고양화정 2022- 114호
발행일 2022. 6. 14.
[인성안전부]

고양화정 교육통신

배움과 나눔으로
함께 성장하는
행복한 교육공동체
☎970-1961~2

신나는 여름철 물놀이! 안전하게 즐기는 물놀이는 안전수칙 준수로부터

학부모님께

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

학생들의 물놀이 안전사고 예방을 위한 안전수칙을 다음과 같이 안내해드리니, 학생들이 안전하게 물놀이에 참여할 수 있도록 가정에서 적극 지도해 주시기 바랍니다.

물놀이 안전수칙

☐ 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 중

○ 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 경련이 발생하면 즉시 물 밖으로 나옵니다.
○ 다음의 증상이 있으면 물놀이를 중지합니다.
- 몸이 떨리거나, 입술이 푸르고 얼굴이 당기는 증상
- 피부에 소름이 돋을 때

○ 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 청합니다.





☐ 물놀이 후

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



2022. 6. 14.

고 양 화 정 초 등 학 교 장