



목차

1. 매뉴얼 소개

2. 시각장애인의 재난대응 이해

- 재난과 장애
- 시각장애 이해
- 재난대피계획 및 기본 행동지침
- 조력자의 행동지침

3. 사회재난 대비 요령

- 화재
- 전기
- 가스
- 보행
- 엘리베이터
- 에스컬레이터
- 지하철 승강장

4. 자연재난 대비 요령

- 태풍
- 호우
- 산사태
- 지진
- 대설
- 한파
- 폭염
- 황사

5. 부록

- 재난대비 준비용품
- 비상연락카드
- 의료정보카드
- 재난대비계획 자가진단
- 알아두면 유용한 재난 관련 정보
- 서울시 시각장애인 관련 기관
- 서울시 재난 교육 및 훈련 프로그램
- 재난 관련 어플리케이션
- 재난 관련 상황별 응급조치법



메뉴얼 소개

매뉴얼 소개

왜 만들었는가?

- 장애인 재난에 대한 사회적 관심 고조
- 재난 취약계층인 시각장애인의 재난 예방 및 대처기능 강화
- 시각장애인 조력자, 관련 종사자 및 재난 담당자에게 유용한 자료 및 지침 제공

매뉴얼의 특징은 무엇인가?

- 국민안전처 재난대비 국민행동요령을 기초로 하되 시각장애인의 특성과 욕구를 적극적으로 반영하여 구성
- 시각장애인이 일상생활 속에서 자주 겪게 되는 재난사고들을 중심으로 구성
- 재난사고에 대한 이해 및 주요 정보를 제공하고, 재난상황별 행동요령을 중심으로 구성

2

시각장애인의 재난대응 이해

- 재난과 장애
- 시각장애 이해
- 재난대피계획 및 기본 행동지침
- 조력자의 행동지침

재난과 장애

재난이란?

어원적 정의: 재난(Disaster)의 'Dis'는 분리, 파괴, 불일치를 뜻하고, 'Aster'는 라틴어로 star라는 의미로 별의 분리 혹은 파괴, 행성의 배열이 맞지 않아 생기는 대규모의 갑작스러운 불행이라는 의미로 해석

현상적 정의: 자연적, 인위적, 사회적 요인에 의해 야기된 규모가 큰 피해상황

법률적 정의: 국민의 생명·신체·재산과 국가에 피해를 주거나 줄 수 있는 것으로서 자연재난, 인적재난, 사회재난을 포함(재난 및 안전관리 기본법 제3조)

장애인의 재난취약성

- 장애인은 재난발생 시 신속한 대피 및 적절한 행동을 취하기 어려운 대상으로서 재난약자로 분류될 수 있음
- 재난약자로서 장애인은 재난으로 인한 사고 및 사망에 대한 위험이 상대적으로 높음



주변의 도움 없이 대피가능한 장애인은 전체의 **20%** 밖에 되지 않음



장애인의 **71%**는 재난에 대비한 어떤 계획도 없음



장애인의 **50%**는 재난대피계획에 참여하기를 희망

2013년 유엔 재해경감전략기구(UN ISDR) 조사 결과

시각장애 이해

시각장애란?

- 시각장애는 일반적으로 시력이 전혀 없는 상태인 '전맹'과 잔존시력이 있으나 일상적인 생활에 장애가 있는 '저시력'으로 분류됨
- 시력을 완전히 잃은 사람도 있지만, 잔존 시각능력을 이용하여 일상생활을 해나가는 사람이 전체 시각장애인의 90%를 차지
- 시각장애의 대부분은 질병이나 교통사고, 산업재해 등 후천적인 원인에 의해 발생

<장애인복지법> 상의 정의 및 분류

- 시각장애인 정의: “시(視)기능의 현저한 저하 또는 소실 에 의해 일상생활 또는 사회생활에 제약이 있는 사람”
- 시각장애 유형: ‘시력장애’와 ‘시야결손장애’로 구분
- 시각장애 등급: 시 기능의 결여 정도에 따라 1급~6급의 등급기준 부여

시야에 따른 시각장애 이해



전맹: 활용 가능한 잔존시력이 전혀 없는 상태로 빛의 지각도 어려운 경우



주변시야결손(터널비전): 주변시야가 손상되어 중심부분만 보임



중심시야결손: 중심부가 안보이기 때문에 책을 읽거나 사람의 얼굴을 알아보기 어려움



부분시야결손: 망막 출혈 또는 삼출물로 인해 얼룩이 생겨 시야의 여러 부분이 보이지 않음

재난대피계획 및 기본 행동지침

재난대피 계획이란?

