

물놀이 안전 시민 행동요령

물놀이 안전 수칙은

- 음주 후 수영할 때 사고발생 위험이 크므로 금지 또는 자제한다.
- 수영을 하기 전에는 손, 발 등의 경련을 방지하고자 반드시 준비운동을 한다.
- 물에 처음 들어가기 전 심장에서 먼 부분부터(다리, 팔, 얼굴, 가슴 등의 순서) 물을 적신 후 들어간다.
- 수영도중 몸에 소름이 돋고 피부가 땅겨질 때 몸을 따뜻하게 감싸고 휴식을 취한다.
※ 이 경우는 다리에 쥐가 나거나 근육에 경련이 일어나 상당히 위험한 경우가 많으므로 특히 주의한다.
- 물의 깊이는 일정하지 않기 때문에 갑자기 깊어지는 곳은 특히 위험하다.
- 구조 경험이 없는 사람은 안전구조 이전에 무모한 구조를 삼가야 한다.
- 물에 빠진 사람을 발견하면 주위에 소리쳐 알리고 구조에 자신이 없으면 함부로 물속에 뛰어들지 않는다.
- 수영에 자신이 있더라도 될 수 있으면 주위의 물건들(장대, 튜브, 스티로폼 등)을 이용한 안전구조를 한다.
- 건강 상태가 좋지 않을 때나, 몹시 배가 고프거나 식사 후에는 수영을 하지 않는다.
- 자신의 수영능력을 과신하여 무리한 행동을 하지 않는다.
- 장시간 계속 수영하지 않으며, 호수나 강에서는 혼자 수영하지 않는다.

물에 들어갈 때 준비 사항은

일반적으로 수영하기에 알맞은 수온은 25~26℃ 정도이다.
물에 들어갈 때는 다음 사항을 꼭 지켜야 합니다.

- 준비운동을 한 다음 다리부터 서서히 들어가 몸을 순환시키고 수온에 적응시켜 수영하기 시작한다.
- 초보자는 수심이 얕다고 안심해서는 안 된다.
※ 물놀이 미끄럼틀에서 내린 후 무릎 정도의 얇은 물인데도 허우적대며 물을 먹는 사람들을 자주 볼 수 있으므로 절대 안전에 유의한다.
- 배 혹은 떠 있는 큰 물체 밑을 헤엄쳐 나간다는 것은 위험하므로 하지 않는다.
※ 숨을 들이쉴 상태에서 부력으로 배 바닥에 눌러 빠져나오기 어려울 때는 숨을 내뿔으면 몸이 아래로 가라앉기 때문에 배 바닥에서 떨어져 나오기 쉽다.
- 통나무 같은 의지 물이나 부유구, 튜브 등을 믿고 자신의 능력 이상 깊은 곳으로 나가지 않는다.
※ 의지할 것을 놓치거나 부유구에 이상이 생길 수 있다.
- 수영 중에 “살려 달라”라고 장난하거나 허우적거리는 흉내를 내지 않는다.

- ※ 주위의 사람들이 장난으로 오인하여 사고로 이어질 수 있다.
- 자신의 체력과 능력에 맞게 물놀이를 한다.
- ※ 물에서 평영 50m는 육상에서 250m를 전속력으로 달리는 것과 같은 피로를 느낀다.
- 껌을 씹거나 음식물을 입에 문 채로 수영하지 않는다.
- ※ 기도를 막아 질식의 위험이 있다.

어린이 동반 물놀이 활동 때 유의사항은

- 어른들이 얕은 물이라고 방심하게 되는 그곳이 가장 위험 할 수 있다.
- 어린이는 거북이, 오리 등 각종 동물 모양을 하고 보행기처럼 다리를 끼우는 방식의 튜브사용은 뒤집힐 때 아이 스스로 빠져나오지 못하고 머리가 물속에 잠길 수 있다.
- 보호자와 물 안에서 함께 하는 활동 안에서만 안전이 보장될 수 있으며, 어린이는 순간적으로 짧은 시간 안에 익사할 수 있다는 점을 명심해야 한다.
- 어린이와 관련된 수난사고는 어른들의 부주의와 감독 소홀에 의해 발생할 수 있다.
- 인지능력과 신체 적응력이 떨어지는 유아와 어린이들은 보호자의 손을 뺀 즉각 구조가 가능한 위치에서 감독해야 한다.
- 활동반경이 넓어지는 만 6~9세 이하 어린이들은 보호자의 통제권을 벗어나려는 경향을 보이므로 사전 안전교육과 주의를 주어 통제한다.

물놀이 상황별 대처요령은

1. 파도가 있는 곳에서 수영할 때는

- 체력의 소모가 적게 편안한 기분으로 수영한다. (긴장하면 그 자체로서 체력소모가 발생한다)
- 머리는 언제나 수면상에 내밀고 있어야 한다.
- 물을 먹지 않으려고 기를 쓰고 참기보다 마시는 쪽이 오히려 편안할 수도 있다.
- 큰 파도가 덮칠 때는 깊이 잠수할수록 안전하다.
- 지쳐서 휴식을 할 때는 바람이 부는 방향에 따라 다르다. (높거나, 선해엄)
- 큰 파도에 휩싸였을 때는 버둥대지 말고 파도에 몸을 맞기고 숨을 중지해 있으면 자연스럽게 떠오른다.
- 파도가 크게 넘실거리는 곳은 깊고 파도가 부서지는 곳이나 하얀 파도가 있는 곳은 일반적으로 얕다. 또 색이 검은 곳은 깊고, 맑은 곳은 얕다.
- 간조와 만조는 대개 6시간마다 바뀌므로 간만 때의 조류변화 시간을 알아두는 것은 대단히 중요하다. 조류가 변할 때는 언제나 흐름이나 파도, 해저의 상태가 급격하게 변화하게 된다.
- 거센 파도가 밀려났을 때는 파도에 대항하지 말고 비스듬히 헤엄쳐 육지를 향한다.

2 수초에 감렸을 때는

- 수초에 감겼을 때는 부드럽게 서서히 팔과 다리를 움직여 풀어야 하고 만약 물 흐름이 있으면 흐름에 맡기고 잠깐만 조용히 기다리면 감긴 수초가 헐거워지므로 이때 털어 버리듯이 풀고 수상으로 나온다.
- 놀라서 발버둥칠 경우 오히려 더 휘감겨서 위험에 빠질 수 있으므로 침착하게 여유를 가지고 호흡하며, 서서히 부드럽게 몸을 수직으로 움직이면서 꾸준히 헤어나오도록 한다.

