



新冠肺炎疫情影响下 外国留学生的 个人防疫守则(第二版)

2021. 8.



教育部



目录

| | |
|----------------|----|
| 1. 基本防疫守则..... | 1 |
| 2. 到校上课时..... | 4 |
| 3. 日常生活时..... | 5 |
| 4. 计时工作时..... | 7 |
| 参考 | 11 |



本材料是为预防在韩外国留学生感染新冠肺炎,在“新冠肺炎疫情下大学生个人防疫行为准则”基础上翻译和制作的外语版本。

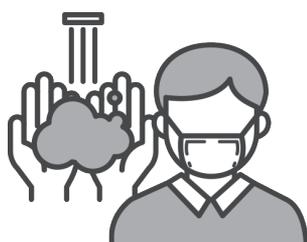


1. 基本防疫守则



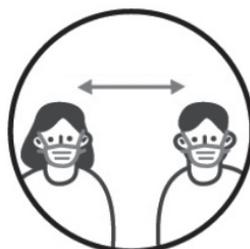
► 为预防新冠肺炎并防止疫情传播, 遵守个人防护守则至关重要
- 日常生活中请始终牢记以下重要守则内容, 努力预防新冠肺炎感染

重要守则信息 (针对变异病毒进行补充)



[第一守则]

随时随地佩戴口罩
(KF80、KF94)、
勤洗手



[第二守则]

严格保持个人社交距
离、避免私人聚会



[第三守则]

有疑似症状或怀疑自
己感染时立即接
受检查



[第四守则]

不到密闭设施或密集场所,
随时通风, 保持新鲜空气流通



[第五守则]

在指定场所用餐,
用餐时禁止对话



▶ 无关滞留资格与国籍，以下检查对象可免费接受新冠肺炎检查，在韩国感染*时免收治疗费及隔离费用**，有疑似症状时需立即接受检查

* 境外输入（从海外入境后居家隔离期间确诊）时，根据互惠原则，按国家分为全额补贴、部分补贴、不补贴

** 发生违反防疫守则、不执行隔离场所变更命令等个人归责事由时，将不予补贴治疗费与隔离费用

新冠肺炎免费检查对象



| | |
|--|---|
| 疑似患者 | 与确诊患者接触后14天内出现新冠肺炎临床症状者 |
| 调查对象中的有症状者 | ① 根据医生检查，有新冠肺炎临床症状、疑似感染新冠肺炎者 ② 从海外回国后14天内出现新冠肺炎临床症状者 ③ 与新冠肺炎韩国集体感染存在流行病学相关性，认定需要接受诊断检查者 |
| 主要临床症状：发热（37.5℃以上）、咳嗽、呼吸困难、怕冷、肌肉痛、头痛、咽喉痛、嗅觉·味觉丧失或肺炎等 | |

1. 基本防疫守则



※ 无关社交距离限制等级、流行病学相关性、有无症状、地区,可免费接受新冠肺炎检查(截至另行公告前,包括外国人)。可免费检查的筛查诊所位置请咨询呼叫中心(☎1339, ☎区号+120)或管辖区内保健所

符合以下情形时,建议积极接受检查(调查对象中的有症状者包括在以下①中)

- ① 家人(同住人)或在同一设施生活的人出现新冠肺炎临床症状时
- ② 接触过海外入境未满14天的家人(同住人)、朋友、熟人时
- ③ 考虑到社区流行趋势,访问过确诊者发生机构或场所时
- ④ 紧急筛查或快速抗原检查结果呈阳性时



2. 到校上课时



- ▶ **(上学前)** 上学前在家确认健康状况、认为有疑似症状时不去学校并联系导师、校内传染病应对部门、国际处职员等
 - 访问附近的筛查诊所或临时筛查诊所接受诊疗、检查
 - ※ 发现新冠肺炎临床症状时, 前往筛查诊所前请先咨询呼叫中心 (☎1339, ☎区号+120) 或管辖区内保健所, 出发前必须佩戴医用口罩且禁止使用公共交通
 - 即使检查结果呈阴性, 症状存在期间也要在家充分休息并观察症状发展
 - 新冠肺炎临床症状好转时, 通知导师或校内传染病应对部门、国际处职员后上学
 - ※ 体温持续38°C以上或症状严重时, 重新前往筛查诊所