- 모든 시각장애인이 재난에 안전하게 대처하기 위해서는 사전에 개인별 재난대피계획과 행동지침을 세우는 것이 중요
- 개인별 재난대피계획이란 재난발생 시 신속하고 안전하게 대피하기 위해 대피방법 및 행동요령을 사전에 준비하고 숙달하는 것을 의미
- 개인별 재난대피계획에는 대피 조력자, 대피경로, 대피계획지도 등을 포함

대피 조력자 계획

- 대피 시 시각장애인을 도울 수 있는 조력자를 적어도 2명 이상 지정
→ 조력자는 가족(보호자)뿐 아니라 건물 내 사람, 친구, 직장동료, 이웃 등을 포함할 수 있음
- 지정된 조력자에게 도움을 요청할 방법 (전화, 이메일 등)을 정함
- 도움이 필요한 경우 언제, 어디서, 어떻게 도움을 제공받을지 조력자와 미리 결정함

대피경로 계획

- 조력자의 도움을 받을 수 있는 경우와 받을 수 없는 경우 두 가지상황에 대한 계획을 모두 세움
- 본인이 자주 사용하는 건물마다 두 가지 이상 (제1대피로, 제2대피로)의 대피경로를 설정

★ 유의할 점

- 가능한 대피계획 내에 엘리베이터 사용은 제외
- 대피경로에 잠금장치가 있을 경우에는 자물쇠나 번호키의 사용법을 미리 숙지
- 만약 이용 가능한 대피경로가 없다면 대체 경로나 방법을 모색
- 건물 밖으로 대피가 어려울 경우를 대비하여 건물 내 안전한 장소를 미리 모색
- 대피로 주변에는 비상용 키트를 비치하고 대피 시 바로 이용할 수 있도록 함
- 정전을 대비하여 저시력인은 손전등, 흰 지팡이 등을 접근이 용이한 장소에 비치
- 정전을 대비하여 각 방과 통로에 비상등 설치
- 대피경로 계획 후 대피 조력자와 정기적으로 대피 훈련 연습

★ 유의할 점

- 재난상황에 혼자 있게 되었을 경우를 대비하여 외부와 연락할 수 있는 방법(통신수단) 계획
- 외부와 통화 시 본인의 위치를 빠르고 정확하게 설명할 수 있도록 연습

재난대피계획 및 기본 행동지침

대피계획 지도 작성

- 거주 시설 등에서는 대피동선을 설명하는 층별 단순 대피계획지도를 마련하고 이를 숙지
- 자주 방문하는 건물의 대피계획지도를 제공받아 충분히 숙지
- 대피계획지도가 없을 경우에는 입구에 설치된 촉각 지도를 숙지하여 비상구의 위치를 확인
- (활동보조인이나) 안내인을 동행하여 자신의 대피 순서가 대피계획지도와 일치하는지를 점검

★ 거주시설 대피계획지도 작성방법

1. (조력자와) 간단한 집 평면도를 그림
2. 각 방에서 나갈 수 있는 비상통로를 2개 이상 정하여 평면도에 표시
3. 재난대비가방(또는 비상용 키트) 보관 장소(★) 표시
4. 만약 조력자와 헤어질 경우 대피 후 밖에서 만날 장소를 미리 정함



대피계획지도 예시

새로운 건물이나 장소 이용 시

- 해당 건물의 재난담당자에게 자신의 장애와 재난 시 필요한 지원을 알림
- 대피동선에 대한 사전안내 요구
- 건물 내부의 변화(사무실 혹은 사무가구의 위치 변경)가 있을 경우 대피경로 재설정

안내견 보행자의 경우

- 안내견 보행자는 안내견을 포함한 대피 계획을 세움
- 재난을 대비하여 안내견에 관한 정보가 담긴 카드를 작성하여 보관
- 안내견과 함께 대피동선 및 대피장소를 익혀둠
- 재난 상황에서 안내견이 평소와 다른 행동들을 보일 경우 어떻게 대처해야 하는지를 안내견 전문가(담당자)와 사전에 논의
- 대피소에서는 안내견의 존재를 알려서 별도의 먹이와 관련 용품이 현장에서 제공될 수 있게 함



