

신나는 여름철 수상활동!

안전하게 즐기는 수상활동은 안전수칙 준수로부터

학부모님께,

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

통계에 따르면 수상활동 중 익사사고는 6~8월 사이, 수상안전요원 혹은 보호자가 동반하지 않고 또래 친구들끼리 계곡하천 등에서 물놀이 등 수상활동을 하는 경우 많이 발생하고 있으며,

태풍 및 집중호우 시기에 방과후 하천변에서 친구들과 장난을 치다가 실족하여 익수하는 사고가 자주 발생하고 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 운동을 하고 구명조끼를 착용합니다.
- 식후, 배가 고프게, 심한 운동 후에는 물놀이를 자제합니다.
- 야외 물놀이를 할 때는 자외선 차단제를 발라 화상을 입지 않도록 합니다.
- 머리카락이 길면 튜거나 수영모자를 씁니다. (머리카락이 목에 감길 수 있음)
- 태풍이나 집중호우 시에는 하천 근처에는 가지 않습니다.



■ 물놀이 중

- 물에 들어갈 때는 손, 발→다리→얼굴→가슴의 순서로 물에 몸을 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.
- 잠을 잤거나 음식을 먹으면서 물놀이를 하지 않습니다.
- 깊은 물로 떠밀거나 물속에 오래 있기 등의 장난을 치지 않도록 합니다.
- 산발이나 물건이 물에 떠돌아다니는 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.



2025년 7월 3일

진말초등학교장