, ☎지역번호+120)나 보건소에 문의합니다.
- ④ 병원 또는 약국에 가거나 생필품을 사기 위해 어쩔 수 없이 외출을 해야 할 때에는 꼭 마스크를 씩니다.
- ⑤ 기업, 사업주 등은 증상이 있는 사람이 출근하지 않게끔, 또는 집으로 돌아가 설 수 있도록 돕습니다.

제 2 수칙) “사람과 사람 사이에는 두 팔 간격으로 충분한 간격을 둡니다”

(이유) 코로나19는 주로 침방울을 통해 전파됩니다. 사람과 사람 사이 거리를 2m 이상 두는 경우 대화, 기침, 재채기 등을 통해 침방울이 튀는 위험을 줄여 코로나19의 감염 가능성을 줄일 수 있습니다.

① 환기가 안 되는 밀폐된 공간 또는 사람이 많이 모이는 곳은 되도록 가지 않습니다.
② 일상생활에서 사람과 사람 사이에 2m의 거리, 아무리 좁아도 1m 이상의 거리를 둡니다.
③ 다른 사람과 충분한 거리를 유지할 수 있도록 자리를 배치합니다.
④ 많은 사람들이 모여야 할 경우 2m 간격을 유지할 수 있는 공간을 확보하거나 모이는 시간을 서로 다르게 합니다.
⑤ 만나는 사람과 악수 혹은 포옹을 하지 않습니다.

**제 3 수칙) “손을 자주 꼼꼼히 씻고, 기침 할 때 옷소매로 가립니다”**

(이유) 오염된 손을 거쳐 바이러스가 몸에 들어오는 것을 막고, 기침예절을 지켜 침방울을 통한 전파도 최소화합니다.

① 식사 전·후, 화장실 이용 후, 외출 후, 코를 풀거나 기침 또는 재채기를 한 후에는 흐르는 물과 비누로 30초 이상 손을 씻거나, 손 소독제를 이용해 손을 깨끗이 합니다.
② 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입을 만지지 않습니다.
③ 개인·공용장소에는 쉽게 손을 씻을 수 있는 세수대와 비누를 마련하거나 곳곳에 손 소독제를 비치합니다.
④ 기침이나 재채기를 할 때에는 휴지·손수건 혹은 옷소매 안쪽으로 입을 가립니다.
⑤ 발열, 기침, 가래, 근육통, 코막힘 등의 증상이 있거나 몸이 안 좋다고 생각되면 다른 이들을 위해 마스크를 착용합니다.

**제 4 수칙) “매일 2번 이상 환기하고, 주기적으로 소독 합니다”**

(이유) 환기를 통해 코로나19 바이러스가 들어있는 침방울의 공기 중 농도를 낮출 수 있고, 바이러스가 포함된 침방울이 묻을 수 있는 곳을 소독하면 손을 통한 코로나19의 감염 가능성을 줄일 수 있습니다.

① 자연환기가 가능한 경우 창문을 상시 열어두고, 상시 열지 못하는 경우는 주기적으로(매일 2회 이상) 환기합니다. 환기를 할 때는 가능하면 문과 창문을 동시에 열어 놓습니다. 미세먼지가 있어도 실내 환기는 필요합니다.
② 가정, 사무실 등 일상적 공간은 항상 깨끗하게 청소하고, 손이 자주

	닿는 곳(전화기, 리모콘, 손잡이, 문고리, 탁자, 팔걸이, 스위치, 키보드, 마우스, 복사기 등)은 주 1회 이상 소독 합니다.
	③ 공공장소 등 다수가 오가는 공간은 손이 자주 닿는 곳(승강기 버튼, 출입문, 손잡이, 난간, 문고리, 팔걸이, 스위치 등)과 공용 물건(카트 등)을 매일 소독 합니다.
	④ 소독을 할 때는 소독제(소독제 티슈, 알코올(70% 에탄올), 차아염소산나트륨 (일명 가정용 락스 희석액 등)에 따라 제조사의 권고사항을 준수(용량과 용법 등)하여 안전하게 사용합니다.
<b>제 5 수칙) “거리는 멀어져도 마음은 가까이 합니다”</b>	
(이유) 코로나 19는 나 뿐 아니라 우리 모두의 노력이 있어야 극복할 수 있습니다. 서로를 배려하고 위로하며 함께 노력하는 사회를 만들어야 합니다.	
	① 모이지 않더라도 가족, 가까운 사람들과 자주 연락하는 등 마음으로 함께 할 기회를 만듭니다.
	② 공동체를 위한 나눔과 연대를 생각하고, 코로나19 환자, 격리자 등에 대한 차별과 낙인에 반대합니다.
	③ 소외되기 쉬운 취약계층을 배려하는 마음을 나누고, 실천합니다.
	④ 의심스러운 정보를 접했을 때 신뢰할 수 있는지 출처를 확인하고, 부정확한 소문은 공유하지 않으며, 과도한 미디어 몰입을 삼갑니다.

**1 마스크 착용**

**< 생활방역 실천지침 : 마스크 착용 >**

**1] 마스크 사용 일반 원칙**

- 마스크 착용보다 손씻기, 사람간의 거리 두기 등이 코로나19 감염 예방에 더 효과적이며 중요하다는 것을 잊지 마세요.
- 마스크는 침방울을 통한 감염 전파를 차단하는 효과가 있습니다.
  - 발열 또는 기침 등 호흡기 증상이 있는 사람은 다른 사람에게 침방울 배출 전파를 차단하기 위해 마스크를 착용해 주세요.
  - 사람들과 거리 유지가 가능한 야외나 사람을 만나지 않을 경우 착용을 권고하지 않습니다.
- 보건용 마스크는 코로나19 환자를 진료하는 의료진과 돌보는 가족, 코로나19 감염 시 치사율 위험도가 높은 취약계층과 돌봄 인력 등에 우선적으로 공급되어야 합니다.

**2] 마스크를 올바른 방법으로 착용합니다**

- 개인의 얼굴 크기에 맞는 적당한 마스크를 선택하여 호흡기인 코와 입을 완전히 덮도록 얼굴에 잘 밀착되도록 착용합니다.
- 마스크 자체가 오염되지 않도록 마스크를 만지기 전에 손을 깨끗이 씻습니다.
- 마스크 착용 시에는 손을 통한 오염을 방지하기 위하여 마스크를 최대한 만지지 않습니다. 만졌다면, 30초 이상 비누로 손씻기나 손소독제로 손을 깨끗이 해야 합니다.
- 마스크 사용 후에는 마스크 앞면에 손을 대지 않고 벗습니다. 보건용 마스크의 경우 아무 곳이나 두지 말고 즉시 쓰레기통에 버리고 손을 씻습니다. 면마스크의 경우 제품 특성에 맞는 세탁방법으로 자주 세탁해 주세요.
- 마스크 내부에 휴지나 수건을 덧대면 공기가 새거나 밀착력이 떨어져 차단 효과가 낮아지므로 주의해야 합니다.

