

안전 관리 요령



- 기온이 -25°C(-13°F) 이하로 내려가면 아이를 밖에 내보내지 마십시오.
- 놀다가 집에 들어올 시간을 정하고, 기온 집에 들어와 몸을 녹이게 하십시오.
- 아이가 따뜻하고 물에 젖지 않도록 옷을 여러 겹 껴입히십시오.
- 기온이 0 - 10°C 사이일 때는, 바지, 셔츠, 양말, 코트, 모자, 부츠, 방아리장갑을 착용하게 하십시오.
- 기온이 0°C 이하로 떨어지면, 내복, 한 장 이상의 셔츠, 보온 양말, 바지, 스웨터, 코트 또는 눈옷, 부츠, 방아리장갑, 넥 워머, 모자를 착용하게 하십시오.
- 목도리와 방아리장갑 끈은 침식의 위험이 있으므로 피하십시오. 대신, 넥 워머와 방아리장갑 클립을 사용하십시오.
- 동상에 걸린 부위는 천천히 녹여주고, 얼얼함이나 통증이 가시지 않으면 진료를 받게 하십시오.
- 아이가 저체온증에 걸린 것 같으면 즉시 911에 신고하십시오. 정후로는 떨림, 붉은명한 발음, 행동 둔화 등이 있습니다.

응급 상황 시에는 즉시 911에 신고하십시오.

관련 정보 또는 해당 지역 정착 서비스 조치는 www.settlement.org 에서 할 수 있습니다.

Your organization here



www.cmascanada.ca
parentingsupport@cmascanada.ca



Funded by / Financé par



검토

www.torsafe.com



리소스: www.settlement.org

www.canadarentregant.org

Dressing for Winter: Korean | vêtements d'hiver: Coréen



캐나다 신규 이민자

자녀 양육


지원

꼭 알아야 할 정보
겨울 복장



자녀 안전 시리즈

가능한 조치

 겨울철은 어린이들이 눈밭에서 신나게 놀 수 있는 계절입니다! 더운 나라에서 이주한 가족은 겨울철 옷차림이 낯설 수도 있습니다. 자녀가 밖에서 놀거나, 등하교할 때나, 이 책자의 내용은 겨울철에 알맞은 옷차림을 하는데 도움이 될 것입니다. 이 내용을 참고로 하면 실외에서 즐거운 시간을 보내고 따뜻하고 안전하게 생활할 수 있을 것입니다.

체온 유지



때때로 캐나다에서는 겨울에 기온이 -30°C (-22°F)까지 내려가 몹시 추워질 때가 있습니다. 하지만 어린이들은 옷만 잘 갖춰 입는다면 온도가 -25°C (-13°F) 이하로 떨어지지 않는 한 외출할 수 있습니다.

아이들이 밖으로 나가서 놀 때는, 집에 들어올 시간을 정하고 가끔 집에 들어와 몸을 녹이게 하십시오. 아이들이 집에 들어오자마자, 젖은 옷과 부츠는 모두 벗기고 따뜻한 음료를 마시게 하십시오.

아이가 밖에 나갈 때는 얇은 옷을 몇 겹 껴입히십시오. 옷을 껴입히면 두꺼운 옷을 한 벌만 입을 때보다 따뜻하고 물에 젖어도 좋습니다. 하지만 옷을 너무 많이 껴입히면 더워서 땀이 날 수도 있으니 유의하십시오. 땀을 흘리면 놀이가 끝난 뒤 추워질 수 있습니다. 유아와 아동은 옷을 성인보다 1겹 더 입혀야 합니다.

기온이 $0 - 10^{\circ}\text{C}$ 사이일 경우에는, 바지, 셔츠, 양말, 코트, 모자, 부츠, 빙어리장갑을 착용하게 하십시오.

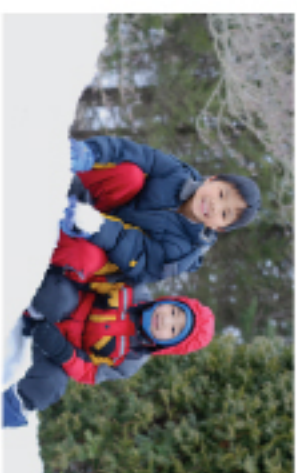
기온이 0°C 아래로 떨어지면, 아이에게 내복, 한 장 이상의 셔츠, 보온 양말, 바지, 스웨터를 착용시키십시오. 그 위에 코트나 눈옷, 부츠, 빙어리장갑, 넥워머, 모자를 착용하게 하십시오. 코트나 눈옷은 항상 지퍼를 올려 두십시오.



체온은 대부분 정수리로 빠져 나가기 때문에, 추울 때는 항상 모자를 씌우십시오. 목도리는 질식의 위험이 있기 때문에 피하십시오. 빙어리장갑에는 밑바리리지 않도록 끈이 달려 있는 경우가 있습니다. 끈 대신에 빙어리장갑 클립을 사용하십시오. 끈도 질식의 위험을 일으킬 수 있습니다. 운전자들이 아이들을 쉽게 알아볼 수 있도록 밝은 색 옷을 입히십시오.



아이에게 적절한 겨울 옷을 입히지 않으면 동상이나 저체온증에 걸릴 위험이 있습니다.



동상

동상은 보통 손가락, 발가락, 귀, 코에 걸릴 수 있습니다. 낮은 기온으로 인해 피부가 얼게 됩니다. 처음에는 빨갛게 부어오릅니다. 그 후에는 희색으로 변하고 창백해지며, 수포가 생깁니다.

아이가 손, 발, 그 외 다른 신체 부위가 얼었다거나 아프다고 하면, 손으로 그 부위를 녹여 주십시오. 따뜻한(뜨거우면 안 됨) 수건이나 물로 피부를 천천히 녹여 주십시오. 동상에 걸린 피부는 문지르면 안 됩니다. 그 부위의 물기를 제거하고 아이에게 따뜻한 음료를 마시게 하십시오. 얼얼한 기온이 몇 분 이상 지속되면 병원 치료를 받으십시오.

저체온증

저체온증은 아이의 체온이 정상 체온(98.6°F 또는 37.0°C) 이하로 내려갈 경우에 발생합니다. 아이가 눈밭에서 오랫동안 놀다가 몸이 젖으면 저체온증에 걸릴 수 있습니다. 그리 추운 날씨가 아닐 때에도(10°C), 비가 오고 바람이 불면 저체온증이 발생할 수 있습니다. 아이가 저체온증에 걸리면 몸이 심하게 떨리고, 말을 분명하게 하지 못하며, 행동이 둔해질 수 있습니다.

아이가 저체온증에 걸린 것 같다면, 911에 신고하십시오. 기다리는 동안, 아이를 집 안으로 데리고 들어가 젖은 옷을 벗겨 주십시오. 그런 다음 따뜻한 담요로 몸을 감싸 주십시오.