

2023학년도

『안전하고 건강한 여름 방학』을 위한
2023 하계 방학중 학생안전사고예방 안내



2023. 7.

나눔과 배려로 함께하는 아름다운 동행

성 내 중 학 교

2023학년도 하계 방학 중 학생안전사고예방 안내

★ 반드시 읽고 실천하기 바랍니다.

안녕하십니까? 학부모님 가정에 행복과 평안을 기원합니다.

아이들이 올바르게 성장하도록 학교 교육과정 운영에 협조하여 주신 부모님께 깊이 감사드리며 여름 방학을 맞이하여, 몇 가지 부탁 말씀을 드립니다.

첫째, 방학은 지난 생활에 대한 나름대로의 정리 기간이며 또한 다음 학기의 준비 기간입니다.

자녀와의 대화를 통해 학생 스스로 계획을 세워 유익한 방학이 될 수 있도록 지도하여 주시고,

둘째, 자녀가 건전한 가치관 형성과 밝고 명랑한 생활을 해 나갈 수 있도록 많은 대화를 통하여 자녀의 고민이나 고쳐야 할 점을 파악하도록 도와주시기 바랍니다.

셋째, 방학 중에도 스스로 학습계획을 세우고 실천해가는 자기주도학습이 잘 이루어지도록 많은 관심 가져 주시고,

넷째, 여름방학 동안 교통안전, 코로나 등 각종 안전사고로부터 자녀를 보호하여 주시기 바랍니다.

사랑하는 학생 여러분!

시작보다 중요한 것은 시작의 열매를 거둘 수 있는 마무리입니다. 결실을 거두는 때일수록 끝마무리를 잘해야 하며 더욱 바른 자세로 하나하나 잘 챙겨야 합니다. 이번 여름방학 동안 마음을 차분하게 가져 자신을 돌아볼 수 있는 시간을 많이 가질 수 있기를 바랍니다.

1학기 동안의 학교생활을 되돌아보면서 학년 초에 계획했던 내용들이 잘 실행되고 학교생활은 충실하게 잘하였는지 살펴보고, 부족한 것은 방학 동안 보완하여 다음 학기 준비를 위한 유익하고 보람 있는 방학이 되기를 바랍니다.

끝으로 방학동안 수상안전(물놀이) 및 교통안전, 감염병예방에 유념하고 개학하는 날, 건강하고 자신감이 넘치는 활기찬 모습으로 만날 수 있기를 기대합니다.

■ 방학 중 주요 활동

▶ 방학기간: 2023. 7.22(토) ~ 2023. 8. 20(일)

★ 개학일 8월 21일(월)

행사명	기 간	비 고
방과후활동 (사물놀이)	7월 24일(월) ~ 7월 26일(수)	* 24일, 25일 - 오전 * 26일 - 오후

1. 폭염대비 행동요령

□ 폭염특보 발령

< 폭염특보 발령기준 >

◆ 주의보 : 6~9월 일 최고기온 33℃ 이상이 2일 이상 지속 예상

◆ 경 보 : 6~9월 일 최고기온 35℃ 이상이 2일 이상 지속 예상

- 상황전파 : 언론(TV, 라디오 등) 등
 - 학교 등교 시에는 교육청 담당자 SMS 문자 등

□ 가정에서 행동요령

- 폭염주의보 발령 시
 - 야외활동을 자제하세요(부득이 외출을 할 경우 창이 넓은 모자착용 및 가벼운 옷차림을 하고 꼭 물병 휴대).
 - 물을 많이 마시되 너무 달거나 카페인이 들어간 음료, 주류 등은 마시지 마세요.
 - 냉방이 되지 않는 실내의 경우 햇볕이 실내에 들어오지 않도록 하고 맞바람이 불도록 환기를 하고 선풍기를 켜세요.
 - 창문이 닫힌 자동차 안에 노약자나 어린이를 홀로 남겨두지 마세요.
 - 거동이 불편한 고령, 독거노인, 신체허약자, 환자 등은 외출을 삼가고 이들을 남겨두고 장시간 외출 시는 친인척·이웃 등에 보호를 의뢰하세요.
 - 탈수 등의 이유로 소금 등을 섭취할 때에는 의사의 조언을 들으세요.