**3] 다음의 경우는 보건용 마스크를 권장합니다 (KF 80 이상)**

- 기침, 재채기, 가래, 콧물, 목 아픔 등 호흡기 증상이 있는 경우
  - 코로나19 의심자를 돌보는 경우 (KF 94 이상 권고)
  - 의료기관, 약국, 요양원, 노인 및 장애인 시설 등을 방문하는 경우
  - 많은 사람을 접촉하여야 하는 직업군에 종사하는 사람
    - 예) 판매원, 요식업 종사자, (창구)상담원 등 고객을 직접 응대하여야 하는 직업종사자, 대중교통 운전기사, 역무원, 우체국 집배원, 택배기사, 대형건물 관리원 등
  - 건강취약계층, 기저질환자 등이 환기가 잘 안 되는 공간에서 2미터 이내에 다른 사람과 접촉하는 경우(예: 군중모임, 대중교통 등)
    - \* 건강취약계층에 속하는 사람 : 노인, 어린이, 임산부, 만성질환자 등
    - \* 기저질환을 갖고 있는 사람 : 만성 폐질환, 당뇨, 만성 신질환, 만성 간질환, 만성심혈관질환, 혈액암, 항암치료 암환자, 면역억제제 복용중인 환자 등
- ※ 그 외 마스크 관련 세부 안내사항은 식품의약품안전처의 마스크사용지침을 참조하세요.

## &lt; 생활방역 실천지침 : 환경 소독 &gt;

## ① 환경 소독의 일반 원칙

- 적절하고 올바른 방법으로 소독을 하면 효과적이고 안전하게 병원균을 제거 할 수 있습니다.
- 소독 시에는 창문을 열어 환기를 합니다.
- 청소 및 소독 작업을 수행하는 사람은 적절한 개인보호구(일회용 장갑, 마스크, 필요시 일회용 방수용 긴팔 가운 또는 방수 앞치마, 고글 또는 안면보호구)를 착용해야 합니다.
- 환경부의 승인 또는 신고 된 소독제 중 적절한 제품(소독제 티슈, 알코올(70% 에탄올), 차아염소산나트륨(일명 가정용 락스) 희석액 등)을 사용하며, 소독제를 과도하거나 부적절한 방법으로 사용하면 인체에 해로울 수 있으므로 제조사의 권고사항을 반드시 준수합니다.
  - 차아염소산나트륨(일명 가정용 락스)을 사용하는 경우 소독 직전 희석하여 준비(500~1,000ppm 희석액 등)하고, 희석액을 천에 묻혀 문지르고 10분 이상 그대로 두었다가 깨끗한 물로 적신 천으로 다시 한 번 닦아냅니다.
  - \* (500ppm 희석액) 빈 생수통 500ml 에 차아염소산나트륨(일명 가정용 락스) 원액 5ml 를 붓고(예, 생수통 1/2 뚜껑) 냉수를 통 가득 채우고 섞음
  - \* (1,000ppm 희석액) 빈 생수통 500ml 에 차아염소산나트륨(일명 가정용 락스) 원액 10ml 를 붓고(예, 생수통 1 뚜껑) 냉수를 통 가득 채우고 섞음
- 소독 시에는 소독제가 충분히 묻은 천(또는 소독제 티슈)을 이용합니다.
  - 소독제를 공기 중에 분사하는 방법은 사람에게 흡입되어 위해 될 가능성이 있어 주의해야 합니다. 또한, 소독제를 분사하고 닦지 않는 경우에는 분사 표면의 범위가 불분명하고, 소독 효과가 균질하지 않을 수 있습니다.
- 소독을 마친 후에는 사용한 장갑을 벗고 물과 비누로 반드시 손을 씻어야 합니다.

## ② 가정, 사무실 등 일상적 공간에서는 다음과 같이 환경소독 합니다.

- 소독 시에는 손이 자주 닿는 곳(전화기, 리모콘, 손잡이, 문고리, 탁자, 팔걸이, 스위치, 키보드, 마우스, 복사기 등)을 중심으로 주 1회 이상 소독합니다.
- 아이들의 손이 닿는 장난감 등은 소독 후 소독제가 묻어 있는 채로 입과 손에 닿아 위해가 발생하지 않도록 깨끗한 천으로 닦아 건조한 후에 사용합니다.

## ③ 공공장소 등 다수가 오가는 공간에서는 다음과 같이 환경소독 합니다.

- 소독 시에는 여러 사람의 손이 자주 닿는 곳(손잡이, 난간, 문고리, 팔걸이, 스위치 등)을 중심으로 합니다.
  - 건물의 출입문, 승강기 버튼 등 불특정 다수의 접촉이 많은 곳은 매일 1회 이상 청소 및 소독을 합니다.
  - 시설 관리자는 청소·소독 담당자에게 청소, 소독 및 개인보호 용품 (소독제, 종이 타월 및 마스크 등)을 충분히 제공하도록 합니다.
- ※ 그 외 소독 관련 세부 안내사항은 「「코로나바이러스감염증-19」 대응 집단시설·다중이용시설 소독 안내」 최신지침(2020.4.2.기준 [제3-1판]) 을 참조하세요.

## &lt; 생활방역 실천지침 : 어르신 및 고위험군 &gt;

## ① 어르신 및 고위험군 생활수칙의 일반 원칙

- 어르신 및 고위험군은 면역이 약해 감염이 쉽게 되고 갑자기 중증 또는 위중 상태로 가는 비율이 높기 때문에, 더욱 주의하여야 합니다.
- 우리나라의 경우 70세 이상 어르신이 코로나19 중증 및 위중환자의 약 60% 이상을 차지하고, 80세 이상 어르신 중에는 10명 중 약 2명이 돌아가시는 상황(치명률: 18.58%, 2020.4.1. 0시 기준)입니다.
- 가족, 친척 및 간병인 등 호흡기 증상이 있거나 몸이 아픈 사람은 어르신 및 고위험군 방문을 자제합니다.

## ② 집에 머무르세요.

- 식료품 구매나 의료기관, 약국 방문 이외에는 가급적 외출을 자제하세요. 그 밖의 꼭 필요하지 않은 외출이나 모임, 여행은 자제합니다.
- 집에 사람들을 초대하거나 다른 사람의 집을 방문하는 것은 자제합니다.
- 건강관리를 위해 가정에서 매일 간단한 운동을 하시고, 술과 담배는 자제합니다.

## ③ 아플 때는 보건소에 연락하고 선별진료소를 방문하세요.

- 38도 이상 고열이 지속되거나 호흡기 증상(기침, 인후통, 콧물 등)이 심해지면 ① 콜센터(☎ 1339, ☎지역번호+120)나 보건소에 문의하거나 ② 선별진료소를 방문하여 진료를 받습니다.
- 의료기관 방문시에는 반드시 마스크를 착용하고, 가급적 자기 차로 이동합니다.

## ④ 꼭 외출을 해야 하는 경우에는 다음사항을 실천합니다.

- 사람이 많이 모이는 혼잡한 장소, 특히 밀폐되고 환기가 잘 되지 않는 곳은 가지 마세요. 불가피하게 방문을 해야 할 경우 마스크를 쓰고 가십시오.
- 다른 사람과 2m 건강거리 두기를 합니다. 특히 아픈 사람과 가까이 하지 마세요.
- 악수, 포옹 등 신체접촉은 하지 않습니다.
- 다른 사람과 식기를 공유하여 음식을 같이 먹지 말고, 수저 또는 수건 등은 개인 물품을 사용합니다.

