

# 겨울철 안전사고 및 예방요령

2019. 12. 9.(월) 제 2019-36호



## "주간 안전 신호등 ●"

- 겨울철 안전사고 : 빙판길 낙상사고, 감기, 저체온증, 뜨거운 물 화상사고 유의하기
- 안전사고 행동요령 : [낙상사고 - 몸 상태 확인, 알리기(선생님) - 병원치료]
- [생각하기] 등하굣길과 우리학교 빙판길 위험지역은 어디인가 생각해 보아요.

## "알아두면 좋은 안전교육자료"

### ◆ 빙판길 낙상사고

- 겨울철 안전사고 1위는 낙상사고
- 주로 뒤로 넘어져, 허리, 엉덩이 부상 위험
- 〈예방법〉
- 장갑을 착용하고, 노면상태를 확인하며 걷기
- 주머니에 손 넣는 행위 NO
- 보폭은 작게 하고 천천히 걷기
- 미끄럼 방지 신발, 얇은 옷 여러 겹 입기
- 넘어진 후 반드시 몸 상태를 확인하고
- 이상이 있으면 바로 병원 치료하기

### ◆ 감기, 감염성 질환

- 〈예방법〉
- 충분한 수면과 규칙적인 운동하기
- 비타민이 풍부한 채소와 과일 섭취하기
- 외출 후 비누로 손 씻기(30초 이상)
- 양치와 가글로 입안을 청결하게 유지하기
- 많은 사람이 있는 곳에 오래 있지 않기
- 찬 공기에 오래 노출되지 않게 하기

### ◆ 저체온증

- 체온이 35℃ 이하인 몸 상태
- 체온이 낮아지면 혈액순환과

- 호흡, 신경 기능이 느려짐
- 추운 환경에 장시간 노출 때 생김
- 영/유아, 노인층에서 주로 발생
- 32℃이하이면 졸리고, 의식 흐려짐, 흐려짐

#### 〈예방법〉

- 땀 흡수가 잘 되는 여러 겹 옷 입기
- 체온을 유지할 수 있는 따뜻한 옷, 신발을 착용
- 장갑, 모자, 귀마개, 목도리 등으로 체온을 유지
- 영/유아, 노인은 눈과 비를 맞지 않도록 유의
- 저체온증 환자는 침낭, 이불, 점퍼 등으로 감싸고
- 뜨거운 음료를 마시게 하여 체온을 높여줌

### ◆ 뜨거운 물 화상

- 어린이 화상사고의 80%가 뜨거운 물 화상사고
- 정수기 등 뜨거운 물 화상사고 주의하기

#### 〈응급 처치법〉

- 즉시 흐르는 차가운 물에 화상부위 씻기
- 깨끗한 거즈나 수건으로 상처를 감싸고 병원이송

"겨울철 안전 첫걸음은  
장갑을 끼는 것에서 시작됩니다."

\*전북안전 매뉴얼(앱)에서 '겨울철 안전'을 검색하여 동영상으로 배워요.

## 이야기 해봐요

큰 부상으로 이어지는 낙상사고를 예방하려면 어떻게 해야 할까요?

답 예시) 먼저, 등하굣길과 학교 내에 빙판길을 확인하여 모래를 깔고 천천히 걷는다.  
반드시 장갑을 착용하고, 호주머니에 손을 넣지 않고 걷는다.  
장기적으로는 학교측에 빙판길 보수를 건의한다.

4E everyone  
everyday  
everywhere  
everything  
누구나  
매일 매일  
어디서나  
모든 것까지  
안전할 권리

전라북도교육청  
JEOLLABUKDO OFFICE OF EDUCATION