

구명조끼는 가장 확실한 안전장비

미리와 준수의 안전이야기!



<http://www.cdc.go.kr>



구명조끼는 가장 확실한 안전장비

안전한 물놀이 안전수칙 10

1. 물놀이를 할 때 항상 어른과 같이 물에 들어간다.
2. 물놀이를 할 때는 반드시 구명조끼를 착용한다.
3. 물놀이를 하기 전에는 충분한 준비운동을 한다.
4. 물에 들어가기 전에 심장에서 먼 곳부터 물을 적신다.
5. 식사를 한 후 바로 물에 들어가지 않는다.
6. 물놀이를 하면서 사탕이나 껌 등을 씹지 않는다.
7. 정해진 곳에서만 물놀이를 한다.
8. 파도가 높거나 물에 세게 흐르는 곳, 깊은 곳에서는 수영하지 않는다.
9. 계곡이나 강가, 바닷가에서는 잠금장치가 있는 샌들을 신는다.
10. 수영장 근처에서 뛰어 다니지 않는다.

물에 빠진 사람을 발견했을 때 어떻게 해야 할까요?

- 직접 구하기 위해 물 속에 들어가지 않는다.
- 튜브, 아이스박스, 구명조끼, 비치볼 등 물에 뜨는 물건을 던져준다.
- 수상안전 요원이나 어른들에게 도움을 요청한다.



구명조끼의 안전한 착용방법

1. 자기 몸과 몸무게에 맞는 구명조끼를 선택한다.
2. 구명조끼를 몸에 걸친다.
3. 가슴단추를 채운다.
4. 가슴조임줄을 몸에 맞게 줄인다.
5. 다리 사이로 생명줄을 뺀다.
6. 생명줄을 건다.



튜브는 물놀이를 할 때 도와주는 보조장비입니다.
파도가 이는 바닷가나 수영장에서 튜브만 착용하면
튜브가 쉽게 몸에서 빠져 나갈 수 있습니다.