## ⑤ 스트레스로 힘들시다면 다음과 같이 실천합니다.

- 뉴스는 반복해서 보지 말고 시간을 정해놓고 그 시간에만 보는 것이 좋습니다. 너무 자주 들으면 두렵고 우울해집니다.
- 의심스러운 정보를 접했을 때 신뢰할 수 있는지 출처를 확인하고, 부정확한 소문은 공유하지 않으며, 과도한 미디어 몰입을 삼갑니다.
- 몸을 잘 관리합니다.
  - 심호흡, 스트레칭, 명상을 하세요.
  - 건강하고 균형 잡힌 식사와 규칙적인 운동, 충분히 수면을 하세요.
- 가족 및 가까운 사람들과 자주 연락합니다.
  - 걱정되는 것과 느낌에 대해 신뢰하는 사람들과 통화나 영상으로 이야기 하세요



※ 65세 이상 어르신 및 고위험군

- 만성 기저질환 : 당뇨, 만성 신질환, 만성 간질환, 만성 폐질환, 만성심혈관질환, 혈액암, 항암 치료 암환자, 면역억제제 복용중인 환자, HIV 환자 등
- 특수상황 : 고도비만, 임신부, 투석환자, 이식환자, 흡연자
- 입원환자 : 실내 공기로 산소포화도 90 미만으로 초기 산소치료 필요 환자

## &lt; 생활방역 실천지침 : 건강한 생활 습관 &gt;

## ① 규칙적인 운동으로 건강한 생활습관을 가져봅니다.

- 규칙적인 신체활동은 건강증진과 체력향상 외에도 여러 질환의 예방과 관리를 도와줍니다.
  - 깨어있지만 움직이지 않고 앉거나 기대거나 누워서 보내는 여가 시간(컴퓨터, 스마트폰 사용, 텔레비전 시청 등)을 하루 2시간 이내로 줄이는 것이 좋습니다.
- 감염병이 유행 할 때도 신체활동과 운동은 필요합니다. 실내에서 동영상을 보고 따라 하는 등 혼자 하는 운동을 권장합니다.
- 신체 활동 강도를 높이면 침방울이 많이 될 수 있기 때문에 자주 환기를 합니다.
- 어르신 또는 질환으로 신체활동을 수행하기 어려울 때는 체력, 신체조건 등 각자의 상황에 맞게 가능한 만큼 신체활동을 하도록 노력합니다.
  - 이전에 습관이 되지 않았던 신체활동 및 운동은 무리하게 장시간 하지 않도록 합니다.

## ② 정기적으로 건강관리를 실천합니다.

- 고혈압, 당뇨, 심뇌혈관 질환 등 지속적인 건강관리와 약물 복용이 필요한 경우에는, 담당 의사와 상담하고 지속적으로 진료 받으세요.
- 응급상황 등 꼭 필요한 경우에는 반드시 의료기관 방문이 필요합니다.
- 적정시기에 예방접종을 맞고, 정기검진을 하는 등 주기적인 건강관리를 하면, 질병을 예방할 수 있습니다.

## ③ 균형 있는 영양 섭취를 합니다.

- 평소에 바람직한 식생활을 실천하여 영양 상태를 잘 유지하면, 면역력을 증강시켜 질병에 대한 저항력을 키우고 건강을 유지 할 수 있습니다.
- 다양한 식품을 건강한 조리법으로 조리하여 골고루 섭취하고, 물을 충분히 마십니다.
- 아침밥을 꼭 먹는 것이 좋으며, 덜 짜게, 덜 달게, 덜 기름지게 드세요.

## ④ 감염병 스트레스 정신건강 대처법은 다음과 같습니다.

- 누구나 감염병에 대한 스트레스를 느낄 수 있습니다. 가족, 친구, 동료와 소통하며 힘든 감정을 나누는 것만으로도 도움이 됩니다.
- 믿을만한 정보에 집중하세요. 잘못된 정보는 스트레스를 가중시키고 올바른 판단을 방해합니다.
- 힘든 감정은 누구나 경험 할 수 있는 정상적인 반응이지만, 과도한 경우에는 전문가의 도움(일반인 및 격리자 : 정신건강복지센터 ☎ 1577-0199), 확진자 및 가족 : 국가트라우마센터 ☎ 02-2204-0001~2)을 받을 수 있습니다.

【핵심 수칙 메시지(안)】

- (제 1 수칙) “공동체가 힘을 합쳐 우리 집단을 보호하는 방역 노력을 기울입니다.”
- (제 2 수칙) “공동체 내에서 방역관리자를 지정합니다.”
- (제 3 수칙) “방역관리자는 코로나19로부터 우리 공동체를 보호합니다.”
- (제 4 수칙) “방역관리자는 방역지침을 만들고 모두가 준수하도록 돕습니다.”
- (제 5 수칙) “공동체의 책임자와 구성원은 방역관리자의 활동을 적극적으로 돕고 따릅니다.”

<핵심 수칙(안)>

제 1 수칙) “공동체가 힘을 합쳐 우리 집단을 보호하는 방역 노력을 기울입니다”

- ① 코로나19는 증상 초기부터 빠른 전파 속도를 가지고 있어 집단 발생을 쉽게 초래합니다. 그렇게 때문에 생활방역에서 개인방역과 함께 공동체의 방역관리 노력이 중요합니다.
- ② 공동체에서 코로나19가 발생하고 전파되는 것을 예방하거나 초기에 차단하기 위해서는 공동체의 동의와 협력을 기반으로 미리 효과적인 대응체계를 만들어 두어야 합니다.
- ③ 회사 등 공적 공동체 뿐만 아니라 종교모임, 취미모임 등 사적 공동체도 이러한 준비가 꼭 필요합니다.

제 2 수칙) “공동체 내에서 방역관리자를 지정합니다”

- ① 모두의 동의하에 공동체의 방역을 관리할 책임자를 방역 관리자로 지정합니다.
- ② 방역관리자는 집단 규모에 따라 개인을 지정하거나 적정인원으로 팀을 구성하여 지정합니다.
- ③ 방역관리자는 코로나19의 전파로부터 공동체를 보호하는 역할을 수행하며, 주요한 활동에서 방역 관리의 책임을 맡습니다.
- ④ 공동체의 구성원은 우리 집단의 방역 관리를 위한 방역관리자의 요청에 적극적으로 협력합니다.

**제 3 수칙) “방역관리자는 코로나19로부터 우리 공동체를 보호합니다”**

- ① 방역관리자는 공동체가 속한 지역의 보건소 담당자와 연락을 주고 받으며, 방역활동에 필요한 협력관계를 만들어 두어야 합니다.
- ② 방역관리자는 구성원들의 호흡기 증상 여부를 체크하고 체온을 측정하는 활동을 매일 또는 매번 해야 합니다. 이 때 가급적 구성원들의 일자별 증상여부를 기록합니다.
- ③ 호흡기 증상 또는 발열이 확인되는 구성원에 대해서는 즉각적으로 집으로 보내 3~4일 쉬도록 합니다. 고위험군 또는 65세 이상 노인의 경우 코로나19 검사를 받도록 선별진료소로 안내합니다.
- ④ 공동체 내에 2명 이상의 유증상자가 동시에 2-3일 내에 순차적으로 나타난 경우 즉시 보건소에 집단감염 가능성을 신고하고 유증상자들을 검사받도록 안내합니다.