- 현기증, 메스꺼움, 두통, 근육경련 등 열사병 초기증세가 보일 경우에는 시원한 장소로 이동하여 몇분간 휴식을 취한 후 시원한 음료를 천천히 마시세요.

○ 폭염경보 발령 시

- 12시~오후 5시 사이에는 야외활동을 금지하세요.
- 준비 없이 물에 들어가거나 갑자기 찬물로 샤워를 하지 마세요(심장마비 위험)
- 선풍기를 창문 쪽으로 돌려 환기를 유도하세요(선풍기를 장시간 연속 사용은 자제)
- 넉넉하고 가벼운 옷을 입어 자외선을 방지하고 노출 부위는 썬크림 등 자외선 차단제를 발라 피부를 보호하세요.
- 어린아이를 데리고 야외에 나갈 경우에는 두꺼운 담요나 옷으로 감싸지 마세요.
- 거동이 불편한 고령, 독거노인, 신체 허약자, 환자 등은 외출을 금지시키고 가족 및 친척·이웃이 수시로 상태를 점검하세요.

2. 오존 경보 발령 시 주요 조치사항

□ 오존 경보 발령

- 발생시기 : 최근 5년간 수도권 의 경우 6월과 8월에 집중
- 발생시간 : 주로 일사가 강한 16~16시에 발생하나 기상상태에 따라 일몰 후, 익일 새벽에 발생하는 경우가 나타남
- 발령기준 : 주의보 0.12ppm/hr이상, 경보 0.3ppm/hr이상
중대경보 0.5ppm/hr이상

□ 가정에서 행동 요령

구 분	일반시민(학생)	차량운전자(소유자)	관계기관
주의보 (0.12ppm 이상)	<ul style="list-style-type: none"> · 노천소각금지 요청 · 대중교통이용 권고 · 주민 실외활동 및 과격 운동 자제 요청 · 노약자, 어린이, 호흡기 환자, 심장질환자의 실외 활동 자제 권고 	<ul style="list-style-type: none"> · 경보지역내 차량운행 자제 권고 · 대중교통이용 권고 · 자동차 사용 자제요청 	<ul style="list-style-type: none"> · 주의보 상황 전파 · 대국민 홍보 활동 · 대기오염도 상황변화 분석.검토
경 보 (0.3ppm 이상)	<ul style="list-style-type: none"> · 소각시설 사용제한 요청 · 주민 실외활동 및 과격 운동제한 요청 · 유치원, 학교 등 실외 학습제한 권고 · 노약자, 어린이, 호흡기 환자, 심장 질환자 실외 활동제한 권고 	<ul style="list-style-type: none"> · 경보지역 내 자동차 사용제한 명령 	<ul style="list-style-type: none"> · 경보상황 전파 · 오염상황 모니터링 강화 · 경보상황에 대한 대국민 홍보 강화
중대경보 (0.5ppm 이상)	<ul style="list-style-type: none"> · 소각시설 사용중지 요청 · 주민 실외활동 및 과격 운동 금지 요청 · 유치원, 학교등 실외 학습중지 및 휴교권고 · 노약자, 어린이, 호흡기 환자, 심장 질환자 실외 활동중지 권고 	<ul style="list-style-type: none"> · 경보지역 내 자동차 통행금지 	<ul style="list-style-type: none"> · 중대경보상황 통보 · 오염상황 모니터링 강화 · 위험상황에 대한 대국민 홍보 강화 · 경찰에 교통규제 협조 요청

3. 낙뢰 피해 예방 행동요령

□ 낙뢰 예상 시

- 건물 안, 자동차 안, 움푹 파인 곳이나 동굴 등 안전한 장소로 대피하세요.
- 낚싯대나 골프채 등을 이용하는 야외운동은 매우 위험하므로 운동을 즉시 중단하시고 안전한 곳으로 대피하세요.
- TV, 라디오, 인터넷을 통해 기상예보를 잘 알아 둡시다.

