

# 2018 가을현장체험학습 안전교육

## I. 이동하기 1. 도보



신호등과 좌우 확인하기



휴대전화와 이어폰 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 움직임을 유심히 관찰합니다.

· 신호등이 없거나 잠깐 신호가 있는 횡단보도에서는 차량이 완전히 멈추었거나 운전자의 손신호가 있을 때 건너갑니다.

· 횡단보도가 아닌 곳을 무단으로 건너면 안 됩니다.



· 횡단보도 안의 오른쪽에서 보행을 시작하고, 보행 시 정란을 하지 않습니다.

· 도로로 이동시에는 휴대전화를 사용하지 않으며, 이어폰을 착용하지 않습니다.

· 보도와 차도의 구분이 되어 있지 않은 도로에서는 길 가장자리를 다닙니다.



· 주변 건물이나 도청상에 가려 인 보이는 도로는 반드시 좌우 확인 후 보행하고, 주정차된 차량이 있으면 횡단하기 전 앞뒤 좌우를 반드시 확인 후 건너갑니다.

· 운전자가 있거나 시동이 걸려있는 차량 주변에서는 더욱 조심해서 보행합니다.

· 단체 이동시 대렬을 벗어나지 않으며, 교통법규와 공중도덕을 잘 지킵니다.

### [🔍] 침착 안전하게 이동하기



· 부상이나 발생했을 때는 지혈 등 응급조치를 하고 가까운 병원으로 옮길 수 있도록 도와줍니다.

· 중상자가 발생했을 때는 지도교사에게 신속하게 알리고 지나가는 자동차의 협조를 받아 가까운 병원으로 후송하거나 119로 신고하여 도움을 요청합니다.



· 교통사고 등 위급상황이 발생했을 때는 사고자에서 안전하게 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 병환진료 및 상담을 통해 건강 상태를 확인합니다.

### Tip 안전하게 보행하기



· 횡단보도 안의 오른쪽으로 걷기  
· 차도에 가까이 다가가지 않기  
· 걸으면서 정란하지 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 차로 내려서 있지 말고 버스가 도착한 다음 차례로 승차합니다.

· 버스 안에서는 자리를 이동하거나 장난을 치지 않고, 차량 밖으로 손이나 머리를 내놓지 않습니다.

· 선반 위에 가방이 떨어지지 않도록 하며 버스 안에서는 지정된 좌석에서 돌아다니다지 않습니다.

· 버스가 출발하기 전에 안전벨트를 꼭 착용하고 작동에 이상이 없는지 확인합니다.



· 버스에서 내릴 때 자전거나 오토바이가 자라날 수 있으므로 반드시 좌우를 확인한 후 내립니다.

· 버스를 타고 내릴 때에는 긴 차타나 끈 달린 옷, 가방 등이 차문에 끼여 끌려갈 수 있으므로 주의합니다.

· 버스의 앞뒤로 횡단하는 경우, 그 버스에 가려 달리는 차에 충돌 위험이 있으므로 버스가 자라난 다음 길을 건너갑니다.

스마트폰 '앱'을 찾아 설치해 보세요!



[안전디딤돌 앱]은 비상시 국민 행동 요령과 재난대비 행동 요령을 안내합니다.  
\* 구글 PLAY스토어 또는 앱 스토어에서 '안전디딤돌' 검색 후 앱 설치

### [🔍] 침착 안전하게 이동하기



· 사고 발생 시 선생님이나 주변 어른들에게 즉시 도움 요청합니다.

· 차 안에서 화재가 발생하면 큰소리로 외쳐서 화재 발생 사실을 알립니다.

· 사고가 발생하면 선생님이나 보호자의 안내대로 사고 차량 밖으로 나온 뒤 차와 멀리 떨어진 안전한 곳으로 이동합니다.



· 문으로 내리기 어려운 경우 비상탈출용 양치를 이용하여 창문을 깨고 탈출합니다.

· 고속도로 운행 중 응급상황 시 또는 불면사량이 있을 경우 한국도로공사 콜센터(1588-2504)로 연락하면 도움을 받을 수 있습니다.

