

<마약예방, 식생활, 화장품>

식약처가 알려주는 청소년 필수 건강 지식, 청소년박람회에서 만나요!

- 식약처, “청소년기부터 올바른 식의약 안전 지식을 갖는 것이 무엇보다 중요” 강조
- 마약 예방, 건강 식생활, 화장품 안전 사용 주제로 교육·전시·체험·공연 진행

식품의약품안전처(처장 오유경)는 여성가족부(차관 신영숙)가 매년 개최하는 ‘제21회 대한민국 청소년박람회(5.22.~24.)’에 참가해 마약 중독의 위험성을 알리고 나트륨·당류를 줄인 건강한 식습관과 안전한 화장품 사용 방법을 안내하기 위해 청소년 눈높이에 맞는 다양한 교육·홍보 프로그램을 운영한다고 밝혔다.

* (주제) 대한민국 청소년, 역사를 품고 미래를 연다 / (장소) 안동 국제컨벤션센터

<마약 예방 체험 부스, 나 약하지 않아>

국내 10대 마약사범 수는 649명(‘24년)으로, 불과 3년 전보다 약 50%가 증가(‘21년, 450명)하는 등 마약에 빠져드는 청소년이 빠르게 증가하고 있다. 이에 식약처는 청소년이 마약에 대한 올바른 인식을 갖도록 다양한 교육 콘텐츠를 개발*하고 예방교육을 대폭 확대**하는 등 예방교육 강화에 노력하고 있다.

* 예방교육 콘텐츠 개발(‘24년) : 교육 뮤지컬, 메타버스·VR, 학습만화·웹툰, 애니메이션 등

** 청소년 대상 마약 예방교육 : (‘23) 7,012회(60만명) → (‘24) 26,551회(159만명, 165% ↑)

이번 박람회에서는 청소년이 마약 중독에 대한 경각심과 마약 노출 위험 상황에 대처할 능력을 기를 수 있도록 ▲마약 폐해 신체모형을 활용한 교육 ▲마약 부작용 VR 체험 ▲마약 피해! 다트 게임 ▲마약 비켜! 컬링 게임 ▲교육 뮤지컬 ‘블랙홀’* 등 다양한 체험 프로그램을 제공한다.

* 블랙홀 : ‘내가 좋아하는 아이돌이 마약을?’ 마약 유통 범죄에 연루 되어버린 학생을 통해 마약의 위험성을 알리고 올바른 대처 방법을 교육하는 뮤지컬

<건강 식생활 체험 부스, 덜 짜게! 덜 달게! 마이나슈!>

‘23년 우리 국민의 나트륨 섭취량은 세계보건기구 권고기준(2,000mg)의 1.5배 (3,136mg)이고, 당류 섭취량은 어린이·청소년 연령층*에서 세계보건기구 권고기준 (1일 열량의 10% 이내)을 초과했다. 이에 식약처는 청소년의 올바른 식습관 형성을 위해 학교 등에서 다양한 식생활 교육 프로그램을 제공하고 있다.

* 당류 섭취량(여성 기준 1일 열량 대비 비율, 남성은 전 연령층에서 10% 미만)
: (6~11세) 10.3%, (12~18세) 10.9%, (19~29세) 10.5%

** 청소년 대상 튜튼 먹거리 탐험대, 식품 안전·영양 교재·교구 지원, 어린이·청소년 당류 줄이기 프로그램 운영('24) : 514개교, 13만명 교육

이번 박람회에서는 청소년이 나트륨·당류를 줄인 건강한 식생활의 중요성을 알고 스스로 실천할 수 있도록 ▲덜 달고 더 건강한 사과머핀 만들기 ▲마이나슈* 주사위 게임 ▲내가 발행하는 마이나슈 신문네컷 등 건강식생활 체험 프로그램을 운영한다.

* 마이너스, 나트륨, 슈가(sugar)를 합친 단어로 나트륨과 당류 섭취를 줄이자는 의미

<화장품 안전 사용 부스, 화장품 안전 사용 꿀팁을 찾아라>

‘24년 초·중·고등학생 13,952명 대상 설문 결과, 초등학생 74%, 중·고등학생 65%가 화장품을 사용하는 것으로 나타났다. 이에 식약처는 어린이·청소년 대상으로 올바른 화장품 정보를 전달하고 안전한 화장품 사용 방법을 알리기 위한 ‘어린이·청소년 화장품 안전 사용 교육’을 ‘15년부터 실시**하고 있다.

