

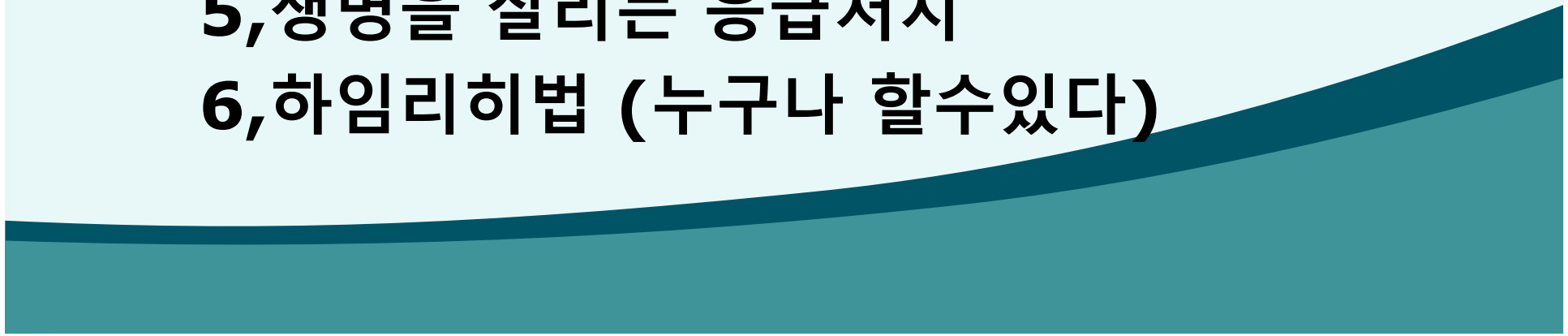
어르신들이 안전한 행복 전남을 위한
2020 남도안전학당 생활안전교육

2020

- 남도안전학당
- 강사 천 만 일



어르신 생활 안전 교육?

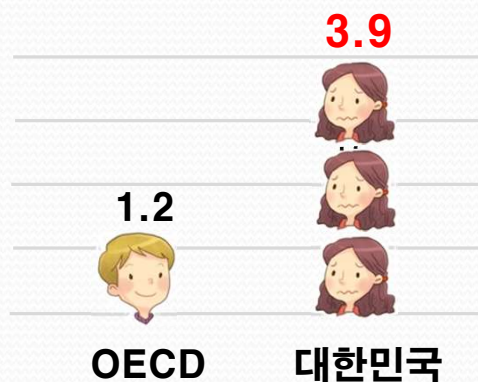
- 1, 교통사고(**횡단보도**)
 - 2, 미세먼지 예방수칙
 - 3, 폭염 , 일사병, 열사병: 온열환자
 - 4, 진드기 예방법
 - 5, 생명을 살리는 응급처치
 - 6, 하임리히법 (누구나 할수있다)
- 

001 교통사고현황

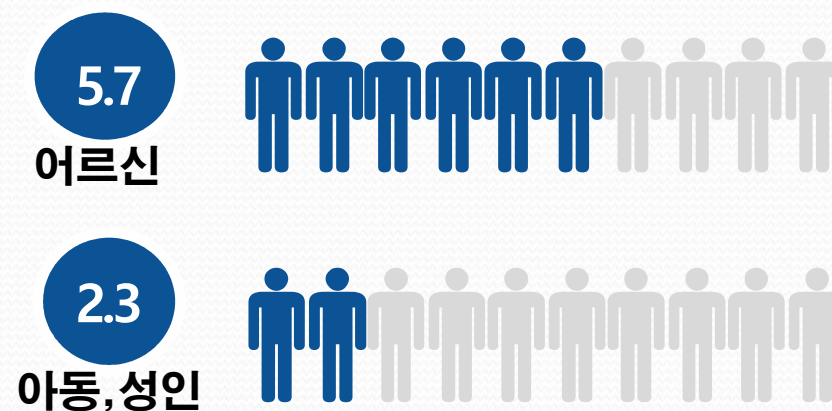
차량 승차 중 사망자 수(명)



우리나라 보행자 사망사고(명)



어르신보행자 비율



전체 보행자 사망사고 중
어르신 비율 **60%**

교통안전계

001 보행 3원칙



보행자 사고 원인분석

차를 **보지 않고** 건너기 때문에 사고 발생,
뛰어갈 경우 더 안보이기 때문에 사고 발생확률 **↑**



보행자 사고는 운전자 책임? 보행자 책임?

운전자에게 책임을 물을 수는 있지만
보행자를 살릴 수는 없습니다.



보행자도 스스로를 지키는 방어보행 필요

전동차 안전하게 타기



전동차 안전하게 타기



위험한 전동차 두분이 타기엔...