3. 수영 중 경련이 일어났을 때는

- 경련은 물이 차거나 피로한 근육에 가장 일어나기 쉽고 수영하는 사람은 수영 중 그러한 상황에 항시 놓여 있으므로 흔히 발생할 수 있다.
- 경련이 잘 일어나는 부위는 발가락과 손가락이고 넓적다리 부위에서도 발생하며, 식사 후 너무 빨리 수영을 하였을 때에는 위경련이 일어날 수 있다.
- 경련이 일어나면 먼저 몸의 힘을 빼서 편한 자세가 되도록 하고(당황하여 벗어나려고 하면 더 심한 경련이 일어난다.) 경련 부위를 주무른다. 특히 위경련은 위급한 상황이므로 신속히 구급요청을 한다.

4. 하천이나 계곡물을 건널 때는

- 물결이 완만한 장소를 선정하여, 될 수 있으면 바닥을 끝듯이 이동한다.
- 시선은 건너편 강변 독을 바라보고 건너야 한다.
- 이동 방향에 돌이 있으면 될 수 있으면 피해서 간다.
- 다른 물체를 이용 수심을 재면서 이동한다.(지팡이를 약간 상류 쪽에 짚는다)
- 물의 흐름에 따라 이동하되 물살이 셀 때는 물결을 약간 거슬러 이동한다.
- 건너편 하류 쪽으로 밧줄(로프)을 설치하고 한 사람씩 건넌다.
- 밧줄(로프)은 물 위로 설치한다. 밧줄이 없을 때 여러 사람이 손을 맞잡거나 어깨를 지탱하고 물 흐르는 방향과 나란히 서서 건넌다.

5. 물에 빠졌을 때는

- 흐르는 물에 빠졌을 때는 물의 흐름에 따라 표류하며 비스듬히 헤엄쳐 나온다.
- 옷과 구두를 신은 채 물에 빠졌을 때는 심호흡을 한 후 물속에서 새우등 뜨기 자세를 취한 다음 벗기 쉬운 것부터 차례로 벗고 헤엄쳐 나온다.

6. 침수 · 고립되었을 때는

- 부유물 등을 이용하며, 특히 배수구나 하수구에 빠지지 않도록 유의한다.
- 도로 중앙지점을 이용하고 될 수 있으면 침수 반대 방향이나 측면 방향으로 이동한다.
- 자기 체온 유지에 관심을 뒤야 하며 무리한 탈출 행동을 삼간다.
- 가능한 모든 방법을 이용하여 구조 신호를 한다(옷이나 화염을 이용)
- 가능하다면 라디오나 방송을 청취하여 상황에 대처한다.

7. 보트를 탈 때는

- 보트에 들어갈 때는 배를 도크나 강변에 나란히 대놓고 안정시키고 배뒷 쪽에서

양손으로 뗏전을 잡고 배 위의 바닥으로 발을 천천히 옮긴다.

- 배 안에서 균형이 잡히면 중심을 낮춘 자세로 자리를 이동한다.
- 보트에서 나올 때는 보트에 들어갈 때와 반대로 하고 내릴 때 뒷발이 배를 강 쪽으로 밀지 않도록 유의한다.
- 물속으로 떨어졌을 때는 즉시 수면으로 올라와 배를 붙잡아야 하고 잠시 휴식한 후 배뒷 쪽으로 돌아와서 몸을 솟구쳐 상체부터 올려놓는다.
- 모든 승선자는 구명조끼를 착용해야 한다.

8. 계곡에서 야영지를 선택할 때는

- 계곡에서 야영지를 선택할 때는 물이 흘러간 가장 높은 흔적보다 위쪽에 있도록 하고, 대피할 수 있는 고지대와 대피로가 확보된 곳을 선정하며 또한 낙석 위험과 산사태 위험이 없는 곳이어야 한다.

※ 물놀이 사고 및 안전사고 발생 때 즉시 119 (해상 122) 또는 1588-3650으로 신고하시기 바랍니다.



9. 갯벌에서 물놀이를 할 때는

- 어린이들이 갯벌 출입을 위해 만들어 놓은 진입로가 있는 경우에는 진입로를 이용해 출입하며, 진입로로부터 멀리 떨어진 곳은 출입하지 않는다.
- 갯벌에 갯골이 있는 경우 갯골을 넘어가지 않는다. 밀물시 갯골에 물이 먼저 차오르기 때문에 수심이 깊어져 넘어오지 못하는 경우가 있으며 갯골 주변의 갯벌은 물이 많이 머물고 있어 발이 빠지는 경우가 많으니 접근하지 않는다.
- 갯벌에는 절대로 어린이 혼자 들어가지 않도록 하며 어른도 혼자 들어가지 않는다.
- 갯벌에 발이 깊이 빠진 경우 빠지면 반대방향으로 엎드려 기어 나오며, 안내인의 도움을 받는다. 위급한 경우 119의 도움을 받는다.
- 갯벌에는 맨발로 들어가지 않는다. 발에 잘 맞는 장화를 착용하며 샌들을 착용할 때 반드시 양말을 착용한다. 갯벌에는 어패류의 패각 등이 있어 맨발로 출입하면 심한 상처를 입을 수 있다.
- 갯벌체험 시 되도록 긴소매의 옷을 착용하며 창이 넓은 모자로 자외선으로부터

보호하며 자외선 차단제를 발라 화상을 예방하고 식수를 준비해 탈수를 예방한다.

- 갯벌체험 시 갑자기 안개가 끼면 밀물 시간과는 관계없이 즉시 갯벌에서 나오고, 방향을 잃었을 때는 갯벌에 조류 때문에 생긴 물결모양 결(연흔)의 방향을 살펴보고 경사가 완만한 연흔의 직각 방향으로 나오면 육지 쪽으로 나올 수 있다.

