

11월 가정연계교육자료

나를 지키고 **참**착하게 대처하려면 **반**드시 익혀야하는!!



엄마, 아빠와 함께하는 **나·침·반** 안전교육



11月

[보건안전] 화상, 뜨거운 물에 데었어요!

[약물안전] 음주운전, 절대 안돼요!

[교통안전] 비행기 내에서 안전수칙을 실천해요!

[생활안전] 겨울철 난방용품! 따뜻하고 안전하게 사용해요!

[재난안전] '해외안전여행앱'으로 행복한 여행되세요!

[신변안전] 내 자녀를 위해 이렇게 해주세요!



경기도교육청

나를 지키고 **참**착하게 대처하려면 **반**드시 익혀야하는!!

엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반 “보건”안전교육

11月

화상, 뜨거운 물에 데었어요!

손상 깊이에 따른 화상의 종류?

1도화상 : 표피층만 손상된 상태, 화상 입은 부위에 홍반 생김(통증 및 발진)

2도화상 : 표피전부와 진피 일부가 손상된 상태로 물집이 생김(심한통증과 물집)

3도화상 : 표피, 진피 전층과 피하지방, 신경손상까지 있음(통증을 느끼지 못함)



내 아이 서클렌즈, 올바르게 사용하고 있나요?

서클렌즈는 되도록 사용하지 않는 것이 눈 건강을 지키는 가장 좋은 방법이지만, 꼭 사용을 해야 한다면 아래 사항을 주의하도록 합니다.

- ▶ 색소가 묻어나지 않는 안전한 제품을 사용한다.
- ▶ 렌즈 착용 전 손을 깨끗하게 씻는다.
- ▶ 렌즈 착용시간은 4시간을 넘지 않도록 한다.
- ▶ 친구들과 함께 사용하지 않는다.
- ▶ 렌즈를 끼고 자는 일이 없도록 한다.
- ▶ 전용세척액으로 매일 깨끗이 세척 하도록 한다.
- ▶ 눈이 충혈 되거나 따가움이 있다면 사용을 중지하고 안과에 간다.

자녀와 함께 풀어보는 보건 안전 퀴즈!

Q1. 화상 시 응급처치 및 주의사항으로 잘못된 것은?

- ① 화상부위를 즉시 흐르는 물이나 생리식염수로 10분 이상 씻는다.
- ② 젖은 옷은 위험하므로, 피부에서 얼른 떼어 낸다.
- ③ 통증 제거를 위해 냉찜질을 하는 경우, 얼음이 직접 피부에 닿지 않게 한다.

Q2. (O,X 퀴즈) 화상으로 인해 물집이 발생했을 때, 즉시 물집을 터뜨려 제거해야 추후 흉터가 남지 않는다.(O, X)

Q3. (O,X 퀴즈) 서클렌즈는 일반 콘택트렌즈에 비해 색소가 추가되는 만큼 렌즈에 산소투과율이 낮고 표면이 거칠어 각막에 상처를 주기 쉽고 착색제가 눈을 자극해 결막염을 일으킬 수 있다.(O, X)

<정답 및 해설>

Q1(해설) 정답 ② 옷을 억지로 떼어 내다가 피부까지 떨어져 손상을 입을 수 있으므로 병원에 가도록 한다.

Q2(해설) 정답 X 물집을 억지로 터뜨리면 물집상처로 인해 세균에 감염될 수 있으므로 유의한다.

Q3(해설) 정답 ○ 서클렌즈는 시력교정을 위해 사용하는 렌즈에 색을 입히거나 눈을 크게 보이게 하는 등 미용기능을 더한 렌즈를 말한다. 그로 인해 안구건조증, 각막염, 2차 세균감염 등이 일어날 수 있으므로 유의하고, 특히 초등학교 시기는 눈 건강을 위해 사용하지 않도록 한다.

나를 지키고 **참**착하게 대처하려면 **반드시** 익혀야하는!!



엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반 “약물”안전교육

11月

허용적이고 관대한 성인 음주 문화
대중매체 속에서 술은 사교성,
긴장감 해소 수단으로 포장



술 권하는 사회에 노출된 청소년들
음주 시작 연령 낮을수록 음주량 증가
알코올 의존성(알코올 중독) 높음



무절제한 음주가 사회에 미치는 영향

- 첫째, 사회 불안 초래 : 교통사고(음주운전), 폭행, 성 문제(성폭력 피해자, 가해자), 정신과적 문제(우울, 자살) 등이 발생한다.
- 둘째, 가족 관계 악화 : 가정불화, 아동 학대와 폭력이 가정을 파괴하고 해체된 가족이 다시 술을 찾는 악순환이 되풀이 된다.
- 셋째, 사회경제적인 비용 지출 : 음주를 위해 지출된 비용과 질병 발생으로 인해 지출되는 의료비, 생산성 저하 및 실직, 음주로 인해 발생하는 질병 치료비용과 이로 인한 조기 사망에 의한 생산인력 손실, 음주운전단속 비용, 음주를 하지 않고 다른 활동을 했을 때의 기회비용 등 사회경제적인 비용이 술로 인해 손실되고 있다.



