
2026년 제1회 밀양우체국 기간제 상시계약집배원 채용서류전형 합격자 명단 및 실기·면접시험 공고

2026년 제1회 기간제 상시계약집배원 채용시험 서류전형 합격자 명단 및
실기·면접시험 일정을 다음과 같이 공고합니다.

2026년 8월 10일
밀양우체국장

1. 서류전형 합격자 명단 (2 명)

밀양-1, 밀양-2

2. 실기시험

- 일시 : 2026. 8. 12. (수), 10:00~
- 장소 : 밀양우체국 3층 대회의실
- 시험종목: 팔굽혀펴기, 윗몸일으키기(붙임 1)참조
- ※ 국민체력100 인증서(3등급이상) 제출자 실기 면제
(시험일 기준 최근 6개월 이내 취득만 인정)

3. 면접시험

- 일시 : 2026. 8. 12. (수), 11:00~
- 장소 : 밀양우체국 3층 소회의실
- 복장 : 단정한 평상복
- 실기시험 합격자에 한하여 면접시험 실시

4. 실기 및 면접시험 유의사항

- 시험당일 09:40까지 시험장소(3층 대회의실)에 도착하셔야 합니다.

지정된 일시에 불참 또는 불가피한 사유 이외의 사유로 지연 참석시
불합격 처리됩니다.

- 준비물 : 신분증(운전면허증 또는 주민등록증), 간소복(실기시험용)

5. 최종합격자 발표

- 발표일자: 2026. 8. 12.(수) 16:00 이후
- 발표방법: 밀양우체국 홈페이지 게시 및 합격자 개별통지

【붙임 1】

■ 실기시험 종목 및 평가 방법

종 목	평 가 방 법
윗 몸 일으키기	○ 시험관의 "준비" 구령에 따라, 똑바로 누운 상태에서 다리를 30cm 간격으로 벌리고 무릎은 직각으로 굽혀 세우고 두 손은 머리 뒤로 깎지 꺼서 잡는다. ○ 시험관의 "시작" 구령과 함께 복근력만을 이용 몸을 위로 일으켜 굽힌다. ○ 양 팔꿈치가 무릎에 닿으면 다시 누운 상태로 돌아간다. ○ 누운 자세에서는 깎지 긴 양손, 어깨 등이 반드시 매트와 접촉되어야만 한다. ○ 1분 동안 정확하게 실시한 횟수만 기록한다.
팔굽혀 펴 기	[남 자] ○ 시험관의 "준비" 구령에 따라, 양손을 어깨넓이로 벌려 30cm 높이의 봉을 손끝이 앞으로 가도록 잡고 양발을 모아붙인 자세에서 팔이 지면에 대하여 직각이 되도록 하고, 머리, 어깨, 허리, 엉덩이, 다리 등이 일직선이 되도록 한다. ○ 시험관의 "시작" 구령과 함께 팔이 90도 이상 굽혀 가슴이 봉에 닿을 정도까지 굽혔다가 다시 완전히 편 상태를 1회로 간주한다. ○ 1분 동안 정확하게 실시한 횟수만 기록한다. [여 자] ○ 시험관의 "준비" 구령에 따라, 양팔을 어깨넓이로 벌리고 무릎을 마루에 대고 엎드려 30cm 높이의 봉을 손으로 짚어 팔을 봉과 직각이 되도록 하고, 머리, 어깨, 허리 엉덩이가 일직선이 되도록 한다. ○ 시험관의 "시작" 구령과 함께 팔이 90도 이상 굽혀 가슴이 봉에 닿을 정도까지 굽혔다가 다시 완전히 편 상태를 1회로 간주한다. ○ 1분 동안 정확하게 실시한 횟수만 기록한다.

■ 실기시험 합격기준표

성 별	합 격 기 준	
	윗 몸 일 으 키 기	팔 굽혀 펴 기
남 자	27회 이상	19회 이상
여 자	5회 이상	10회 이상

※ 기준시간 : 종목별 1분

※ 1종목 이상 합격기준에 미달하는 경우에는 실기시험 불합격 처리

○ 윗몸일으키기 합격,	팔굽혀펴기 합격	⇒ 합격
○ 윗몸일으키기 불합격,	팔굽혀펴기 합격	⇒ 불합격
○ 윗몸일으키기 합격,	팔굽혀펴기 불합격	⇒ 불합격
○ 윗몸일으키기 불합격,	팔굽혀펴기 불합격	⇒ 불합격