□ 낙뢰 칠 때

【산에서】

- 우천 예상 시 산은 낙뢰의 안전지대가 아님을 인지하고 가능한 한 등산을 삼갑시다.
- 낙뢰는 높은 물체에 떨어지기 쉬우므로 정상부에서는 낙뢰 발생 때 신속히 저지대로 이동하세요.
- 낙뢰 발생 시 즉시 몸을 낮추고 움푹 파인 곳이나 계곡, 동굴 안으로 대피하세요.
- 정상부 암벽 위에서는 즉시 안전한 장소로 이동하세요.
- 키 큰 나무 밑은 낙뢰가 떨어지기 쉬우므로 피하세요.
- 등산용 스틱이나, 우산같이 긴 물건은 땅에 뉘어 놓고, 몸에서 떨어뜨리십시오.
- 야영 중일 때는 침낭이나 이불을 깔고 앉아 몸을 웅크리는 것이 좋습니다.

천둥·번개란?

여름철 적란운 속에는 수많은 물방울과 얼음 알갱이들이 있고, 또 그 안에는 양전기와 음전기들이 있는데, 이 구름 속에 있는 양전기와 음전기 사이에서 발생하는 불꽃 현상을 번개라고 한다. 또한 천둥이란, 번개가 공기 중을 이동할 때 번개가 가지는 매우 높은 열 때문에 공기가 급격히 팽창하게 되는데, 이때 그 공기가 팽창하는 힘을 이기지 못해 터지면서 나는 소리이다.



【야외에서】

- 평지에서 낙뢰가 칠 때는 몸을 가능한 한 낮게 하고 움푹 파인 곳으로 대피하세요.
- 평지에 있는 나무나 키 큰 나무에는 낙뢰의 가능성이 크므로 피하세요.
- 골프장에서는 골프를 즉시 중단해야 하며, 골프채, 골프 카트는 몸에서 떨어뜨리시고 건물이나 낮은 장소로 대피하세요.
- 농촌에서는 삽, 괭이, 트랙터 등 농기구는 몸에서 떨어뜨리시고 몸을 낮게 하세요.
- 자동차에 타고 있을 때는 차를 세우고 차 안에 그대로 있는 것이 안전합니다. 차에 번개가 치면 전류는 도체인 차 표면을 따라 흘러 타이어를 통해 지면에 접지됩니다.
- 낚시꾼은 낚싯대를 몸에서 떨어뜨리고 몸을 낮게 하시기 바랍니다.
- 물가 또는 소형보트 주위는 위험하므로 떨어지십시오.
- 펜스, 금속파이프, 레일, 철제난간 등의 전기 전도체가 되는 물건과는 떨어져 있으십시오.

【가정에서】

- TV, 라디오 등을 통하여 낙뢰 정보를 파악하고 될 수 있으면 외출을 자제하세요.
- 집에 번개가 치면 TV 안테나나 전선을 따라 전류가 흐를 수 있으므로 전화기나 전기제품 등의 플러그를 빼 두고, 천둥이나 전기제품으로

1m 이상의 거리를 유지해야 합니다.

□ 낙뢰 맞았을 때

- 낙뢰로부터 안전한 장소로 옮기시다.
- 구조 후 이름을 부르는 등 의식 여부를 살피시다.
- 의식이 없는 경우에는 즉시 기도를 열어 호흡을 하는지 확인하고, 호흡을 하지 않으면 인공호흡과 함께 심장마사지를 합시다.
- 의식이 있는 경우에는 자신이 가장 편한 자세로 안정합시다. 감전 후 대부분 환자가 전신 피로감을 호소하기 마련입니다.
- 환자가 흥분하거나, 떠는 경우에는 말을 걸든지 침착하게 합니다.
- 사고가 등산 중이거나 해서 의사의 치료를 받을 수 없는 장소에서 일어나더라도 절대로 단념하지 말고 필요하다면 인공호흡, 심장 마사지 등의 처치를 계속해주십시오.
- 만약 환자의 의식이 분명하고 건전해 보여도, 감전은 몸의 안쪽 깊숙이까지 화상을 입는 경우가 있으므로 빨리 응급병원에서 진찰을 받을 필요가 있습니다.

