

# 2025학년도 여름방학 중 안전사고 예방 교육자료

무더운 여름 자녀들이 안전하고 보람찬 여름방학을 보낼 수 있도록 안전교육 자료를 보내드리니 가정에서의 적극적인 안전 지도를 부탁드립니다.

특히 여름방학은 물놀이 사고, 집중호우, 태풍 등으로 인한 위험이 커지는 시기이므로, 어느 때보다 철저한 안전 교육이 중요합니다.

※ 학교에서 제공하는 안전교육 자료를 자녀와 함께 보면서 아래를 지켜주세요

- 쉽게 볼 수 있는 곳에 비치하고 수시로 확인해 주세요.
- 여행 등 외부 활동 시에 지참하여 위급 상황에 대비해 주세요.

우리 모두 안전 수칙을 준수하여 즐겁고 안전한 여름방학을 만들어 나갑시다!

(안전교육 자료는 학교 홈페이지 - 쿼메뉴 - 학교안전교육 탭에서도 확인하실 수 있습니다)

## 1 방학 중 일상생활 안전 수칙

- 개인별 방학 중 계획을 수립하여 규칙적인 생활이 되도록 스스로 실천한다.
- 하이클래스 등을 이용하여 수시로 연락하고, 유사시 신속한 연락을 취한다.
- 외출할 때에는 미리 부모님의 허락을 받도록 하며, 단정한 복장으로 다닌다.
- 교외체험활동을 할 시에는 필히 부모님과 함께 할 수 있도록 한다.

## 2 교통사고 예방

- 자전거 이용 안전교육
  - 안장에 앉았을 때 두 발이 땅에 닿아야 한다.
  - 넓은 운동장, 어린이 놀이터, 자전거 전용도로, 넓은 공원 등 안전한 장소에서 탄다.
  - 어두운 밤에는 이용을 자제한다.
  - 안전모(헬멧), 무릎보호대, 팔꿈치보호대 등안전 장구를 착용한다
  - 갑작스런 상황을 대비해 항상 눈과 귀를 열어둔다.  
(도보 중 핸드폰 조작 금지)
  - 신호등을 잘 지키며 무단횡단은 절대 No~!

### ■ 개인형 이동장치 안전교육

#### 개인형 이동장치 종류



① 전동킥보드



② 전동이륜평행차



③ 전동기의 동력만으로 움직일 수 있는 자전거

#### 안전운전해요!



안전속도 준수



낙상 및 추락 위험 주의



야간운전시 라이트 필수

#### 헬멧 착용 방법



① 눈썹 위로 깊게 착용



② 턱 끈은 조금 여유있게 손가락이 1~2개 들어가는 정도로 길이를 조정



③ 머리를 흔들었을 때 헬멧이 머리에서 뒤틀리는지 확인

\* 출처: 행정안전부 유튜브

### 개인형 이동장치 이용 시 꼭 알아야 할 안전표지



개인형 이동장치 주차장 표지



개인형 이동장치 통행금지 표지



이륜차, 원동기장치자전거 및 개인형 이동장치 통행금지 표지

다양한 교통사고 예방자료는 아래 링크 참조



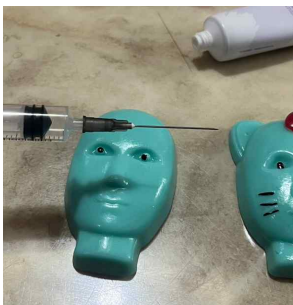
(국민안전교육플랫폼)



(학교안전지원시스템)

### 3 위험한 물건 및 시설, 환경 안전교육

- 등산, 피서지, 유원지 등에서 공중 질서 지키기
- ‘여드름 짜기’ 장난감 관련 안전사고 예방
  - 해당 제품에 실제 금속 재질의 바늘이 포함
  - 눈 찔림, 이물질 감염, 세균 번식 등의 우려
  - 해당 장난감 사용 자제하고 안전한 놀이 환경을 조성



(장난감 모양)



(실제 주사기)

### 4

### 화재 안전교육

화재 발생 시 대응 및 신고

#### 소화기 사용법



실내에서 사용할 때는 밖으로 대피 할 때를 대비하여 문을 등지고

1. 소화기를 가져와서 몸통을 단단히 잡고 안전핀을 뽑는다.
2. 노즐을 잡고 불쪽을 향해 가까이 이동한다.
3. 손잡이를 꼭 움켜쥐는다.
4. 분말이 골고루 불을 덮을 수 있도록 쏜다.