出现以下情形时暂停上学

- ① 接到保健当局的居家隔离通知时, 暂停上学并在家居家隔离2周
- ② 同住人中有居家隔离者时, 在同住人解除隔离之前暂停上学
 - ※ 但是, 同住人接到隔离通知后“立即”在其他设施进行隔离, 与本人并无接触时除外
- ③ 本人或同住人因有疑似症状接受诊断检查后, 在检查结果出来之前暂停上学

- ▶ **(上学时)** 在校内时刻佩戴口罩、听课时隔开坐, 严格遵守社交距离规定
 - 尽量避免参加多人一起用餐的聚会(留学生会、社团等), 放学后不在校内逗留, 尽可能马上回家
- ▶ **(上学后)** 发现发热、呼吸道症状等疑似症状时, 立即联系导师或校内传染病应对部门、国际处职员
 - 前往附近的筛查诊所接受诊疗、检查, 检查结果出来后马上联系导师或国际处职员

3. 日常生活时

在宿舍内生活时



- 在宿舍生活时,通过勤洗手、手部消毒等严格管理个人卫生,努力预防新冠肺炎感染
 - 除非必要,否则避免在宿舍楼的各楼、各层及各房间之间移动,尤其禁止在房间内共同分吃食物
 - 一个房间住两人以上时,避免在屋内交谈,交谈时佩戴口罩并遵守个人距离规定
 - 离开房间时必须佩戴口罩,为避免造成公共空间(厨房、洗衣房、卫生间)拥挤,错开时间使用并尽量减少逗留时间
 - 尽量避免在公共空间吃东西、交谈、打电话等可能会产生飞沫的行为
 - 尤其是在宿舍内烹饪时务必佩戴口罩,然后在独立房间或设有隔板的餐厅用餐
 - 可以自然通风时,时时开窗通风;通风困难时,每天定时通风三次以上
 - 出现发热等疑似症状时,马上通知宿舍管理员,并按照管理员的指示行动
- ※ 出现疑似患者时,宿舍管理员需确认疑似患者是否戴上医用口罩后使其在单独的独立空间内等待,然后联系呼叫中心(☎1339、☎区号+120)、保健所后按指示采取措施

在校外活动时



- 外出后勤洗手等严格管理个人卫生,努力预防新冠肺炎感染
- 本人或同住人出现发热、呼吸道症状等疑似症状时,在房间内也须佩戴口罩并避免交谈
 - 出现疑似症状时马上前往附近的筛查诊所接受诊疗、检查
- 共同烹饪食物并食用时,烹饪时必须佩戴口罩,并分开用餐、盛饭单吃、用餐中避免交谈,尽可能地减少飞沫传染的可能性
- 可以自然通风时,时时开窗通风;通风困难时,每天定时通风三次以上



社团、宗教活动等小型聚会活动时

- 积极利用线上等非面对面、无接触形式的活动,存在发热、呼吸道症状(咳嗽、咽喉痛等)时不要参与
- 时刻佩戴口罩,遮挡口鼻、出入时配合检查有无症状(发热、呼吸道症状等)及名册(电子或手写)登记管理(保管4周后销毁)等防疫措施
- 就坐时隔座坐,与他人保持2米(至少1米)以上距离
- 禁止合唱等唱歌(唱诗班、合唱团等)、大声说话或祈祷等产生大量唾沫星儿的行为
- 严格禁止在餐厅以外的场所吃东西,禁止使用公共用品(毛巾、杯子等),坚持使用个人用品
- 避免参与直接接触、面对面的聚会及活动(研讨会、露营、宗教小型聚会等),不得不参与时严格遵守防疫守则

4. 计时工作时

留学生计时工作相关规定



- **禁止留学生从事营利、就业活动, 但提前取得计时工作许可时则除外**
 - 通常仅限于学生从事的兼职水平的计时工作(单纯劳务等), 以营业执照为准, 禁止从事制造业及建筑业、E1~E7专业领域及E-9、E-10领域
 - ※ 专业领域(E1~E7)方面, 具备相关条件时允许从事滞留资格以外的活动; 制造业方面, 仅限持有韩国语能力考试TOPIK 4级(修完KIIP 4级)时允许
- **携带标准劳动合同、营业执照、大学负责人的计时工作确认书等相关材料, 在出入境事务所申请即可**

