

2019 현장체험학습 안전교육

I. 이동하기 1. 도보



신호등과 좌우 확인하기



휴대전화와 스마트폰 사용 금지



사고 시 신속하게 응급조치하기



119에 신고하기

[🔍] 꼼꼼 안전수칙 알아두기



- 초록불이 깜빡일 때나, 보행 신호 시간이 얼마 남지 않았을 때에는 무리해서 건너지 말고, 다음 신호를 기다립니다.
- 횡단보도에서 보행신호가 초록불로 바뀌더라도 차량의 움직임 유무를 반드시 확인합니다.
- 신호등이 없거나 점멸신호가 있는 횡단보도에서는 차량이 완전히 멈추었거나 운전자의 손신호가 있을 때 건넙니다.
- 횡단보도가 아닌 곳을 무단으로 건너면 안 됩니다.
- 횡단보도 안의 오른쪽에서 보행을 시작하고, 보행 시 정란을 하지 않습니다.
- 도로로 이동시에는 휴대전화를 사용하지 않으며 스마트폰을 착용하지 않습니다.
- 보도와 차도의 구분이 되어 있지 않은 도로에는 길 가장자리로 다닙니다.
- 주변 건물이나 노상상에 가려 한 보하는 도로는 반드시 좌우 보행하고, 주정차된 차량이 있으면 횡단하기 전 앞뒤 좌우를 반드시 확인 후 건넙니다.
- 운전자가 있거나 사람이 걸어오는 차량 주변에서는 더욱 조심해서 보행합니다.
- 단체 이동시 대렬을 벗어나지 않으며, 교통법규와 공중도덕을 잘 지킵니다.

[🔍] 침착 안전하게 이동하기



- 부상자가 발생했을 때는 지혈 등 응급조치를 하고 가까운 병원으로 옮길 수 있도록 도와줍니다.
- 동상자가 발생했을 때는 지도교사에게 신속하게 알리고, 자나가는 차량차의 협조를 받아 가까운 병원으로 후송하거나 119로 신고하여 도움을 요청합니다.
- 교통사고 등 위급상황이 발생했을 때는 사고자로부터 안전지대로 이동하는 것이 중요하며, 2차 사고 예방을 위해 신속히 도로 밖으로 대피합니다.
- 자신의 안전을 확보한 후 선생님이나 주변 사람들에게 즉시 도움을 요청하고 가능한 수단을 이용하여 119에 연락합니다.
- 사소한 부상을 당한 경우라도 병원진료 및 상담을 통해 건강 상태를 확인합니다.

Tip 안전하게 보행하기



- 횡단보도 안의 오른쪽으로 걷기
- 걸으면서 정란하지 않기
- 차도에 가까이 다가가지 않기
- 뛰거나 갑자기 방향 바꾸지 않기

I. 이동하기 3. 버스



버스를 타면 바로 안전벨트를 착용하기



버스 안에서 장난치거나 돌아다니다지 않기



창문 밖으로 손이나 머리, 물건을 내놓지 않기



하차 시 좌우를 확인하고 차례대로 내리기

[🔍] 꼼꼼 안전수칙 알아두기



- 버스를 기다릴 때 인도에서 차도로 내려서 있지 말고 버스가 도착한 다음 차례로 승차합니다.
- 버스 안에서는 자리를 이동하거나 정란을 하지 말고, 차량 밖으로 손이나 머리를 내놓지 않습니다.
- 선반 위에 가방이 떨어지지 않도록 하며 버스 안에서는 지정된 좌석에서 돌아다니지 않습니다.
- 버스가 출발하기 전에 안전벨트를 꼭 착용하고 착용이 이상인 경우 확인합니다.
- 버스에서 내릴 때, 자전거나 오토바이가 지나갈 수 있으므로 반드시 좌우를 확인한 후 내립니다.
- 버스를 타고 내릴 때에는 긴 차마나 끈 달린 옷, 가방 등이 차문에 끼여 골라낼 수 있으므로 주의합니다.
- 버스의 앞뒤로 횡단하는 경우, 그 버스에 가려 달리는 차에 차질 위험이 있으므로 버스가 지난 다음 길을 건넙니다.

