

교 훈 자 주 (自 主) 탐 구 (探 究) 도 의 (道 義)	지·덕·체가 조화로운 지도자 육성 이 일 여 자 고 등 학 교	· 담당부서: 학생인권안전부 · 문의전화: 720-5165 · 발행일자: 2023.06.04.
	가 정 통 신 문	

학부모님께

학부모님의 가정에 평안과 뜻하시는 모든 일이 성취되시길 기원합니다.

매월 4일은 안전점검의 날입니다. 아이들과 함께 우리 집 안전 환경을 점검할 수 있도록 학부모님께서 지도해 주시기 바랍니다.

또한 물놀이, 다양한 수상 스포츠 등을 즐기는 계절을 맞이하여 이번 달에는 ‘물놀이 안전수칙’에 대해 안내해 드립니다. 스스로가 기본적인 안전수칙을 알고 행동하면 크고 작은 사고를 막을 수 있습니다. 즐거운 야외활동을 위해 아이들과 함께 ‘수상 활동 안전수칙’을 확인해 주시길 바랍니다.

□ 물놀이 활동 사고 예방을 위한 기본 안전수칙

- 물에 들어가기 전 준비운동을 철저히 한다.
- 물에 들어가기 전 수온을 파악한다.
- 기상 상태를 수시로 확인한다. (소나기 내릴 때, 번개나 천둥이 칠 때, 안개가 심할 때 등은 활동을 중단한다.)
- 갑작스러운 이상 너울, 파도가 있을 때는 신속하게 안전지대로 대피한다.
- 활동 장소 구역을 정해주고 제한된 구역에서만 활동하도록 한다.
- 물의 깊이와 흐름을 알 수 있는 곳에서만 활동한다.
- 이안류(해안에서 바다로 급히 역류하는 물의 흐름)가 발생한 지역에서는 활동하지 않는다.
- 파도가 높거나 물살이 센 곳에서는 활동하지 않는다.
- 폭우에 대비하여 안전한 장소에서 활동한다.
- 식사 후 최소 1시간 30분이 지난 후에 활동한다.
- 참가 인원, 활동 인원, 휴식 인원을 정확하게 파악한다.
- 몸에 이상이 생긴 학생은 안전한 장소에서 휴식을 취하도록 한다.
- 일몰 후 30분부터 일출 전 30분까지는 수상 활동을 금지 시킨다.
- 위험 지역에서 활동하지 않도록 한다.
- 비상 연락 수단과 조난신호 장비를 갖춘다.
- 바다에서는 언제 어느 때 조난을 당할지 모르기 때문에 휴대전화나 다른 통신장비(호루라기, 부표)를 갖춘다.

그림으로 보는 물놀이 안전 수칙



수영을 하기 전에는 반드시 준비운동을 하고 구명조끼를 착용한다.



물에 들어갈 때는 심장에서 먼 부분 (다리→팔→얼굴→가슴)부터 들어간다.



소름이 돋고 피부가 당겨질 때는 몸을 따뜻하게 휴식한다.



물이 갑자기 깊어지는 곳은 특히 위험하다.



건강상태가 좋지 않을 때, 배가 고플 때, 식사후에는 수영을 하면 안된다.



수영능력 과신은 금물이며, 무모한 행동도 하면 안된다.



장시간 수영, 호수나 강가에서 혼자 수영을 하면 안된다.



물에 빠진 사람을 발견하면 주위에 소리쳐 알리고 즉시 119에 신고한다.



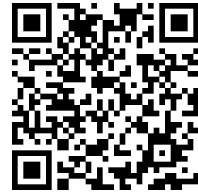
구조 경험 없는 사람은 무모한 구조를 하면 안되며 함부로 물에 뛰어들면 안된다.



가급적 튜브, 장대 등 주위 물건을 이용한 안전구조를 한다.

【참고 자료】

출처 : 중앙응급의료센터



2023년 6월 4일
이 일 여 자 고 등 학 교 장 (직인생략)