주차 위반

대한민국정부

여기에 주차하면
즉시 과태료



소방시설 5m 이내

소화용수시설, 비상소화장치 등

과태료 8~9만원



교차로 모퉁이 5m 이내

교차로구간 양방향으로 5m

과태료 4~5만원

주차 위반



버스정류장 10m 이내

정류장 앞 뒤 각각 10m

과태료 4~5만원



어린이보호구역 내

유치원, 초등학교 등 출입문 반경 300m이내

과태료 8~9만원

4월 17일부터입니다. 안전운전 하세요

① 횡단보도건너기



보행 규칙



→ 도로를 주행하는 농기계는 등화장치 부착을!

- 방향지시등, 차폭등, 야광반사판 등을 부착한다.
- 야간주행, 선회, 주정차시에는 상황에 맞게 등화장치를 작동시킨다.
- 교통법규를 준수하고 상대차량에게 정보를 제공한다.





©AndScolaid

황국의 살인자 최서면지

6월 2일 (화) 밤 10시

미세먼지

- 정의 : 입자가 매우 작은 $PM_{2.5}$ 는 우리 머리카락의 약 1/20~1/30 정도
산업시설, 자동차 배기가스 등 사람들의 활동 중에 발생하는 것으로 중금속, 유해화학물질 등이 들어있다. 생선 굽기, 고기 굽거나 튀기기, 진공청소기 사용
- 영향 : 폐, 뇌졸중이나 심장마비 등 심혈관계 사망률 증가, 노년층의 인지능력 저하, 자폐아 출산 가능 증가
- 좋은 음식 : 물, 다시마, 미역 등 해조류와 녹황색 채소, 기침, 감기, 기관지염 완화를 위해 생강, 도라지, 배 등

황사 / 미세먼지

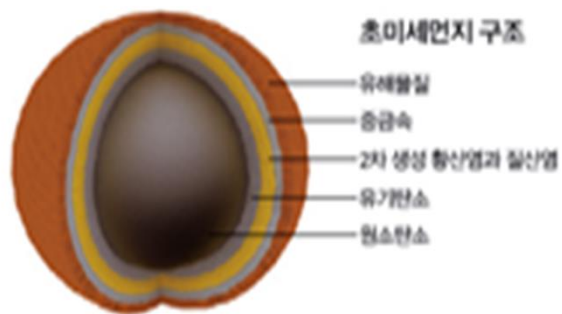
- ▶ **황사:** 중국, 몽골의 사막지대 등에서 불어오는 흙먼지로 입자크기에 대한 기준은 없으나 우리나라에 영향을 미치는 황사는 $1\sim 10\mu\text{m}$ 수준으로, 농작물 등의 생육방해, 반도체공장 등 조업방해, **토양의 산성화 예방**
- ▶ **미세먼지:** 지름이 $10\mu\text{m}$ 이하의 우리 눈에 보이지 않을 정도로 가늘고 작은 먼지입자로 사람의 폐포까지 깊숙하게 침투해 각종 호흡기 질환의 원인이 됨.