스마트폰 '앱'을 찾아 설치해 보세요!



안전다리를 열면 비상사건 국민 행동 요령과 재난대피 행동 요령을 안내합니다.
※ 구글 PLAY스토어 또는 앱 스토어에서 '안전다리를 검색 후 앱 설치'

[🔍] 침착 안전하게 이동하기



- 사고 발생 시 선생님이나 주변 어른들에게 즉시 도움을 요청합니다.
- 차 안에서 화재가 발생하면 콘스리로 외쳐서 화재 발생 사실을 알립니다.
- 사고가 발생한 선생님이나 보호자의 인후로 사고 차량 밖으로 나온 뒤 차와 멀리 떨어진 안전한 곳으로 이동합니다.
- 문으로 내리기 어려운 경우 비상탈출용 창문을 이용하여 창문을 깨고 탈출합니다.
- 고속도로 운행 중 응급상황 시 또는 불행사건이 있을 경우 한국도로공사 콜센터(1588-2504)로 연락하면 도움을 받을 수 있습니다.

Tip 안전벨트 착용 요령



코이지 않게 착용

몸에 붙게 착용

어깨 중앙 통과

등받이 상태 조절

IV. 응급처치 1. 비상시 응급처치

[Q] 꼼꼼 안전수칙 알아보기

응급처치, 왜 필요할까?



- 갑자기 발생한 외상이나 질환에 대해서 최소한의 치료를 행하는 것을 응급처치라고 합니다.
- 대처하는 처치의 신속·정확한 행동 여부에 따라 부상자의 삶과 죽음이 좌우되기도 합니다.
- 상해를 구하는 일은 무엇보다도 중요하고 소중하기에 우리는 응급처치 방법을 알아두어야 합니다.

응급처치 시 지켜야 할 원칙



- 응급처치를 하는 사람이 위험에 노출되지 않도록 주의하면서 어떤 상황인지 무엇을 할 수 있는지 판단합니다.
- 여러 환자가 있는 경우 긴급한 환자부터 처치합니다.
- 자체 없이 119에 신고하고 응급처치를 합니다.

어떤 경우가 응급 상황일까?



- 기도 폐쇄
- 심장질환이나 흉통
- 물에 빠졌을 때
- 학수 손상이 의심되는 경우
- 경막이나 마비를 일으키는 경우
- 호흡곤란이나 숨을 쉬지 않는 경우
- 심장마비
- 의식이 없는 경우
- 환절도 이상의 화상
- 심한 출혈

[Q] 침착 올바른 119신고 요령

위치	1. 부상자의 위치를 알려줍니다. 주소 또는 근처의 큰 건물 이름 등 위치를 확인할 수 있는 지형지물을 알려줍니다. 또한 "OO 지하실에 있어요"처럼 장소를 구체적으로 말합니다.
상황	2. 무슨 일이 일어났는지 정확하게 설명합니다. 예를 들어 "친구가 사다리에서 떨어졌는데 움직이지 않아요"라는 식으로 설명합니다.
환자상태	3. 부상자의 상태를 구체적으로 알립니다. "친구의 머리에 피가 흐르고 있어요"처럼 구체적으로 알리고 "출혈 부위를 압박했어요" 등 실시한 응급처치에 대해서도 설명합니다.
위험요소	4. 주위의 위험요소 유무를 알립니다. 주변의 화재, 구조물 붕괴 위험성, 독성 연기나 가스, 폭발의 위험성, 감전 가능성, 교통사고 위험성 등을 알립니다.
연락	5. 연락을 계속 유지합니다. 전화번호와 이름을 남기고, 구급차가 도착하기 전까지 119로부터 부상자의 응급 처치법에 대한 도움을 받을 수도 있으므로 전화를 끊지 않습니다.