태풍 및 호우 대비 시민행동요령

I. 태 풍

태풍 오기 전에는

- TV나 라디오를 수신하여 태풍의 진로와 도달시간을 숙지합니다.
- 가정의 하수구나 집주변의 배수구를 점검하고 막힌 곳을 뚫어야 합니다.
- 침수나 산사태가 일어날 위험이 있는 지역에 거주하는 주민은 대피장소와 비상연락 방법을 미리 알아둡시다.
- 하천 근처에 주차된 자동차는 안전한 곳으로 이동합니다.
- 응급 약품, 손전등, 식수, 비상식량 등의 생필품은 미리 준비합니다.
- 바람에 날아갈 위험이 있는 지붕, 간판, 창문, 출입문 또는 마당이나 외부에 있는 현 가 구, 놀이기구, 자전거 등은 단단히 고정합니다.



- 공사장 근처는 위험하오니 가까이 가지 맙시다.
- 전신주, 가로등, 신호등은 손으로 만지거나 가까이 가지 맙시다.
- 감전의 위험이 있으니 집 안팎의 전기수리는 하지 맙시다.
- 운전 중일 경우 감속운행 합니다.
- 천둥·번개가 칠 경우 건물 안이나 낮은 곳으로 대피합니다.
- 송전철탑이 넘어졌을 때는 119나 시·군·구청 또는 한전에 신고합니다.
- 문과 창문을 잘 닫아 움직이지 않도록 하고, 안전을 위해 집안에 있도록 합니다.
- 낡은 창호는 강풍으로 휘어지거나 파손될 위험이 있으니 미리 교체하거나 창문을 창틀에 단단하게 고정시켜 틈이 생기지 않도록 보강해야 합니다.
- 테이프를 붙일 때에는 유리가 창틀에 고정되도록 해 유리가 흔들리지 않도록 합니다.
- 창틀과 유리 사이의 채움재가 손상되거나 떨어져 있으면 유리창이 깨질 위험이 있으므로, 틈이 없도록 보강해 주어야 합니다.
- 노약자나 어린이는 집 밖으로 나가지 맙시다.
- 물에 잠긴 도로로 걸어가거나 차량을 운행하지 맙시다.
- 대피할 때에는 수도와 가스 밸브를 잠그고 전기차단기를 내려둡시다.
- 집주변이나 경작지의 용·배수로를 점검합니다.

- 어업활동을 하지 마시고 선박을 단단히 묶어 둡시다.
- 어로시설을 철거하거나 고정합시다.
- 주택주변의 산사태 위험이 있으면 미리 대피합시다.
- 위험한 물건이 집주변에 있다면 미리 제거합시다.
- 논둑을 미리 점검하시고 물꼬를 조정합시다.
- 선박을 단단히 묶어두시고 어망·어구 등을 안전한 곳으로 옮기십시오.

태풍 주의보 때는

1. 도시지역에서는

- 저지대·상습침수지역에 거주하고 계신 주민은 대피를 준비하십시오.
- 공사장 근처는 위험하오니 가까이 가지 맙시다.
- 전신주, 가로등, 신호등을 손으로 만지거나 가까이 가지 맙시다.
- 감전의 위험이 있으니 집 안팎의 전기수리는 하지 맙시다.
- 운전 중일 경우 감속운행 합시다.
- 천둥·번개가 칠 경우 건물 안이나 낮은 곳으로 대피하십시오.
- 간판, 창문 등 날아갈 위험이 있는 물건은 단단히 고정하십시오.
- 송전철탑이 넘어졌을 때는 119나 시·군·구청 또는 한전에 신고하십시오.
- 집안의 창문이나 출입문을 잠가 둡시다.
- 노약자나 어린이는 집 밖으로 나가지 맙시다.
- 대피할 때에는 수도, 가스, 전기는 반드시 차단하십시오.
- 라디오, TV, 인터넷을 통해 기상예보 및 태풍상황을 잘 알아 둡시다.

2. 농촌지역에서는

- 저지대·상습침수지역에 거주하고 계신 주민은 대피를 준비하십시오.
- 공사장 근처는 위험하오니 가까이 가지 맙시다.
- 감전위험이 있으니 고압전선 근처에 가지 맙시다.
- 집 안팎의 전기수리를 하지 맙시다.
- 천둥·번개가 칠 경우 건물 안이나 낮은 곳으로 대피하십시오.
- 바람에 지붕이 날아가지 않도록 단단히 고정하고 바람에 날아갈 수 있는 물건을 단단히 묶어 둡시다.
- 송전철탑이 넘어졌을 때는 119나 시·군·구청 또는 한전에 신고하십시오.
- 집안의 창문이나 출입문을 잠가 둡시다.
- 노약자나 어린이는 집 밖으로 나가지 맙시다.
- 라디오, TV, 인터넷을 통해 기상예보 및 태풍상황을 잘 알아 둡시다.
- 경작지 용·배수로를 점검 하는 행위는 하지 맙시다.
- 산간계곡의 야영객은 안전한 곳으로 대피하십시오.
- 비닐하우스 등의 농업시설물을 사전에 점검하십시오.



3. 해안지역에서는

- 저지대·상습침수지역에 거주하고 계신 주민은 대피를 준비합니다.
- 침수가 예상되는 건물의 지하공간에는 주차를 하지 마시고, 지하에 거주하고 계신 주민은 대피합니다.
- 전신주, 가로등, 신호등을 손으로 만지거나 가까이 가지 않습니다.
- 집 안팎의 전기수리를 하지 않습니다.
- 공사장 근처는 위험하오니 가까이 가지 않습니다.
- 해안도로를 운전하지 않습니다.
- 천둥·번개가 칠 경우 건물 안이나 낮은 곳으로 대피합니다.
- 간판, 창문 등 날아갈 위험이 있는 물건은 단단히 고정합니다.
- 송전철탑이 넘어졌을 때는 119나 시·군·구청 또는 한전에 즉시 연락합니다.
- 집안의 창문이나 출입문을 잠가 둡니다.
- 노약자나 어린이는 집 밖으로 나가지 않습니다.
- 라디오, TV, 인터넷을 통해 기상예보 및 태풍상황을 잘 알아 둡니다.
- 바닷가 근처나 저지대에 계신 주민은 대피 준비를 합니다.
- 어업활동이나 선박을 묶는 행위를 하지 않습니다.
- 어로시설을 철거하거나 고정하는 행위를 하지 않습니다.
- 해수욕장 이용은 하지 않습니다.



