

발행처 :  
발행일 :  
원 장 :

# 6월 가정통신문

여름철 안전, 우리 아이 지키기

부산영도구  
어린이급식관리지원센터  
Center for Children's Foodservice Management

## 1 여름철 안전사고 유형



휴가 시기가 겹치는 무더운 여름철은  
기온 상승과 잦은 야외활동으로  
안전사고에 있어 주의가 필요해요!



### 여름철에 자주 발생하는 어린이 안전사고

#### 1 물놀이 사고



물놀이 활동 증가로  
익사 등의 사고 확률이 높아요!

#### 2 온열질환



강한 햇빛과 높은 기온으로  
열사병 등 온열질환이  
발생하기 쉬운 계절이에요!

#### 3 식중독



세균과 곰팡이의 증식이 빠른  
계절로 음식이 잘 상하거나  
부패해요!

## 2 여름철 안전사고 원인



- ◆ 물놀이 활동 자체가 급증하여 계곡, 바다, 해수욕장 등의 방문객이 증가해요.
- ◆ 갑작스러운 수심 변화와 파도 등 자연환경의 위험으로 사고가 발생해요.
- ◆ 불편함 등의 이유로 안전장비 미착용으로 사고가 발생해요.



- ◆ 어린이: 성인보다 신진대사율이 높아 열이 많고, 체온조절기능이 충분히 발달하지 않아 땀 생성 능력이 낮아요.
- ◆ 고령자: 땀샘의 감소로 땀 배출이 적어지고, 체온조절기능이 약해요.
- ◆ 고온환경 작업자: 건설현장, 공장, 농장 등 고온 환경에 노출되어 온열질환 발생률이 증가해요.



- ◆ 높은 온도와 습도에서는 식중독균과 곰팡이가 쉽게 번식할 수 있어요.
- ◆ 여름에는 수온 상승으로 어패류에 세균 번식이 증가해요.
- ◆ 더운 공기로 인해 냉장고와 냉동고의 온도가 쉽게 올라가요.



## 3 여름철 안전사고 예방법

### 물놀이 사고 예방법



- 1 준비운동 실시  
근육경련 및 부상을 막기  
위해 물에 들어가기 전에  
준비운동을 실시해요!



- 2 안전장비 착용  
물에 빠지는 것을  
예방하기 위해 구명조끼와  
같은 안전장비를 착용해요!



- 3 가까운 거리 유지  
어린이가 위험하지 않게  
보호자의 시야에서  
벗어나지 않도록 주의해요!

### 온열질환 예방법



- 1 더운 시간대 활동 자제  
오후 12시부터 5시까지는  
야외활동을 자제하고,  
시원한 곳에 머물러요!



- 2 충분한 수분 섭취  
체온 조절 및 탈수 예방을  
위해 규칙적으로 물을  
자주 마셔요!

#### ★ 온열질환 발생 시 대처 방법 ★

탈진, 급격한 체온 증가, 경련 등의 증상이  
나타나면 시원한 곳으로 장소를 옮기고,  
심각한 경우 즉시 119에 신고해요!

### 여름철 식중독 예방법



- 1 끓여먹기 & 익혀먹기  
육류, 어류, 난류는  
숙까지 완전히  
익혀 먹어요!



- 2 세척하기 & 소독하기  
조리도구(칼, 도마 등)와  
식기는 세척 후 락스나 끓는  
물을 이용하여 소독해요!



- 3 냄새, 상태가 좋지 않은  
음식 먹지 않기  
음식이 쉽게 상하는 여름에는  
먹거나 요리하기 전에 식품  
상태를 확인해요!

출처: 식품의약품안전처, 국민재난안전포털, 국가건강정보포털