4. 여름철 물놀이 안전사고 예방 요령

<일 반 사 항>

□ 물놀이 10대 안전수칙

- 수영을 하기 전에는 손, 발 등의 경련을 방지하기 위해 반드시 준비운동을 하고 구명조끼를 착용한다.
- 물에 처음 들어가기 전 심장에서 먼 부분부터(다리, 팔, 얼굴, 가슴 등의 순서) 물을 적신 후 들어간다.
- 수영 도중 몸에 소름이 돋고 피부가 당겨질 때에는 몸을 따뜻하게 감싸고 휴식을 취한다.
 - ※ 이 경우는 다리에 쥐가 나거나 근육에 경련이 일어나 상당히 위험한 경우가 많으므로 특히 주의한다.
- 물의 깊이는 일정하지 않기 때문에 갑자기 깊어지는 곳은 특히 위험하다.
- 구조 경험이 없는 사람은 안전구조 이전에 무모한 구조를 삼가해야 한다.
- 물에 빠진 사람을 발견하면 주위에 소리쳐 알리고(즉시 119에 신고) 구조에 자신이 없으면 함부로 물속에 뛰어들지 않는다.
- 수영에 자신이 있더라도 가급적 주위의 물건들을 이용한 안전구조를 한다.
- 건강 상태가 좋지 않을 때나, 몹시 배가 고프거나 식사 후에는 수영을 하지 않는다.
- 자신의 수영 능력을 과신하여 무리한 행동을 하지 않는다.
- 장시간 계속 수영하지 않으며, 호수나 강에서는 혼자 수영하지 않는다.

□ 물에 들어갈 때 지켜야 할 사항

- 준비운동을 한 다음 다리부터 서서히 들어가 몸을 순환시키고 수온에 적응시켜 수영하기 시작한다.
- 초보자는 수심이 얇다고 안심해서는 안 된다.
 - ※ 물놀이 미끄럼틀에서 내려온 후 무릎 정도의 얇은 물인데도 허우적대며 물을 먹는 사람들을 많이 볼 수 있으므로 절대 안전에 유의한다.
- 배 또는 떠 있는 큰 물체 밑을 헤엄쳐 나가지 않는다.
 - ※ 숨을 마신 상태에서 부력으로 배 바닥에 눌러 빠져나오기 어려울 때는 숨을 내뿔으면 몸이 아래로 가라앉기 때문에 배 바닥에서 떨어져 나오기 쉽다.
- 수영 중에 “살려 달라”고 장난하거나 허우적거리는 흉내를 내지 않는다.
 - ※ 주위의 사람들이 장난으로 오인하여 사고로 이어질 수 있다.
- 자신의 체력과 능력에 맞게 물놀이를 한다.
 - ※ 물에서 평영 50m는 육상에서 250m를 전속력으로 달리는 것과 같은 피로를 느낀다.
- 껌을 씹거나 음식물을 입에 문 채로 수영하지 않는다.
 - ※ 기도를 막아 질식의 위험이 있다.

□ 어린이 물놀이 활동 시 유의사항

- 어른들이 얇은 물이라고 방심하게 되는 그곳이 가장 위험할 수 있다.
- 거북이, 오리 등 각종 동물 모양의 튜브나 보행기 등 다리를 끼우는 방식의 튜브사용은 뒤집힐 경우 아이 스스로 빠져나오지 못하고 머리가 물속에 잠길 수 있다.
- 보호자의 활동 범위에서만 안전이 보장될 수 있으며, 어린이는 순간적으로 익사할 수 있다는 점을 명심해야 한다.

- 어린이와 관련된 수난사고는 어른들의 부주의 및 감독소홀에 의해 발생할 수 있다.
- 인지능력 및 신체 적응력이 떨어지는 유아 및 어린이들은 보호자의 손을 뺀어 즉각 구조가 가능한 위치에서 감독해야 한다.
- 활동 반경이 넓어지는 만 6~9세 이하 어린이들은 보호자의 통제권을 벗어나려는 경향을 보이므로 사전 안전교육을 한다.