许可流程



填写雇佣合同

与雇佣当事人的雇佣合同
(标准劳动合同、写明时薪)



填写计时工作确认书

由大学留学生负责人填写



申请

附件、线上或访问申请



许可、不许可

粘贴许可标签或在线打印许可证

- **仅限具有一定水平的韩国语能力, 专注于留学活动, 取得大学留学生负责人确认时允许**
 - (学位课程留学生, D-2)以申请日为准, 上一学期平均成绩在C (2.0学分) 以上, TOPIK 3~4级 (修完KIIP 3~4级) *以上资格证持有者
 - * 计时工作许可所需的韩国语能力条件
 - 专业学士及学士1~2年级:持有TOPIK 3级 (修完KIIP 3级) 以上资格证
 - 学士3~4年级及硕士、博士:持有TOPIK 4级 (修完KIIP 4级) 以上资格证
 - 英语Track课程与年级无关, 必须具备与TOEFL 530相当的语言能力
 - (语言进修课程, D-4)整个进修学期的平均出勤率在90%以上, TOPIK 2级 (修完KIIP 3级) 以上资格证持有者
- **仅限在各课程的每周允许时间范围内进行计时工作**
 - ※ 不具备韩国语、英语能力时, 不管是否在教育国际化力量认证大学就读, 只能在规定时间的一半范围内允许
 - (语言进修课程)每周20小时以内 (认证大学每周25小时以内)
 - ※ 学期中的公休日 (包括周六) 及假期在内, 每周20小时以内, 入境满6个月后才能进行计时工作
 - (本科课程)每周20小时以内 (认证大学每周25小时以内)
 - ※ 学期中的公休日 (包括周六) 及假期期间不限时 (计算每周允许时间时除外)
 - (硕士、博士课程)每周30小时以内 (认证大学每周35小时以内)
- **未取得许可下工作或取得了许可但违反许可条件时, 可依据《出入境管理法》采取强制出境、禁止计时工作许可等措施**
 - ※ 从事建筑业领域时, 一经发现一律限令离境

4. 计时工作时

计时工作的防疫守则



- 出现发热或呼吸道症状(咳嗽、咽喉痛等)时禁止上班,工作期间出现发热、咳嗽等症状时,立即通知经营者后佩戴口罩回家
 - 回家后确认健康状态,疑似症状持续时,前往附近的筛查诊所接受诊疗、检查,并联系导师或校内传染病应对部门、国际处职员,告知其检查事实
 - ※ 发现新冠肺炎临床症状时,前往筛查诊所前请先咨询呼叫中心(☎ 1339、☎区号+120)或管辖区内保健所,出发前必须佩戴医用口罩并禁止使用公共交通
- 时刻佩戴口罩,与其他人保持2米(至少1米)以上距离并定时洗手、给手部消毒等
- 咳嗽或打喷嚏时用手纸、衣袖遮挡口鼻
- 避免做出唾沫星儿飞溅的行为(大声交谈、不必要的交谈、打电话)或身体接触(握手、拥抱等)
- 使用个人茶杯等个人用品,不要使用公共用品,对个人工作服等进行严格的卫生管理,禁止与他人共用
- 常用的办公用品(电话、耳麦、麦克风等)使用一次性套罩或定期消毒
- 使用单位食堂时,尽量坐成一排或之字形,盛饭时使用公用夹子、盘子、勺子等
- 休息室禁止多人同时使用,避免使用室内吸烟室,尽量使用室外吸烟室
- 可以自然通风时,时时开窗通风;因使用空调等很难长时间开窗通风时,每2小时通风一次以上
- 避免参加小型聚会、社团活动、聚餐等,下班后马上回家

