



6	이토록 공부 재밌어지는 순간	박성혁 지음	다산북스
7	군주론	니콜로 마키아벨리 지음	돋을새김
8	사회계약론	장 자크 루소 지음	돋을새김
9	유튜브에 빠진 너에게	구본권 지음	북트리거
10	폭스바겐은 왜 고장 난 자동차를 광고했을까?	자일스 루리 지음	중앙books
11	기호와 공식이 없는 수학 카페	박영훈 지음	휴머니스트
12	카이스트 영재들이 반한 과학자	오한결 외 지음	살림Friends
13	세상에서 가장 쉬운 양자역학 수업	리마오 지음	더숲
14	사춘기를 위한 맞춤법 수업	권희린 지음	생각학교
15	가슴 뛰는 명문장을 외워 봐!	박현경 지음	글담출판
16	10대를 위한 서양미술사 1-2	노성두 지음	다른
17	이탈리아는 미술관이다	최상운 지음	생각을 담는 집
18	청소년을 위한 한발 빠른 IT수업	이임복 지음	매경주니어
19	세계사를 바꾼 10가지 약	사토 겐타로 지음	사람과나무사이
20	세계사를 바꾼 17명의 의사들	황건 지음	다른
21	가짜 모범생	손현주 지음	특별한서재
22	오백 년째 열다섯	김혜정 지음	위즈덤하우스
23	기억전달자	로이스 로리 지음	비룡소
24	클로버	나혜림 지음	창비
25	하얼빈	김훈 지음	문학동네
26	시간을 걷는 인문학	조지욱 지음	사계절
27	다시 읽는 하멜표류기	강준식 지음	그림씨
28	세상에서 가장 짧은 한국사	김재원 지음	빅피시
29	라틴어 수업	한동일 지음	흐름출판
30	1페이지 세계사 365	심용환 지음	빅피시

## 8. 겨울방학 안전 생활

### 1) 각종 안전사고 예방

- ① 얼어있는 물가 함부로 들어가지 않기
  - 위험지역 저수지 접근 금지
  - 얼어있는 곳 갈 때에는 보호자 동행
  - 겨울철 운동 기본수칙 및 안전규칙 준수(준비운동, 안전기구 점검 등)
- ② 교통안전
  - 도로교통 안전
    - \* 자전거 및 킥보드, 인라인스케이트 이용 시, 안전모 착용하기 등
- ③ 각종 체험 활동 시 안전
  - 인솔자(지도교사) 동반 및 행선지나 연락처 유지
  - 야외활동 안전수칙 숙지하기
    - \* 동상 예방 및 처치, 안전사고 예방 등
  - 비상사태 시 응급처치 요령 숙지하기

### 2) 학생 비행 및 탈선 예방

- 가. 학생고충신고상담전화 안내
  - 1388(청소년상담지원센터), 1588-7179(위기청소년 상담전화)
  - 나. 경찰서 신고전화 : 112(범죄피해), 117(학교폭력 피해자 신고센터)
  - 다. 사이버 상담
- Wee센터 홈페이지 : <http://www.wee.or.kr>
- 청소년 사이버상담센터 홈페이지 : <http://www.cyber1388.kr>
- 모바일앱 : 안드로이드 마켓, 애플 앱스토어에서 <청소년전화> 검색
- 학생 음주, 흡연 및 성폭력 예방
- 청소년 전화 1338 이용 안내

## 헬프콜 청소년전화 1388 이용안내

### 헬프콜! 1388은 누가 이용할 수 있나요?

청소년은 물론, 부모님이나 선생님, 이웃 등 누구나 무료로 이용할 수 있습니다.



### 헬프콜! 1388은 누가 전화를 받나요?

- 전국 청소년상담복지센터에서 전문상담 선생님이 365일 24시간 전화를 받습니다.
- 1388 홈페이지 : [www.1388.or.kr](http://www.1388.or.kr)



### 헬프콜! 1388은 어떻게 도와 주나요?

- 전국 청소년상담복지센터 뿐 아니라 각 지역의 경찰, 학교, 병원 등 여러 기관과 연계하여 의료, 법률, 학업, 취업, 경제적 지원 등 다양한 서비스를 제공합니다.
- 청소년에게 찾아오는 상담서비스를 제공하는 현장지원 전문기관인 청소년동반자도 함께합니다.