황사와 미세먼지의 크기 비교



사진출처: 2015년도 재난안전교육 표준교안

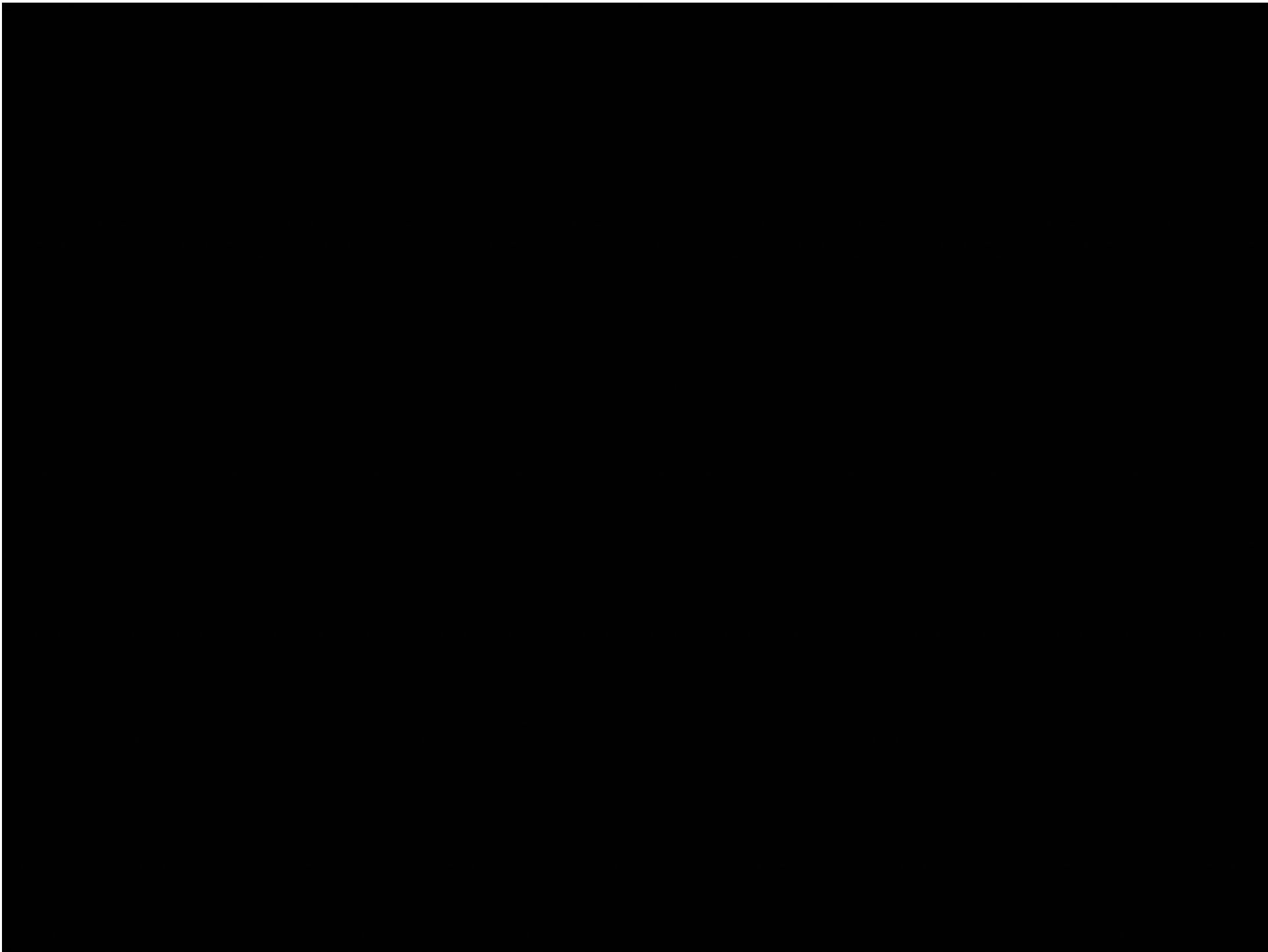


한국의 미세먼지

한겨레

미세먼지 수치가 높은 요즘





황사/미세먼지 예방수칙

자료: 경기도재난안전본부

▶ 회관이나 노인정 집에서

- **논밭일은 절대삼가며 작은일은 실내 작업으로 대체**
- 실외에서 활동을 하고 있는 경우 실내로 신속히 이동
- **창문을 닫고, 빨래는 실내에서 건조하도록 하기**
- 집에 돌아오면 옷을 털거나 빨도록 할 것 (**옷에 붙은 미세먼지 제거**)
- **외출 후 집에 돌아와서 손, 발, 코, 입안을 깨끗이 씻고 양치 하기**
- **흐르는 물에 코를 자주 세척하고, 자주 얼굴을 씻을 것**

▶ 밖에서

- 외출을 해야 하는 상황이라면 **황사방지용 마크가 붙은 마스크 착용**
- **마스크가 없으면 물을 적신 손수건으로 입을 가리고 천천히 길게 호흡**
- **걸게 될 때는 도로변 쪽을 피해 걸을 것 (도로변 쪽의 미세먼지 농도가 높다)**

태풍 호우및 봄 가을 환절기예방

태풍:

- ◆ 해마다 2-3개가온다
- ◆ 피해규모:약1조7천억
- ◆ 복구비:약2조7천억
- ◆ 대부분 인재에 해당됨

호우:

- ◆ 비로인한 수마가 쓸고간비용은 17조에이른다
- ◆ 이전:집중호우:100-200mm
- ◆ 현재:집중호우 강도가 높아졌다 300-500mm까지온다
- ◆ 피해사항:산사태,침수,붕괴등
- ◆ 대한민국도 열대성기후에가깝다

봄 가을 환절기 예방

- 1,등산:낙상방지및뱀,야생동물에 주의
- 2,여행:관광버스 사고예방
- 3,환절기:감기조심(기온차가10도이상)
예방:아침 저녁 따뜻한 옷을입고 가벼운 산책(걷기운동)을 한다
- 4.예초작업등으로 말벌,땅벌등 벌에쏘임주의
-주의:검은옷보다 밝은옷을입고 작업

일사병, 열사병 : 온열 환자란 ?