안내견과 함께 대피 연습

대피 후

- 대피 후 시각장애인을 안전한 장소로 안내하고 긴급 상황이 끝날 때까지 곁에 있도록 함
- 대피 장소에 시각장애인을 혼자 두어야 할 경우 주변 상황을 설명하고 의자나 벽 주변 등에 머무르도록 안내
- 안전하다는 지시가 있을 때까지 건물 안으로 다시 들어가지 않음
- 대피소 등에 머무르게 될 경우 대피소 책임자에게 시각장애인이 있음을 알리고 시각장애인이 필요로 하는 사항을 전달
- 대피소 게시판의 게시물 내용을 시각장애인에게 전달
- 시각장애인이 대피소 화장실을 처음 이용 시 함께 들어가 화장실 구조와 사용법을 자세히 안내



잘못된 대피 방법



올바른 대피 방법

3

사회재난 대비 요령

- 화재
- 전기
- 가스
- 보행
- 엘리베이터
- 에스컬레이터
- 지하철 승강장



화재사고 대비요령

화재사고란?

사람의 의도와 상관없이 발생하거나 고의에 의해 일어나는 방화로 소화시설 등을 사용하여 소화할 필요가 있는 경우

화재사고 현황



최근 3년간 화재로 인한 피해 현황

화재사전 대비

- 소화기 사용법을 숙지하고 정기적으로 점검
- 집 혹은 건물에서 가까운 비상구 위치를 항상 확인
- 화재재난을 대비하여 최소 두 가지의 탈출경로 혹은 탈출 시나리오 계획
- 평소 소방대피훈련에 관심을 가지고 적극적으로 참여



화재발생 시 행동요령

- 화재를 인지하면 ‘불이야’라고 큰 소리로 외쳐 다른 사람에게 알리고 화재경보 비상벨을 누름
- 평소 잘 알고 있는 곳이거나 자력 대피가 가능하면 건물 밖으로 빠르게 탈출
- 공공건물 등에서 자력 대피에 어려움을 느끼면 본인의 장애를 알리고 주위에 도움을 요청
- 방문이나 비상구를 열고 나가기 전에 손등을 이용하여 열기를 확인. 만약, 손잡이 등이 뜨거우면 문을 열지 않고 다른 탈출 경로를 이용
- 엘리베이터는 절대 사용하지 말고 계단으로 대피
- 아래층으로 대피가 불가능할 때에는 옥상으로 대피
- 제 1 탈출 경로에 연기나 불길이 인지된 경우 제 2 탈출 경로를 이용
- 대피한 후에는 절대로 다시 화재장소로 들어가지 않음
- 안전한 장소로 대피한 후 119로 신고

건물에 갇혔을 경우

- 담요, 수건 등을 물에 적셔 창문이나 문틈 틈새를 막아 연기가 들어오는 것을 방지
- 물에 적신 수건 등으로 입과 코를 가리고 낮은 자세를 취하여 가능한 연기를 피함
- 눈에 잘 띄는 수건이나 옷가지 등을 밖으로 흔들어서 구조 요청
- 함부로 창밖으로 뛰어내리지 않음



화재사고 대비요령

연기 속 대피 요령

- 연기가 많지 않을 경우에는 옷가지를 사용하여 코와 입을 막고 낮은 자세로 신속하게 밖으로 대피
- 연기가 심하게 차 있을 경우에는 손과 무릎을 사용하여 기어서 밖으로 나감



연기 속 탈출 방법

★ 알아두기

- 화재 시 가스와 연기에 의한 질식사(窒息)가 60% 이상 차지
- 화재시 연기는 위에서 내려오고 맑은 공기는 바닥으로부터 30~60cm에 있음

옷에 불이 붙었을 때

- 옷에 불이 붙었을 경우 그 자리에 멈추고, 바닥에 엎드려 얼굴을 두 손으로 감싸고, 불이 꺼질 때까지 몸을 좌우로 뒹굴도록 함



불이 붙었을 때 행동요령



전기사고 대비요령

전기사고란?



- 가정에서 가장 쉽게 발생할 수 있는 전기사고는 전기화재사고와 전기감전사고가 있음
- 전기화재사고는 합선, 누전, 전기스파크, 과부하, 과열 등으로 발생