<상황별 대처요령>

□ 파도가 있는 곳에서 수영할 때

- 체력의 소모가 적도록 편안한 마음으로 수영한다.
※ 긴장하면 그 자체로서 체력소모가 발생한다.
- 머리는 언제나 수면상에 내밀고 있어야 한다.
- 물을 먹지 않으려고 기를 쓰고 참기보다 마시는 쪽이 오히려 편안한 경우도 있다.
- 큰 파도가 덮칠 때는 깊이 잠수할수록 안전하다.
- 큰 파도에 휩싸였을 때는 버둥대지 말고 파도에 몸을 맡기고 숨을 중지해 있으면 자연히 떠오른다.
- 파도가 크게 넘실거리는 곳은 깊고 파도가 부서지는 곳이나 하얀 파도가 있는 곳은 일반적으로 얕다. 또 색이 검은 곳은 깊고, 맑은 곳은 얕다.
- 간조와 만조는 대개 6시간마다 바뀌므로, 조류변화 시간을 알아두는 것은 대단히 중요하다. 조류가 변할 때는 언제나 흐름이나 파도, 해저의 상태가 급격하게 변화하게 된다.
- 거센 파도에 밀려났을 때는 파도에 대항하지 말고 비스듬히 헤엄쳐 육지를 향한다.

□ 수초에 감겼을 때

- 수초에 감겼을 때는 부드럽게 서서히 팔과 다리를 움직여 풀어야 하고, 만약 물 흐름이 있으면 흐름에 맡기고 잠깐만 조용히 기다리면 감긴 수초가 헐겁게 되므로 이때 털어 버리듯이 풀고 수상으로 나온다.
- 놀라서 발버둥 칠 경우 오히려 더 휘감겨서 위험에 빠질 수 있으므로 침착하게 여유를 가지고 호흡하며, 서서히 부드럽게 몸을 수직으로 움직이면서 꾸준히 헤엄쳐 나온다.

□ 수영 중 경련이 일어났을 때

- 경련은 물이 차거나 근육이 피로할 때 가장 일어나기 쉽고, 수영 중 흔히 이러한 일이 발생할 수 있다.
- 경련이 잘 일어나는 부위는 발가락과 손가락이고 대퇴 부위에서도 발생하며, 식사 후 너무 빨리 수영을 하였을 때에는 위 경련이 일어날 수 있다.
- 경련이 일어나면 먼저 몸의 힘을 빼서 편한 자세가 되도록 하고(당황하여 벗어나려고 하면 더 심한 경련이 일어난다.) 경련 부위를 주무른다. 특히 위 경련은 위급한 상황이므로 신속히 구급요청을 한다.

□ 물을 건널 때

하천이나 계곡물을 건널 때는

- 물결이 완만한 장소를 선정하여, 가급적 바닥을 끝듯이 이동하고, 시선은 건너편 강변 독을 바라보고 건너야 한다.
- 이동 방향에 돌이 있으면 가급적 피해서 간다.
- 다른 물체를 이용하여 수심을 재면서 이동한다(지팡이를 약간 상류 쪽에 쥔다).

- 물의 흐름에 따라 이동하되 물살이 셀 때는 물결을 약간 거슬러 이동한다.

무릎 이상의 급류를 건널 때는

- 건너편 하류 쪽으로 로프를 설치하고 한 사람씩 건넌다.
- 로프는 수면위로 설치한다. 로프가 없을 경우는 여러 사람이 손을 맞잡거나 어깨를 지탱하고 물 흐르는 방향과 나란히 서서 건넌다.

□ 물에 빠졌을 때

- 흐르는 물에 빠졌을 때는 물의 흐름에 따라 표류하며 비스듬히 헤엄쳐 나온다.
- 옷과 구두를 신은 채 물에 빠졌을 때는 심호흡을 한 후 물속에서 새우등 뜨기 자세를 취한 다음 벗기 쉬운 것부터 차례로 벗고 헤엄쳐 나온다.