- 1, 실외 작업 중 장시간 자외선 노출로 **일사병** 위험
- 2, 몸에 열을 장시간 배출하지 못하면 **열사병** 위험

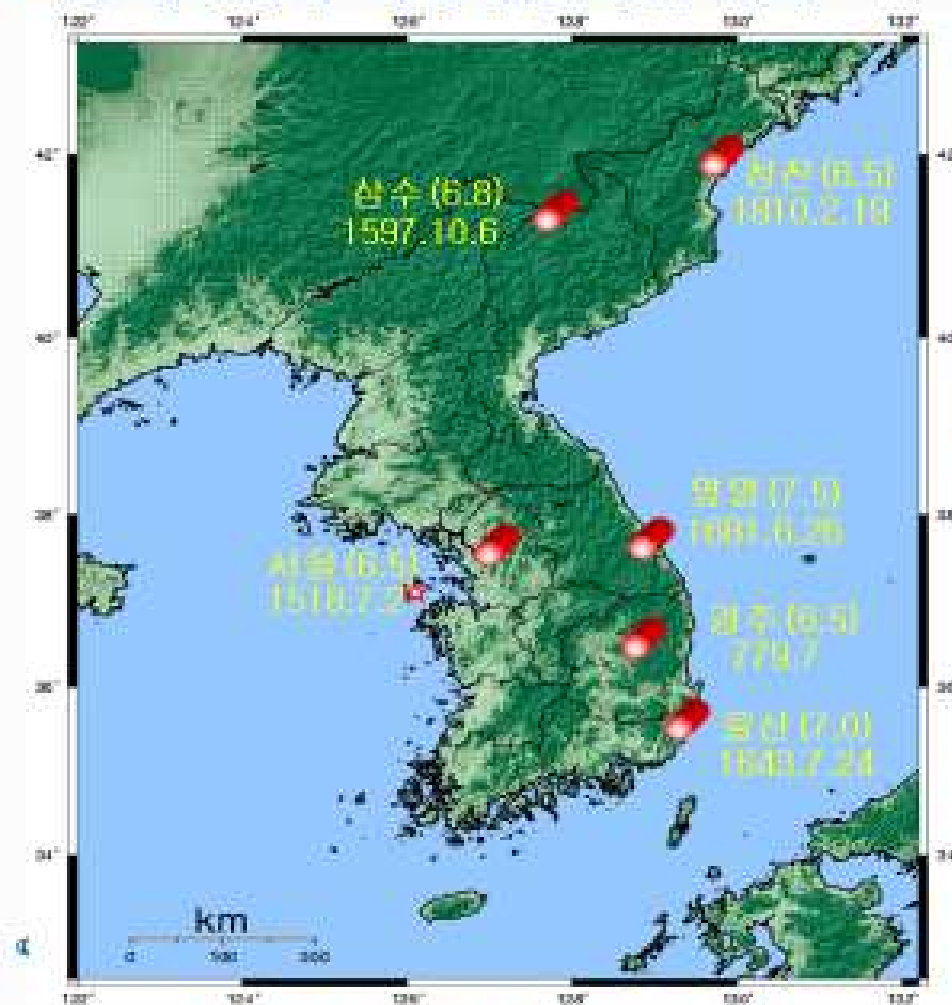


모자나 토시 등을 착용하며 작업 중 물을 자주 마십니다.
11시부터**4**시까지는 실내에서 생활

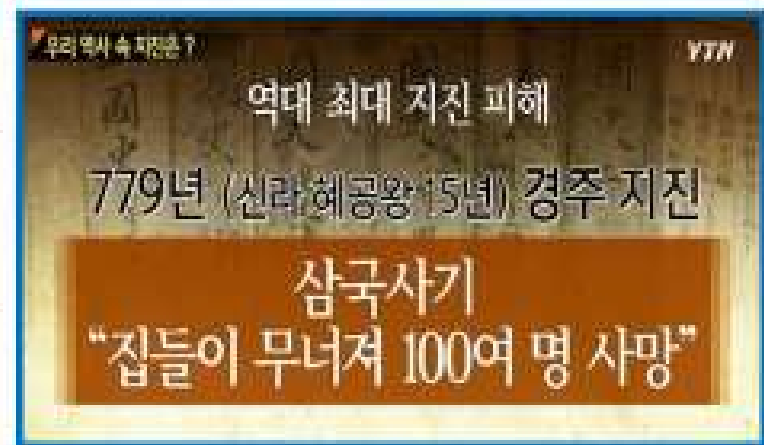
자료: 경기도재난안전본부

지진: 우리나라는 안전할까요?