**제 4 수칙) “방역관리자는 방역지침을 만들고 모두가 준수하도록 돕습니다”**

- ① 방역관리자는 우리 공동체의 밀폐도, 밀집도, 생활양태 등을 고려하여 위험도를 평가하고 이를 고려해 방역지침을 만듭니다.
- ② 방역지침은 「집단유형별 표준 세부지침」 중 적합한 지침을 참고하되, 아플 때 집에서 3~4일 쉬기, 손씻기, 소독과 환기, 사람간의 거리두기, 마음은 가까이 등 개인방역 5대 수칙과 고위험군, 환경소독, 마스크, 건강생활 보조수칙 등을 포함하여 작성합니다.
- ③ 특히, 공동체의 특성상 많은 사람을 만나거나 밀폐된 환경인 경우 자주 손씻기, 1~2미터 거리두기, 마스크 착용 또는 안면보호대 설치, 유증상자 확인, 자주 환기 등을 강화하여 방역지침을 작성합니다.
- ④ 방역관리자는 공동체의 모든 구성원들이 방역지침을 지킬 수 있도록 주기적으로 교육하고 각자가 이를 실천하도록 도와야 합니다.
- ⑤ 방역관리자가 없는 가운데 집단의 활동이 이루어질 경우 누군가 방역관리자의 역할을 대신하여 방역지침의 실천을 돕습니다.
- ⑥ 방역관리자는 방역지침의 실천이 가능하도록 구성원의 역할 배정과 시설 환경을 점검하고 문제가 있을 경우 개선을 요구합니다.

**제 5 수칙) “공동체의 책임자와 구성원은 방역관리자의 활동을 적극적으로 돕고 따릅니다”**

- ① 공동체의 책임자는 방역관리자의 활동을 지지하고, 방역지침의 준수에 필요한 역할 변경, 환경 개선 등의 요청에 적극적으로 응해야 합니다.
- ② 각 구성원들은 우리 모두의 안전을 위해 방역 지침을 준수하고, 방역관리자의 요청에 적극적으로 협력합니다.
- ③ 매월 1회 이상 주요 책임자들이 함께 모여 공동체의 방역 관리 노력을 평가하고 개선이 필요한 사항을 검토합니다.

## 붙임2-2

## 사회방역 7개 집단유형별 실천지침 (사례)

### 유형1-①

①비교적 소규모 인원의 밀접 접촉이 빈번하게 일어나며, ②온라인 방식 등으로 대체하기 어려운 업무, 교육, 서비스 제공 등이 이뤄지는 공간 또는 집단

#### < 생활방역 실천지침 (예. ① 보육시설, 유치원) >

(이용자)	(관리자)
<b>① 아프면 3~4일 집에서 쉽니다</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 시설 관리자의 게시·안내에 따라 방역지침을 준수 (관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용이 제한 될 수 있음)</li> <li>○ 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 원아는 등원하지 않기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 관리자는 시설 안에 방역지침을 게시하거나 이용자에게 안내. 관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용을 제한 할 수 있음</li> <li>○ 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 직원은 출근하지 않도록 안내</li> <li>○ 유연근무 및 휴가를 자유롭게 활용할 수 있도록 하고, 보육 인력을 충분히 확보할 것</li> <li>○ 불필요한 출입(방문객 등)을 최소화하기</li> <li>○ 출입하는 모든 사람에 대한 증상여부(발열, 호흡기 증상 등) 및 신원 확인</li> </ul>
<b>② 사람들과는 양 팔 간격으로 충분한 거리를 둡니다.</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 책상 사이 간격을 1m이상 늘리고 마주보지 않도록 배치</li> <li>○ 식사시간에 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라보고 식사하기</li> <li>○ 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)을 하지 않기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 책상 사이 간격을 1m이상 늘리고 마주보지 않도록 배치</li> <li>○ 식사시간에 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라보고 식사하도록 하기 (아이를 마주보고 밥을 먹여줘야 할 땐 교사는 마스크 착용)</li> <li>○ 공용구역에서 원생들이 만나지 않도록 식사시간, 쉬는시간, 낮잠재우기 등 공간과 시간 차이 두기</li> <li>○ 대규모 행사, 공동 활동 등 최소화</li> <li>○ 등·하원 시간 시차두기 (부모는 시설안으로 들어 오지 않고 밖에서 대기)</li> <li>○ 교육프로그램 중 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)는 최소화</li> <li>○ 원아를 자주 접촉하고 말을 해야 하는 교사 및 종사자는 마스크를 씹니다.</li> </ul>
<b>③ 손을 자주 꼼꼼히 씻고 기침 예절을 지킵니다.</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 손씻기, 기침예절 준수, 씻지 않은 손으로 얼굴 만지지 않기 등</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 시설 내 곳곳에 손소독제를 비치하여 수시로 사용하도록 할 것</li> <li>○ 개인위생수칙 준수, 사회적 거리두기의 필요성 등에 대한 주기적으로 교육 실시</li> </ul>
<b>④ 주기적(매일 2회 이상) 으로 환기를 하고, 매일 1회 이상 소독합니다.</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 반드시 개별 식기, 소지품을 사용하기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 자연환기가 가능한 경우 창문을 상시 개방하여 운영하며, 개방하지 못하는 상황이면 주기적으로(매일 2회 이상) 문과 창문을 열어 환기</li> <li>○ 출입구 손잡이 등 사람들이 자주 접촉하는 시설·기구는 매일 표면 소독</li> <li>○ 장난감, 교재 등은 매일 깨끗하게 표면을 닦거나 소독</li> <li>○ 장난감 등은 소독 후 아이들의 입과 손에 닿지 않도록 깨끗한 천으로 닦아 건조한 후에 사용</li> <li>○ 1주일에 1회 이상 시설 내 표면 전체를 깨끗하게 소독</li> </ul>

**< 생활방역 실천지침 (예. ② 식당, 카페 등) >**

**(이용자)**

**(관리자)**

**① 아프면 3~4일 집에서 쉽니다**

- 시설 관리자의 게시·안내에 따라 방역지침을 준수 (관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용이 제한 될 수 있음)
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 경우 가급적 방문하지 않기

- 관리자는 시설 안에 방역지침을 게시하거나 이용자에게 안내. 관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용을 제한 할 수 있음
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 직원은 출근하지 않도록 안내
- 휴가를 자유롭게 활용할 수 있도록 하고, 대체 인력을 충분히 확보할 것
- 필요시 출입하는 모든 사람에 대한 증상여부 (발열, 호흡기 증상 등) 확인

**② 사람들과는 양 팔 간격으로 충분한 거리를 둡니다.**

- 식당, 카페 등에 머무르는 시간 최소화 하기
- 줄을 서서 대기하는 경우 1~2m이상 간격을 두기
- 탁자 사이 간격을 1~2m 두고 앉거나, 일행이 아닌 다른 사람들과 가급적 최대한 간격을 띄워 앉기
- 가능한 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라 보도록 앉기
- 가능한 포장 및 배달주문 등 이용하기

- 고객과接客직원 등의 간격을 1~2m이상 늘리고 가급적 마주보지 않도록 하기 (계산자와 비대면 또는 투명 칸막이 등 설치)
- 고객과 간격유지를 2m 이상 늘이기 어려운 경우 마스크 착용 후 최소 1m 거리 유지
- 탁자 사이 간격을 1~2m이상 두거나 고정형 탁자는 일부를 사용하지 않는 등 방법 마련
- 가능한 의자 배치는 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라보도록 배치
- 대규모 행사 개최 자제
- 가능한 포장 및 배달판매 등을 활성화