* ‘24년 : 전국 초·중·고 학생 20,065명 대상, 362회 교육

** 화장품 올바른 사용법, 화장품 사용 후 부작용 대처법, 안전한 보관 방법 및 제품 선택법 등

이번 박람회에서는 청소년기의 피부 특성을 반영해 올바른 화장품 사용 습관을 기를 수 있도록 ▲화장품 사용 후 세안 실습 ▲화장품 표시 바로 알기 퀴즈게임 ▲화장품 안전 사용 7계명 교육(붙임 참조) ▲나만의 화장품 (미스트) 만들기 체험으로 재미와 생활 밀착형 학습 효과를 높일 예정이다.

오유경 처장은 우리 국민의 건강한 삶을 위해서 “청소년기부터 올바른 식의약 안전 지식을 갖는 것이 무엇보다 중요하다”고 강조하면서, “식약처는 청소년의 눈높이에 맞는 체험 중심의 식·의약 교육 프로그램을 지속 운영하여 청소년이 건강하게 성장해 나갈 수 있도록 노력하겠다”고 말했다.

- 붙임 1. 마약, 식품 안전 홍보 캐릭터 소개
2. 화장품 안전 사용 7계명

마약 중독은 벗어날 수 있는 질병입니다. 마약류 중독문제 등으로 어려움을 겪고 있거나 주변에 이런 어려움을 겪는 가족·지인이 있다면, 24시간 마약류 전화상담센터 ☎1342에서 전문가의 도움을 받으실 수 있습니다.



식품의약품안전처 | 농림축산식품부

#ADHD #살빼는 약 #나비약 #마약 #대마 #향정

“마약 문제로 힘들 땐”
언제 어디서나 누구나

고통스럽고, 주위에 아무도 없다고 느껴질 때, **1342**가 함께 할게요.

1342
당신의 일상 SOS 24시간 사이

담당 부서	식약처 마약안전기획관 마약예방대책팀	책임자	과 장	김상현 (043-719-2581)
		담당자	서기관	김지연 (043-719-2589)
	식약처 식품소비안전국 식생활영양안전정책과	책임자	과 장	기용기 (043-719-2252)
		담당자	사무관	김영미 (043-719-2275)
	식약처 바이오생약국 화장품정책과	책임자	과 장	고지훈 (043-719-3401)
		담당자	사무관	천세경 (043-719-3402)

국민 안전이 기준입니다
10년 지겨운 국민안전, 100년 불여달 안전기준

더 아픈 환자께 영보해 주셔서 감사합니다
가벼운 증상은 동네 병·의원으로

대한민국
정책브리핑

OPEN
공공누리 공공저작물 자유이용허락

□ 마약 예방 홍보 캐릭터 (새로이 & 청정이)

새로이	
	· 마약의 유혹에 빠졌다 회복된 꼬마 마법사 · 재활을 통해 중독자의 새로운 시작을 함께 해요 · 중독자의 재활을 도와주는 역할을 하고 있어요

청정이	
	· 마약 청정국을 위해 노력하는 마약 예방 하늘다람쥐 · 머리에 마약을 감지하는 센서를 가지고 있어요 · 전국을 날아다니며 예방교육에 힘쓰고 있어요

캐릭터 스토리 개요	
· 새로이가 살고 있는 마법사 마을에는 마약 유령이 나타나는데, 마음이 약한 사람들은 유령에게 홀려 몸과 마음이 망가지게 되었어요. · 새로이도 힘든 일상에 지쳐 유령의 유혹에 넘어가 버렸고, 평범한 생활을 유지할 수 없게 되었어요. · 새로이의 친구인 청정이는, 새로이가 외롭지 않도록 함께하고 마약 유령으로부터 지켜 주었어요. · 청정이 덕분에 마약 유령으로부터 벗어난 새로이는, 자신도 누군가의 도움이 되기 위해 청정리와 함께 전국을 여행하며 마약 유령의 유혹에 넘어간 사람들을 찾고, 새로운 삶을 살 수 있도록 도와주기 시작했어요.	