● 우리나라의 역사적인 지진 기록



출처: 서울시 2017년 빈방위 교육 교재



- ▶ 발생빈도가 낮고
상대적으로 규모 작음
- ▶ 발생위치 불규칙
- ▶ 동서 방향의 압축응력

지진해일 특보발령 시 대피요령

자료: 경기도재난안전본부

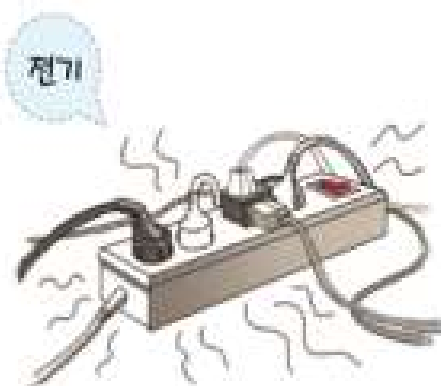
- ▶ 작업중단, 위험물 이동, 고지대로 대피
 - 선박 고정, 먼바다로 대피 (시간적 여유)
 - 해안가 진동 시 신속히 높은 곳으로 대피 **“멀리, 보다 멀리”** (대피원칙)



화재: 우리 모두 조심하기로 약속!

화재가 나는 원인

자료: 경기도재난안전본부



분말소화기 점검 방법



자료: 경기도재난안전본부

소화기 사용방법

자료: 경기도재난안전본부





건강한 여름나기

이렇게 준비하세요!



**물은 자주
마시고!**



**항상
시원하게!**



**휴식은
충분하게!**

**매일매일 기상정보
확인하기**



무더운 날 이런 경우 더 위험합니다!

누구?



고령자 및 독거노인



야외근로자



만성질환자



어린이

어디?