**③ 손을 자주 꼼꼼히 씻고 기침 예절을 지킵니다.**

- 식사 전·후, 화장실 이용 후에는 반드시 손씻기, 기침 예절 준수, 씻지 않은 손으로 얼굴 만지지 않기 등
- 식사를 할 때에는 가급적 대화를 하지 않거나 손으로 입을 가리고 말하기
- 음식은 각자 개인 접시에 덜어 먹기

- 가능한 물과 비누로 손을 씻을 수 있는 세수대를 식당 입구 등에 마련할 것
- 시설 내 곳곳에 손소독제를 비치하여 수시로 사용하도록 할 것
- 개인위생수칙 준수, 사회적 거리두기의 필요성 등에 대한 주기적으로 교육 실시
- 음식은 각자 개인 접시에 덜어 먹도록 개인 접시와 국자, 집게 등을 제공할 것

**④ 주기적(매일 2회 이상) 으로 환기를 하고, 매일 1회 이상 소독합니다.**

- 자연환기가 가능한 경우 창문을 상시 개방하여 운영하며, 개방하지 못하는 상황이면 주기적으로(매일 2회 이상) 문과 창문을 열어 환기
- 출입구 손잡이, 탁자, 의자 등 사람들이 자주 접촉하는 시설·기구에는 매일 표면 소독
- 1주일에 1회 이상 시설 내 표면 전체를 깨끗하게 소독

**< 생활방역 실천지침 (예. ③ 실내 체육시설) >**

**(이용자)**

**(관리자)**

**① 아프면 3~4일 집에서 쉽니다**

- 시설 관리자의 게시·안내에 따라 방역지침을 준수 (관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용이 제한 될 수 있음)
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 경우 방문하지 않기

- 관리자는 시설 안에 방역지침을 게시하거나 이용자에게 안내. 관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용을 제한 할 수 있음
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 직원은 출근하지 않도록 안내
- 출입하는 모든 사람에 대한 증상여부(발열, 호흡기 증상 등) 확인 및 명부 작성하기

**② 사람들과는 양 팔 간격으로 충분한 거리를 둡니다.**

- 시간 예약제 등 적극 활용하기
- 신체 활동 강도를 높이면 침방울 발생량이 늘어 날 수 있으므로, 운동 시에는 다른 사람과 1~2m 이상 충분한 거리를 유지하기
- 충분한 거리 유지가 어려운 경우에는 운동 기구를 한 칸씩 띄우고 이용하기
- 밀폐된 공간에서 다수가 함께하는 강습 프로그램은 가능한 하지 않기
- 서로 마주보고 하는 운동은 하지 않기
- 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)을 하지 않기
- 밀폐된 공간에서 다수가 이용하는 탈의실 등의 이용은 가급적 피하기

- 일정 시간에 사람들이 몰리지 않도록 시간 예약제 등 적극 활용 할 것
- 운동기구 사이 간격을 1~2m 이상 늘리고 마주보지 않도록 배치
- 충분한 간격 띄우기가 어려운 경우에는 일부 기구는 사용하지 않도록 안내하기
- 밀폐된 공간에서 다수가 함께하는 강습 프로그램은 가능한 하지 않기
- 강습 시에는 서로 신체 접촉이 없을 만큼 충분한 거리를 두고 마주보지 않도록 할 것
- 운동 강습 중 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)는 최소화
- 밀폐된 공간에서 다수가 이용하는 탈의실 등 운영은 최소화, 또는 시간 차이를 두어 사람이 몰리지 않도록 하기

**③ 손을 자주 꼼꼼히 씻고 기침 예절을 지킵니다.**

- 손씻기, 기침예절 준수, 씻지 않은 손으로 얼굴 만지지 않기 등

- 시설 내 곳곳에 손소독제를 비치하여 수시로 사용하도록 할 것
- 개인위생수칙 준수, 사회적 거리두기의 필요성 등에 대한 주기적으로 교육 실시

**④ 주기적(매일 2회 이상) 으로 환기를 하고, 매일 1회 이상 소독합니다.**

- 운동복, 수건, 휴대용 운동기구 및 물통 등은 개인물품을 사용하기
- 운동기구를 이용한 후에는 소독제 등을 이용하여 표면을 깨끗하게 닦기

- 운동기구 사이사이에 소독제를 비치하여 손쉽게 사용하도록 할 것
- 자연환기가 가능한 경우 창문을 상시 개방하여 운영하며, 개방하지 못하는 상황이면 주기적으로(매일 2회 이상) 문과 창문을 열어 환기 (신체 활동을 늘리면 침방울이 더 많이 될 수 있기 때문에 수시로 환기)
- 출입구 손잡이, 운동기구 등 사람들이 자주 접촉하는 시설·기구는 매일 표면 소독
- 1주일에 1회 이상 시설 내 표면 전체를 깨끗하게 소독

**< 생활방역 실천지침 (예. ④ 소규모 상점) >**

**(이용자)**

**(관리자)**

**① 아프면 3~4일 집에서 쉽니다**

- 시설 관리자의 게시·안내에 따라 방역지침을 준수 (관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용이 제한 될 수 있음)
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 경우 가급적 방문하지 않기

- 관리자는 시설 안에 방역지침을 게시하거나 이용자에게 안내. 관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용을 제한할 수 있음
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 직원은 출근하지 않도록 안내
- 휴가를 자유롭게 활용할 수 있도록 하고, 대체 인력을 충분히 확보할 것
- 필요시 출입하는 모든 사람에 대한 증상여부 (발열, 호흡기 증상 등) 확인

**② 사람들과는 양 팔 간격으로 충분한 거리를 둡니다.**

- 상점 내 머무르는 시간 최소화하기
- 카운트 등 줄을 서야 하는 경우 1~2m 간격을 두고 서있기
- 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)를 하지 않기

- 고객과接客직원 등의 간격을 1~2m이상 늘리고 가급적 마주보지 않도록 하기 (계산자와 비대면 또는 투명한 격벽 등 설치)
- 고객과 간격유지를 2m 이상 늘이기 어려운 경우 마스크 착용 후 최소 1m 거리 유지
- 물건을 고르는 고객 등을 따라다니지 않기

**③ 손을 자주 꼼꼼히 씻고 기침 예절을 지킵니다.**

- 손씻기, 기침예절 준수, 씻지 않은 손으로 얼굴 만지지 않기 등

- 시설 내 곳곳에 손소독제를 비치하여 수시로 사용하도록 할 것
- 개인위생수칙 준수, 사회적 거리두기의 필요성 등에 대한 주기적으로 교육실시

**④ 주기적(매일 2회 이상) 으로 환기를 하고, 매일 1회 이상 소독합니다.**

- 자연환기가 가능한 경우 창문을 상시 개방하여 운영하며, 개방하지 못하는 상황이면 주기적으로(매일 2회 이상) 문과 창문을 열어 환기
- 출입구 손잡이 등 사람들이 자주 접촉하는 시설·기구는 매일 표면 소독하기
- 1주일에 1회 이상 시설 내 표면 전체를 깨끗하게 소독



< 생활방역 실천지침 (예. ① 학원) >

(이용자)

(관리자)

① 아프면 3~4일 집에서 쉬니다

- 시설 관리자의 게시·안내에 따라 방역지침을 준수 (관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용이 제한 될 수 있음)
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 학생은 등원하지 않기

- 관리자는 시설 안에 방역지침을 게시하거나 이용자에게 안내. 관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용을 제한 할 수 있음
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 직원은 출근하지 않도록 안내
- 온라인을 통해 수업 등이 이뤄질 수 있도록 관련 장비와 교육과정 등을 갖춰 운영
- 유연근무 및 휴가를 자유롭게 활용할 수 있도록 하고, 대체 인력을 충분히 확보할 것
- 불필요한 출입(방문객 등)을 최소화하기
- 출입하는 모든 사람에 대한 증상여부(발열, 호흡기 증상 등) 및 신원 확인

② 사람들과는 양 팔 간격으로 충분한 거리를 둡니다.