태풍 경보 때는

1. 도시지역에서는

- 침수가 예상되는 건물의 지하공간에는 주차를 하지 마시고, 지하에 거주하고 계신 주민과 붕괴 우려가 있는 노후주택에 거주하고 계신 주민은 안전한 곳으로 대피합니다.

- 건물의 간판 및 위험시설물 주변으로 걸어가거나 접근하지 맙시다.
- 문과 창문을 잘 닫아 움직이지 않도록 하고, 안전을 위해 집안에 있도록 합니다.
- 낡은 창호는 강풍으로 휘어지거나 파손될 위험이 있으니 미리 교체하거나 창문을 창틀에 단단하게 고정시켜 틈이 생기지 않도록 보강해야 합니다.
- 테이프를 붙일 때에는 유리가 창틀에 고정되도록 해 유리가 흔들리지 않도록 합니다.
- 창틀과 유리 사이의 채움재가 손상되거나 떨어져 있으면 유리창이 깨질 위험이 있으므로, 틈이 없도록 보강해 주어야 합니다.
- 집 안팎의 전기수리를 하지 맙시다.
- 모래주머니 등을 이용하여 물이 넘쳐서 흐르는 것을 막읍시다.
- 바람에 날아갈 물건이 집주변에 있다면 미리 제거합시다.
- 도로에 있는 차량은 속도를 줄여서 운전합시다.
- 아파트 등 고층건물 옥상, 지하실과 하수도 맨홀에 접근하지 맙시다.
- 정전 때 사용 가능한 손전등을 준비하시고 가족 간의 비상연락방법과 대피방법을 미리 의논합시다.

2. 농촌지역에서는

- 모래주머니 등을 이용하여 하천물이 넘쳐서 흐르지 않도록 하여 농경지 침수를 예방합니다.
- 논둑을 미리 점검하거나 물꼬를 조정하지 맙시다.
- 교량은 안전한지 확인한 후에 이용합시다.
- 산사태가 일어날 수 있는 비탈면 근처에 접근하지 맙시다.
- 이웃이나 가족 간의 연락방법과 비상시 대피방법을 확인합시다.
- 농기계나 가축 등을 안전한 장소로 옮깁시다.
- 비닐하우스, 인삼재배시설 등을 단단히 묶어 둡시다.

《산사태 징후가 있는 때는》

장마철에는 어느 때 보다도 산사태 발생 위험이 높습니다. 따라서 주변에서 다음과 같은 산사태

발생 징후가 보이면 빨리 안전한 곳으로 대피하시기 바랍니다.

- 경사면에서 갑자기 많은 양의 물이 샘솟을 때
 - ▶ 이때는 땅속에 과포화 된 지하수가 있다는 것을 나타내므로 산사태의 위험이 커진다.
- 평소 잘 나오던 샘물이나 지하수가 갑자기 멈출 때
 - ▶ 이때는 산위의 지하수가 통과하는 토양층에 이상이 발생한 것을 나타내므로 위험이 많다고 볼 수 있다.
- 갑자기 산허리의 일부가 금이 가거나 내려앉을 때
 - ▶ 이는 산사태가 발생하는 조짐이므로 미리 대피하는 것이 좋다.
- 바람이 불지 않는데도 나무가 흔들리거나 넘어지는 때, 산울림이나 땅울림이 들릴 때
 - ▶ 산사태가 이미 시작된 것으로 즉시 대피하고 행정기관에 신고



3. 해안지역에서는

- 해안가의 위험한 비탈면에 접근하지 않는다.
- 집 근처에 위험한 물건이 있다면 미리 치웁시다.
- 바닷가의 저지대 주민은 안전한 곳으로 대피합시다.
- 교량은 안전한지 확인 후에 이용합시다.
- 선박을 묶거나 어망·어구 등을 옮기는 행위를 하지 않는다.
- 가족 간의 연락방법이나 대피방법을 미리 확인합시다.



태풍이 지나간 후에는

- 파손된 상하수도나 도로가 있다면 시·군·구청이나 읍·면·동사무소에 연락합시다.
- 비상 식수가 떨어졌더라도 아무 물을 먹지 마시고 물은 꼭 끓여 드십시오.
- 침수된 집안은 가스가 차 있을 수 있으니 환기시킨 후 들어가시고 전기, 가스, 수도시설은 손대지 마시고 전문 업체에 연락하여 사용합시다.
- 사유시설 등에 대한 보수·복구 시에는 반드시 사진을 찍어 두십시오.
- 제방이 붕괴될 수 있으니 제방 근처에 가지 맙시다.
- 감전의 위험이 있으니 바닥에 떨어진 전선 근처에 가지 맙시다.

II. 홍 수

홍수 우려 때는

- 피해가 예상되는 지역 주민은 대피 준비를 하고 물이 집안으로 흘러가는 것을 막기 위한 모래주머니나 튜브 등을 준비해둡시다.
- 홍수피해가 예상되는 지역의 주민은 라디오나 TV, 인터넷을 통해 기상변화를 알아 둥시다.

- 어린이나 노약자는 집 밖으로 나가지 맙시다.
- 홍수 우려 때 피난 가능한 장소와 길을 사전에 숙지합시다.
- 비탈면이나 산사태가 일어날 수 있는 지역에 가까이 가지 맙시다.
- 잘 알지 못하는 지역이나 무릎 위로 물이 흐르는 지역에서는 걸어 다니지 마시고 자동차를 운전하지 맙시다.
- 바위나 자갈 등이 흘러내리기 쉬운 비탈면 지역의 도로 통행을 삼가고, 만약 도로를 지날 때 주위를 잘 살핀 후 이동합시다.
- 연못, 구덩이 등에 관한 안전표지판을 잘 살펴보아야 합니다.
- 우물은 오염될 수 있으니 마실 물은 미리 준비해 둡시다.



물이 밀려들 때는

- 갑작스러운 홍수가 발생하였으면 높은 곳으로 빨리 대피합시다.
- TV와 라디오를 주의 깊게 들읍시다.
- 하천의 물이 갑자기 많아지는지를 주의 깊게 관찰합시다.
- 만일 독의 물이 넘치고 하수도로 물이 나온다면 다음의 사항을 준비합시다.
 - ▶ 시간적 여유가 있다면, 마당에 있는 여러 가지 물건들을 집안으로 옮기고 집주변을 정비합시다.
 - ▶ 전기차단기를 내리고 가스 밸브를 잠급시다.
 - ▶ 상수도의 오염에 대비하여 욕조에 물을 받아 둡시다.
- 홍수에 의하여 밀려온 물에 가까이 가지 않도록 주의합시다.
- 흐르는 물에 들어가지 맙시다.
- 침수된 지역에서 자동차를 운전하지 맙시다.
- 지정된 대피소에 도착하면 반드시 도착사실을 알리고, 통제에 따라 행동합시다.