### Tip 안전벨트 착용 요령



· 꼬이지 않게 착용



· 몸에 붙게 착용



· 어깨 중앙 통과



· 문닫이 상태 조절

## IV. 응급처치 1. 비상시 응급처치

### [🔍] 꼼꼼 안전수칙 알아보기

응급처치, 왜 필요할까?



- 갑자기 발생한 외상이나 질환에 대해서 최소한의 치료를 행하는 것을 응급처치라고 합니다.
- 대처하는 처치자의 신속 정확한 행동 여부에 따라 부상자의 삶과 죽음이 좌우되기도 합니다.
- 생명을 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 한자가 있는 경우 긴급한 환자부터 처치합니다.
- 자체 없이 119에 신고하고 응급처치를 합니다.

어떤 경우가 응급 상황일까?



- 기도 폐쇄
- 심장질환이나 혼동
- 물에 빠졌을 때
- 척수 손상이 의심되는 경우
- 경련이나 마비를 일으키는 경우
- 호흡곤란이나 숨을 쉬지 않는 경우
- 심장마비
- 의식이 없는 경우
- 중등도 이상의 화상
- 심한 출혈

### [🌐] 침착 올바른 119신고 요령

위치	1. 부상자의 위치를 알립니다. 주소 또는 근처의 큰 건물 이름 등 위치를 확인할 수 있는 지형지물을 알려줍니다. 또한 "OO 자파실에 있어요"처럼 장소를 구체적으로 알립니다.
상황	2. 무슨 일이 일어났는지 정확하게 설명합니다. 예를 들면 "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 실시간 응급처치에 대해서도 설명합니다.
위험요소	4. 주위의 위험요소 유무를 알립니다. 주변의 화재, 구조물 붕괴 위험성, 독성 액체나 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 생체 시계 걸림질 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

### [🔍] 꼼꼼 안전수칙 알아보기

기도가 폐쇄되었을 때

〈완전 기도 폐쇄〉

이물질이 목에 걸려 말을 못하고 숨을 못 쉬어 얼굴이 창백해질 때

- ① 의식이 있을 때 : 허입리해법을 시행
  - 환자의 뒤에 서서 허리를 밀로 감싸고 한쪽 다리를 환자의 다리 사이에 지지한다.
  - 주먹 왼손의 엄지를 배꼽과 명치 사이의 복부 위쪽에 둔다.
  - 다른 한 손으로 주먹 왼 손을 감싸고 빠르게 위로 밀쳐 올린다.
- ② 의식이 없을 때 : 누운 상태에서 환자의 배 쪽에서 명치에 두 손을 모으고 위로 강하게 밀쳐 올린다.



〈부분 기도 폐쇄〉

이물질이 목에 걸려 기침을 하고 말은 할 수 있으나 답답해할 때

- 숨이 통하는 경우에는 계속 기침을 하도록 유도하며, 이물질이 배출되지 않을 때에는 즉시 119로 연락을 취한다.

피를 흘릴 때

〈출혈 시 지혈법〉

- ① 직접압박법 : 상처 부위에 청진 등을 대고 출혈이 있을 때까지 세게 누르고 출혈부위를 심장보다 높여준다.
- ② 이물질이 박힌 경우 출혈이나 손상이 더 심해질 수 있으므로 되도록 빼지 않고 움직이지 않도록 고정한 후 병원으로 간다.



헤엄거나 물결이 의심될 때



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

뱀에 물렸을 때



- ① 손가락 하나가 자갈 수 있을 정도로 물린 부위 위쪽 상부를 가림게 묶어 준다. (반동 물린 후 15분 이내에만 사용)
  - ② 물린 부위를 입으로 빨아내거나 칼을 사용하여 절개를 하지 않는다.
  - ③ 물을 고압사정고 손상부위를 심정보다 낮게 한 다음 병원으로 이송한다.
- ※ 뱀장, 뱀뱀 등 물 상에 비르는 것은 도움이 되지 않으며 오히려 상처를 자극하지 않다.