논/밭



야외작업장



차안

위험할때

119

(119구급대), 기상정보 확인할때

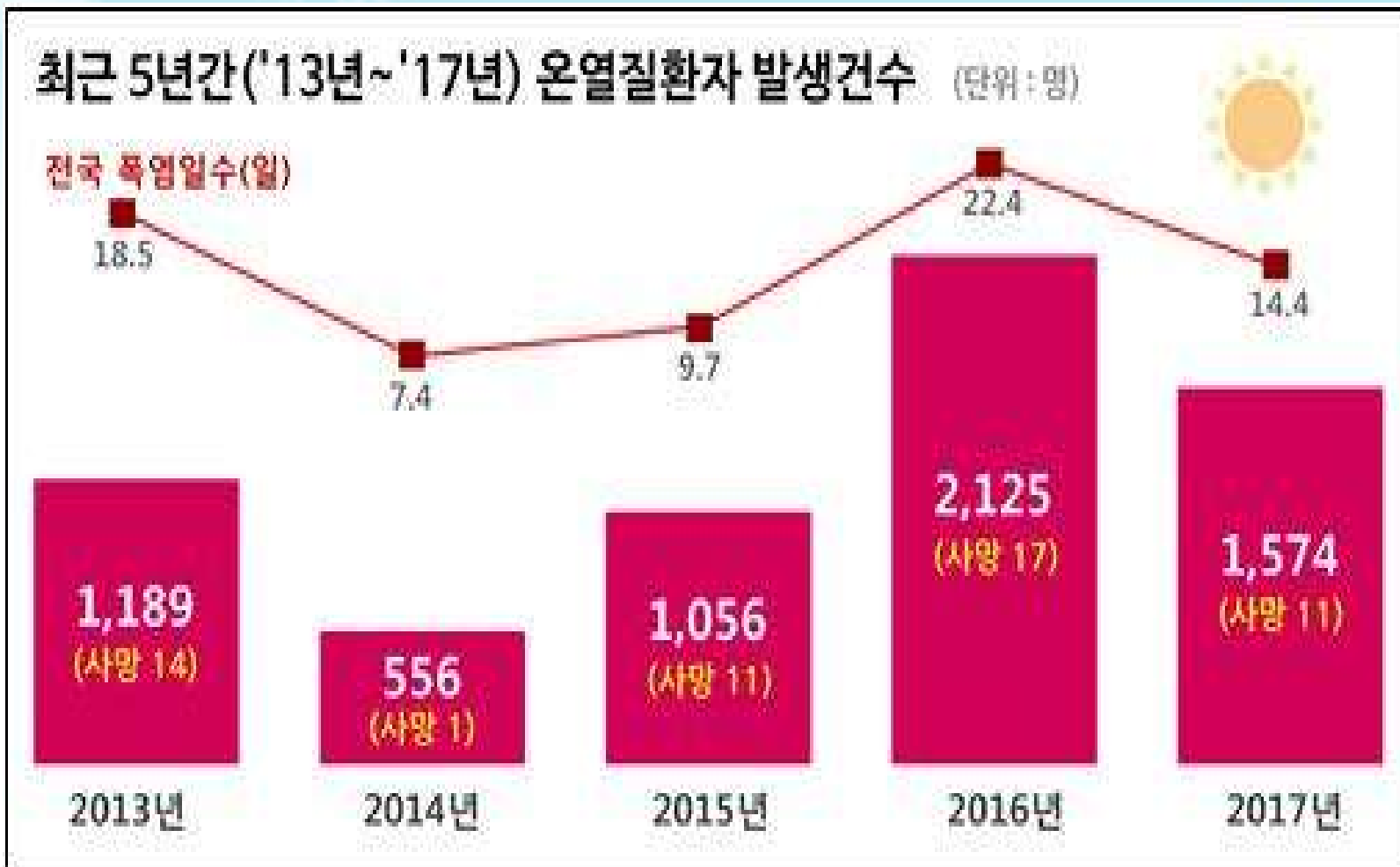
131

(기상청 날씨예보)

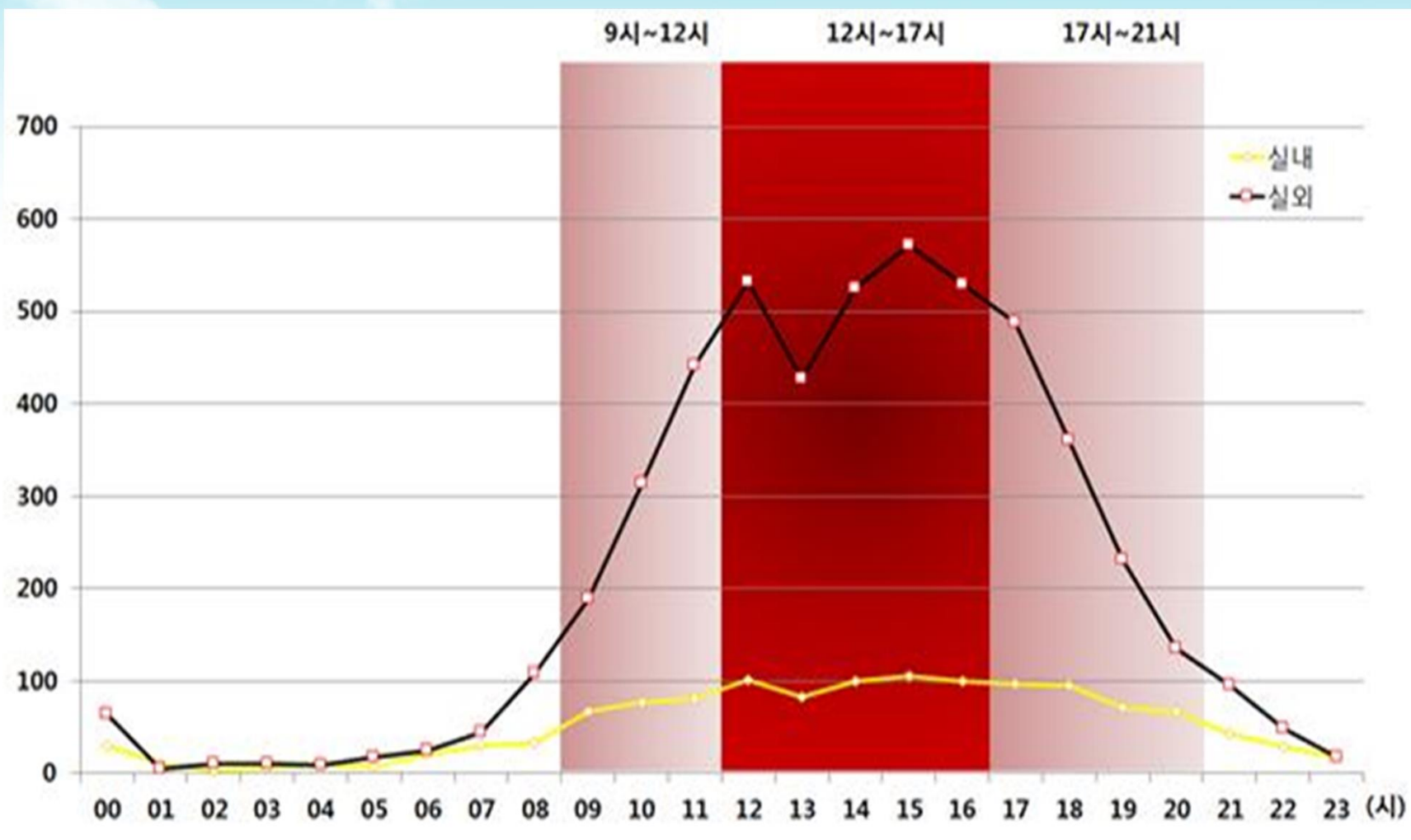


질병관리본부
Korea Centers for Disease
Control & Prevention

온열환자 285명 발생..7월중순 급증



실내, 실외 : 시간별 환자 발생 현황



분기별 환자 발생 현황

2013-2017년 분기별 온열질환자수

■ 환자수(명)

환자 집중발생기간(7.11- 8.20)



아깝다고 제발 먹지 맙시다.