- 책상 사이 간격을 1~2m이상 늘리고 마주보지 않도록 배치
- 식사시간, 또는 쉬는시간에 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라보기
- 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)을 하지 않기

- 책상 사이 간격을 1~2m이상 두거나 좌석간 격벽 설치
- 식사시간에 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라보고 식사하도록 하기
- 공용구역에서 원생들이 만나지 않도록 식사 시간, 쉬는시간 등 차이 두기
- 대규모 행사, 공동 활동 등 최소화
- 학원 내 활동 중 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)는 최소화

③ 손을 자주 꼼꼼히 씻고 기침 예절을 지킵니다.

- 손씻기, 기침예절 준수, 씻지 않은 손으로 얼굴만지지 않기 등

- 시설 내 곳곳에 손소독제를 비치하여 수시로 사용하도록 할 것
- 시설 내 곳곳에 휴지와 뚜껑이 있는 쓰레기통을 비치해, 기침이나 재채기때 사용한 휴지를 깨끗이 버릴 수 있도록 하기
- 개인위생수칙 준수, 사회적 거리두기의 필요성 등에 대한 주기적으로 교육 실시

④ 주기적(매일 2회 이상) 으로 환기를 하고, 매일 1회 이상 소독합니다.

- 개별 식기, 교보재 등을 사용하기

- 강사가 마이크를 사용하는 경우 반드시 마이크 덮개를 사용하고, 가급적 개인별로 사용
- 학생들이 노트북, 테블릿PC등을 이용하는 경우 가급적 개인별로 사용
- 자연환기가 가능한 경우 창문을 상시 개방하여 운영하며, 개방하지 못하는 상황이면 주기적으로(매일 2회 이상) 문과 창문을 열어 환기
- 학생들이 공동으로 수업자료를 사용하는 교육 활동 자제, 부득이 사용시 표면 깨끗이 닦기
- 출입구 손잡이 등 사람들이 자주 접촉하는 시설·기구는 매일 표면 소독

**< 생활방역 실천지침 (예. ② 사무실) >**

**(이용자)**

**(관리자)**

**① 아프면 3~4일 집에서 쉽니다**

- 시설 관리자의 게시·안내에 따라 방역지침을 준수 (관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용이 제한 될 수 있음)
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 사람은 등원하지 않기

- 관리자는 시설 안에 방역지침을 게시하거나 이용자에게 안내. 관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용을 제한 할 수 있음
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 직원은 재택근무, 병가 등을 활용하여 출근하지 않도록 안내
- 유연근무 및 휴가를 자유롭게 활용할 수 있도록 하고, 대체 인력을 충분히 확보할 것
- 불필요한 출입(방문객 등)을 최소화하기
- 출입하는 모든 사람에 대한 증상여부(발열, 호흡기 증상 등) 및 신원 확인

**② 사람들과는 양 팔 간격으로 충분한 거리를 둡니다.**

- 책상 사이 간격을 1~2m이상 늘리고 마주보지 않도록 배치
- 식사시간, 또는 쉬는시간에 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라보기
- 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)을 하지 않기

- 재택근무, 유연근무 등을 활성화하여 사무실 밀집도를 낮추기
- 출퇴근 및 점심 시간을 일시에 하지 않고 2~3회로 분산하여 한꺼번에 많은 사람들이 이동하지 않게 하기
- 책상 사이 간격을 1~2m이상 두거나 좌석간 격벽 설치
- 식사시간에 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라보고 식사하도록 하기
- 공용구역에서 사람들이 만나지 않도록 식사 시간, 쉬는시간 등 차이 두기
- 부내 행사(워크숍 등)는 최소화
- 사무실 내 활동 중 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)는 최소화

**③ 손을 자주 꼼꼼히 씻고 기침 예절을 지킵니다.**

- 손씻기, 기침예절 준수, 씻지 않은 손으로 얼굴만지지 않기 등

- 시설 내 곳곳에 손소독제를 비치하여 수시로 사용하도록 할 것
- 시설 내 곳곳에 휴지와 뚜껑이 있는 쓰레기통을 비치해, 기침이나 재채기때 사용한 휴지를 깨끗이 버릴 수 있도록 하기
- 개인위생수칙 준수, 사회적 거리두기의 필요성 등에 대한 주기적으로 교육 실시

**④ 주기적(매일 2회 이상) 으로 환기를 하고, 매일 1회 이상 소독합니다.**

- 개별 식기 등 개인소품 등을 사용하기

- 자연환기가 가능한 경우 창문을 상시 개방하여 운영하며, 개방하지 못하는 상황이면 주기적으로(매일 2회 이상) 문과 창문을 열어 환기
- 출입구 손잡이 등 사람들이 자주 접촉하는 시설·기구는 매일 표면 소독

**< 생활방역 실천지침 : 회의 >**

**① 일반 원칙**

- 가급적 화상회의, 전화회의 등을 활용하여 대면회의를 최소화합니다.
- 화상회의, 전화회의 등이 가능하도록 업무 환경을 개선합니다.
- 대면회의 때에는 환기가 용이하고 간격을 넓게 둘 수 있는 큰 공간을 회의 장소로 확보합니다.

**② 대면회의를 할 때에는 다음의 사항을 준수합니다.**

- 사전에 발열, 호흡기 증상(인후통(목아픔), 기침, 호흡곤란, 권태감, 두통, 근육통 등) 등이 있거나 14일 이내 해외 여행력이 있으면 회의에 참여하지 말 것을 공지합니다.
  - 개최자 또는 사회자는 회의 시작 전에 발열, 호흡기 증상 등을 확인하고 유증상자는 회의에 참석을 못하도록 합니다.
  - 회의 전후에 악수 등 신체적 접촉을 하지 않습니다.
  - 회의실 곳곳에 손소독제를 비치하여, 참석자가 수시로 사용할 수 있도록 합니다.
  - 회의 장소는 환기가 용이한 넓은 장소를 활용하고, 회의 참석자 간의 간격은 2m, 공간이 좁더라도 최소 1m 이상은 유지합니다.
  - 회의 공간은 회의 시작 전 환기를 시키고, 1시간이 지난 때에는 휴식시간을 가지며 회의 장소의 문과 창문을 열고 환기합니다.
  - 1~2m 간격 유지와 1시간 간격 환기를 준수하지 못하는 경우 대면회의를 자제하는 것이 좋습니다. 불가피하게 대면회의를 하는 경우에는 참석자 전원 마스크를 쓰고 발언 시에도 마스크를 계속 착용합니다.
- \* 간격 유지 및 환기 등을 준수하는 경우 마스크는 개인 선택에 의해 착용