전기화재 사고현황



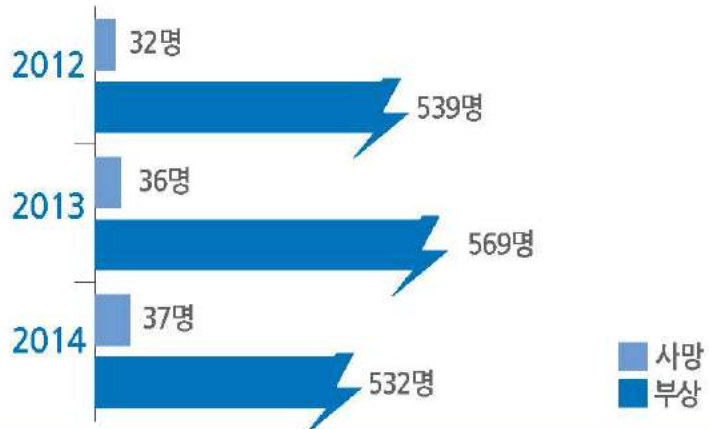
전체 화재발생
(42,135건)



전기사고로 인한 화재 발생 건수
8,287건 (19.7%)

2014년 전기사고로 인한 화재발생 현황

감전사고 현황



최근 3년간 감전사고로 인한 인명피해 현황



전기화재 사고 예방요령



- 사용하지 않는 전기제품 플러그는 뽑음
- 전선이 문틈이나 가구에 눌리지 않도록 설치
- 전선의 피복이 벗겨지지 않도록 행동반경 내에 있는 전선 정리
- 전열제품 주위에 전기코드나 선을 늘어뜨리지 않음
- 한 개의 콘센트에 여러 개의 플러그를 문어발식으로 연결하여 사용하지 않음
- 콘센트나 전열기구의 먼지 제거
- 먼지가 쌓이지 않도록 주방이나 욕실 환풍기 정기적으로 청소

감전사고 예방요령



- 젖은 손으로 전기제품을 사용하거나 콘센트를 만지지 않음
- 콘센트에 플러그를 꽂을 때는 완전히 꽂고, 뺄 때는 플러그를 잡고 뽑음
- 전기제품의 전선이 물에 닿지 않도록 주의
- 욕실에서는 가급적 전기제품 사용 자제
- 오랫동안 쓰지 않는 콘센트는 안전커버 씌움
- 누전감지용 차단기, 안전기(두꺼비집) 위치를 숙지
- 누전차단기가 작동하였을 때는 주위 도움을 요청하여 원인을 제거한 후 사용

그림으로 본 행동요령



먼지로 인한 전기스파크 주의



전선이 문틈에 끼지 않도록 주의

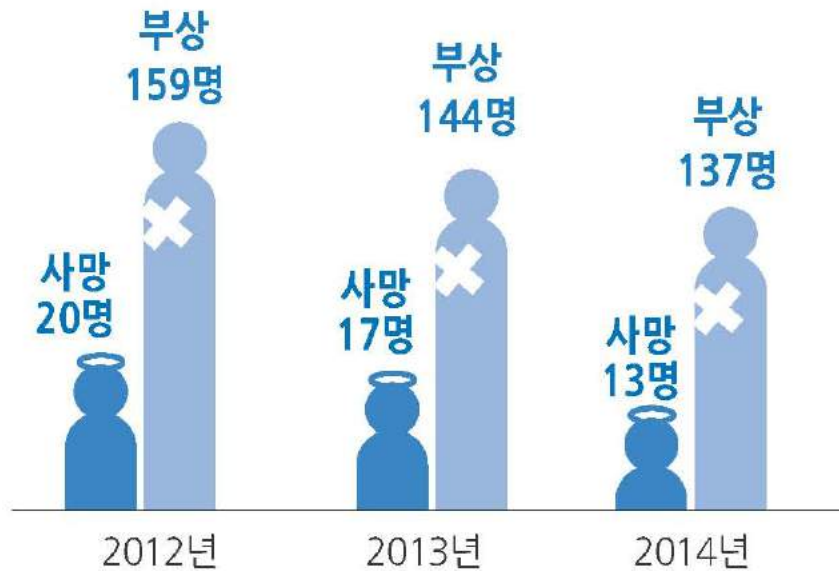


가스사고 대비요령

가스사고란?