参考:筛查诊所位置咨询、需要口译时的联系电话

- ▶ 想查询附近的筛查诊所时, 咨询疾病管理厅呼叫中心(1339); 需要口译服务时, 咨询法务部外国人综合咨询中心(1345)、旅游咨询中心(1330)、雇佣劳动部外国人力咨询中心(1577-0071)

| 电话 | 营业时间 | 咨询及口译支持语言 |
|------------------------------------|-------------|---|
| 1339 疾病管理厅呼叫中心 | 24小时 | 连接法务部外国人综合咨询中心(1345) |
| 1345 法务部 外国人综合咨询 中心 | 24小时 | 英语、中文 |
| | 09:00~18:00 | 日语、越南语、泰语、印尼语、俄语、蒙语、孟加拉语、巴基斯坦语、尼泊尔语、柬埔寨语、缅甸语、法语、德语、西班牙语、菲律宾语、阿拉伯语、斯里兰卡语 |
| 1330 韩国旅游发展局 旅游咨询中心 | 24小时 | 英语、中文、日语 |
| | 09:00~18:00 | 越南语、泰语、马来语/印尼语、俄语 |
| 1577-0071 雇佣劳动部 外国人力咨询 中心 | 09:00~18:00 | 越南语、菲律宾语(英语)、泰语(老挝语)、蒙语、印尼语(东帝汶语)、斯里兰卡语、中文、乌兹别克语、吉尔吉斯语、巴基斯坦语、柬埔寨语、尼泊尔语、缅甸语、孟加拉语 |



疾病管理本部KCDC



用香皂仔细洗手 30秒以上

[正确洗手的六步骤]



正确洗手与咳嗽礼仪
可以预防很多传染病。

咳嗽时用衣袖 遮挡口鼻！

[正确的咳嗽礼仪]



发行日期 2019.11.5

新冠肺炎和流感同时流行时 疑似患者的行为守则

呼吸道感染

一般守则

- 在室内设施、人流密集的室外必须佩戴口罩
- 经常用流水和香皂仔细洗手30秒以上
- 非必要（去医院等）尽量避免外出，不得不外出时务必戴口罩
- 尽可能减少与他人接触，不去人多的公共设施

居家注意事项

- 尽量待在独立的空间内，与家人或同居者保持2米距离
※ 尤其避免与高危人群（婴幼儿、老年人、慢性病患者等）接触
- 单独使用个人用品（个人毛巾、餐具、手机等）
- 经常接触的物体表面需每天进行清洁和消毒

前往医疗机构时注意事项

- 出现发热或呼吸道症状等时，在筛查站、呼吸道专科门诊、附近的医疗机构接受诊疗或检查
- 前往医疗机构前，先致电告知症状并提前预约
- 前往筛查站、呼吸道专科门诊或医疗机构时，尽量使用私家车且务必戴口罩

流感抗病毒药物服用者的注意事项

- 服用抗病毒药物并确认发热等临床症状
- 服用抗病毒药物后退烧时，24小时内不再出现症状时返园、返校、上班
- 服用药物24小时后仍有发热、呼吸道症状时，携带检查委托书并到筛查站接受检查