일반전화(유선)  
1388만 누르세요  
휴대전화(무선)  
지역번호 + 1388을 누르세요  
(SKT, KT, LG U+ 통화요금 무료)

# HelpCall

### 고민이 있니?

언제 어디서 전화해도  
전문가가 상담을 해줘!  
학업, 이성, 가정문제...  
어떤 고민도 괜찮아!  
24시간 전문 상담원이  
지금 네 전화를 기다리고 있어!



## 청소년전화

### 혹시 도움이 필요하니?

학교폭력, 가출, 학대, 성매매 등  
누군가의 도움이 필요하면 1388로 전화해  
당장 달려갈게!



### 청소년 유해환경도 신고해줘!

언짢거나 불쾌감을 느낀 적 없니?  
청소년에게 유해하다 생각되면  
1388로 전화해!  
신고 받은 즉시 처리할게.



### 친구야, 문자 상담, 사이버 상담 해볼래?

전화로는 말하기 힘들다고?  
그럼 #1388을 누르고 문자로 털어놔 봐!  
이용요금도 무료야!  
또 웹상 사이버상담도 할 수 있어!  
([www.cyber1388.kr](http://www.cyber1388.kr)로 접속하면 돼)

## 고마워요! 청소년전화 1388



엄마와 다른 후 집을 나온 지  
일주일째... 갈 곳도 없고 배도 고프  
고... 너무나 막막했는데 청소년전화  
1388이 생각났어요. 전화를 받은 선생님께서 당장 잠잘 곳을  
알아봐주셔서, 임시보호소 선생님께서 저를 데리러 오셨어  
요. 1388 덕분에 그 곳에서 잘 쉬면서 선생님께 상담도 받고  
마음이 편해졌어요. 다시 집으로 돌아갈 수 있는 용기를  
주셔서 감사했어요.

정말 열심히 공부했는데 성적이 툭 떨어져서 너무 슬펐어요.  
자꾸만 죽고싶은 생각도 들었고요. 털어놓을 곳이 없어 답답  
했는데 청소년전화 1388광고를 보고 무작정 전화를 했어요.  
상담 선생님이 따뜻한 위로와 격려의 말들을  
많이 해주신 덕분에 힘이 생겼어요.  
상담을 하는 것만으로 우물쭈물하던 마음이 이렇게  
후련해지다니... 이젠, 고민이 생길 때마다  
혼자 끙끙 앓지 않고 1388로 전화할 거예요.



하고시간에 심하게 폭행을 당하  
고 돈까지 빼앗겼어요. 너무  
무섭고 어디에 도움을 요청  
해야할지 몰라 1388에 전화를  
걸었는데, 상담선생님께서 바로 가까운 경찰과 병원에 연락  
해 주셔서 보호도 받고 치료도 받을 수 있었어요. 그 후 상담  
선생님께서 몸은 괜찮은지, 학교생활이 어떨지 꾸준히 관심  
을 보여주셨고, 개인 상담도 받으면서 그 때의 상처가 많이  
회복되었어요. 고마워요, 1388!

## 사이버상담서비스 이용안내

### 청소년사이버상담센터 ([www.cyber1388.kr](http://www.cyber1388.kr))

인터넷을 통하여 청소년이 언제 어디서나 365일 24시간 실시간  
상담시스템으로 청소년상담 전문가와 신속하게 상담하고 긴급  
구조와 사후연계 서비스를 제공받을 수 있습니다.

