

코로나 19 예방 수칙

[코로나19 예방 수칙 지키기]

- 올바른 손씻기
 - 흐르는 물에 비누를 이용하여 30초간 손 씻기
 - 손톱, 손가락 사이사이 꼼꼼히 씻기
- 마스크 착용은 필수
 - 착용 전 손 씻기
 - 입과 코 완전히 가리기
 - 마스크 벗을 때 끈만 잡고 벗기
- 다중시설 이용 금지(실내 생활체육시설, 종교시설, 노래방, PC방 등)
 - 환기가 잘되지 않는 지하 공간, 밀폐된 시설은 이용하지 않기
 - 버스, 지하철, 도서관 등 다수가 모이는 실내에서는 마스크 착용 생활화하기
 - 놀이·체육시설 등 사람이 많이 모이는 밀집된 시설은 이용 자제하기
 - 운동 등은 가급적 사람 간 거리두기(2m)가 가능한 야외에서 하기
- 코로나19 의심증상 시 대처방법
 - 코로나19 의심증상(37.5도 이상의 발열, 기침, 호흡곤란, 오한, 근육통, 두통, 인후통, 후각·미각 소실 또는 폐렴) 발생 시 선별진료소 전화 문의 후 방문하기
 - 의심 증상 발현 또는 선별진료소 방문 시 담임선생님께 문자 연락하기**
- 사회적 거리두기
 - 아프면 3~4일 집에서 머물기
 - 사람과 사람 사이는 두 팔 간격 거리 두기
 - 손 씻기, 기침 예절 지키기, 마스크 착용하기
 - 실내는 주기적 환기와 소독하기
 - 거리는 멀어져도 마음은 가까이하기

겨울철 안전한 생활

1. 폭설

♣ 폭설이 내리면

- 설해 대비용 안전 장구 (자동차 체인, 모래주머니, 삽 등)를 준비한다.
- 가능한 외출을 삼간다.
- 많은 눈이 내릴 때는 위험한 건물에서 대피한다.
- 우리 집 앞의 눈은 내가 치운다.
- 외출을 할 때는 밝은 색의 옷을 입고 자동차를 조심하며 걷는다.
- 집 주변 빙판 길에는 모래를 뿌려서 미끄럼 사고를 예방한다.
- 항상 라디오나 텔레비전을 청취·시청한다.
- 자가용 이용을 억제하고 지하철이나 버스 등 대중교통을 이용한다.

☞ 이것만은 꼭!

- 주머니에 손을 넣지 않고 걷기
- 뛰지 않고 천천히 걷기
- 움츠리지 말고 발끝에 힘을 주어 걷기
- 자동차가 다니는 도로 근처에서는 미끄럼을 타지 않기
- 경사가 급한 길로 다니지 않기
- 차가 많이 다니는 도로로 다니지 않기



2. 얼음판 안전사고 예방

♣ 얼음판 사고 예방을 위하여

- 가급적 얼음 위에서의 낚시, 빙상놀이 등을 하지 않도록 합니다.
- 어린이가 빙상놀이를 하는 경우에는 항상 보호자가 동행합니다.
- 사고 발생 시에는 지체 없이 119 신고 및 주변 사람들에게 알린다.

☞ 자신이 얼음판에 빠졌을 때 탈출 방법

- 여러 집의 옷들로 인해 바로 가라앉지는 않으므로 우선 침착하게 행동
- 아이스박스, 패트병 등 물에 뜨는 도구를 이용
- 걸어 들어왔던 방향으로 몸을 굴러 탈출 준비
- 팔을 뻗어 몸이 가라앉지 않게 하고, 주머니를 뒤져 열쇠나 다른 쇠붙이를 찾아 얼음판을 찌고 몸을 엮드린 채 탈출 시도



3. 기타 안전 사항

☞ 교통 안전 생활

- 신호지키기, 도로변 놀이 금지- 횡단보도나 육교로 건너기
- 차량 탑승 시 안전벨트 착용

☞ 야외 안전생활

- 반드시 보호자와 함께 여행 및 야영생활
- 저수지, 깊은 웅덩이 등에서 얼음지치기 하지 않기
- 불놀이 하지 않기
- 위험 지역 접근 금지(철길, 공사장, 입산 금지 구역)