居家隔离患者的生活守则

为防止感染传播，禁止外出

※ 居家隔离对象请依据《传染病预防及管理相关法律*》配合隔离，以防疾病感染传播。
* 根据第80条（处罚规定），违法者将被处以300万韩元以下的罚款。

在独立空间内单独生活

- 关闭房门，开窗通风换气
- 单独用餐
- 尽量使用配有单独卫生间及盥洗台的空间（共同使用时，使用后用含氯漂白剂等家用消毒剂消毒）

因诊疗等不得不外出时，必须先联系管辖区内保健所（担当公务员）

不与家人或同居者进行交谈等接触

- 不得不接触时，禁止面对面且佩戴口罩保持2米以上距离

使用个人用品（个人毛巾、餐具、手机等）

- 衣服及寝具类单独洗涤
- 餐具等分开保管，洗干净前禁止其他人使用

遵守健康守则

- 严格遵守洗手、给手部消毒等个人卫生守则
- 咳嗽时必须佩戴口罩
- 没有口罩时，用衣袖遮住口鼻咳嗽，咳嗽后洗手、给手部消毒

患者居家治疗期间，管辖区内保健所（担当公务员）
将联系患者并确认症状等。
在解除隔离之前，请监测本人的发热、症状等并记录。

症状监测方法

- 每天早晚测体温
- 管辖区内保健所（担当公务员）一天将联系两次以上，届时告知体温、症状

新型冠状病毒肺炎的主要症状

- 发热（37.5°C以上）
- 疲劳
- 咽喉痛
- 呼吸道症状（咳嗽、呼吸困难等）
- 肺炎



居家隔离对象的生活守则

-新冠肺炎应对指南第9-2版附录3-



为防止感染传播，除隔离场所外，禁止外出

- 居家隔离场所禁止外人（包括不一起居住的家人）访问
- ※ 特殊情况（看护服务、上门护理等）需先联系管辖区内保健所（担当公务员）后再访问

※ 居家隔离对象请依据《传染病预防及管理相关法律*》配合隔离，以防疾病感染传播。
※ 违反规定时，将根据第79条第3款（处罚）规定处以一年以下有期徒刑或一千万韩元以下的罚款。



在独立空间内单独生活

- 关闭房门，开窗通风换气
- 单独用餐
- 尽量使用配有单独卫生间及盥洗台的空间
- （共同使用时，使用后用含氯漂白剂等家用消毒剂消毒）



因诊疗等不得不外出时，必须先联系管辖区内保健所（担当公务员）



不与家人或同居者进行交谈等接触

- 不得不接触时，禁止面对面且佩戴口罩保持2米以上距离



与家人或其他人同住时，包括居家隔离对象在内的所有同居者都需要一直佩戴口罩

（但家中有互相独立的空间时可以不戴口罩）



使用个人用品（个人毛巾、餐具、手机等）

- 衣服及寝具类单独洗涤
- 餐具等分开保管，洗干净前禁止其他人使用



遵守健康守则

- 严格遵守洗手、给手部消毒等个人卫生守则
- 咳嗽时必须佩戴口罩
- 没有口罩时，用衣袖遮住口鼻咳嗽，咳嗽后洗手、给手部消毒



必须安装“居家隔离者安全保护应用”

※ 居家隔离期间擅自离开隔离场所等不遵守隔离措施时，须佩戴与应用绑定的安心腕带，若拒绝佩戴将在设施内被强制隔离，隔离措施违反者拒绝安装应用或不携带手机时，也将立即在设施内被强制隔离。
（设施使用费用可能需要隔离者自行承担）

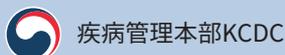
居家监测方法

居家隔离对象自主监测期间，管辖区内保健所将联系并确认症状等。
与确诊患者接触后未满14天之前请居家监测。

- 自主确认健康状态，检查是否出现呼吸道症状等感染症状
- 每天早晚测体温 保健所一天将联系一次以上届时告知感染症状

新型冠状病毒肺炎的主要症状

- 发热（37.5℃以上） 咳嗽、呼吸困难 怕冷、肌肉痛、头痛
- 咽喉痛 嗅觉和味觉丧失 肺炎等



疾病管理本部KCDC



理解隔离的必要性，切实做好应对准备。

为了遵守隔离指南，克服隔离带来的压力和现实不满，首先需要理解隔离并为隔离做好准备。接受传染病流行情况与隔离的重要性，牢记规定隔离期内应当遵守的行为指南。另外，提前确认隔离期内是否存在可预见的现实问题，比如检查必需物品，已有行程等、并制定解决方案。



关注可靠的信息。

对病毒感染的担心会驱使我们不断地搜索信息。然而，不确定的信息反而会加剧不安与压力，导致很难做出理性判断。因此，建议把信息筛选放在首位，关注疾病管理本部提供的信息，切勿太过频繁地查看SNS与新闻。



了解自己的情绪与身体反应。

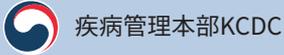
轻微的担心、不安、抑郁、孤独、无聊或轻度睡眠障碍、身体紧张都属于正常的压力反应。人在意识到当前发生的事或未来即将要发生的事具有危险性或威胁到自己时会产生不安感，这种不安感会诱发心悸、头痛、消化不良、失眠等身体紧张反应。此时，可与父母、老师或朋友吐露压力，将有助于缓解不安情绪。对传染病一定程度的不安与紧张属于正常反应，但过度害怕或深陷恐惧时，建议咨询心理医生。



