



가 정 통 신 문

교 훈
참되게(sincerely)
슬기롭게(wisely)
아름답게(gracefully)

2025학년도 학생자치부 ☎ 031-641-5686, Fax 031-642-1786) <https://janghowon-m.goeic.kr/>

여름철 수상활동 안전수칙 준수 안내

학부모님께,

날씨가 무더워지면서 계곡, 강, 바다, 유원시설 등을 찾아 학생들이 수영, 수상레저활동 등에 참여할 기회가 많아짐에 따라 수상 **안전사고 발생 위험**이 높아지고 있습니다.

통계에 따르면 수상활동 중 익수사고는 6~8월 사이, **수상 안전 요원 혹은 보호자가 동반하지 않고 또래 친구들과끼리 계곡·하천 등에서 물놀이 등 수상 활동을 하는 경우** 많이 발생하고 있으며, 태풍 및 집중호우 시기에 **방과후 하천변에서 친구들과 장난을 치다가 실족하여 익수하는 사고가 자주 발생**하고 있으니 유념하여 주시고 부모님들께서는 올 여름 아이들이 안전한 물놀이를 할 수 있도록 **아래 안전수칙** 등을 가정 내에서도 적극적인 지도 부탁드립니다.

□ 물놀이 전

- 반드시 충분한 **준비 운동**을 하고 구명조끼를 착용합니다.
- 식후, 배가 고플 때, 심한 운동 후에는 물놀이를 자제합니다.
- 야외 물놀이를 할 때는 자외선 차단제를 발라 화상을 입지 않도록 합니다.
- 머리카락이 길면 묶거나 수영 모자를 씁니다. (머리카락이 목에 감길 수 있음)
- 태풍이나 집중호우 시에는 하천 근처에는 가지 않습니다.

□ 물놀이 중

- 물에 들어갈 때 **손, 발→다리→얼굴→가슴**의 순서로 몸에 물을 적신 후 천천히 들어갑니다.
- 물 깊이를 알고 있는 곳에서만 물놀이를 하며, 보호자나 안전 요원이 있는 곳에서 물놀이를 합니다.
- 다리에 쥐가 나면 즉시 물 밖으로 나옵니다.
- 다음의 증상이 있으면 물놀이를 중지합니다.
 - 몸이 떨리거나, 입술이 푸르고 얼굴이 당기는 증상
 - 피부에 소름이 돋을 때 등
- 위급할 때는 한쪽 팔을 최대한 높이 올리고 흔들어 도움을 청합니다.
- 깊은 물로 떠밀거나 물속에 오래 있기 등의 **장난을 치지 않도록** 합니다.
- 신발이나 물건이 물에 떠내려가도 혼자 건지지 말고, 주위의 어른에게 도움을 청합니다.

□ 물놀이 후

- 전신을 맑은 물로 씻고 양치질을 합니다.
- 물기를 잘 닦고, 머리를 완전히 말립니다.
- 충분한 휴식을 취하고, 작은 부상이라도 반드시 치료합니다.

2025. 6. 19.

장 호 원 중 학 교 장

직인
생략