#### 알아두세요! 완강기 사용법



완강기 통 안의 구성품을 먼저 확인 합니다.

1. 지지대 고리에 완강기 고리를 걸고 잠근다.
2. 지지대를 창 밖으로 밀고 발(줄)을 던진다.
3. 완강기 벨트를 가슴 높이까지 걸고 조인다.
4. 벽을 짚으며 안전하게 내려간다.

#### 119 신고절차

본인의 위치(주소) ▶ 현재상황 ▶ 부상여부 ▶ 상황요원 안내에 따라 행동

<b>일반전화</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 수화기를 들어 발신을 확인</li> <li>2 순서대로 119 숫자 누르기</li> <li>3 소방대원의 질문에 대답</li> </ol>	<b>119 휴대전화</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 119 숫자 누르기</li> <li>2 소방대원의 질문에 대답</li> </ol>
<b>인터넷</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 인터넷 접속</li> <li>2 신고하기 버튼 누르기</li> <li>3 성명 등 필수인식사항 기록</li> <li>4 사고개요 정확히 기록</li> <li>5 등록여부 확인</li> </ol>	<b>공중전화</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 수화기 들기</li> <li>2 긴급버튼(적색) 누르기</li> <li>3 119 숫자 누르기</li> <li>4 소방대원의 질문에 대답</li> </ol>

다양한 화재 안전 자료는 아래 링크 참조



(국민안전교육플랫폼)



(국민안전방송 안전한TV)



## ■ 물놀이 10대 안전 수칙 준수

### 물놀이 10대 안전수칙

- 1 수영을 하기 전에는 반드시 준비운동 및 구명조끼 착용하기
- 2 물에 들어갈 때는 심장에서 먼 부분부터 (다리 ▶ 팔 ▶ 얼굴 ▶ 가슴)
- 3 소름이 돋고 피부가 당겨질 때는 몸을 따뜻하게 휴식하기
- 4 물이 갑자기 깊어지는 곳은 특히 위험하니 주의하기
- 5 건강상태가 좋지 않을 때, 배가 고플 때, 식사 후에는 수영하지 않기



### 물놀이 10대 안전수칙

- 6 수영능력 과신은 금물, 무모한 행동은 하지 않기
- 7 장시간 수영, 호수나 강에서 혼자 수영하지 않기
- 8 물에 빠진 사람을 발견하면 주위에 소리쳐 알리고 즉시 119에 신고하기
- 9 구조 경험이 없는 사람은 함부로 물에 뛰어들지 않기
- 10 가급적 튜브, 장대 등 위물건을 이용하여 안전하게 구조하기



- 개장 전, 폐장 이후 시설 이용이나 물놀이 금지구역 입수 금지
- 다음 증상이 있으면 물놀이를 중지하고 물 밖으로 이동
  - 몸이 떨리거나, 입술이 푸르고 얼굴이 창백해지는 증상
  - 다리에 쥐가 나거나 피부에 소름이 돋을 때
  - 비가 오거나 천둥, 번개가 칠 경우
- 물놀이 중에는 껌이나 사탕 취식을 자제(질식 위험)
- 위급할 때는 한쪽 팔을 최대한 높이 올리고 흔들어서 도움을 요청
- 사람이 물에 빠졌을 때는 직접 구하려 하지 말고 주위 물건(줄긴 막대, 튜브, 스티로폼 등)을 이용하고 즉시 안전요원에게 도움을 요청

✓ 평소에 '생존수영'을 꼭 익혀두어요.



< 음파호흡법 >



< 누워뜨기 자세 >

## ■ 계곡에서의 안전사고 예방 요령

### 1 계곡에 들어가야 한다면

- ① 미리 수온을 체크! 다이빙은 절대 No!
  - 계곡은 ① 알고 불규칙한 수심으로 물속 바위에 부딪히거나! ② 낮은 수온으로 인한 심장마비 등 사고위험이 커요! ③ 또한 물속에 눈에 보이지 않는 소용돌이(와류)가 있을 수도 있어요!
- ② 일기예보는 꼭 미리 확인하기! 비가 올 경우 들어가지 않아요!
- ③ 미끄러짐과 "머리"를 다치는 것을 유의해야 해요!

