



안전하게 즐거운 물놀이, 안전수칙 준수로 부터!

한동글로벌학교 학부모님들께 알려드립니다.

날씨가 무더워지면서 계곡, 바다, 유원시설 등을 찾아 학생들이 수영, 수상레저 활동 등 물놀이에 참여할 기회가 많아짐에 따라 학생안전사고 발생 위험이 높아지고 있습니다. 이에 물놀이 안전수칙을 다음과 같이 안내해 드리니, 학생들이 안전하게 물놀이에 참여할 수 있도록 가정에서 적극 지도하여 주시기 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 수영모자를 씩습니다.
(❖ 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 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 청합니다.

❖ 물놀이 후

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

2022년 6월 17일
한 동 글 로 벌 학 교



Abide with Safety Rules, Play Safely in the Water!

Dear HIS Parents/Guardians,

As the weather gets hotter, more students are visiting valleys, seas, and amusement facilities for water sports. Consequently, the risk of safety accidents among students is likely to increase. Therefore, we are providing the water safety guidelines, so please inform your child about the precautionary measures mentioned in these guidelines.

❖ Before going into the water

- Make sure to warm up enough and wear a life jacket.
- Refrain from playing in the water after meals, when you're hungry, or after a heavy exercise.
- When playing in the water outdoors, apply sunscreen to avoid burns.
- Students with long hair should tie their hair or wear swimming caps.
(❀ Your hair may wrap your neck while playing in the water.)

❖ While in the water

- Follow these steps when you are going in water: feet → legs → face → chest and slowly enter the water
- Only play in areas where you know the depth and play in the presence of a guardian or a safety personnel
- If you get a cramp in your leg, immediately get out of the water
- Stop playing in the water if you have the following symptoms:
 - Symptoms of tremors, purulent lips, or tightening of the face
 - When you get goosebumps on your skin,
- In an emergency situation, raise one arm as high as possible and shake it for help.
- Don't play in the water while chewing gum or eating food.
- Avoid playing pranks such as pushing into deep waters or staying under the water for a long time.
- Don't go alone into the water to retrieve shoes or other things that have washed up. Ask for help from adults around you

❖ After coming out of the water

- Wash your body with clean water and brush your teeth.
- Dry your hair and body thoroughly.
- Get enough rest and make sure to treat even minor injuries.

June 17, 2022

Handong International School