



가정통신문

더불어 살아가며
꿈과 지혜를 키우는
한밭골 교육

여름철 물놀이 및 각종 안전사고 예방

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 켜져도 꼭 차량이 멈추었나 확인하고 건넙니다. ● 차량의 앞뒤를 살피면서 건넙니다. (1단멈춤:선다 - 2쪽저쪽:본다 - 손을 든다 - 3초동안:확인한다 - 4고예방:건넨다) ● 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