'식중독'을 예방하는 3가지는? 손씻기 · 익혀먹기 · 끓여먹기!



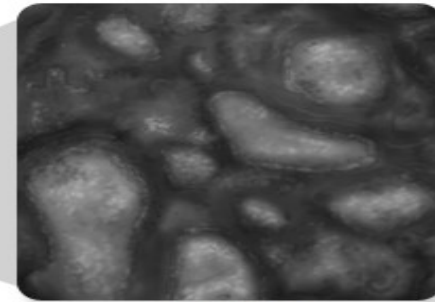
식중독 예방 8대 수칙

- 1. 가능한 음식은 **익혀서** 먹자
- 2. 식사 및 조리 전에는 **손을 꼼꼼히** 씻자
- 3. 칼이나 도마 등 조리 도구를 **청결히** 유지하자
- 4. 조리하지 않은 식품을 다른 식재자에서 분리하자.
- 5. 남은 음식은 바로 냉장보관하자
- 6. 음식을 **상온에 2시간** 이상 유지하지 말자.
- 7. 과일과 채소는 **꼭 세척** 후 먹자
- 8. 냉장고 온도는 **냉장실은 4.4도** 이하, **냉도실은 17.8도** 이하로 유지.

진드기의 습격이란 ?



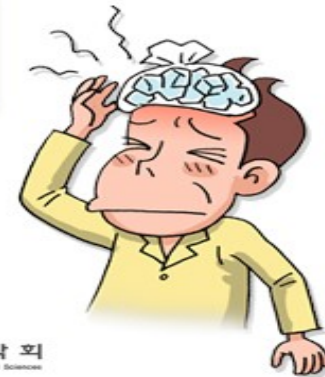
〈그림. 털진드기 유충과 쯔쯔가무시균〉



쯔쯔가무시균
O. tsutsugamushi



쯔쯔가무시병은 쯔쯔가무시균을
보유하고 있는 털진드기에
물렸을 때 감염됩니다.



살인 진드기의 가족

천2



암컷

수컷

약충 유충

살인 진드기 흡혈후 모습

흡혈전 모습



흡혈후 모습



진드기에 물렸다면?

- 1.손으로 떼지말고 핀셋을 사용하세요.
- 2.피부 표면에 최대한 가깝게 진드기 머리 부분을 잡으세요.
- 3.피부에서 수직으로 세워 꾸준한 힘으로 똑바로 당겨주세요.
- 4.당길때 구부리거나 비틀지 않도록 조심.
- 5.머리나 입 부분이 남아있는지 확인한 후 없다면 물과 비누로 깨끗이 닦아내세요.

증상 이란 ?