将不确定性视为自然现象。

人们迫切希望疫情能够尽早结束，所以也可能期待魔法措施。但新型传染病没有足够的资料，所以有诸多不确定性。最好的方法是將这种不确定性视为正常情况，承认不确定性不可控，同时将注意力转移到自己可以控制的活动上。

隔离是为了减少病毒感染者、携带者或疑似感染者传播感染源可能行的措施。通过隔离措施不仅可以更密切地观察、治疗自己，也是保护自己所爱之人与社会的方法。建议接受自己被隔离的情况，理解自己的反应，坚定可以恢复的积极信念。



持续跟家人和朋友沟通。

隔离期内跟朋友的交流与学校生活等都会受到限制，因此可能会感到孤独及被冷落。建议利用视频电话、电子邮箱、网络等，跟家人和朋友等可以推心置腹的人沟通。

持续进行积极有价值的活动。

隔离期也可以说是脱离学校生活与现有义务，拥有独处时间的机会。可以提前制定好如何度过隔离期的计划，尝试平时不能做的事。虽然有难度，但建议隔离期内给自己增加有价值的活动。写信或每天写日记或记录也不错。

保持有规律的生活。

因为脱离了日常生活与现有职责，所以生活节奏很容易被打乱。所以，最好通过定时用餐、简单的室内运动来保持活力。尤其，定时睡觉起床可有效维持精神健康。

保持自信心。

隔离是为了自己 and 他人最重要的传染病预防活动。对于大家的隔离，老师和朋友们都怀有感激之心。少看恶意评论，多倾听感谢与加油的声音。隔离结束后就可以堂堂正正地回归学校与社会了。

隔离是为了减少病毒感染者、携带者或疑似感染者传播感染源可能行的措施。通过隔离措施不仅可以更密切地观察、治疗自己，也是保护自己所爱之人与社会的方法。建议接受自己被隔离的情况，理解自己的反应，坚定可以恢复的积极信念。

在韩滞留外国人 新冠疫苗接种指引



韩国人、在韩外国人事先预约新冠疫苗接种的标准和程序均相同，
请参照以下接种对象及预约方法进行新冠疫苗预约

※ 本人具体预约日期请参考韩国疾病管理厅公布的《韩国新冠疫苗接种计划》



接种对象及预约方法

① 在韩登记外国人可按照《韩国新冠疫苗接种计划》的有序安排，通过线上或电话方式预约接种疫苗。

- 线上预约如果显示不在接种对象范围内，请前往当地保健所办理接种对象登记手续后进行预约。

☑ 预约方法



线上预约

登录韩国疾病管理厅新冠疫苗网上事先预约系统 (<https://ncvr2.kdca.go.kr/>) 预约。



电话预约

致电韩国疾病管理厅呼叫中心：1339，或者拨打各地方政府新冠疫苗预约咨询电话：进入新冠疫苗接种官网<https://ncv.kdca.go.kr/>，鼠标指向“疫苗接种现状 (예방접종 현황)”菜单，出现二级菜单，移动到二级菜单上点击“新冠疫苗预约电话运营现状 (코로나19 예방접종 전화예약 운영현황)”，即可查询各地方政府新冠疫苗预约咨询电话名单。

② 无韩国外国人登记号等在韩外国人 (含非法滞留外国人) 不接受线上或电话预约，请持本人护照到当地保健所领取临时管理编号后进行预约。

⚠ 外国人没有韩国外国人登记证，无法线上或电话预约疫苗接种。⚠

③ 因旅游等目的来韩的短期滞留人员 (滞留期90天以内，含90天) 不列入疫苗接种范围。

※ 温馨提示 ※

- 在韩登记外国人愿意接收事先预约疫苗后的接种相关通知，请确保手机号码真实有效。
(手机号码发生变化，请向辖区出入境机关办理变更备案)
- 个人信息仅用于接种疫苗，有关机构依据“免除非法滞留通报义务”政策，不会向韩国出入境外国人机关通报外国人非法滞留等情况。
- 按照是否参加韩国健康保险，接种点选择会有限制。
- 详情请登陆韩国疾病管理厅新冠疫苗接种官网 (<https://ncv.kdca.go.kr/>) 查询。



教育部