□ 건강 식생활 홍보 캐릭터 (케어루 & 나슈로)

식품의약품안전처 국민 안전이 기준입니다

@minasu_mfds

덜짜게, 덜달게
실천하는
아이 캥거루
나슈로



올바른 식습관을
지도하는
보호자 캥거루
케어루

♥ Q ▾
Liked by user_name and 999 others

식품의약품안전처 국민 안전이 기준입니다

이런 일들을 해왔어요!

- 키드뉴스 발행
- 요리대회, 챌린지 등 홍보대사
- 캠페인 이벤트 홍보



식품의약품안전처 국민 안전이 기준입니다

추로 이런 활동을 해요!

마이나슈 홍보대사로
열심히 활동하고 있어요~





대국민 공모전 요리경연대회 어린이날 행사

식품의약품안전처 국민 안전이 기준입니다

좋아하는 것

- 우유먹기
- 자연조미료 맛내기
- 신선한 채소
- 국물은 적게



싫어하는 것

- 롤 대신 탄산음료 마시기
- 국에 소금 추가해서 먹기
- 가공식품으로 후식, 간식 챙겨먹기



화장품 안전사용 7계명



① 화장품 사용 시 손은 깨끗이 합니다

씻지 않은 손으로 크림을 덜어 내는 일은 절대 금물입니다. 덜어 쓰는 용기의 제품은 깨끗하게 관리된 도구를 이용하여 사용할 만큼만 덜어 버립니다.

② 화장품 사용 후엔 뚜껑을 빠르게 꼭 닫아야 합니다

개인용 화장품이라도 사용 후에는 뚜껑을 닫아서 보관해야 합니다. 화장품에 습기나 먼지가 섞이게 되면 미생물이 살기에 아주 좋은 환경이 되어 오염되기 쉽고, 공기와의 접촉이면 산화가 촉진되어 변질되기 쉽습니다.

③ 화장품 돌려쓰기는 위험합니다

화장품은 여러 사람이 함께 사용하면 감염이나 오염의 위험이 있습니다. 특히 눈에 사용하는 화장품은 위험이 크기 때문에 함께 사용하면 안 됩니다. 또한, 판매점의 테스트용 제품을 사용할 때는 일회용 도구를 사용해야 합니다.

④ 화장도구는 늘 깨끗하게 관리합니다

패프, 아이샤도 팁 등의 화장도구는 정기적으로 미지근한 물에 중성세제로 깨끗이 세척한 후 완전히 건조시켜서 사용해야 합니다. 깨끗하지 못한 화장도구는 화장품을 오염시킬 수 있습니다.

⑤ 화장품은 직사광선을 피해서 서늘한 곳에 보관합니다

화장품은 일반적으로 실온에 보관하도록 제조됩니다. 따라서 직사광선을 피해 서늘한 곳에 보관하는 것이 좋습니다. 그리고 화장품을 냉장고에 넣었다 빼다 하여 온도 변화가 잦아지면 화장품이 변질됩니다.

⑥ 사용기한을 지켜야 합니다

개봉한 화장품은 가능한 빨리 사용하는 것이 좋으며, 사용기한이 표시된 제품은 반드시 기간 내에 사용하도록 합니다.

⑦ 내용물의 색상이나 향취가 변하면 쓰지 않습니다

사용하던 화장품의 내용물의 색상이나 냄새가 변했거나 물과 기름이 분리되어 모양이 달라진 경우에는 더 이상 사용하지 않고 버립니다.

💡 샘플화장품 활용법

샘플화장품은 우리가 미리 시험하여 사용할 수 있도록 제조 또는 수입된 화장품입니다. 샘플화장품은 간편한 용기에 소량으로 제공되므로, 오래 두지 말고 본래의 목적대로 제품 사용에 앞서 미리 사용해 보는 것이 바람직합니다. 샘플화장품을 이용할 때에는 얼굴보다는 기급적 귀 뒤쪽이나 손, 발 등의 부위에 발라 자신의 피부에 맞는 지 하루 정도 반응을 살펴보는 것이 좋습니다. 특히 기능성 성분이 많이 들어간 제품은 샘플화장품을 이용해보는 것이 좋습니다.