가스의 누출 때문에 일어나는 폭발사고, 화재 사고, 질식 또는 산소결핍 등의 사고, 가스시설과 제품의 노후·불량 등 때문에 발생하는 사고를 말함

가스사고 현황



최근 3년간 가스사고로 인한 인명피해 현황

가스사고 예방요령

- 가스사용 전 창문을 열고 환기
- 가스레인지에 불을 붙일 경우는 불이 확실히 붙었는지 확인
- 가스사용 후 중간밸브 잠그기
- 가스경보기 설치 및 정기적 점검



가스유출시 행동요령



- 가스냄새가 나면 즉시 점화 스위치와 중간밸브 잠금
※ LP 가스를 사용할 경우에는 가스통의 밸브를 동시에 잠금

★ 알아두기

가스는 원래 냄새가 없으나 가스냄새가 나는 것은 가스가 새는 것을 쉽게 알아차릴 수 있도록 부취제를 넣기 때문
→ 마늘 썬 냄새가 나면 가스 유출을 의심할 것

- 가스 유출 시 내부를 환기시키고 가스판매소 혹은 도시가스 관리소에 연락하여 안전조치 받기

★ 알아두기

도시가스(LNG)는 공기보다 가볍고, LP 가스는 공기보다 무거움
→ LP 가스는 유출 시 바닥에 가라앉으므로 창문을 열고 빗자루 등으로 쓸어 환기를 시켜야 함

- 가스 유출 시 환풍기, 선풍기, 배기팬 등을 돌릴 경우 전기불꽃에 의해 가스가 폭발할 수 있으므로 사용금지

그림으로 본 행동요령



가스유출 시 중간밸브 차단



가스유출 시 선풍기 등 사용금지



보행사고 대비요령

보행사고란?



- 인도나 횡단보도 보행 시 점자블록이 중간에 끊겨지거나 훼손되어 사고를 유발
- 도로의 맨홀 뚜껑이 열려져 있는 경우 추락사고로 이어지기도 함

보행사고 현황



“거리의 함정 맨홀주의보!
서울에만 맨홀 60만개”
(2015. 9.17. 문화일보)

“시각장애인 Y씨가 공원길을
걸다 뚜껑이 열린 채 방치된
맨홀에 빠져 2m 아래로 추락!
갈비뼈 등이 부러지고 중상을
입어 병원에서 치료 중”
(2015.4.23.대구신문)

최근 시각장애인의 보행 사고 관련 기사들

횡단보도 사고 예방 요령



- 음향신호기 작동법 미리 숙지
- 신호대기 중에는 횡단보도에서 약간 떨어져 대기
- 횡단보도의 신호가 바뀌어도 바로 움직이지 말고 차량의 진행유무를 먼저 확인
- 신호등의 초록불이 점멸신호로 바뀌거나 시간이 부족하다는 안내 멘트가 나오면 다음 신호를 기다림
- 신호등이 없는 횡단보도의 경우 차량을 주의하고 흰 지팡이를 이용해 건너도록 함



볼라드사고 예방요령



- 볼라드의 위치와 주변 환경을 보행교육을 통해 미리 숙지
- 볼라드가 예상되는 지점에서는 보행 속도를 늦추고 흰 지팡이를 사용하여 주변을 보다 세밀하게 탐색

★ 알아두기

볼라드는 연석(차도와 인도 사이를 경계 짓기 위해 놓은 돌)이 없는 횡단보도, 도로에서 건물 내 주차장으로 들어가는 차도에 많이 설치되어 있음.

공사장 주변을 지날 경우



- 공사장 주변을 보행하는 것은 자제
- 공사 현장을 지나가야 할 경우에는 주위 사람에게 상황에 대해 물어보거나 도움을 받아 보행
- 맨홀 공사를 하는 곳을 보행해야 하는 경우에는 흰 지팡이를 땅에 대고 끌거나 밀어서 지면 상태에 주의를 기울임