- ★ 비밀상담 : 사이버전문상담자에게 나의 고민을 상담받는 곳으로 단 한 번 볼 수 있습니다.
- ★ 공개상담 : 사이버전문상담자에게 나의 고민을 상담받는 곳으로 모든 사람이 볼 수 있도록 공개되어 있습니다.
- ★ 채팅상담 : 사이버전문상담자와 1:1 실시간 채팅을 통해 상담받는 곳입니다.
- ★ 도래상담 : 청소년이 고민을 올리면 도래 청소년이 답을 주는 공간입니다.
- ★ 웹실리검사 : 주제에 따른 재미있는 심리검사를 받는 곳입니다.
- ★ 컴퓨터 따라가기 : 고민의 주제에 따라 간단한 테스트를 통해 고민을 해결하는 곳입니다.
- ★ 고민해결 백과 : 실제 상담사례를 주제별로 안내해 주는 곳입니다.
- ★ 알바 Talk : 청소년들의 노동 및 근로문제와 관련한 상담을 해드립니다.

## 청소년 쉼터 이용안내

“청소년 쉼터는 항상 가까운 곳에서  
갈 곳 없는 여러분을 기다리고 있습니다”



### 청소년 쉼터

좌절, 분노, 방향에 헷갈려온 나날을 보내는 청소년 여러분!  
청소년 쉼터의 문을 활짝 열고 당당하게 들어오세요.  
여기는 청소년 여러분이 갈 곳이 없어 지치고 힘들 때  
의식주 해결부터 문화활동까지 다양한 서비스를 제공하여  
당당한 청소년으로 생활할 수 있도록 도와드립니다.



## HelpCall 청소년전화 1388

청소년들의 고민!!  
청소년전화 1388이 24시간 함께 합니다



여성가족부  
Ministry of Gender Equality & Family

한국청소년상담복지개발원  
Korea Youth Counseling & Welfare Institute

## 9. 겨울방학 중 건강관리

### ✓ 겨울철 건강관리 10계명

1. 적당한 실내 온도 유지! = 18~22℃를 유지
2. 실내 습도를 높이기 = 가습기를 사용하거나 실내에 젖은 수건들을 널어두기
3. 창문 열어 환기! = 적어도 하루에 3회 이상 창문 열기(자연환기, 맞통풍)
4. 손을 자주 씻기
5. 물을 자주 마시기 = 겨울은 공기가 건조하므로
6. 피부 보호하기. = 씻은 후에는 피부 보습제를 바르기
7. 규칙적인 생활하기
8. 적당한 운동 = 적당히 꾸준히
9. 고른 영양 섭취하기
10. 족욕 또는 반신욕하기 = 전신의 혈액순환을 촉진합니다.



### ✓ 겨울철 안전사고 예방

- ★ 빙판길 조심
  - 조심조심 걷기, 주머니에 손 넣은 채 걷지 않기
- ★ 빙판길 위에서 자전거 타지 않기
  - 미끄러져 넘어지는 사고 및 교통사고 발생 예방
- ★ 강이나 호수에서 얼음 타고 놀지 않기
  - 얼음이 깨지면서 물에 빠지는 사고로 매우 위험!
- ★ 야외 활동 시에는 적당한 관절운동으로 움츠려진 몸을 유연하게 풀어준 후 활동 시작



### ✓ 3행(行) : 반드시 실천

- 실내에서는 상시 마스크 착용  
(△코·입을 완전히 가리고, △마스크 표면은 만지지 않고, △마스크 착용 전·후 손씻기)
- 휴게소, 식당·카페 등 음식점 등에서는 최소한 시간 머무르기
  - \* (식당·카페 등) 음식물 섭취시 외에는 마스크 착용, 식사 시 대화 자제
  - \* (휴게소) 음식물 섭취 외에는 마스크 착용, 자주 손씻기
- 사람간 거리는 2m(최소 1m) 이상 유지하기

### ✓ 4금(禁) : 반드시 피하기

- 발열·호흡기 증상 있으면, 여행가지 않기(집에 머무르기)
- PC방 등 밀폐·밀접된 장소, 혼잡한 여행지, 혼잡한 시간대는 피하기
- 침방울이 튀는 행위(소리지르기 등), 신체접촉(악수, 포옹 등) 자제하기

2023. 1. 4.

시 흥 가 온 중 학 교 장(직인 생략)