올바른 음주 문화

- 첫째, 일생 술을 마시는 것을 시작하지 않는다.
: 술을 마시지 않고도 즐길 수 있는 대안활동을 찾아서 한다.
- 둘째, 술을 마실 기회가 있더라도 ‘아니’라고 거절할 줄 알아야 한다.
: 술을 억지로 권하지 않는다. 술을 마시고 싶지 않을 때 거절하는 기술, 인간관계 훈련, 사회기술 등을 익힌다.
- 셋째, 금주가 어렵다면 절주한다.
: 과음이 우려되는 상황을 피하고 절주가 생활화될 때까지 술을 많이 마시는 사람과의 만남을 자제한다.

음주운전, 절대 안돼요!



도로교통법 제44조(술에 취한 상태에서의 운전 금지)

- ① 누구든지 술에 취한 상태에서 자동차 등을 운전하여서는 아니 된다.
- ④ 제1항에 따라 운전이 금지되는 술에 취한 상태의 기준은 운전자의 혈중알코올농도가 0.05퍼센트 이상인 경우로 한다.



음주운전, 얼마나 위험할까요?

- ▶ 2014년 경찰청 통계에 따르면 2013년 한 해 동안 음주운전사고는 26,589건이 발생하였으며 727명이 사망하고 47,711명이 부상을 당하여 하루 평균 2명이 사망하고 131명이 부상을 당하는 셈입니다.
- ▶ 음주운전은 순간의 잘못된 선택으로 나와 다른 사람의 행복과 재산을 한 순간에 앗아갈 수 있는 범죄입니다.



(이미지 출처 : 정책공감)

나를 지키고 **참**착하게 대처하려면 **반**드시 익혀야하는!!



엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반

“교통”안전교육



11月

비행기 내에서 안전수칙을 실천해요!



비행기 내에서 안전수칙을 실천해요

- ▶ 비행기 탑승 후 승무원의 안전수칙을 집중해서 잘 들어요.
- ▶ 비행기 이 착륙시에는 창문 덮개를 올려 시야를 확보해요.
- ▶ 커피나 음료보다는 물을 자주 마셔 수분을 보충해요.
- ▶ 좌석은 함부로 옮기지 말고 지정된 좌석에서 안전벨트를 착용해요.
- ▶ 무거운 물건은 선반위에 두지 말고, 수하물로 발송해요.



위급상황 시 골든타임 90초를 기억해요

- ▶ 90초 규칙 : 비행기 추락사고가 일어났을 때 생존율을 높이는 승객 전원 탈출을 위한 소요 시간
- ▶ 브레이스 포지션(Brace Position) : 비행기 추락사고가 일어났을 때 생존율을 높이는 충격 방지 자세로 안전벨트를 착용하고 두 손은 깍지를 끼고 머리 뒷부분을 감싸 팔뚝으로 앞좌석 등받이에 붙이는 자세이다. 앞좌석이 없을 경우 허리를 숙이고 머리를 무릎 사이에 밀착시킨다.



자녀와 함께 풀어보는 교통안전퀴즈!

Q1. 다음 중 비행기 사고 시 대처요령으로 부적절한 것은?

- ① 기내 탑승 시 안전벨트 매기
- ② 의자에 웅크린 자세를 취하기
- ③ 뽀족한 기구 모두 버리기
- ④ 기내 탈출 전 구명조끼 부풀리기

Q2. (O, X 퀴즈)

- ▶ 화재에 대비하여 비상구 위치를 기억한다.(O, X)
- ▶ 산소마스크는 상대적으로 약한 아이부터 씌워준다.(O, X)
- ▶ 비상슬라이드에 오르기 전엔 하이힐, 금속 안경 등 뽀족한 것을 벗는다.(O, X)

<정답 및 해설>

Q1(해설) 정답 ④비행기가 물에 빠졌을 때, 기내 탈출 전에 구명조끼를 부풀리면 상황에 따라 탈출이 어려우며 매우 위험하다. 반드시 기내 탈출 후에 구명조끼를 부풀리도록 한다.