그림으로 본 행동요령



공사장 주변 도움 요청



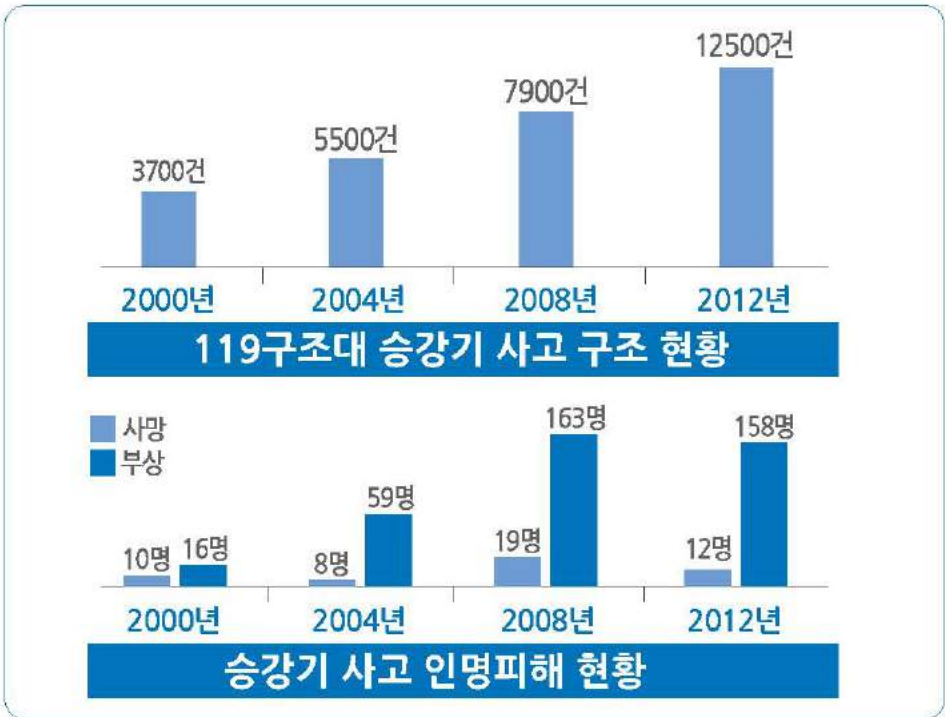
볼라드 사고 주의

엘리베이터 사고 대비요령

엘리베이터 사고란?

엘리베이터 사고는 빈번하게 발생하는 승강기 사고 중 하나로 정기점검 소홀 및 부품노후 등으로 인한 기계 오작동, 이용자의 부주의로 인한 사고인 경우가 대부분임

엘리베이터 등 승강기 사고현황



엘리베이터 사고 예방요령

- 엘리베이터 점검중이거나 오작동하는 경우가 있으니 흰 지팡이나 한 발을 이용하여 엘리베이터 바닥면을 미리 확인하고 탑승
- 상시 이용하는 엘리베이터 호출버튼(비상벨) 위치 숙지
- 엘리베이터 관리책임자 전화번호 저장
- 엘리베이터 출입문에 기대서지 않음
- 엘리베이터 출입문을 흔들거나 밀지 않음
- 운행 중 엘리베이터 안에서 뛰거나 충격을 가하는 행동 삼가



엘리베이터 사고발생시 행동요령



- 엘리베이터 내에서 굉음이 들리거나 진동이 있으면 호출버튼(비상벨) 눌러 상황 파악 및 도움 요청
- 엘리베이터가 중간에 멈췄다가 다시 움직일 경우, 부상의 위험이 있으므로 몸을 바닥과 벽 쪽에 붙이고 자세를 낮춤
- 엘리베이터가 작동을 멈추면 호출버튼(비상벨)을 눌러 구조를 요청하고 신호가 없을 시에는 119에 신고
- 엘리베이터 정지 시 문을 강제로 개방하거나 탈출을 시도하지 않음
- 비상환기구는 탈출구가 아니므로 열려고 하지 않음
- 구조를 요청하여 구출되는 경우에는 반드시 구조요원의 안내에 따라 행동

그림으로 본 행동요령



탑승 시 바닥면 확인



정지 시 구조 요청

에스컬레이터 사고 대비요령

에스컬레이터 사고란?



- 에스컬레이터 사고는 인명피해가 가장 큰 승강기 사고로 기계 오작동이나 노후로 인해 에스컬레이터 운행 중 갑자기 멈추거나 역주행하여 발생
- 신발, 옷자락 등이 에스컬레이터 틈새에 끼거나 이용자 부주의로 탑승 중 넘어지는 사고도 빈번히 발생

에스컬레이터 사고현황



인명사고
59건



2013년

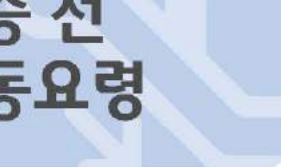
인명사고
49건



2014년

에스컬레이터 사고로 인한 인명 피해 현황

에스컬레이터 탑승 전 행동요령



- 에스컬레이터를 거슬러 타지 않도록 핸드레일을 가볍게 만져보고 주행 방향 확인
- 에스컬레이터 정지 시 갑자기 움직일 위험이 있으므로 가급적 계단을 이용. 만약, 계단이 없을 경우 에스컬레이터 이용에 더욱 주의



에스컬레이터 탑승 중 행동요령

- 몸의 균형을 위해 반드시 핸드레일을 잡고 이용
- 부딪힐 위험이 있으니 머리나 팔을 핸드레일 밖으로 내밀지 않도록 함
- 에스컬레이터를 건거나 뛰는 행동은 자제
- 에스컬레이터 틈새에 옷이나 물건이 끼지 않도록 특별히 주의
- 지니고 있는 물건을 꺼내거나 정리해야 할 경우 지면에 도착할 때까지 기다림
- 에스컬레이터에 옷자락이 끼었을 경우는 큰 소리로 도움을 요청하여 주위 사람이 비상단추를 눌러 에스컬레이터를 정지시키도록 함