### 2 계곡에 빠졌을 때는

- ① 몸이 떠내려갈 때는 흐르는 물의 흐름대로 떠내려가면서 가까운 물가 (육지)를 향해 대각선 방향으로 이동해서 탈출해요!
  - 가능한, 다리를 떠내려가는 방향(하류)으로 하여 바위, 나무 등으로 부터 머리를 보호하고 충격에 대비해요!
- ② 물길에 세지 않은 깊은 물웅덩이(淵)와 같은 곳에 빠졌을 때는,
  - 당황하지 않고 최대한 양 팔과 다리를 벌려 누워 하늘을 보는 자세(누워뜨기 자세)를 취해 물에 가라앉지 않도록!
  - 잠수에 자신이 있다면 수심을 확인한 뒤 그대로 잠수하여 바닥을 차고(보빙동작) 수면 위로 떠올라 호흡을 유지하고, 보빙동작을 반복하여 얕은 쪽으로 탈출하도록 해요!



■ 갯벌에서의 안전사고 예방 요령

1 갯벌에 들어가기 전에

- ✓ 특히 야간(새벽시간대 포함)은 위치 파악이 어려워 더욱 위험해요!
- ✓ 갯골(갯벌 물이 빠지는 수로)에 접근 하거나 넘어가지 않아야 해요.
- ✓ 들어가기 전 미리 들물(밀물) 시간을 확인하며 밀물 2시간 전에는 갯벌에 나가지 않아요!
- ✓ 맨발로 들어가지 않아요!  
• 어패류의 패각 등이 있어 맨발로 출입하면 상처를 입을 수 있어요.



< 갯골에 접근 금지 >

2 갯벌에 빠졌다면

- ✓ 나가는 방향을 잃었을 때는 갯벌에 조류 때문에 생긴 물결모양 결(연흔)의 방향을 살펴보고 경사가 완만한 연흔의 직각 방향으로 나와야 육지 쪽으로 나와요!



< 갯벌에 무릎이 빠진 경우 탈출 요령 >

- ✓ 이탈이 어렵거나 고립된 경우, 신속히 119 또는 해로드업을 통해 구조요청을 해야 해요!  
• 정확한 구조 요청 장소 표시를 위해 호루라기, 랜턴, 휴대폰 등을 소지하고 이용합니다.

■ 다양한 물놀이 안전 자료는 아래 링크 참조



(국민재난안전포털)



(국민안전방송 안전한TV)

6

폭염 대비 안전교육

■ 폭염 대응 요령

물을 자주 적당히 마셔요.

시원하게 생활해요.



더운 시간대에는 휴식을 취해요.  
(운동장 등 실외활동 자제)



■ 폭염 환자 응급조치

- 환자를 시원한 장소로 옮긴다(통풍이 잘되는 그늘, 에어컨이 작동되는 실내)
- 옷을 벗기고 몸을 차게 한다(물 뿌리기, 부채나 선풍기 이용하기, 얼음팩 이용하기)
- 의식이 있을 때는 차가운 물이나 음료를 마시게 하고 땀을 많이 흘리면 소금을 먹게 한다.
- 의식이 없을 때는 119에 신고 후 옷을 벗기고 몸을 식히며 수분 섭취를 금지한다.

■ 다양한 폭염 대비 안전 자료는 아래 링크 참조



(국민재난안전포털)



(국민안전방송 안전한TV)



### ■ 태풍, 집중호우, 낙뢰 시 대응 요령

“태풍·집중호우·낙뢰 시 어떻게 해야 할까요?”

방송 매체(TV, 라디오) 및 인터넷(기상청)을 통해 기상 상황을 확인해요.



걸어가는 중에는 스마트폰 사용을 자제하고 주변을 경계해요.



가족 간의 비상시 연락방법과 대피장소를 미리 정해요.



침수되거나 고립 시 옥상 등 안전한 곳으로 대피하여 구조를 요청해요.