□ 침수 · 고립 지역에서의 행동

침수지역에서의 행동은

- 부유물 등을 이용하며, 특히 배수구나 하수구에 빠지지 않도록 유의한다.
- 도로 중앙지점을 이용하고 가급적 침수 반대 방향이나 측면 방향으로 이동한다.

고립지역에서의 행동은

- 자기 체온 유지에 관심을 가져야 하며, 무리한 탈출 행동을 삼가한다.
- 가능한 모든 방법을 이용하여 구조 신호를 한다. (옷이나 화염을 이용).
- 가능하다면 라디오나 방송을 청취하여 상황에 대처한다.

□ 보트를 탈 때

- 보트를 탈 때에는 강변에 나란히 대놓고 안정시킨 상태에서 선미 쪽에서 양손으로 뱃전을 잡고 용골위의 바닥으로 발을 천천히 옮긴다.
- 배안에서 균형이 잡히면 중심을 낮춘 자세로 자리를 이동한다.
- 보트에서 내릴 때는 탈 때와 반대로 하고 뒷발이 배를 강 쪽으로 밀지 않도록 유의한다.
- 물속으로 떨어졌을 때는 즉시 수면으로 올라와 배를 붙잡아야 하고 잠시 휴식한 후 선미 쪽으로 돌아와서 몸을 솟구쳐 상체부터 올려놓는다.
- 모든 승선자는 구명조끼를 착용해야 한다.

□ 계곡에서 야영지를 선택할 때

- 계곡에서 야영지를 선택할 때는 물이 흘러간 가장 높은 흔적보다 위쪽에 위치하도록 하고, 대피할 수 있는 고지대와 대피로가 확보된 곳을 선정하며, 또한 낙석 및 산사태 위험이 없는 곳이어야 한다.

※ 물놀이 안전사고 발생시 즉시 119(해상 122) 또는 1688-3650으로 신고하시기 바랍니다.

물놀이 10대 안전수칙

- 수영을 하기 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

5. 유행성 눈병 예방수칙

□ 개인

- 비누를 사용하여 흐르는 수돗물에 손을 자주 씻도록 함
- 수건이나 개인 소지품(컵 등)을 다른 사람과 함께 사용하지 않음
- 사람들이 많이 모이는 밀집된 장소는 피하고, 특히 수영장 출입을 삼가
- 눈에 부종, 충혈, 이물감 등이 있을 경우에는 손으로 비비거나 만지지 말고 안과 전문의의 진료를 받음

□ 유행성 눈병 환자



- 증상완화 및 세균에 의한 이차 감염 또는 기타 합병증 예방을 위하여 안과 치료를 받도록 함
- 수건이나 소지품은 다른 사람과 같이 사용하지 않음
- 개인용품은 끓는물에 소독하거나 500ppm농도의 살균제(차아염소산나트륨 등)에 10분간 소독한 후 사용함
- 눈은 가급적 만지지 않도록 하며, 만지기 전후에는 반드시 흐르는 수돗물에 손을 깨끗이 씻도록 함
- 환자는 전염기간(약 2주간)동안에 사람들이 많이 모이는 장소는 피하도록 함

□ 학교

- 질병의 특성(높은 전염력 등)에 대하여 교육 홍보를 강화함
- 학교의 등교중지를 이용하여 인위적으로 전염시키는 사례가 발생하였던 것을 고려, 가급적 대상 환자에 대하여 격리수업 체제로 전환 지도
- 전염 유행시기에는 학교내 공동으로 사용하는 물품 등은 차아염소산나트륨 살균제를(500ppm 이상의 농도)이용하여 수시로 소독후 사용

