

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

여름방학 **안전 수칙!** 이것만큼은 꼭 지켜요!

물놀이 안전 수칙

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

폭염 안전 수칙

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

태풍·집중호우 안전수칙

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