#### ■ 집중호우 및 강풍 안전사고 예방

- 저지대나 상습 침수지역은 다른 길로 돌아간다.
- 침수가 예상되는 지하 시설은 출입을 금지한다.
- 공사장, 하천, 배수로 주위는 위험하므로 접근하지 않는다.
- 전신주, 가로등, 신호등, 고압전선 근처는 접근하지 않는다.
- 벼락이 치면 최대한 몸을 낮추고 건물 안이나 낮은 곳으로 대피한다.
- 가급적 친구, 부모님과 동행한다.
- 강풍에 날리는 간판 등 물건들을 조심해야 한다.
- 호우로 걷기가 어려울 경우 가까운 곳에 있는 안전한 건물로 피한다.

#### ■ 낙뢰(번개) 안전사고 예방

- 낙뢰 시에는 가급적 외출을 하지 않는다.
- 물가 주위로 가지 않는다.
- 철조망, 금속파이프, 철로 된 물체와는 거리를 두고 떨어진다.
- 자동차에 있을 경우 차를 세우고 차 안에 그대로 있다.
- 농촌에서는 삽, 괄이, 트랙터 등 농기구는 몸에서 떨어뜨리고 몸을 낮춘다.

### ■ 다양한 수해 안전 자료는 아래 링크 참조



(국민재난안전포털-홍수)



(국민안전방송 안전한TV)



(국민재난안전포털-태풍)



(국민재난안전포털-침수)



(국민재난안전포털-낙뢰)



(국민재난안전포털-호우)

- 청소년 유해 사이트(폭력·자살·음란 관련 사이트)에 접속하지 않는다.
- 청소년 출입금지 구역 및 업소의 출입이나 취업을 하지 않도록 한다.
- 학생의 신분에 벗어난 행동을 하지 않도록 한다.
- 인적이 드문 곳에서 폭력과 갈취 사고가 빈번히 일어나므로 피해를 입은 경우에는 학교에 신고한다.

- 외출 시 반드시 부모님께 행선지와 귀가 시간을 말쑈드린다.
- 일찍 귀가하고 시내를 배회하지 않는다.
- 잘 알지 못하는 사람이 심부름 등의 이유로 동행하자고 하면 거절한다.
- 아동학대가 의심되거나 발견 시 즉시 112로 신고한다.

- 부모님께서 흡연을 하는 경우라면 강한 의지로 금연을 실천하는 모습을 보여 주십시오.
- 자녀에게 담배 심부름을 시키지 않습니다.
- 학생들이 있는 장소에서 가급적 금연해 주십시오.
- 간접흡연으로 인해 피해를 고려해 주십시오.
- 어른이 되면 담배는 피워도 되는 것으로 인식하게 됩니다.
- 자녀들과 외식 시에는 금연 지정 음식점을 이용합니다.
- 금연 가정의 자녀들은 나중에 흡연할 확률이 낮다고 합니다.

- 청소년기는 정신적으로나 신체적으로 급성장하는 시기이므로 약물남용이 건강에 미치는 해독은 그 시작 단계에서는 대단치 않은 것처럼 보이나 장기적인 안목에서 보면 성인병 등 각종 질환을 일으킬 뿐만 아니라 치명적일 수도 있다.
- 올바른 의약품 사용과 가족 간의 대화로 부적절한 약물 사용을 하지 않도록 지도하여 주시기 바랍니다.
- 내성이 생겨 약물의 사용량을 계속 늘리다가 사망하는 수도 있다.
- 현실 판단력이나 자제력의 상실로 폭력뿐만 아니라 교통사고, 자살, 화재 등 청소년 사망의 주요 원인이 된다.
- 성장기이므로 처음에는 작은 문제가 치명적인 건강 문제를 야기한다.
- 다양한 약물 안전 관련 자료는 아래 링크 참조



(학교안전지원시스템-초등)



(학교안전지원시스템-고등)

- 개인
  - ❖ 모든 일에 대한 긍정적인 생각
  - ❖ 적극적인 문제 해결력
  - ❖ 감정을 통제하며 적절히 표출하기
  - ❖ 주변에서 적절한 조언 구하기
  - ❖ 미래에 대한 긍정적인 기대 하기
  - ❖ 자신에 대해 가치를 높게 판단하는 자존감
- 가정
  - ❖ 부모들의 긍정적인 관계
  - ❖ 가족 간의 의사소통 및 긍정적 지지
  - ❖ 긍정적인 가족 가치관, 결속력
  - ❖ 경제적 안정
  - ❖ 좋은 양육 환경과 태도

