

고창여고 2023 - 111호



자유 · 진리 · 사랑

가정통신문

교장실 : 560-3601

교무실 : 560-3600

담당자 : 560-3619

제목 2023학년도 동계방학 중 '생활지도 및 안전사고 예방대책' 안내

안녕하세요. 학부모님들께서는 잘 지내고 계시는지요? 학부모님들의 따뜻한 관심과 사랑으로 이제 겨울방학(2023.12.21.~2024.02.04)을 맞이하게 되었습니다. 학생들의 건강과 안전을 위해 여러 가지 안내 사항을 전달해 드리고자 합니다. 이번 방학에는 학생들에게 다양하고 유익한 활동을 준비하였습니다. 방학 기간 동안에도 학생들이 책을 읽고, 과제를 수행하고, 학력신장 방과후 학교에 참여하는 등의 학습을 지속할 수 있도록 도와주시기 바랍니다. 또한, 독감과 코로나19가 유행하고 있으므로, 건강관리와 방역수칙을 철저히 지켜주시기를 당부드립니다. 본교는 학생들이 건강하고 행복하게 방학을 보낼 수 있도록 최선을 다하겠습니다.

- 독감과 코로나19가 여전히 유행하고 있습니다. 방역 수칙을 준수하시고, 외출과 모임은 가족 위주로 진행해 주시기를 바랍니다.
- 방학 기간에도 학교 홈페이지와 문자를 통해 중요한 공지 사항이나 학사일정을 전달할 예정이므로, 꾸준히 확인해 주시기를 바랍니다.
- 방학 기간에도 적당한 신체 활동과 취미 활동을 통해 스트레스를 해소하고, 정신건강을 유지하는 것이 중요합니다. 학부모님께서는 학생들이 관심 있는 분야에 참여할 수 있도록 지원해 주시기를 바랍니다.
- 방학 중 혹시라도 학생 사안(학교폭력, 성폭력 등)이 발생하는 경우 학교(560-3600), 담임교사(학급별 비상 연락망 구축)와 상의하여 주시기를 바랍니다.
- 외출 시 목적지와 일정을 부모님과 공유하기를 바랍니다.
- 한국 도박 문제 예방 치유원/예방 홍보/예방콘텐츠를 활용하여 불법 도박을 예방합니다.
- 폭력·비행 예방, 안전사고 예방, 학교폭력 예방을 위한 학교, 경찰, 학부모, 지역 연계를 통한 합동 교외 생활지도가 있습니다.

※ 방학 생활 중 긴급 상담 연락망

- 학교폭력에 대한 신고망 조직(☎ 117 학교폭력 신고 전화)
 - 도란도란 학교폭력 예방 : <https://doran.edunet.net>, 사이버폭력 예방 동영상 활용
- 청소년 긴급전화 : ☎ 1388(청소년 상담복지센터) 운영
- 사이버 상담
 - 위(Wee) 센터 홈페이지 : <http://www.wee.go.kr>, 고창교육지원청 2층(560-1616)
 - 청소년 사이버 상담센터 홈페이지: <http://www.cyber1388.kr>
 - 모바일앱 : 안드로이드 마켓, 애플 앱스토어에서 <청소년 전화> 검색
 - 상다미썸 : 핸드폰이나 PC에서 카카오톡 App 설치
- 도 교육청 위기관리지원단 운영
 - 학교 요청 시 위기 학생에 대한 정서, 심리 예산 지원 및 컨설팅

- 겨울방학 대비 학생 안전사고 예방대책을 뒷면에 안내합니다. 숙지해 주시기를 바랍니다.

겨울철 학생 안전사고 예방 대책

구분	학생 행동 요령
교통사고	<ul style="list-style-type: none"> • 학교나 집에서 나갈 때는 충분한 시간을 두고 서두르지 않도록 합니다. 급하게 걷거나 달리면 넘어지거나 다른 차량과 충돌할 위험이 있습니다. • 보행자 신호등이 켜져 있어도 길을 건널 때는 주변을 잘 살피고, 차량이 멈추었는지 확인하고 건너야 합니다. 미끄러운 도로에서는 차량이 갑자기 멈추거나 방향을 바꾸기 어려울 수 있습니다. • 보도가 눈이나 얼음으로 미끄러울 때는 신발에 미끄럼 방지용 스티커나 스프레이를 붙이거나, 손잡이가 달린 지팡이를 사용하는 것이 좋습니다. 또한 보도의 중앙보다는 양쪽 가장자리를 걷는 것이 안전합니다. • 자전거 등 개인 이동수단을 이용할 때는 반드시 헬멧과 안전벨트를 착용하고, 교통법규를 준수해야 합니다. 또한 도로 상황에 따라 속도를 조절하고, 다른 차량과의 충돌을 피하기 위해 주의해야 합니다. • 겨울철 교통사고에 대비하여 응급처치 방법과 구급차 전화번호(119)를 알아두는 것도 중요합니다. 만약 교통사고에 휘말리거나 목격하게 되면 패닉에 빠지지 않고, 상황을 정확하게 파악하고 적절한 조치를 취해야 합니다.
화재	<ul style="list-style-type: none"> • 난방기구 사용 전에 정기적으로 점검하고, 사용 후에는 반드시 전원을 끄고 연결을 분리하십시오. • 난로나 전기장판 등의 열원과 가연물이나 인체가 가까이 있지 않도록 주의하십시오. • 취사용 가스렌지나 전기렌지는 사용 후에 항상 밸브를 잠그고, 불을 완전히 끄십시오. • 양초나 모기향 등을 사용할 때에는 화재 발생 가능성이 낮은 장소에 놓고, 사용 후에는 꺼주십시오. • 소화기나 소화전 등의 화재 진압 도구를 비치하고, 사용법을 숙지하십시오. • 화재 발생 시에는 신속하게 119에 신고하고, 안전한 곳으로 대피하십시오.
감기, 독감, 동상	<ul style="list-style-type: none"> • 겨울철에는 체온을 유지하기 위해 충분한 옷차림을 해야 합니다. 특히 손, 발, 귀, 코 등이 추위에 노출되기 쉬우므로 장갑, 양말, 모자, 마스크 등을 착용하는 것이 좋습니다. • 실내에서도 난방을 적절하게 해주어야 합니다. 너무 높거나 낮은 온도는 체온 조절에 좋지 않습니다. 또한 습도를 유지하기 위해 가습기나 수분크림을 사용하는 것도 도움이 됩니다. • 겨울철에는 운동을 통해 혈액 순환을 촉진하고 근육을 강화할 수 있습니다. 하지만 너무 강도가 높거나 오랜 시간 운동하는 것은 피해야 합니다. 또한 운동 전후에는 스트레칭과 따뜻한 목욕을 통해 근육의 긴장을 풀어주는 것이 좋습니다. • 겨울철에는 감기나 독감 등의 감염병에 걸리기 쉽습니다. 따라서 예방접종을 실시하고 손씻기, 기침 예절, 마스크 착용 등의 개인위생을 철저히 지켜야 합니다.

2023년 12월 20일

고 창 여 자 고 등 학 교 장 (직 인 생 략)