

	[원훈] 웃자·놀자· 푸른 꿈을 키우자	가 정 통 신 문 http://www.jayeon.es.kr/	전주자연초등학교 병설유치원 제 2023-15호
		놀며 배우는 행복 교육	☎ 063)717-2303

여름방학 **안전 수칙!** 이것만큼은 꼭 지켜요!

물놀이 안전 수칙

 <p>수영을 하기 전에는 반드시 준비운동을 하고 구명조끼를 착용해요!</p>	 <p>물에 들어갈 때는 심장부터 먼 부분부터! (다리→팔→얼굴→가슴)</p>	 <p>소름이 돋고 피부가 당겨질 때는 몸을 따뜻하게 휴식</p>	 <p>물이 갑자기 깊어지는 곳은 특히 위험!</p>	 <p>건강 상태가 좋지 않을 때, 배가 고플 때, 식사 후에는 수영 NO!</p>
 <p>수영능력 과신은 금물, 무모한 행동은 안돼!</p>	 <p>장시간 수영 NO! 호수나 강에서 혼자 수영 NO!</p>	 <p>물에 빠진 사람을 발견하면 주위에 소리쳐 알리고 즉시 119에 신고</p>	 <p>구조 경험이 없는 사람은 무모한 구조 NO! 함부로 물에 뛰어들면 NO!</p>	 <p>가급적 튜브, 장대 등 주위 물건을 이용한 안전구조</p>

폭염 안전 수칙

<p><폭염주의보> 일 최고체감온도가 33℃ 이상인 상태가 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때</p> <p><폭염 경보> 일 최고체감온도가 35℃ 이상인 상태가 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때</p>	 <p>규칙적으로 물을 섭취하세요</p>	 <p>야외 활동을 자제하세요</p>	<p><응급대처법> -증상: 고열, 빠른 맥박과 호흡, 피로감 근육경련 등 -의식 있는 경우: 시원한 장소로 이동해 차가운 물 섭취 -의식 없는 경우: 119에 즉시 신고 및 수분 섭취 금지</p>
	 <p>갑작스러운 천물 샤워는 자제하세요</p>	 <p>실내 적정온도를 유지하세요</p>	

태풍·집중호우 안전수칙

 <p><가정에서는?> -호우 특보 발령 시 스마트폰, 라디오 등으로 기상 상황을 계속 주시한다. -노약자나 어린이는 외출 자제</p>	 <p><보행자는?> -천둥이나 번개 시 우산을 쓰지 말고 전신주, 큰 나무 밑은 피하여 낮은 곳으로 이동하거나 큰 건물로 대피</p>	 <p><캠핑장에서는?> -안내 방송이 나오면 즉시 이동하고 강물이 넘치면 물건에 미련을 두지 말고 신속하게 대피한다.</p>
---	--	---

2023.7.26.
 전주자연초등학교병설유치원장