참고 1

유행성 눈병 정보

구분	유행성각결막염(EKC)*	급성출혈성결막염(AHC)**
병원체	아데노바이러스	Picornaviruses속의 enterovirus 70형 또는 Coxsackievirus A24var 형
전파 경로	눈 분비물, 수건, 침구, 직접 접촉, 수영장	
발생 현황	<ul style="list-style-type: none"> ■ 산발성~유행성 ■ 늦여름~초가을에 주로 발생 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 약 5~10년 주기로 유행 ■ 늦여름~초가을에 주로 발생
주요 증상	<ul style="list-style-type: none"> ■ 양안의 충혈, 동통, 눈물, 눈부심 ■ 콧바퀴앞 림프절 종창 ■ 결막하 출혈이 나타나며 ■ 3~4주 지속됨 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 갑작스러운 양안의 출혈, 동통, 이물감, 소양감, 눈부심, 눈물, ■ 안검부종, 결막부종, ■ 콧바퀴앞 림프절 종창이 있을 수 있음 ■ 결막하 출혈반이 70~90%에서 발생, 결막하 출혈은 7~12일에 걸쳐 점차 흡수됨
전염력	발병 2주 정도까지 전염력이 있음	증상발생 후 적어도 4일간 전염력이 있음
합병증	<ul style="list-style-type: none"> ■ 휴유증인 각막 상피하 혼탁이 남아 심해지는 경우 시력저하가 생길 수 있음 ■ 각막상피결손이 생긴 후 상처를 통해 이차감염이 발생하면 휴유증으로 시력이 감소함 	드물지만 결막염을 앓은 수주 후에 사지마비 또는 뇌신경마비가 일어날 수 있음
양상		
치료	바이러스에 대한 특이적인 치료는 없으며 전문의의 진료를 받고 필요 시 염증을 억제하기 위한 안약이나 세균감염을 예방하기 위한 항균제 안약을 점안할 수 있음	

* Epidemic Kerato Conjunctivitis

** Acute Hemorrhagic Conjunctivitis

6. 식중독 예방 및 행동요령

□ 식중독 예방 및 행동요령[학생용]

구분		학생 행동요령
예 방 시	학 교 내	<ul style="list-style-type: none"> ☞ 손씻기(음식 먹기 전, 화장실 사용 후, 재채기 후 등)를 생활화한다. ☞ 식사 도구(식판, 수저)는 이물질이 묻지 않도록 깨끗이 사용한다. ※ 교실 배식 시 <ul style="list-style-type: none"> - 배식 전 실내 환기와 식사 전 책상 위 깨끗이 정리 - 배식 당번은 손을 씻고, 마스크, 위생장갑, 앞치마, 위생모를 착용
	학 교 밖	<ul style="list-style-type: none"> ☞ 비위생적인 조리식품, 부정·불량식품을 사 먹지 않는다. ☞ 식품은 유통기한, 원산지 식품성분(첨가물) 등을 확인한 후 구입한다. ☞ 냉장·냉동식품(소시지, 우유, 아이스크림 등)은 보관상태를 확인한다. ☞ 식중독 의심증세(설사, 복통, 구토, 발열 등) 발생 시 담임선생님 또는 보건담당교사께 알린다.
증세 발생시		<ul style="list-style-type: none"> ☞ 식중독 환자는 치료상태 및 증상을 완치 시 까지 담임선생님 또는 보건담당교사께 알려야한다. ※ 가정에서 식중독 의심증상 발생 시 병원 의사선생님 지시에 따르고 담임선생님께 알린다.

7. 태풍 및 집중호우 행동요령

□ 학생 행동요령

구분	행동 요령
등교 전	<ul style="list-style-type: none"> • 방송 매체(TV, 라디오, 인터넷)를 이용하여 기상 상황을 확인한다. • 등교 전 등·하교 시간 조정과 임시 휴업 등에 대한 연락을 확인한다. • 우산, 우비, 장화 등 우천 대비 용품 사전 준비한다. • 침수 등으로 인하여 등교가 어려울 경우 담임선생님께 알린다.
등·하교 시	<ul style="list-style-type: none"> • 저지대나 상습침수지역은 우회하여 등교한다. • 침수가 예상되는 지하 시설은 출입을 금지한다. • 공사장, 하천, 배수로 주위는 위험하므로 접근하지 않는다(익사 위험). • 전신주, 가로등, 신호등, 고압전선 근처는 접근하지 않는다(감전 위험). • 벼락이 치면 최대한 몸을 낮추고 건물 안이나 낮은 곳으로 대피한다. • 가급적 혼자서 다니지 말고 친구 등과 함께 동행 한다. • 강풍에 날리는 간판 등 물건들을 조심해야 한다. • 호우로 걷기가 어려울 경우 가까운 곳에 있는 안전한 건물로 피한다.
학교에서	<ul style="list-style-type: none"> • 강풍에 대비하여 유리창, 출입문을 꼭 닫는다. • 학교 내 붕괴우려지역(공사장 주변, 옹벽, 경사지 등) 접근하지 않는다. • 물이 새는 곳이나 파손된 곳을 발견하면 선생님께 알린다.
가정에서	<ul style="list-style-type: none"> • 외출을 삼가하되 부득이 외출할 경우에는 등·하교 시 행동 요령에 따른다. • 강풍에 날아갈 우려가 있는 물건들은 집안으로 옮긴다. • 집중호우로 침수되거나 고립 시 옥상 등 안전한 곳으로 대피하고 구조를 요청한다.