물이 빠진 후에는

- 물이 빠져나가고 있을 때 물에서 멀리 떨어지세요. 기름이나 더러운 물로 오염되었을 경우가 많습니다.
- 흐르는 물에서는 약 15cm 깊이의 물에도 휩쓸려 갈 수 있습니다.
- 홍수가 지나간 지역은 도로가 약해져서 무너질 수 있습니다.
- 재난발생지역에는 가까이 가지 맙시다.
- 홍수로 밀려온 물에 몸이 젖었을 때 비누를 이용하여 깨끗이 씻읍시다.
- 집에 도착 후에는 들어가지 말고, 붕괴가능성을 반드시 점검합시다.
- 가스·전기차단기가 off에 있는지 확인하고, 기술자의 안전조사가 끝난 후 사용합시다.
- 집안에 진입하면 가스가 새어 축적되어 있을 수 있으므로 성냥불이나 라이터불을 사용하지 말고, 창문을 열어 환기를 합시다.
- 침투된 오염물에 의해 침수된 음식이나 재료를 먹거나 요리재료로 사용하지 맙시다.
- 수돗물이나 저장식수도 오염 여부를 반드시 조사 후에 사용합시다.

Ⅲ. 호 우

호우 예보 때는

- 주택의 하수구와 집주변의 배수구를 점검합시다.
- 침수나 산사태 위험지역 주민은 대피장소와 비상연락방법을 미리 알아둡시다.
- 하천에 주차된 자동차는 안전한 곳으로 이동합시다.
- 응급 약품, 손전등, 식수, 비상식량 등은 미리 준비해둡시다.



- 저지대·상습침수지역에 거주하고 계신 주민은 대피를 준비합시다.
- 침수 시 피난 가능한 장소를 동사무소나 시·군·구청에 연락하여 알아 둡시다
- 대형공사장, 비탈면 등의 관리인은 안전 상태를 미리 확인합시다.
- 가로등이나 신호등 및 고압전선 근처에는 가까이 가지 맙시다.
- 집 안팎의 전기수리는 하지 맙시다.
- 공사장 근처에는 가까이 가지 맙시다.
- 운행 중인 자동차의 속도를 줄여주세요.
- 천둥·번개가 칠 경우 건물 안이나 낮은 지역으로 대피합시다.
- 물에 떠내려갈 수 있는 물건은 안전한 장소로 옮깁니다.
- 송전철탑이 넘어졌을 때는 119나 시·군·구청 또는 한전에 즉시 연락합시다.
- 건물의 출입문이나 창문을 닫아둡시다.
- 노약자나 어린이는 집 밖으로 나가지 맙시다.
- 물에 잠긴 도로로 지나가지 맙시다.

- 대피할 때 수도와 가스 밸브를 잠그고, 전기차단기를 내려둡시다.
- 라디오, TV, 인터넷을 통해 기상예보 및 호우상황을 잘 알아 둡시다.
- 논둑을 미리 점검하시고 물꼬를 조정합시다.
- 집주변이나 농경지의 용·배수로를 미리 점검합시다.
- 물에 떠내려갈 수 있는 어망·어구 등을 안전한 곳으로 옮기시다.



호우 주의보 및 경보 때는

1. 도시지역에서는

- 저지대·상습침수지역에 거주하고 계신 주민은 대피를 준비합시다.
- 대형공사장, 비탈면 등의 관리인은 안전 상태를 미리 확인합시다.
- 가로등이나 신호등 및 고압전선 근처에는 가까이 가지 맙시다.
- 집 안팎의 전기수리는 하지 맙시다.
- 공사장 근처에는 가까이 가지 맙시다.
- 도로에 있는 차량은 속도를 줄여서 운전합시다.



- 천둥·번개가 칠 경우 건물 안이나 낮은 지역으로 대피합시다.
- 물에 떠내려갈 위험이 있는 물건은 안전한 장소로 옮깁니다.
- 송전철탑이 넘어졌을 때는 119나 시·군·구청 또는 한전에 즉시 연락합시다.
- 건물의 출입문이나 창문을 닫아둡시다.
- 아파트와 고층건물 옥상이나 지하실 및 하수도 맨홀에 가까이 가지 맙시다.
- 침수가 예상되는 건물의 지하공간에는 주차를 하지 마시고, 지하에 거주하고 계신 주민은 대피합시다.
- 노약자나 어린이는 집 밖으로 나가지 맙시다.
- 라디오, TV, 인터넷을 통해 기상예보 및 호우상황을 잘 알아 둡시다.

2. 농촌지역에서는

- 저지대·상습침수지역에 거주하고 계신 주민은 대피를 준비합니다.
- 집주변의 산사태 위험이 있는지 살피고 대피 준비를 합니다.
- 고압전선 근처에는 가까이 가지 않습니다.
- 집 안팎의 전기수리는 하지 않습니다.
- 천둥·번개가 칠 경우 건물 안이나 낮은 지역으로 대피합니다.
- 물에 떠내려가는 물건을 옮기는 행위를 하지 않습니다.
- 모래주머니 등을 이용하여 하천의 물이 넘치지 않도록 하여 농경지의 침수를 예방합니다.
- 논 물꼬 조정, 용·배수로 점검 등 야외활동은 하지 않습니다.
- 교량은 안전한지 확인 후에 이용합니다.
- 산사태가 일어날 수 있는 비탈면에 접근하지 않습니다.
- 송전철탑이 넘어졌을 때는 119나 시·군·구청 또는 한전에 즉시 연락합니다.
- 노약자나 어린이는 집 밖으로 나가지 않습니다.
- 라디오, TV, 인터넷을 통해 기상예보 및 호우상황을 잘 알아 둡니다.
- 농작물을 보호하려는 조치를 취합니다.
- 집주변이나 농경지의 용·배수로 점검을 하지 않습니다.
- 산간계곡의 야영객은 미리 대피합니다.
- 이웃이나 가족 간의 연락방법과 비상시 대피방법을 확인합니다.
- 농기계나 가축 등을 안전한 장소로 옮깁니다.
- 비닐하우스, 인삼재배시설 등을 단단히 묶어 둡니다.

