

# 목차

1. 도레미 가족의 평일 생활안전 .....	1
1) 도레미 엄마의 하루 (중·장년 여성) .....	1
- 주방에서 .....	3
위험1: 압력솔!! 순간의 부주의가 화를 부를 수 있어요	
위험2: 익숙한 주방도구에 가장 많이 다칩니다	
위험3: 냉장고를 너무 믿지 마세요	
- 가정 내 에너지 절약 방법 및 가전제품 안전관리 .....	6
우리의 실천으로 백색가전이 녹색가전으로	
2) 도레미 아빠의 하루 (중·장년 남성) .....	9
- 운전할 때 .....	11
위험4: 운전할 때는 한순간의 부주의에도 큰 사고가 일어납니다	
- 가정 내 감전/화상 .....	14
위험5: 샤워 후 드라이기 사용이나 설부른 전자제품 수리는 감전사고의 주범	
3) 도레미 고모의 하루 (청년) .....	17
- 승강기 이용 .....	19
위험6: 엘리베이터에 갇혔을 때 스스로 탈출하는 행위는 위험해요	
위험7: 고무 재질 슬리퍼를 신었을 때는 에스컬레이터에 발이 끼어 다칠 위험이 더 커져요	
- 도로에서/이동할 때 .....	22
위험8: 지하철에 탈 때는 늘어진 옷이나 액세서리가 끼지 않게 주의해요	
위험9: 버스에서 내릴 때 오토바이가 지나가는지 한 번 더 확인!	
위험10: 버스 중앙차로에서는 길 건널 때 더욱 조심!	
- 공연장 및 행사장에서 .....	23
위험11: 위급상황이 생기면 앞사람을 무조건 따라가지 말고 비상구를 먼저 찾아요	
4) 도레미 할아버지의 하루 (고령자) .....	25
- 가정 내 .....	27
위험12: 꾸준한 운동은 넘어짐과 미끄러짐 사고를 줄이는 가장 큰 보험	
위험13: 전기매트, 생각없이 사용하면 큰 화상을 입습니다	
- 실외활동 .....	30
위험14: 아무리 익숙한 계단이라도 방심하지 말고 손잡이를 반드시 잡습니다	
위험15: 무덥고 햇빛이 강한 여름날에는 실외활동을 자제해야 열사병을 막을 수 있어요	
위험16: 고령자는 교통사고 사망률이 매우 높기 때문에 각별한 주의가 필요해요	

---

5) 도레미의 하루 1 (미취학아동 실외) .....	33
- 보행 중.....	35
위험17: 파란불에 무조건 길을 건너지 말고 주위 상황을 살피도록 교육합니다	
위험18: 길건너에서 엄마가 불렀을 때 무작정 달려가다가 사고를 당할 수 있어요	
위험19: 차가 많이 주차된 주변에서 놀다가 사고가 일어나요	
- 놀이터.....	38
위험20: 관리가 소홀한 놀이터 시설물 때문에 안전해야 할 놀이터가 안전을 위협할 수 있어요	
위험21: 여름철 오후마다 놀이터에는 열사병 주의보	
위험22: 놀이터에서 놀 때 끈 달린 옷차림은 금물	
6) 도레미의 하루 2 (미취학아동 가정 내) .....	41
- 거실.....	44
위험23: 연령에 맞지 않은 장난감이 흥기로 돌변!	
위험24: 베란다에 아이를 혼자 두거나 가구에 아이가 올라가게 하면 떨어져서 크게 다쳐요	
위험25: 우리집 화분 중에도 독성 식물이!	
- 주방.....	46
위험26: 주방 내 음식 및 음료수 취급 부주의로 인한 어린이 화상	
위험27: 한 눈 파는 사이에 날카로운 조리기구를 만질 수 있어요	
위험28: 아이가 세탁기에 들어가 갇힐 수 있어요	
- 화장실/욕실.....	48
위험29: 아이들은 욕조에 받아놓은 얇은 물에도 빠질 수 있어요	
위험30: 세제나 약품을 마셨을 때는 함부로 토하게 하지 말고 병원을 방문하세요	
위험31: 욕실에서 젖은 손으로 드라이기 등 전자제품을 만져 감전될 위험이 있어요	
- 방/침실.....	51
위험32: 아이가 삼킬만한 장난감이나 집안의 각종 작은 물건은 아이 손이 닿지 못하도록!	
위험33: 블라인드 끈에도 질식할 수 있어요	
위험34: 가구나 큰 물건에 끼이거나 깔리지 않도록 항상 지켜보고 위험한 물건은 집에서 치워요	
7) 도레미 형의 하루 (청소년) .....	53
- 학교에서.....	55
무심코 치는 장난은 친구를 죽음으로	
- 방과 후.....	57
위험35: 자전거를 탈 때도 교통법규와 안전수칙이 있습니다	
위험36: 인라인 스케이트와 스케이트보드의 필수품, 헬멧과 무릎보호대	
<b>2. 도레미 가족의 휴일 생활안전.....</b>	<b>59</b>
1) 휴일 야외활동 1 .....	59
- 안전한 도로 이용.....	61
노란불은 파란불의 연장이 아니라 빨간불의 시작	

---

- 휴일 외출 시 위험요소 및 사고예방/응급처치 요령 .....	65
위험37: 아이는 쇼핑카트 전용좌석에만 앉히기. 아이는 물건보다 소중한다	
위험38: 미아 사고. 미아팔찌와 사전교육으로 미리미리 막아요	
위험39: 놀이공원, 안전요원이 놓치는 안전수칙도 지킵시다	
<b>2) 휴일 야외활동 2.....</b>	<b>67</b>
- 물놀이 안전.....	70
물에 빠지면 몸에 힘을 빼야 살 수 있어요	
- 스키장 안전.....	73
실력이 느는만큼 안전의식도 키워야 합니다	
- 산행 안전.....	75
위험40: 아무리 익숙한 산이라도 만만하게 보면 사고로 이어집니다	
위험41: 산에 갈 때는 준비도 철저히, 사고 시 대응법도 미리미리 익혀서 가기!	
위험42: 벌초할 때 예초기에 베거나 풀에 눈이 다치는 사고를 막으려면 보호장구를 반드시 착용해요	
<b>3. 비상재난 대비 안전수칙 .....</b>	<b>81</b>
1) 화재.....	83
기억하라. 방화문과 젖은 수건	
2) 폭우 및 수해.....	87
평소에 미리 대피장소를 파악해요	
3) 강풍 (돌풍) .....	89
강풍에 날아온 간판에도 큰 부상을 입습니다	
4) 폭설.....	90
내 집 앞 눈은 내가 먼저	
<b>4. 응급처치 및 재난대비용품 .....</b>	<b>93</b>
1) 응급처치 요령: 침착한 응급처치가 생명이다 .....	95
- 생명을 살리는 심폐소생술	
- 이물질을 삼켰을 때는 하임리히법을 기억하세요	
- 화상에는 빠른 대응이 중요해요	
- 뱀에 물리거나 벌에 쏘였을 때	
- 각종 질환 : 천식환자는 소지한 약을 빨리 찾아주기/뇌졸중에는 손발을 따서 피를 내면 큰일나요/ 심근경색환자는 앉혀서 병원으로 이송해요	
2) 재난대비용품: 미리미리 준비하면 사고도 걱정없다.....	101
3) 상황별 긴급 전화번호: 위기탈출 도우미.....	102
<b>색인 및 참고문헌.....</b>	<b>103</b>

---