Q2(해설) 정답 O, X, O 비행기 탑승 할 때에는 위급상황 시에 대비하여 비상구 위치를 확인하고, 산소마스크는 반드시 어른부터 착용한 후 아이에게 씌어야 한다. 또한, 비상슬라이드(튜브)에 오를 때에는 튜브가 찢어질 수 있으므로 날카로운 하이힐, 금속 안경 등은 벗도록 한다.

나를 지키고 **참**착하게 대처하려면 **반**드시 익혀야하는!!


엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반 “생활” 안전교육

11月






“포근한 겨울을 위하여”
안전한 난방용품 사용법


 **매년 증가하는 난방용품 사고**

01 전기장판 사고건수



연도	건수
2011년	259건
2012년	310건
2013년	333건
2014년	464건

02 핫팩 사고건수



연도	건수
2011년	18건
2012년	20건
2013년	27건
2014년	42건

 **안전한 난방용품 사용법**

전기난로




이불, 커튼 등
가연성 물건은 멀리



어린이, 애완동물
접근 금지



모, 신발 등
건조용으로 사용 금지



창문은 조금
열어 두기

전기장판



플러그와 콘센트는
완전 접촉



접거나 무거운 것
올리지 않기



5시간 사용 후
1시간 끄기



KS마크/KC마크/Q마크
등 인증마크확인






HOT



핫팩



속옷 위나 수건으로
싸서 사용



장시간 동일부위
부착 금지



이불 내부에서
사용 금지



다른 난방기구와
사용 금지

가습기




머리 근처에
두지 않기




매일 가습기 청소
및 물 교체




실내온도 20℃,
습도는 40~60% 유지



세척 후 햇볕에
바짝 말리기

 **안전한 전기사용 5대 약속**

01


문어발식 콘센트 사용 X

02


난방용품 사용 후 반드시
전원 차단

03


장기간 사용하지 않은 경우
고장여부 확인

04


가연성 물질(이불, 소파 등)
가까이에서 난방용품 사용 X

05


KS마크 등 공인인증된
난방제품을 구입



전기안전 문의는
1588-7500
(한국전기안전공사)

자료: 한국전기안전공사, 한국소비자원

나를 지키고 **참**착하게 대처하려면 **반**드시 익혀야하는!!



엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반

“재난”안전교육

11月

“해외안전여행앱”으로 행복한 여행되세요!



해외여행 중 도난사고를 당했다면, 행동요령은?

도난/분실	여권 분실	가까운 현지 경찰서를 찾아가 여권분실 증명서를 만듭니다. 재외공관에 분실 증명서, 사진 2장(여권용 컬러사진), 여권번호, 여권발행일 등을 기재한 서류를 제출합니다. 급히 귀국해야 할 경우 여행증명서를 발급받습니다.
	현금 및 수표 분실	여행경비를 분실·도난당한 경우, 신속해외송금지원제도를 이용합니다. 여행자 수표를 분실한 경우, 경찰서에 바로 신고한 후 분실 증명서를 발급받습니다.
	항공권 분실	항공권을 분실한 경우, 해당 항공사의 현지 사무실에 신고하고, 항공권 번호를 알려줍니다.

- 영사콜센터 - 24시간 연중무휴

- 국내: 02)3210-0404(유료) • 해외: +822-3210-0404(유료)
- 국가별 접속번호 +800-2100-0404(무료)



해외여행 경보(신호등) 제도란?

- 우리나라 외교부는 4가지 색상으로 국외 여행 경보 단계를 알리는 ‘여행경보 신호등’ 제도를 도입해 시행하고 있습니다.
- 여행경보제도는 국가별 안전수준을 고려해 지정하며, 해외여행을 하는 우리 국민에게 안전 행동요령을 제시해 줍니다.



안전한 해외여행! 엄마와 함께 동영상 시청해요~

- 해외안전여행 홈페이지(외교부) <https://www.0404.go.kr/dev/main.mofa?mpc=Y>
[포털사이트에서 “해외안전여행”을 검색해보세요]



해외안전여행 홈페이지 접속
→미디어센터 클릭



미디어센터→방송/동영상 클릭
→안전여행 영상보기



‘해외안전여행 어플리케이션’ 함께 스마트폰에 설치해봐요~



나를 지키고 **침**착하게 대처하려면 **반**드시 익혀야하는!!



엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반 “신변·폭력” 안전교육



11月



내 자녀를 위해 이렇게 해주세요.