벌에 쏘였을 때



- ① 참이박힌 피부 주위를 약 2cm 정도를 눌러서 참을 제거한다.
- ② 통증 완화제나 소독약을 사용하여 부위를 소독한다.
- ③ 통증이 가라앉지 않으면 병원으로 이송한다.

화상을 입었을 때



- ① 그림과 같이 흐르는 물로 큰 그릇 등에 받아 통증이 가일 때까지 식힌다.
- ※ 흐르는 물에 직접 대고 식히지 않는다. (통증이 심해질 수 있음)
- ※ 옷을 입은 채 물에 담근다.
- ※ 물집을 터트리면 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 목뒤로 넘어가게 되면 질식하거나 매스꺼움, 구토 등을 일으킨다.
- ④ 엄지와 다른 두 손가락으로 코를 쥐고 5분간 사서히 압박한다.

## 현장체험학습 전 안전 및 성폭력·성희롱 예방교육



### 학생 안전 교육



- ▶ 신발과 옷, 소지품 등은 활동하기 편한 것으로 준비한다.
- ▶ 불필요한 물건 및 소지가 금지된 물품은 절대로 가지고 오지 않도록 한다.
- ▶ 버스 안에서는 안전띠를 착용하며 운행 중 자리를 옮기거나 소란스럽지 않도록 한다.
- ▶ 안전사고 예방을 위해 지정된 장소만 다니고 무리를 이탈하지 않는다.
- ▶ 장소를 이동할 때에는 선생님의 말씀에 따라 줄을 서서 걸어간다.
- ▶ 지나친 장난은 안전사고와 직결되므로 반드시 삼가도록 한다.
- ▶ 현장학습 장소에서 위험한 곳에는 절대 가지 않도록 한다. (사진 촬영 등을 할 때)
  - ☞ 바닷가, 나무 위, 바위, 언덕, 선생님과 멀리 떨어진 곳 등
- ▶ 잔디밭에 눕지 않는다. - 들쥐의 배설물에 의한 쯔쯔가무시병에 감염됨.
- ▶ 현장체험 활동 중 발생하는 사소한 일이라도 선생님께 알려 사고를 예방한다.
- ▶ 현장체험 활동을 마친 후 꼭 집에 돌아가도록 한다.
  - ☞ 부모 허락 없이 친구집이나 놀이터, 학원에서 놀지 않는다.



### 멀미예방



- ♠ 전날 수면을 충분히 취할 것
- ♠ 아침식사를 꼭 하도록 하며 소화가 잘되는 음식으로 가볍게 먹는다.
- ♠ 과식이나 극도의 공복은 피할 것
- ♠ 차안에서 먼 경치를 보거나, 타인과 즐겁게 이야기를 나누거나, 잠을 자는 것도 도움이 될 수 있다.
- ♠ 필요시 멀미약을 복용한다. ☞ 먹는 멀미약-출발 30분전에 복용  
피부에 붙이는 멀미약-출발 6~12시간 전에 붙인다.



### 성폭력 · 성희롱 예방



- ♥ 선생님의 허락 없이 개인행동을 하지 않도록 한다.
  - ☞ 선생님께 가는 곳을 꼭 이야기하여 허락을 받는다.
- ♥ 현장체험 학습장에서 절대 모르는 사람을 따라 가지 않는다.
- ♥ 반드시 친구 여럿이 또는 모둠별로 다니며 혼자 다니지 않는다.
- ♥ 공공화장실에는 친구 여럿이 또는 모둠별로 같이 간다.
- ♥ 누군가 나의 몸을 만지거나 싫은 느낌이 들면 도망을 가거나 소리를 질러 도움을 청한다.
- ♥ 긴급전화 국번 없이 ☎ 1366 또는 119, 112로 전화하여 도움을 받습니다.
- ※ 학교를 벗어나 낯선 곳으로의 여행은 자칫 마음이 들뜨고 주의가 산만해져 큰 사고가 나기 쉽습니다.

성심여중 학생 여러분! 안전수칙을 잘 지켜 즐겁고 신나는 현장학습이 되세요.

**전주성심여자중학교생활인권안전부**