지면에 내릴 때 행동요령

- 신발이 지면과 에스컬레이터 사이에 끼지 않도록 발을 계단코의 적당한 위치에 걸쳐놓음
- 에스컬레이터가 끝나는 지점에서 몸이 튕겨져 나갈 위험이 있으므로 핸드레일 등을 이용하여 도착지점에 주의를 기울임

그림으로 본 행동요령



도착지점에 주의를 기울임



사고발생 시 도움 요청



지하철 승강장 사고 대비요령

지하철 승강장 사고란?



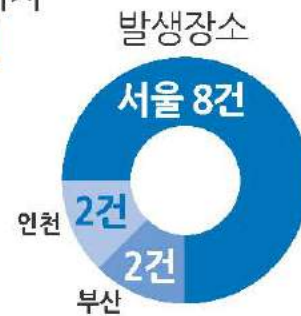
- 시각장애인이 지하철 이용 시 발생하는 사고의 대부분은 지하철 승강장에서 발생함
- 지하철 승강장에서 추락하거나 승강장과 차량 사이에 발이 빠져 일어나는 경우가 많음

지하철 승강장 사고 현황



2010년~2014년까지 추락사고 12건

사망 2건
중경상 10건



최근 시각장애인 지하철 승강장 추락사고 현황

지하철 승강장 사고 원인



- **시각장애인의 장애특성 및 부주의**
 - 안전선을 확인하지 못해 추락하는 경우
 - 좌우 한쪽으로 치우쳐 걷다 균형을 잃어 추락하는 경우
 - 지하철 에코현상으로 반대편 차량 소리를 자신이 타야 할 차량으로 오인하고 탑승하려다 추락하는 경우
- **환경적 요인**
 - 승강장 스크린도어 미설치로 추락위험 노출
 - 지하철 이용자의 시각장애인 통행 방해 또는 부딪힘 등으로 방향 상실



지하철 승강장 사고 예방 요령



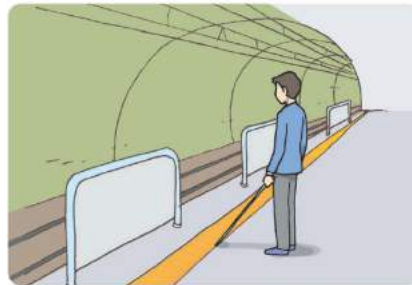
- 승강장에서 노란색 안전선에 대해 인지하고 안전선 (점형) 밖에 위치하도록 함
- 승강장에서 대기 혹은 이동 시 절대로 뒷걸음치지 않도록 함
- 반대편으로 들어오는 차량을 자신이 타야할 차량으로 오인할 수 있으니 소리에만 의존하지 말고 흰 지팡이를 이용하여 바닥면을 확인하고 탑승
- 승강장과 차량 사이에 발이 빠지지 않도록 흰 지팡이나 한 발을 이용하여 바닥면을 확인하고 탑승
- 지하철을 타기 전 가방이나 물건은 앞쪽으로 들고 옷은 잘 여미도록 함
- 익숙하지 않은 지하철역에서는 안내서비스 요청

선로 추락 시 행동요령



- 침착하게 승강장(선로 가장자리)방향이 어디인지를 파악
→ 방향을 확인할 수 없을 경우, 큰 소리를 질러 주변 사람 들에게 도움 요청
- 승강장 밑, 벽면 여유 공간에 마련되어 있는 안전구역 내로 기어 들어가 들어오는 전동차에 부딪히는 것을 우선 방지
- 승강장 위로 함부로 기어오르려고 하지 말고, 안전 구역 내에서 다른 사람에게 도움을 요청
→ 소리를 지르거나 지팡이를 흔들어 사람이 있음을 알림
→ 주변에 사람이 없을 시에는 119나 112에 전화를 걸어 도움 요청

그림으로 본 행동요령



안전선 밖에 위치



추락 시 안전구역으로 대피

4

자연재난 대비 요령

- 태풍
- 호우
- 산사태
- 지진
- 대설
- 한파
- 폭염
- 황사

태풍발생 시 대처 요령

태풍이란?