1. 자녀들에게 사소한 괴롭힘도 폭력임을 알려주세요.	2. 매일 자녀의 학교생활과 친구와의 관계에 대해 대화를 나누세요.
3. "무슨 일이 있으면 꼭 엄마, 아빠한테 얘기해, 우리는 항상 네 편이다" 라고 이야기해주세요.	4. 휴대폰 안 쓰는 시간 약속 하기 등 건강한 휴대폰 사용 습관을 길러 주세요.
5. 비싼 물건이나 전자제품 등을 학교에 가지고 가지 않도록 해주세요.	6. 학교폭력을 목격하거나 사실을 알았을 때 선생님이나 부모님에게 꼭 이야기하도록 당부해주세요.
7. 자녀에게 상대방의 마음을 이해하는 태도를 갖도록 가르쳐주세요.	8. 주변의 학교폭력 관련 기관 정보를 미리 알려주세요.
9. 학부모 대상의 학교폭력 예방교육에 적극적으로 참여해주세요.	10. 자녀의 담임선생님과 주기적으로 상담하세요.

<학교폭력으로 도움이 필요할 땐?>

- 117학교폭력신고센터 (☎117)
- 청소년폭력예방재단 학교폭력 SOS지원단 (☎1588-9128)
- 청소년 전화1388 (☎1388)
- Wee센터(전국 시·도교육청) (☎02-2057-8701~7)
- 여성 긴급전화 (☎1366)

나를 지키고 침착하게 대처하려면 반드시 익혀야하는!!



엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반 “신변·폭력” 안전교육

11月

<학교폭력 피해학생의 징후>

- ☞ 학교 성적이 급격히 떨어진다.
- ☞ 학원이나 학교에 무단결석을 한다.
- ☞ 갑자기 학교에 가기 싫어하고 학교를 그만두거나 전학을 가고 싶어 한다.
- ☞ 학용품이나 교과서가 자주 없어지거나 망가져 있다.
- ☞ 노트나 가방, 책 등에 낙서가 많이 있다.
- ☞ 교복이 더럽혀져 있거나 찢겨 있는 경우가 많다.
- ☞ 학교에 가거나 집에 올 때 엉뚱한 교통 노선을 이용해 시간이 많이 소요된다.
- ☞ 괴롭힘에 의한 다른 아이들의 피해에 대해 자주 말한다.
- ☞ 문자를 하거나 메신저를 할 친구가 없다.
- ☞ 친구 생일파티에 초대를 받는 일이 드물다.
- ☞ 친구의 전화를 받고 갑자기 외출하는 경우가 많다.
- ☞ 전화벨이 울리면 불안해하며 전화를 받지 말라고 한다.
- ☞ 자신이 아끼는 물건을 자주 친구에게 빌려 주었다고 한다.
- ☞ 몸에 상처나 멍 자국이 있다.
- ☞ 머리나 배 등이 자주 아프다고 호소한다.
- ☞ 집에 돌아오면 피곤한 듯 주저앉거나 누워 있다.
- ☞ 작은 일에도 깜짝깜짝 놀라고 신경질적으로 반응한다.
- ☞ 몸을 움직이는 일을 하지 않으려 하고 혼자 자기 방에 있기를 좋아한다.
- ☞ 학교에서 돌아와 배고프다며 폭식을 한다.
- ☞ 내성적이고 소심하며 초조한 기색을 보인다.
- ☞ 갑자기 격투기나 태권도 학원에 보내 달라고 한다.
- ☞ 부모와 눈을 잘 마주치지 않고 피한다.
- ☞ 쉬는 날 밖에 나가지 않고 주로 컴퓨터 게임에 몰두하며 게임을 과도하게 한다.
- ☞ 전보다 자주 용돈을 달라고 하며, 때로는 훔치기도 한다.
- ☞ 복수나 살인, 칼이나 총에 대해 관심을 보인다.
- ☞ 전보다 화를 자주 내고, 눈물을 자주 보인다.

<학교폭력 가해학생의 징후>

- ☞ 부모와 대화가 적고, 반항하거나 화를 잘 낸다.
- ☞ 사주지 않은 고가의 물건을 가지고 다니며, 친구가 빌려준 것이라고 한다.
- ☞ 친구관계를 중요시하며, 밤늦게까지 친구들과 어울리느라 귀가시간이 늦거나 불규칙하다.
- ☞ 감추는 게 많아진다.
- ☞ 집에서 주는 용돈보다 씹씀이가 크다.
- ☞ 다른 학생을 종종 때리거나, 동물을 괴롭히는 모습을 보인다.
- ☞ 자신의 문제 행동에 대해서 이유와 핑계가 많고, 과도하게 자존심이 강하다.
- ☞ 성미가 급하고, 충동적이며 공격적이다.



<이미지출처 : 교육부>