



가정통신문

여름철 물놀이 및 각종 안전사고 예방

더불어 살아가며
꿈과 지혜를 키우는
한바탕 교육

군산지곡초등학교

전북 군산시 신지길 26.

교무실 ☎ 461 - 3686

FAX ☎ 910 - 7110

무더운 날씨에 가족들의 건강과 행복이 가정 내에 함께 하시길 기원합니다. 여름철 물놀이 및 각종 안전사고예방과 안전 의식 함양을 위하여 실천 내용과 안전 수칙을 아래와 같이 안내합니다. 학생들이 건강하게 생활할 수 있도록 가정에서도 협조하여 주시기 바랍니다.

🚫🚫 안전한 여름, 이것만은 지켜요! 🚫🚫

주 제	실천내용
교통안전	<ul style="list-style-type: none"> 길을 건널 때는 반드시 횡단보도를 이용하며 우측에서 좌측으로 통행합니다. 녹색등이 커져도 꼭 차량이 멈추었나 확인하고 건넙니다. 차량의 앞뒤를 살피면서 건넙니다. (1단멈춤:선다 - 2쪽저쪽:본다 - 손을 든다 - 3초동안:확인한다 - 4고예방:건넙니다) 비보호 횡단보도 이용 시에는 반드시 손을 들어 ‘먼저 가겠다’ 는 뜻을 밝힙니다. 차량 승차 시에는 반드시 안전벨트를 착용합니다.
낙뢰예방 (천둥,번개)	<ul style="list-style-type: none"> 천둥 번개가 치면 등산을 삼가고 정상에 있을 때는 저지대로 이동합니다. 낙뢰 발생 시 몸을 낮추고 움푹 파인 곳, 동굴 안, 계곡 쪽으로 대피합니다. TV, 라디오 등을 통하여 낙뢰 정보를 파악하고 외출을 자제합니다. 집안에서는 전기제품 플러그를 빼고, 자동차를 세우고 차 안에 그대로 있습니다.
실종 및 유괴예방	<ul style="list-style-type: none"> 어린이가 집에 혼자 있을 때는 문을 잠그게 하고 함부로 열어 주지 않도록 합니다. 전화가 걸려왔을 때 집에 혼자 있음을 상대방에게 말하지 않도록 합니다. 가방이나 주머니 등에 어린이의 이름을 크게 쓰지 않도록 합니다. 어린이를 차에 남겨 두고 부모만 물건을 사러 들어가지 않도록 합니다. 어린이가 늦게까지 집 밖에서 놀지 않도록 하고 귀가 시간을 잘 지키도록 합니다.
폭염 대비	<ul style="list-style-type: none"> 폭염 : 30℃ 이상의 불볕더위가 계속되는 현상 방송 매체(TV, 라디오) 및 인터넷(기상청)을 통해 기상상황 확인하기 실외 활동 시 그늘로 걸기. 가볍고 얇은 옷 입기. 모자나 양산, 자외선 차단제 사용하기 밀폐된 차 안에 혼자 있지 않기, 균형 있는 식사 및 식품 안전 지키기, 냉방병 예방을 위해 적정온도 유지하기, 커튼이나 천으로 직사광선 차단하기
재난안전	<ul style="list-style-type: none"> 여름철 태풍, 장마, 호우, 폭염, 홍수, 강풍, 지진, 지진해일, 산사태, 낙뢰 등의 재난에 항상 조심하고 이에 노출되었을 경우 재난안전 국민행동요령에 따라 행동합니다. TV, 라디오 등의 일기예보를 항상 듣고, 외출을 자제합니다. 국민재난안전포털(safekorea.go.kr), 안전한TV(http://www.safetv.go.kr)-여름철 물놀이 안전교육동영상을 확인하여 안전사고예방을 습관화 합니다.

신나는 여름철 물놀이! 사고예방은 물놀이 안전수칙 준수로부터

날씨가 무더워지면서 계곡, 강, 바다 등을 찾아 수영, 뱃놀이 등 물놀이 기회가 많아짐에 따라 사고 발생 위험이 매우 높아지고 있습니다. 우리 모두 안전수칙을 준수하여 물놀이 안전사고를 예방합시다.

☺ 물놀이 이전에 먼저 하여야 할 것들

- ☞ 반드시 준비운동을 하고 구명조끼를 착용합니다.
 - ☞ 피부보호를 위하여 자외선 차단제를 바릅니다.
 - ☞ 머리카락이 긴 사람은 묶거나 수영 모자를 씩니다.
- (※ 물놀이 중에 머리카락이 장애물이나 목에 감길 수 있습니다.)



☺ 물놀이를 할 때 주의해야 할 것들

- ☞ 물에 들어갈 때는 손, 발 → 다리 → 얼굴 → 가슴의 순서로 몸에 물을 적신 후 천천히 들어갑니다.
- ☞ 물 깊이를 알고 있는 곳에서만 물놀이를 합니다.
- ☞ 다리에 쥐가 나면 즉시 물 밖으로 나옵니다.
- ☞ 다음의 증상의 있으면 물놀이를 중지합니다.
 - 몸이 떨리거나, 입술이 푸르고 얼굴이 당기는 증상
 - 피부에 소름이 돋을 때
- ☞ 위급할 때는 한쪽 팔을 최대한 높이 올리고 흔들어 도움을 청합니다.
- ☞ 물놀이 중에는 껌이나 사탕을 먹지 않습니다.



<어린이들을 위해>

- 물 근처에서 아이들이 혼자 놀지 않도록 합니다.
- 친구를 밀거나 장난치지 않도록 합니다.
- 신발 등의 물건이 떠내려가도 절대 혼자 따라가서 건지려 하지 말고, 어른에게 도움을 청합니다.



☺ 물놀이 10대 안전수칙

- ☞ 수영을 시작하기 전에는 반드시 준비운동 및 구명조끼 착용
- ☞ 물에 들어갈 때는 심장에서 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 행동 NO!
- ☞ 장시간 수영 NO! 호수나 강에서 혼자 수영 NO!
- ☞ 물에 빠진 사람을 발견하면 주위에 소리쳐 알리고 즉시 119에 신고
- ☞ 구조 경험 없는 사람은 무모한 구조 NO! 함부로 물에 뛰어들면 NO!
- ☞ 가급적 튜브, 장대 등 주위 물건을 이용한 안전구조

2021. 6. 7.

군 산 지 곡 초 등 학 교 장