3. 해안지역에서는

- 저지대·상습침수지역에 거주하고 계신 주민은 대피를 준비합니다.
- 해안가의 위험한 비탈면에 접근하지 않습니다.
- 침수가 예상되는 건물의 지하공간에는 주차를 하지 마시고, 지하에 거주하고 계신 주민은 대피합니다.
- 가로등과 고압전선 근처에 가까이 가지 않습니다.
- 집 안팎의 전기수리를 하지 않습니다.
- 공사장 근처에 가까이 가지 않습니다.
- 해안도로로 운전하지 않습니다.
- 천둥·번개가 칠 경우 건물 안이나 낮은 지역으로 대피합니다.
- 육지의 물이 바다로 빠져나가는 곳 근처에는 가까이 가지 않습니다.
- 송전철탑이 넘어졌을 때는 119나 시·군·구청 또는 한전에 연락합니다.
- 출입문, 창문 등을 잠급니다.
- 교량은 안전한지 확인한 후에 이용합니다.
- 노약자나 어린이는 집 밖으로 나가지 않습니다.
- 라디오, TV 등에 의한 기상예보와 호우상황을 잘 알아 둡니다.
- 바닷가의 저지대 주민은 안전한 곳으로 대피합니다.
- 물에 떠내려가는 어망·어구 등을 옮기는 행위를 하지 않습니다.

- 해수욕장 이용은 하지 맙시다.

4. 산악지역에서는

- 산사태 발생지역의 주민은 대피 준비를 합시다.
- 재배시설 등의 피해를 줄이려는 조치를 합시다.
- 기상정보와 강우상황을 주의 깊게 들읍시다.

호우가 지나간 후에는

- 집에 도착 후에는 들어가지 말고, 구조적 붕괴가능성을 반드시 점검합시다.
- 파손된 상하수도나 축대·도로가 있을 때 시·군·구청이나 읍·면·동사무소에 연락합시다.
- 물에 잠긴 집안은 가스가 차 있을 수 있으니 환기시킨 후 들어가고, 가스·전기차단기가 off에 있는지 확인하고, 기술자의 안전조사가 끝난 후 사용합시다.
- 침투된 오염물에 의해 침수된 음식이나 재료를 먹거나 요리재료로 사용하지 맙시다.
- 수돗물이나 저장식수도 오염 여부를 반드시 조사 후에 사용합시다.

여름철 우기 감전사고 시민행동요령

감전사고 예방 행동요령

- 젖은 손으로 전기기구를 만지지 않는다.
- 플러그를 뽑을 때는 전선을 잡아당기지 않는다.
- 콘센트에 젓가락이나 철사 등을 집어넣지 않는다.
- ‘위험’, ‘고압’ 등이 쓰인 장소에는 절대로 가까이 가지 않는다.
- 전봇대를 오르거나 전선을 긴 막대기 등으로 찌르는 장난을 하지 않는다.
- 땅에 떨어진 전선 가까이에는 가지 않는다.
- 고장 난 전기 기기를 직접 고치지 않는다.
- 물에 젖은 전기기구는 만지지 않는다.
- 누전 차단기는 꼭 사용한다.
- 세탁기, 펌프 등 전기기기의 금속부분은 접지(땅속에 연결)를 한다.

침수 시 행동요령

- 집안이 침수되었을 때는 전기 콘센트나 전기기기 등을 통하여 전기가 흐를 수 있으므로 배전반의 전원 스위치를 내린 다음 물을 퍼내는 등의 조치를 취한다
- 여름철 침수된 곳은 전기가 흐를 수 있다는 생각을 가지고 접근을 피하든지 확인 후 접근한다.
- 손이나 발에 물이 묻은 상태에서 전기제품을 다루지 않고, 취급할 경우에는 반드시 물기를 닦은 후 취급한다.

장마·태풍 시 행동요령

- 사전에 전기시설 일체를 총 점검하여 불량 또는 불안한 시설은 긴급히 보수해야 하며, 차단장치 등의 작동을 확인하여 감전사고 등의 피해가 발생하지 않도록 각별히 주의한다.
- 비상시를 대비하여 가정에서는 찾기 쉬운 장소에 촛불·손전등을 준비해두고, 전기고장번호(국번없이 123), 전기안전공사(1588-7500)번호를 게시하거나 숙지한다.
- 가정에서 철대문 등 누전이 되어 찌릿찌릿한 것을 느낄 때에는 한국전기안전공사에 문의하여 가까운 지점의 전화번호를 안내 받아 점검을 받는다.
- 천둥번개를 동반한 비바람의 경우 밖에서 끊어진 전선 부근에 접근하거나 만지지 않는다.
- 낙뢰가 예상될 때에는 컴퓨터 등의 전기·전자기구의 플러그를 사전에 뽑아 낙뢰로부터 피해를 방지한다.

감전사고 시 응급조치 행동요령

- 감전된 사고자 주변의 전선 또는 기기의 전원 스위치를 차단함으로써 2차 재해를 예방한다.
- 차단할 수 없을 경우 고무장갑, 고무장화 등을 착용한 후 막대·플라스틱 봉·줄 등 전기가 통하지 않는 물건을 이용하여 기기 또는 전선으로부터 사고자를 분리한다.
- 사고자를 구출한 후 피해자의 의식, 호흡, 맥박 상태를 확인하고 높은 곳에서 추락 하였을 때 출혈의 상태와 골절 여부 확인하고 119에 신고한다.