8. 기타 여름방학 중 지켜야할 일

※ 다음 사항을 잘 지켜 즐거운 여름방학이 되도록 합니다.

1. 규칙적인 생활을 합니다.
2. 외출을 할 때에는 부모의 허락을 받고 돌아오면 즉시 그 결과를 보고합니다.
3. 다른 지역에 갈 때에는 학교에 연락하고 소재를 밝혀 둡니다.
4. 과제는 계획에 의해 매일매일 충실히 이행하고 개학하면 제출하여 평가를 받습니다.
5. 긴급 사안이 발생하면 지체없이 관계기관이나 학교에 연락합니다.
6. 학생 출입금지 구역은 절대로 가지 않습니다.
(수영금지지역, DVD방, PC 게임방, 유해업소)

가. 교통사고 예방

- * 차도 무단 횡단않기 * 자전거 두 명 이상 타지 않기 * 차도로 다니지 않기
- * 길가에서 장난치며 걷지 않기 * 공유킥보드 타지 않기 * 한눈팔지 않기

나. 익사 사고 예방

- * **깊은 물에서는 절대로 수영을 하지 않습니다.**
- * 절대로 혼자 물놀이를 하지 않습니다.

다. 학교폭력(성폭력) 예방

- * **각종 폭력에 노출되지 않도록 주의합니다.**
- * 여행지 또는 시내에서 모르는 타인과 접촉을 하지 않습니다.
- * 일찍 귀가하고 혼자 다니지 않습니다.

라. 여름철 위생관리

- * **반드시 손을 깨끗이 씻고** 몸을 청결하게 유지합니다.
- * 음식을 항상 주의해서 먹습니다.

마. 감전사고 예방

- * 공사장 및 농업용 전기, 임시로 설치한 전기 시설물에 함부로 손대지 않습니다.
- * 전기 기구를 사용할 때에는 항상 주의합니다.(물 묻은 손으로 만지지 않습니다.)

바. 마약, 약물 오·남용 및 가스사고 예방

- * 환각류나 마약류 등 정신적 질환을 유발할 수 있는 유해물질(약품)은 절대로 먹지 않습니다.
- * **모르는 사람이 준 음료는 절대로 마시지 않습니다.**
- * 가스는 규정에 맞게 올바르게 사용해야 합니다.

사. 음주 및 흡연을 절대로 하지 않습니다.

아. 화재로부터 안전지도

- * 야외활동 시 사전에 부모님께 허락을 받고 활동하며, 숙박 시설의 비상구 등을 사전에 익혀두어야 한다.

자. 기타 위험한 놀이 절대 금지

- * 바쁜 집안 일손을 성실히 돕습니다.
- * 만일 사고가 일어나면 즉시 학교에 연락하여 지시를 받습니다. (☎562-3016)
- * 생명을 고귀하게 알고 감사할 줄 아는 긍정적 사고를 하는 학생이 됩시다.



고충 신고 및 학교폭력 신고망 안내

- 학생 고충, 폭력 신고/상담전화 562-3016 (성내중학교)
- 학교폭력 신고/상담전화 560-1680 (고창교육지원청)
- 학교폭력신고 긴급전화 ☎ 117 (365일 24시간 운영)