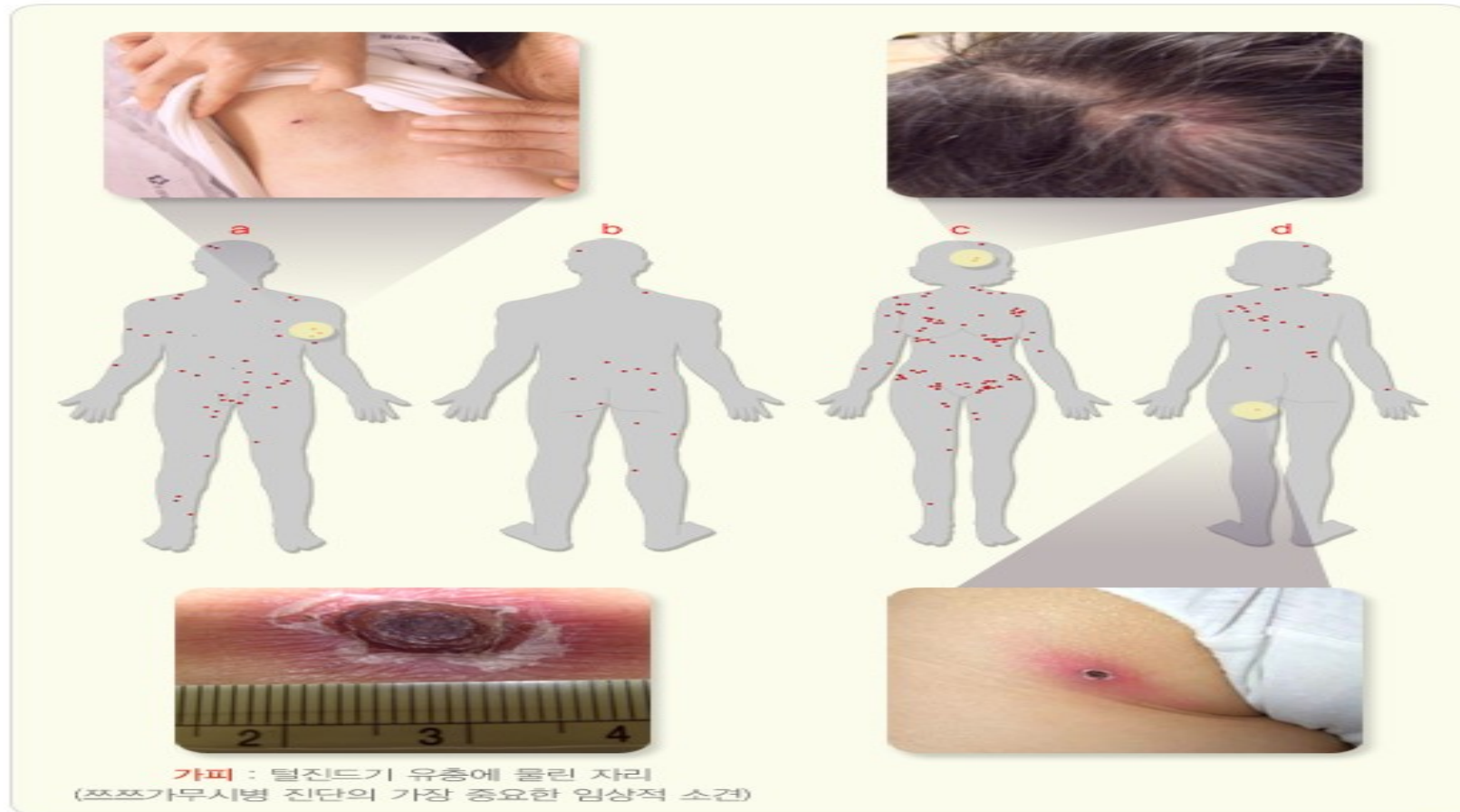
#.진드기에 물렸다면 발열과 피로감, 소화 장애, 설사, 구토, 두통과 근육통, 의식장애, 경련, 기침 출혈등의 증상이 동반한다.

#.아직까지 항바이러스제나 **백신**이 없어 살인 진드기 물리지 않도록 조심하는것이 최선에 예방법인 것으로 알려져 있음.

@,특히 지금부터 **더워지는 8월**까지는 급증 하고 있다.

잘 물리는 부위- **가피**

〈그림. 찰진드기 유충에 물린 자리의 가피〉



Tip 진드기 (작은소참진드기) 안전

자료: 경기도재난안전본부



출처: SBS뉴스(2015.6.28.)

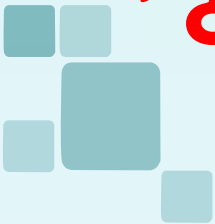
- ▶ 옷이나 노출되는 부분에 기피 살충제를 뿌려요.
- ▶ 양말에 바지를 넣어 보호해요.
- ▶ 돗자리를 사용하고, 풀밭 위에 옷을 벗어두거나, 눕지 않도록 해요.
- ▶ 머리카락, 목, 등, 팔 등에 물린 자국이 있는지 확인해요.
- ▶ 뽕족한 핀셋으로 제거하고, 귀가 후에는 뜨거운 물로 세탁해요.
- ▶ 증상: 고열, 구토, 설사, 혈소판 감소, **2주 정도 경과 후 사망 50%**

톡톡
영상

MBC

살인 바이러스를
갖추고



A cluster of five light blue squares of varying sizes, arranged in a loose, abstract pattern to the left of the title.

생명을 살리는 응급처치란?

- 1, 자신감
 - 2, 나도 할 수 있다
 - 3, 지체없이 시행해야 된다
 - 4, 대가를 바라지 않고 선의로 행해야 된다
- 
- A decorative graphic at the bottom of the slide consisting of two overlapping wavy shapes. The top shape is a dark teal color, and the bottom shape is a lighter teal color, creating a layered, wave-like effect.

응급처치: 상황별 처치 요령

Tip 기도가 폐쇄되었을 때



자료: 경기도재난안전본부

혼자 있을 때



자료: 경기도재난안전본부

- 복부를 의자 등받이, 싱크대와 같이 딱딱한 곳에 압박
- 끝이 뾰족한 곳, 모서리에 명치 부위를 부딪치는 경우 복부 장기 손상 유발 주의

안전은 지식이 아니라 습관입니다.



어르신의 구구팔팔 건강을 응원합니다!

남도안전학당 강사 천 만 일