건물 붕괴사고 발생시 시민행동요령

건물 붕괴 징조를 느낄 때는

- 건물 붕괴 징조를 느낄 때에는 건물 밖으로 즉시 대피합니다.
- 건물바닥이 갈라지거나 함몰되는 현상이 발생하는 때
- 갑자기 창이나 문이 뒤틀리고 여닫기가 곤란한 때
- 철거 중인 구조물에 화재가 발생하거나 화염에 철강재가 노출된 때
- 바닥의 기둥부위가 솟거나 중앙부위에 처진 현상이 발생하는 때
- 기둥이 휘거나 대리석 등 마감재가 부분적으로 떨어져 나가는 때
- 기둥 주변에 거미줄형 균열이나 바닥 슬래브의 급격한 처짐 현상이 발생한 때
- 계속되는 지반침하와 석축·옹벽에 균열이나 배부름현상이 나타나는 때
- 벽이나 바닥의 균열소리가 얼음이 깨지는 듯이 나는 때
- 개 등 동물이 갑자기 크게 짖거나 평소와 달리 매우 불안해하는 때

건물 내부에 있을 때는

- 건물이 붕괴한 경우에는 당황하지 말고 주변을 살펴서 대피로를 찾으세요.
- 엘리베이터 홀, 계단실 등과 같이 견디는 힘이 강한 벽체가 있는 안전한 곳으로 임시 대피합니다.
- 부상자는 가능한 빨리 안전한 장소로 함께 탈출 후 응급처치를 합니다.
- 평소에 완강기, 밧줄(로프), 손전등 등 탈출에 필요한 물품이 있는 곳을 확인해 둡니다.
- 붕괴사고 발생 때 건물 밖으로 탈출 가능한 통로를 찾고, 주위 사람들과 협력하여 완강기, 밧줄 등을 이용하여 노약자, 어린이, 여성 등을 우선하여 탈출하도록 합니다.
- 대피 중 위급상황에 대비해 건물에 대해 잘 아는 건강한 성인을 선두로 이동해야 하며, 낙하물에 대비해 방석 등으로 머리를 보호하면서 신속하고 질서 있게 대피합니다.
- 이동 중에는 장애물 등을 될 수 있으면 움직이지 않도록 하고, 불가피하게 제거할 때 추가 붕괴위험에 대비합니다.
- 유리파편이나 낙하물에 대비하여 코트, 담요, 신문, 상자(박스) 등으로 머리와 얼굴을 보호합니다.
- 붕괴 때문에 고립이 장기화될 경우를 고려하여, 냉장고 등에서 음식과 물을 찾아 먹되 가능한 한 오래 버틸 수 있도록 음식물의 소비를 조절해야 합니다.
- 잔해 때문에 꼼짝 못하게 되었을 때 혈액순환이 잘되도록 수시로 손가락과 발가락을 움직여야 합니다.
- 사랑하는 가족을 생각하면서 생존을 위해 계속 탐색하면 기운을 차리게 되고 사기를 유지할 수 있습니다.
- 구조대의 호출이 들리면 침착하게 반응하고, 체력을 완전히 소진시킬 수 있으므로 불필요하게 고함을 지르지 맙시다.
- 주위에 사람이 있다고 확신할 때는 손전등을 비추거나 큰소리로 부르거나 파이프 등을 두드려 구조대의 주의를 끌어야 합니다.

- 불필요하게 체력을 소모하지 말고 될 수 있으면 편안한 자세를 유지하면서 구조를 요청합니다. 방법은, 파이프 등을 규칙적으로 두드리거나 소리를 지르거나 휴대전화로 119에 신고합니다.
- 휴대전화는 불통구역이라도 전원을 켜두되, 축전지(배터리) 절약을 위해 전원은 일정주기로 꺼주세요.
- 공기 공급이 잘되는 창문이나 선반이 없는 벽 쪽이나 낙하물로부터 보호받을 수 있는 튼튼한 테이블 밑에서 자세를 낮추고 구조를 기다립니다.
- 안전지대에 있는 경우는 그곳에 머무르고, 부서진 계단이나 정전으로 가동이 중단될 수 있는 엘리베이터는 이용하지 맙시다.
- 가스누출 위험이 있는 경우에는 폭발의 위험이 있으므로 성냥, 난로(스토브) 등을 꺼지 말아야 하며 손전등을 사용합니다.

건물 외부에 있을 때는

- 건물 밖으로 나오면 추가붕괴와 가스폭발 등의 위험이 없는 안전한 지역으로 대피합니다.
- 붕괴건물 밖에 있는 주민들은 추가붕괴, 가스폭발, 화재 등의 위험이 있으니 피해가 없도록 사고현장에 접근하지 맙시다.
- 붕괴지역 주변의 보행할 때나 이동 때에는 위험지역 또는 불안정한 물체에서 멀리 떨어지고, 유리과편 등에 다치지 않도록 가방, 방석, 책 등으로 머리를 보호합니다.

붕괴, 매몰된 경우에

- 불필요한 활동이나 고통으로 체력을 소모하지 않는다.
- 입과 코를 옷이나 천으로 가려서 먼지 흡입을 최소화 한다.
- 벽·파이프 등을 규칙적으로 두드리거나 휴대전화 119에 신고한다.
- 휴대전화의 전파는 매몰자 탐색에 도움이 될 수 있기 때문에 전원은 규칙적으로 일정 시간만 켜서 배터리를 절약한다.
- 구조될 수 있다는 희망을 가지고 물과 음식을 찾아 먹으면서 체온 유지에 힘쓴다.
- 2차 붕괴나 낙하물에 대비하여 단단한 테이블 밑이나 창문이 없는 단단한 벽체 옆에서 기다린다.
- 잔해에 끼이면 혈액순환이 잘되게 수시로 손가락과 발가락을 움직인다.
- 사랑하는 가족을 생각하면 삶의 의지를 유지할 수 있다.

대형건축물 붕괴

1. 붕괴 사고가 발생했나요?

- 건물이 붕괴된 경우에는 당황하지 말고 주변을 살펴서 대피로를 찾아야 합니다.
- 엘리베이터 홀, 계단실 등과 같이 견디는 힘이 강한 벽체가 있는 안전한 곳으로 임시 대피합니다.
- 부상자는 가능한 응급처치를 한후 함께 탈출합니다.
- 완강기, 로프, 손전등 등 탈출에 필요한 물품을 찾아 건물 밖으로 탈출 가능한 통로를 찾아야 합니다.

- 대피 중 위급상황에 대비해 건물에 대해 잘 알고 있는 건강한 성인을 선두로 하여 이동해야 하며, 방석 등으로 머리를 보호하면서 신속하고 질서 있게 대피합시다.
- 이동 중에는 장애물 등을 가급적 움직이지 않도록 하고, 불가피하게 제거할 경우 추가 붕괴위험에 대비합시다.
- 건물 밖으로 나오면 추가붕괴 및 가스폭발 등의 위험이 없는 안전한 지역으로 대피합시다.
- 붕괴건물 밖에 있는 주민들은 추가붕괴, 가스폭발, 화재 등의 위험이 있으니 피해가 없도록 사고현장에 접근하지 맙시다.

