가평중학교! 꿈을 키우며 함께 성장하는 행복한 우듬지 교육공동체

| 가정통신문 2022 - 85호 | **물놀이 안전사고 예방 알림** | 담 당<br>안전생활교육부 김아라<br>☎ 580-3033 |
|---|---|---|
| 우-12417 경기도 가평군·읍 광장로 10 | ☎ 580-3000(교무실) | http://gapyong.ms.kr |

학부모님께,

날씨가 무더워지면서 계곡, 강, 바다, 유원시설 등을 찾아 학생들이 수영, 수상레저활동 등 물놀이에 참여할 기회가 많아짐에 따라 학생안전사고 발생 위험이 높아지고 있습니다.

통계에 따르면 물놀이 중 익수사고는 7~8월 사이, 수상안전요원 혹은 보호자가 동반하지 않고 또래 친구들끼리 계곡·하천 등에서 물놀이를 하는 상황에서 자주 발생하고 있으니 학부모님들께서는 참고하여 주시기 바라며, 올여름 아이들이 안전한 물놀이를 할 수 있도록 아래 안전수칙 등을 가정 내에서 적극 지도해주시기 바랍니다.

**| 물놀이 전**




- 반드시 충분한 준비 운동을 하고 구명조끼를 착용합니다.
- 식후, 배가 고플 때, 심한 운동 후에는 물놀이를 자제합니다.
- 야외 물놀이를 할 때는 자외선 차단제를 발라 화상을 입지 않도록 합니다.
- 머리카락이 긴 사람은 묶거나 수영 모자를 씁니다.
  (※ 물놀이 중에 머리카락이 목에 감길 수 있습니다.)

**| 물놀이 후**

- 물에 들어갈 때는 손,발→다리→얼굴→가슴의 순서로 몸에 물을 적신 후 천천히 들어갑니다.
- 물 깊이를 알고 있는 곳에서만 물놀이를 하며, 보호자나 안전요원이 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.
- 껌을 씹거나 음식을 먹으면서 물놀이를 하지 않습니다.
- 깊은 물로 떠밀거나 물속에 오래 있기 등의 장난을 치지 않도록 합니다.
- 신발이나 물건이 물에 떠내려가도 혼자 건지지 말고, 주위의 어른에게 도움을 요청합니다.



**| 물놀이 후**

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

**2022년 6월 21일**

**가 평 중 학 교 장**