

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 대여 시 이용자의 보험보장내역을 '꼭' 확인 후 이용하시기 바랍니다

안전모 착용



전동킥보드 운전자는 반드시 안전모를 착용합니다.

교통법규 준수



교통법규를 준수하고 안전운행합니다.

안전속도 지키기



안전속도를 지키고, 과속하지 않습니다.

무단방치 금지



통행을 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