2. 잔해에 깔린 경우에 이렇게 하세요.

- 불필요하게 체력을 소모하지 말고 가급적 편안한 자세를 유지하면서 구조를 요청합시다. 방법은, 파이프 등을 규칙적으로 두드리거나 소리를 지르거나 휴대전화로 119에 신고합니다. 휴대전화는 불통구역이라도 전원을 켜두되, 배터리 절약을 위해 전원은 일정주기로 켜주세요.
- 유리파편이나 낙하물에 대비하여 코트, 담요, 신문, 박스 등으로 머리와 얼굴을 보호합시다.
- 위험지역 또는 불안정한 물체에서 멀리 떨어지고, 유리파편 등에 다치지 않도록 주의합니다.
- 공기 공급이 잘되는 창문이나 선반이 없는 벽 쪽이나 낙하물로부터 보호받을 수 있는 튼튼한 테이블 밑에서 자세를 낮추고 구조를 기다립니다.
- 안전지대에 있는 경우는 그 곳에 머무르고, 부서진 계단이나 정전으로 가동이 중단될 수 있는 엘리베이터는 이용하지 맙시다.
- 가스누출 위험이 있는 경우에는 폭발의 위험이 있으므로 성냥, 스토브 등을 켜지 말아야 하며 손전등을 사용합니다.
- 잔해 때문에 꼼짝 못하게 된 경우 혈액순환이 잘되도록 수시로 손가락과 발가락을 움직여야 합니다.
- 사랑하는 가족을 생각하면서 생존을 위한 탐색을 계속하면 기운을 차리게 되고 사기를 유지시킬 수 있습니다.
- 구조대의 호출이 들리면 침착하게 반응하고, 체력을 완전히 소진시킬 수 있으므로 불필요하게 고향을 지르지 맙시다.
- 주위에 사람이 있다고 확신할 경우에는 손전등을 비추거나 큰소리로 부르거나 파이프 등을 두드리 구조대의 주의를 끌어야 합니다.
- 냉장고 등에서 음식과 물을 찾아 먹되 가능한 오래 버틸 수 있도록 음식물의 소비를 조절해야 합니다.

승강기의 올바른 이용 행동요령

건물의 고층화에 따라 일상생활과 밀접한 승강기를 안전하고 편리하게 이용하기 위해서는 승강기의 안전 사용수칙을 꼭 지켜 사고를 미연에 예방합니다.

1. 승강기 이용자 준수사항

- 승강기 내에 부착된 유의사항을 지켜야 합니다.
- 정원 및 하중 초과는 고장이나 사고의 원인이 됩니다.
- 승강기 출입문을 밀거나 기대지 말아야 합니다.
- 승강기 내에서 뛰거나 장난치지 말아야 합니다.
- 정전 등으로 갇혔을 경우 당황하지 말고 인터폰으로 연락합니다.

2. 승강기 관리자 준수사항

- 승강기 운행에 충분한 지식을 가진 사람을 운행관리자로 선임해야 합니다.
- 승강기 성능유지와 안전운행을 위해 매월 1회 자체점검을 실시하고, 매년 1회 승강기검사기관이 실시하는 정기검사를 받아야 합니다.
- 검사를 받지 아니하거나 검사에 불합격된 승강기는 운행을 중지하여야 합니다.
- 사고 발생시 지체없이 유지보수업체나 119구조대에 비상연락을 취하고 검사기관 등에 연락해야 합니다.

3. 정전대비 단계별 근무상황 관리주체 조치사항

□ 정전대비 단계별 근무상황 관리주체 조치사항

- 1단계 : 관심단계(예비전력 300~400만 kw/h)
 - 승강기 보수업체에 전력상황을 통보
- 2단계 : 주의?경계단계(예비전력 100~300만 kw/h)
 - 승강기 운행축소 (에스컬레이터, 수평보행기 및 냉난방기와 조명 등 전기 사용기기 사용제한)
 - 승강기 보수업체에 전력상황을 통보하여 정전으로 인한 갇힘 시 보수업체가 즉시 구조 할 수 있도록 준비 태세 확립
- 3단계 : 심각단계(예비전력 100만 kw/h 미만)
 - 보수업체 직원 배치 등.

※ 비상시 연락 전화번호

- 119구조대 → 국번 없이 119
- 승강기검사기관 → 한국승강기안전관리원 광주지원 (☎367-7504)

지진 발생시 행동요령

지진 발생시

- 지진 발생시 크게 흔들리는 시간은 길어야 1~2분이므로 이 시간동안 테이블 등의 밑으로 들어가 몸을 피하고 테이블 등이 없을 때는 방석 등으로 머리를 보호합니다.
- 문을 열어서 출구를 확보하고 가스·전기 등을 차단합니다.
- 화재가 났을 때 침착하고 빠르게 불을 꺼야 합니다. 불을 조기에 진화할 수 있는 기회는 3번으로 크게 흔들리기 전, 큰 흔들림이 멈춘 직후, 발화된 직후 화재의 규모가 작을 때입니다.
- 지진 발생 때는 유리창이나 간판 등이 떨어져 대단히 위험하므로 서둘러서 밖으로 뛰어나가면 안됩니다.
- 지진이나 화재가 발생할 때는 엘리베이터를 사용하지 말아야 하고 타고 있을 때는 모든 버튼을 눌러 신속하게 내린 후 대피합니다. 만일 갇혔을 때는 인터폰으로 구조 요청합니다.
- 큰 진동이 멈춘 후 공터나 공원 등 넓은 공간으로 대피합니다. 또한 블록담, 자동판매기 등 고정되지 않은 물건 등은 넘어질 우려가 있으므로 가까이 가서는 안됩니다.



《Q&A》

Q : 지진발생시 대형건물에 있을 때 대피방법은 ?

A : 소파 혹은 견고한 구조물의 아래 또는 옆으로 피해 몸을 웅크린다.

계단을 대피 공간으로 선택하지 않는다.

가능하면 건물 밖으로 대피하고 건물 내부에서는 외벽쪽으로 대피한다.

복사지, 신문지 등 종이 더미 속으로 대피한다.