①비교적 대규모 인원의 밀접 접촉이 빈번하게 일어나나, ②온라인 방식 등으로 대체하기 어려운 업무, 교육, 서비스 제공 등이 이뤄지는 공간 또는 집단

< 생활방역 실천지침 (예. 내무반, 교정시설) >

(이용자)

(관리자)

① 아프면 3~4일 집에서 쉬니다

- 시설 관리자의 게시·안내에 따라 방역지침을 준수
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외를 다녀온 사람은 분리된 별도 공간에서 14일간 생활하기

- 관리자는 시설 안에 방역지침을 게시하거나 이용자에게 안내
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 직원은 출근하지 않도록 안내
- 온라인을 통해 면회 등이 이뤄질 수 있도록 관련 장비 갖추기 (대면면회시는 투명 격벽 등 설치)
- 근무인력은 유연근무 및 휴가를 자유롭게 활용할 수 있도록 하고, 대체 인력을 충분히 확보할 것
- 불필요한 출입(방문객 등)을 최소화하기
- 출입하는 모든 사람에 대한 증상여부(발열, 호흡기 증상 등) 및 신원 확인

② 사람들과는 양 팔 간격으로 충분한 거리를 둡니다.

- 줄을 서서 대기하는 경우 1~2m이상 간격을 두기
- 식사시간, 또는 쉬는시간에 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라보기
- 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)를 하지 않기

- 개인실 위주로 운영, 부득이하게 다인실로 운영시 침상간 간격을 1~2m이상 두거나 격벽 설치
- 식사시간에 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라보고 식사하도록 하기
- 공용구역에서 원생들이 만나지 않도록 식사 시간, 쉬는시간 등 차이 두기
- 대규모 행사, 공동 활동 등 최소화
- 시설 내 활동 중 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)는 최소화

③ 손을 자주 꼼꼼히 씻고 기침 예절을 지킵니다.

- 손씻기, 기침예절 준수, 씻지 않은 손으로 얼굴만지지 않기 등

- 시설 내 곳곳에 손소독제를 비치하여 수시로 사용하도록 할 것
- 시설 내 곳곳에 휴지와 뚜껑이 있는 쓰레기통을 비치해, 기침이나 재채기때 사용한 휴지를 깨끗이 버릴수 있도록 하기
- 개인위생수칙 준수, 사회적 거리 두기의 필요성 등에 대한 주기적으로 교육실시

④ 주기적(매일 2회 이상) 으로 환기를 하고, 매일 1회 이상 소독합니다.

- 개별 식기, 도구 등을 사용하기

- 자연환기가 가능한 경우 창문을 상시 개방하여 운영하며, 개방하지 못하는 상황이면 주기적으로(매일 2회 이상) 창문을 열어 환기
- 출입구 손잡이 등 사람들이 자주 접촉하는 시설·기구는 매일 표면 소독

< 생활방역 실천지침 (예. 학교) >

(이용자)

(관리자)

① 아프면 3~4일 집에서 쉽니다

- 시설 관리자의 게시·안내에 따라 방역지침을 준수 (관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용이 제한 될 수 있음)
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 학생은 등원하지 않기

- 관리자는 시설 안에 방역지침을 게시하거나 이용자에게 안내. 관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용을 제한 할 수 있음
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 직원은 출근하지 않도록 안내
- 온라인을 통해 수업 등이 이뤄질 수 있도록 관련 장비와 교육과정 등을 갖춰 운영
- 유연근무 및 휴가를 자유롭게 활용할 수 있도록 하고, 대체 인력을 충분히 확보할 것
- 출입하는 모든 사람에 대한 증상여부(발열, 호흡기 증상 등) 및 신원 확인

② 사람들과는 양 팔 간격으로 충분한 거리를 둡니다.

- 책상 사이 간격을 1~2m이상 늘리고 마주보지 않도록 배치
- 식사시간, 또는 쉬는시간에 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라보기
- 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)을 하지 않기

- 책상 사이 간격을 1~2m이상 두거나 좌석간 격벽 설치
- 식사시간에 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라보고 식사하도록 하기
- 공용구역에서 원생들이 만나지 않도록 식사 시간, 쉬는시간 등 차이 두기
- 대규모 행사, 공동 활동 등 최소화
- 교내 활동 중 침방울이 튀는 행위(노래부르기, 소리지르기 등)는 최소화

③ 손을 자주 꼼꼼히 씻고 기침 예절을 지킵니다.

- 손씻기, 기침예절 준수, 씻지 않은 손으로 얼굴만지지 않기 등

- 시설 내 곳곳에 손소독제를 비치하여 수시로 사용하도록 할 것
- 시설 내 곳곳에 휴지와 뚜껑이 있는 쓰레기통을 비치해, 기침이나 재채기때 사용한 휴지를 깨끗이 버릴수 있도록 하기
- 개인위생수칙 준수, 사회적 거리두기의 필요성 등에 대한 주기적으로 교육 실시

④ 주기적(매일 2회 이상) 으로 환기를 하고, 매일 1회 이상 소독합니다.

- 개별 식기, 교보재 등을 사용하기

- 교사가 마이크를 사용하는 경우 반드시 마이크 덮개를 사용하고, 가급적 개인별로 사용
- 학생들이 노트북, 테블릿PC등을 이용하는 경우 가급적 개인별로 사용
- 자연환기가 가능한 경우 창문을 상시 개방하여 운영하며, 개방하지 못하는 상황이면 주기적으로(매일 2회 이상) 문과 창문을 열어 환기
- 학생들이 공동으로 수업자료를 사용하는 교육 활동 자제, 부득이 사용시 표면 깨끗이 닦기
- 출입구 손잡이 등 사람들이 자주 접촉하는 시설·기구는 매일 표면 소독

①비교적 넓은 실내 공간에서 사람들이 주로 ②이동하거나 또는 분산되어 있는 상태로 업무, 교육, 서비스 제공 등이 이뤄지는 공간 또는 집단

< 생활방역 실천지침 (예. 쇼핑몰) >

(이용자)

(관리자)

① 아프면 3~4일 집에서 쉽니다

- 시설 관리자의 게시·안내에 따라 방역지침을 준수 (관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용이 제한 될 수 있음)
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 경우 방문하지 않기

- 관리자는 시설 안에 방역지침을 게시하거나 이용자에게 안내. 관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용을 제한 할 수 있음
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 직원은 출근하지 않도록 안내
- 유연근무 및 휴가를 자유롭게 활용할 수 있도록 하고, 대체 인력을 충분히 확보할 것
- 온라인 판매 플랫폼 등을 마련, 활성화할 것
- 출입하는 모든 사람에 대한 증상여부(발열, 호흡기 증상 등) 및 신원 확인

② 사람들과는 양 팔 간격으로 충분한 거리를 둡니다.

