

학부모님께,

겨울 방학을 앞두고, 학생들이 안전하게 겨울방학을 지낼 수 있도록 다양한 안전 수칙을 안내합니다.

### 낙상사고 예방을 위한 안전 수칙

- ▶ 길을 나서기 전에 물, 눈, 얼음 등을 확인하고, 눈길, 빙판길은 이용하지 않는다.
- ▶ 엘리베이터가 있는 건물이라면, 계단보다는 엘리베이터를 이용하도록 한다.
- ▶ 경사진 도로, 보도블럭이 튀어나온 불규칙한 지면 도로 등은 우회하여 이용한다.
- ▶ 가급적 장갑을 끼도록 하여, 주머니에서 손을 빼고 활동하도록 한다.
- ▶ 걷는 도중에는 휴대전화를 사용하지 않도록 한다.
- ▶ 계단이나 가파른 언덕길은 되도록 난간을 붙잡고 다닌다.
- ▶ 외출해야 할 경우 뒷굽이 낮고 폭이 넓으며 미끄럽지 않은 편안한 신발을 신는다.

### 안전한 겨울나기를 위한 5가지 수칙

- ▶ 외출할 때는 내복, 목도리, 모자, 장갑 등을 꼭 착용하고, 옷을 여러겹 껴입어 갑작스런 온도차에 대비한다.
- ▶ 손가락, 발가락, 귓바퀴, 코끝 등이 감각이 없거나 창백해지는 경우에는 동상에 걸릴 수 있으니 조심한다.
- ▶ 야외운동은 이른 아침에는 피하고, 한낮에는 준비운동을 충분히 한 후 한다.
- ▶ 난방기구나 전열기를 사용하실 경우, 일정한 시간마다 환기를 시켜주시고 외출 시에는 꼭 끈다.
- ▶ 장시간 집을 비우게 될 경우에는 수도꼭지를 조금 열어 물이 흐르도록 하여 동파를 예방한다.

### 알고가요! 아이스링크 안전수칙

- ▶ 활동 장소 주변의 위험 요소를 사전에 확인한다.
- ▶ 활동 전 준비운동으로 몸의 근육을 풀어주고 피로를 느끼면 휴식을 취한다.
- ▶ 장갑, 안전모를 반드시 착용하고 운동화 등을 신고 링크장안에 들어가지 않는다.
- ▶ 반드시 시계 반대 방향으로 활주하도록 하고 활주 도중에 넘어지면 즉시 일어나사람이 없는 곳으로 피한다.
- ▶ 링크장 내에서는 장난이나 급작스런 방향 전환을 하지 않는다.

### 알고가요! 스키장 안전 수칙

- ▶ 활동 전 준비운동으로 몸의 근육을 풀어주고 피로를 느끼면 휴식을 취한다.
- ▶ 눈부심 방지를 위해 고글을 착용하고 손목보호대, 무릎보호대, 안전모, 전용장갑을 반드시 착용한다.
- ▶ 안전하게 넘어지는 법을 사전에 숙지하고 넘어졌을 경우에는 2차 사고를 예방하기 위하여 신속히 일어난다.
- ▶ 활동 장소 주변의 위험 요소를 사전에 확인한다.
- ▶ 스키복(보드복)을 반드시 착용하고 얇은 옷을 여러 벌 겹쳐 입는다.

# 전동킥보드 제대로 알고 이용합시다

**첫째** 반드시 **운전면허**(원동기장치자전거면허 이상) 소지, **안전모** 착용

**둘째** **차도**(도로의 우측 가장자리 등)를 이용하여 안전 운행

**셋째** 전동킥보드 **주차질서 확립**(인도, 차도 무단방치 금지)

※ 도로교통법 미준수 시(무면허, 안전모 미착용 등) 범칙금이 부과될 수 있습니다

※ 전동킥보드는 대역 시 이용자의 보험보장내역을 '확' 확인 후 이용하시기 바랍니다

**안전모 착용**



전동킥보드 운전자는 반드시 안전모를 착용합니다.

**교통법규 준수**



교통법규를 준수하고 안전운행합니다.

**안전속도 지키기**



안전속도를 지키고, 과속하지 않습니다.

**무단방치 금지**



동행을 방해하는 곳에 무단방치하지 않습니다.

**동승 금지**



동승자를 태우고 전동킥보드를 이용하지 않습니다.

**휴대전화, 이어폰 사용 금지**



전동킥보드 주행 중에는 휴대전화·이어폰 등을 사용하지 않습니다.

기타  
안전수칙

- ① 보행자나 차량과 충돌하지 않도록 주의하고, 통행량이 많은 곳에서는 내려서 전동킥보드를 안전하게 끌고 가기
- ① 바퀴가 작아 낮은 턱이나 작은 싱크홀에도 걸릴 수 있어 주의하기
- ① 안전기준 KC 마크를 취득한 제품 사용하기

# 교통사고 예방

## 주간 안전 신호등 ●

- **교통 위험**: 학교 앞 안전사고 주의해요!
- 교실, 복도, 계단, 강당, 특별실 등에서 안전사고 주의하기
- **[생각하기]** 실내 안전사고 예방을 위한 방법을 한가지 이상 말해 보아요.



## 알아두면 좋은 안전교육자료

### ■ 안전한 도로 횡단 5원칙

- 1원칙: 우선 멈춘다.
- 2원칙: 좌, 우 다시 좌측을 보고 차가 오는지 확인한다.
- 3원칙: 횡단보도에서는 오른쪽으로 걷는다.
- 4원칙: 차량의 멈춤을 꼭 확인한다.
- 5원칙: 건너는 동안 운전자와 눈을 맞추고 차를 계속 보면서 걷는다.

### ■ 보행자 사고 발생 시 행동요령

- 119, 경찰에 알린다.
- 전화가 없을 경우 주변에 도움 요청
- 부상자 상태를 확인하고 응급처치
- 부상자를 함부로 옮기지 않는다.
- 2차 사고 예방을 위해 차량이 우회하도록 요청한다.



# 장소에 맞게 안전하게 자전거 타기



## 평지에서는



-상체를 세우고  
앞을 보며 페달을  
밟아요!



## 공원에서는



-자전거 전용 도로  
에서 타요!  
-보행자를 발견  
하면 속도 줄이기

## 횡단보도에서는



-내려서 끌고 가요!  
-자전거 횡단도로가  
있는 경우 자전거  
횡단 도로를 이용  
하여 자전거 타고  
지나가기

## 내리막길에서는



-브레이크를 사용  
하여 안전하게 내  
려가요!  
-오르막길에서는  
상체를 숙이고 힘  
차게 오르기

2022년 12월 29일

전주근영여자고등학교장