Tip 생과 사의 결정권 '골든타임'

골든타임(Golden Time)이란?
응급상황에서 생명을 구할 수 있는 한계시간을 말합니다.

4분	심장마비
1시간	교통사고 등 중증외상
2~3시간	뇌졸중

IV. 응급처치 2. 상황별 처치 요령

[Q] 꼼꼼 안전수칙 알아보기

기도가 폐쇄되었을 때



- 〈완전 기도 폐쇄〉**
이물집이 목에 걸려 말을 못하고 숨을 못 쉬어 얼굴이 창백해질 때
- ① 의식이 있을 때 : 허흉리타법을 시행
 - 환자의 뒤에 서서 허리를 앞으로 굽히고 한쪽 다리를 환자의 다리 사이에 끼어 받친다.
 - 주먹 권손의 엄지를 배꼽과 명치 사이의 복부 위쪽에 얹는다.
 - 다른 한 손으로 주먹 권 손을 감싸고 빠르게 위로 밀쳐 올린다.
 - ② 의식이 없을 때 : 누운 상태에서 환자의 배 쪽에서 영구히 두 손을 모으고 위로 강하게 밀쳐 올린다.

- 〈부분 기도 폐쇄〉**
이물집이 목에 걸려 기침을 하고 말을 할 수 있으나 답답해 할 때
- 숨이 통하는 경우에는 계속 기침을 하도록 유도하여, 이물집이 배출되지 않을 때에는 즉시 119로 연락을 취한다.

파열 위험 때



- 〈출혈 시 지혈법〉**
- ① 직접압박법: 상처 부위에 헝겊 등을 대고 출혈이 있을 때까지 세게 누르고 출혈부위를 심장보다 높여준다.
 - ② 이물집이 박힌 경우 출혈이나 손상이 더 심해질 수 있으므로 되도록 빼지 않고 움직이지 않도록 고정한 후 병원으로 간다.

뱀에 물렸거나 꿀벌이 의심될 때



- ① 다친 부위를 움직이지 않는다.
- ② 얼음이나 찬 것을 대준다.
- ③ 붕대나 방석 등을 감아 고정시킨다.
- ④ 다친 부위를 높게 올려 준다.

뱀에 물렸을 때



- ① 손가락 하나가 지나갈 수 있을 정도로 풀린 부위 위쪽 상부를 가볍게 묶어 준다. (뱀을 물린 후 15분 이내에만 사용)
 - ② 풀린 부위를 앞으로 뻗어내거나 힘을 사용하지 않게 한다.
 - ③ 몸을 고정시키고 손상부위를 심장보다 낮게 한 다음 병원으로 이송한다.
- ※ 단장, 단장재 등을 상처에 바르는 것은 도움이 되지 않으며 오히려 상처를 악화시킬 수 있다.

벌에 쏘였을 때



- ① 침이 찌르면 피부주위혈관까지 파손되므로 눌러서 뽑아내지 않는다.
- ② 통증완화제나 소염제 복용하기 위해서는 찬찜질을 한다.
- ③ 통증이나 부기가 계속되면 병원으로 이송한다.

화상을 입었을 때



- ① 그원과 같이 흐르는 물을 큰 그릇 등에 받아 통증이 가실 때까지 식힌다.
- ※ 흐르는 물에 직접 대고 식히지 않는다. (통증이 심해질 수 있음)
- ※ 옷을 입은 채 물에 담근다.
- ※ 물집을 터뜨리면 세균감염을 일으킬 수 있으므로 터뜨리지 않는다.

코피가 날 때



- ① 앉은 자세를 유지하게 하여 부상자의 혈압을 낮춘다.
- ② 머리를 약간 앞으로 숙이게 해서 혈액이 목으로 넘어가지 않고 코의 앞부분을 통해 흘러나올 수 있게 한다.
- ③ 턱위로 남았거나 코를 찌를 수 있는 물건, 구토 등을 일으킨다.
- ④ 양쪽의 다른 두 손가락으로 코를 쥐고 5분간 사색히 압박한다.