- 쇼핑몰 내 머무르는 시간 최소화하기
- 엘리베이터, 에스컬레이터 등을 탑승 시 거리를 두어 이동하기
- 쇼핑몰 내 줄을 서서 하는 행사 참여는 자제하고, 불가피할 경우 1~2m 거리 유지
- 카운트 등 줄을 서야 하는 경우 간격을 두고 서 있기
- 2m 이상 거리두기가 어려운 경우 이용자들은 마스크를 착용하고 최소 1m 거리 유지

- 고객과接客직원 등의 간격을 1~2m이상 늘리고 가급적 마주보지 않도록 하기 (계산자와 비대면 또는 투명한 격벽 등 설치)
- 고객과 간격유지를 2m 이상 늘이기 어려운 경우 마스크 착용 후 최소 1m 거리 유지
- 물건을 고르는 고객 등을 따라다니지 않기
- 식사시간에 서로 마주보지 않고 한 방향을 바라보고 식사하도록 하기
- 직원들이 공용구역에서 쉬는시간 차이 두기 등
- 대규모 행사, 공동 활동 등 최소화
- 대규모로 줄을 서야 하는 프로모션 행사, 세일 등은 최소화

③ 손을 자주 꼼꼼히 씻고 기침 예절을 지킵니다.

- 손씻기, 기침예절 준수, 씻지 않은 손으로 얼굴만지지 않기 등

- 시설 내 곳곳에 손소독제를 비치하여 수시로 사용하도록 할 것
- 시설 내 곳곳에 휴지와 뚜껑이 있는 쓰레기통을 비치해, 기침이나 재채기때 사용한 휴지를 깨끗이 버릴 수 있도록 하기
- 개인위생수칙 준수, 사회적 거리두기의 필요성 등에 대한 주기적으로 교육실시

④ 주기적(매일 2회 이상) 으로 환기를 하고, 매일 1회 이상 소독합니다.

- 자연환기가 가능한 경우 창문을 상시 개방하여 운영하며, 개방하지 못하는 상황이면 주기적으로(매일 2회 이상) 문과 창문을 열어 환기
- 에스컬레이터 등 사람들이 자주 접촉하는 시설·기구는 매일 표면 소독

① 개방된 야외공간으로, 사람들이 ② 공간의 좁고 넓음과 관계없이 주로 밀집되어 고정된 자리에 일정시간 이상 체류하는 상태에서 업무, 교육, 서비스 제공 등이 이뤄지는 공간 또는 집단

< 생활방역 실천지침 (예. 야구장) >

(이용자)

(관리자)

① 아프면 3~4일 집에서 쉬니다

- 시설 관리자의 게시·안내에 따라 방역지침을 준수 (관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용이 제한 될 수 있음)
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 경우 방문하지 않기

- 관리자는 시설 안에 방역지침을 게시하거나 이용자에게 안내. 관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용을 제한 할 수 있음
- 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 직원은 출근하지 않도록 안내
- 유연근무 및 휴가를 자유롭게 활용할 수 있도록 하고, 대체 인력을 충분히 확보할 것
- 온라인 또는 VR 중계 등을 활성화
- 출입하는 모든 사람에 대한 증상여부(발열, 호흡기 증상 등) 및 신원 확인

② 사람들과는 양 팔 간격으로 충분한 거리를 둡니다.

- 현장구매보다 사전 예매하기
- 좌석은 한칸씩 띄워 앉기
- 사람 간 간격 1~2m이상 유지 노력
- 2m 이상 거리두기가 어려운 경우 사람들은 마스크를 착용하고 최소 1m 거리 유지
- 침방울이 튀는 격렬한 구호 외치기나, 서로 부둥켜 안는 등의 응원 자제

- 사전예약제 독려하기
- 좌석 또는 사람 사이 간격을 1~2m이상 늘리고 마주보지 않도록 배치 (층층이 좌석이 있을 땐 가급적 지그재그로 엇갈리게 자리 배치)
- 공용구역에 사람들이 한 번에 몰리지 않도록 동선을 운영
- 입·퇴장 시간을 가급적 분산시켜서 사람들이 한 번에 몰리지 않도록 운영

③ 손을 자주 꼼꼼히 씻고 기침 예절을 지킵니다.

- 손씻기, 기침예절 준수, 씻지 않은 손으로 얼굴 만지지 않기 등

- 시설 내 곳곳에 손소독제를 비치하여 수시로 사용하도록 할 것
- 시설 내 곳곳에 휴지와 뚜껑이 있는 쓰레기통을 비치해, 기침이나 재채기때 사용한 휴지를 깨끗이 버릴수 있도록 하기
- 개인위생수칙 준수, 사회적 거리두기의 필요성 등에 대한 주기적으로 교육실시

④ 매일 1회 이상 소독합니다.

- 손잡이 등 매일 시설 내 사람들 손이 많이 닿는 곳을 깨끗하게 닦거나 소독

① 개방된 야외공간으로, 사람들이 주로 ② 이동하거나 또는 분산되어 있는 상태로 업무, 교육, 서비스 제공 등이 이뤄지는 공간 또는 집단

< 생활방역 실천지침 (예. 야외공원) >

(이용자)	(관리자)
<p><b>① 아프면 3~4일 집에서 쉽니다</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 시설 관리자의 게시·안내에 따라 방역지침을 준수 (관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용이 제한 될 수 있음)</li> <li>○ 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 경우 가급적 자택에 머물기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 관리자는 시설 안에 방역지침을 게시하거나 이용자에게 안내. 관리자의 안내에 따르지 않는 경우에는 시설 이용을 제한 할 수 있음</li> <li>○ 발열, 호흡기 증상이 있거나 최근 14일 이내 해외여행을 한 직원은 출근하지 않도록 안내</li> <li>○ 유연근무 및 휴가를 자유롭게 활용할 수 있도록 하고, 대체 인력을 충분히 확보할 것</li> </ul>
<p><b>② 사람들과는 양 팔 간격으로 충분한 거리를 둡니다.</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 사람 사이의 간격은 1~2m이상 늘리기</li> <li>○ 2m 이상 거리두기가 어려운 경우 사람들은 마스크를 착용하고 최소 1m 거리 유지</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 사람들이 많이 모이는 행사, 이벤트 등의 개최 허용을 최소화</li> <li>○ 텐트, 테이블, 돛자리 등의 자리를 배치할 경우 서로 1~2m 이상 간격이 떨어지게 배치</li> <li>○ 공용구역에 사람들이 많이 몰려 오래 체류하지 않도록 하기</li> <li>○ 밀폐된 실내에서 식사를 하는 장소는 포장 판매 중심으로 전환하여 없애거나 최소화 하고, 불가피한 경우 1~2m 간격을 두거나 사람들간 격벽 설치</li> </ul>
<p><b>③ 손을 자주 꼼꼼히 씻고 기침 예절을 지킵니다.</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 손씻기, 기침예절 준수, 씻지 않은 손으로 얼굴 만지지 않기 등</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 시설 내 곳곳에 손소독제를 비치하여 수시로 사용하도록 할 것</li> <li>○ 시설 내 곳곳에 휴지와 뚜껑이 있는 쓰레기통을 비치해, 기침이나 재채기때 사용한 휴지를 깨끗이 버릴수 있도록 하기</li> <li>○ 개인위생수칙 준수, 사회적 거리두기의 필요성 등에 대한 주기적으로 교육실시</li> </ul>
<p><b>④ 매일 1회 이상 소독합니다.</b></p>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 손잡이, 운동기구 등 매일 시설 내 사람들 손이 많이 닿는 곳을 깨끗하게 닦거나 소독</li> </ul>