

안전하고 신나는 추석연휴

야외활동 안전수칙



- 여행을 떠나기 전 **응급처치** 요령을 충분히 익힙니다.
- **벌 쏘임 사고** 피해가 나지 않도록 주의합니다.

- 1) 벌 쏘임 사고 피해를 예방하기 위한 행동요령
 - ▶ 벌집 가까이 접근하지 말고, 즉시 119나 전문가에게 제거 요청
 - ▶ 야외활동 시 청량음료나 과일 등 단 음식은 가급적 멀리 둬
 - ▶ 말벌퇴치용 스프레이나 물파스 등 휴대, 자극적 향수와 화장품 등 사용 가급적 자제하고 밝고 화사한 색상의 옷은 입지 않도록 함
- 2) 벌에 쏘였을 경우 응급조치 요령
 - ▶ 족집게나 핀셋으로 빼낼 경우 독이 더 퍼질 수 있으니, 신용카드 등으로 면도하듯 밀어서 빼냄
 - ▶ 알레르기 반응이 예상되면 신속히 119에 신고해 도움을 요청하여 병원에 가서 치료를 받아야 함
 - ▶ 붓는 증상이 발생하면 반지 등의 악세사리를 제거하고, 손상부위를 심장보다 낮게 유지하여 안정을 취해야 함

- 산 속에 있는 성묘를 할 때 **뱀 물림 사고**에 주의합니다.

- 1) 뱀 물림 사고 피해를 예방하기 위한 행동요령
 - ▶ 어른들과 함께 벌초시에는 두꺼운 등산화를 반드시 착용
 - ▶ 잡초가 많아 길이 잘 보이지 않을 경우 지팡이나 긴 장대로 미리 헤쳐 안전유무를 확인
- 2) 뱀에 물렸을 경우 응급조치 요령
 - ▶ 뱀에 물린 사람은 눕혀 안정시킨 뒤 움직이지 않게 함
 - ▶ 물린 부위가 통증과 함께 부풀어 오르면, 물린 곳에서 5~10cm 위쪽(심장쪽)을 끈이나 고무줄, 손수건 등으로 묶어 독이 퍼지지 않게 하고, 신속히 병원으로 이송
 - ▶ 뱀에 물린 부위를 입으로 빨아내는 방법은 입에 상처가 있거나 충치가 있는 경우 매우 위험
 - ▶ 독사는 머리가 삼각형이고 목이 가늘며, 물리면 두 개의 독니 자국이 나타남
 - ▶ 뱀에 물린 후 가능한 경우, 휴대전화기 또는 카메라로 뱀을 찍어 의사에게 보이면 정확한 해독제를 신속히 조치

야외활동 안전수칙

- 잔디나 풀밭에 함부로 앉지 않습니다. (쯔쯔가무시증, 신증후군출혈열, SFTS 예방)
- 손 씻기, 익혀먹기, 끓여먹기 등 관련 수칙을 활용하여 명절음식 섭취 시 **식중독을 예방**합니다. (장거리 이동 시 차안에서 음식섭취 주의!)
- 차량을 타고 이동할 때에는 전 좌석 **안전벨트**를 **착용**하고, 이동 중에는 장난을 치지 않습니다.

성폭력피해 예방수칙

<성폭력을 예방하는 실천 : “ 내 몸 지키기 세븐”>

- | | |
|---------------|------------------|
| 1. 친구와 함께 다니기 | 2. 낯선 사람 따라가지 않기 |
| 3. “싫어요”소리치기 | 4. 남의 차 타지 않기 |
| 5. 소리쳐 위험 알리기 | 6. 빈틈 타 도망가기 |
| 7. 부모님께 말하기 | |