- 열대성 저기압 바람이 세게 불고 비가 많이 오는 현상
- 중심부근 최대 풍속이 17m/sec 이상의 강한 폭풍우를 동반

태풍피해 현황

사망 / 실종인
53명



이재민
21,288명



피해액
약 2조 2천억원



최근 10년간 태풍으로 인한 피해

태풍특보 발령기준

태풍주의보 : 태풍의 영향으로 최대풍속이 14m/sec 이상이고, 폭풍, 호우, 해일 등으로 기상재해가 우려될 경우

태풍경보 : 태풍의 영향으로 최대풍속이 21m/sec 이상이고, 폭풍, 호우, 해일 등으로 막대한 기상재해가 우려될 경우

태풍오기 전 행동요령

- TV, 라디오, 인터넷, 스마트폰 등을 통해 태풍의 진로와 도달시간을 숙지
- 지역 내 대피장소와 비상연락방법 미리 숙지
- 태풍에 의해 날아갈 위험이 있는 지붕이나 물건 등을 점검하고 단단히 고정
- 유리 창문이 파손되는 것을 방지하기 위해 젖은 신문지, 비닐 또는 테이프를 창문에 부착
- 문은 강풍 혹은 돌풍으로 급격히 개폐되어 부상을 당하는 경우가 발생할 수 있으니 확실히 잠금



태풍도달 시 행동요령

- TV, 라디오, 인터넷, 스마트폰 등을 통해 기상예보 및 태풍상황 파악
- 강풍이 심할 경우 외출 삼가
- 강풍으로 인해 유리창 파손의 우려가 있으니 창문 근처에 가는 것을 주의
- 외출 중 태풍을 만나 대피할 경우 나무나 전신주를 피하고 안전한 건물로 대피
- 저지대, 상습침수지역에 거주하는 경우 대피 준비
- 집 밖으로 대피해야 하는 경우에는 반드시 수도, 가스, 전기 차단 후 대피

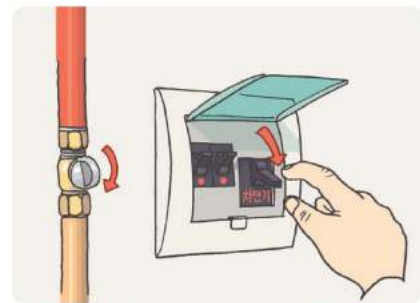
태풍이 지나간 후 행동요령

- 침수되었던 집안은 환기 후에 들어감
- 감전위험이 있으니 바닥에 떨어진 전선이 있는지 주위에 도움을 요청하여 확인
- 태풍으로 인해 집 안의 전기, 가스, 수도 시설이 파손되었다고 의심될 경우 함부로 손대지 말고 전문 업체에 연락
- 피해를 입은 사유시설 등을 보수, 복구 시 사진촬영 후 보관
- 물은 반드시 끓여서 마심

그림으로 본 행동요령



창문에 신문지 등 부착



대피 시 가스, 전기 등 차단



호우발생 시 대처 요령

호우란?

- 일반적으로 많은 비가 오는 것을 말하며, 강우 등과 같은 뜻으로 사용
- 단시간에 많은 비가 오는 것을 강우 혹은 집중 호우라고 하고, 반드시 단시간에 한하지 않고 총강수량이 많은 것을 호우라고 함

호우피해 현황



최근 10년간 호우로 인한 피해 현황

호우특보 발령기준

- 호우주의보** : 24시간 강우량이 80mm이상 예상되고 재해가 일어날 우려가 있는 경우
- 호우경보** : 24시간 강우량이 150mm이상 예상되고 재해가 일어날 우려가 있는 경우

호우오기 전 행동요령

- TV,라디오, 인터넷, 스마트폰 등을 통해 호우상황 실시간으로 파악
- 지역 내 홍수·호우 대비 대피장소 숙지
 - 가정과 집 주변의 하수구, 배수구, 빗물받이 등의 점검 및 정비



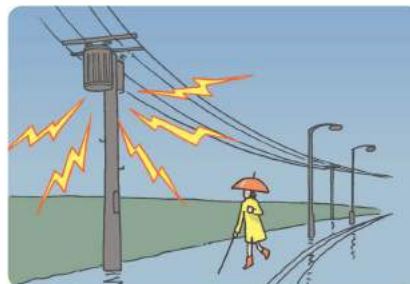
호우발생 시 행동요령

- 침수가 예상되거나 집 안으로 물이 차 들어오면 전기 차단기를 내리고 가스밸브를 잠금
- 저지대, 상습침수지역, 산사태 위험지역에 거주하는 경우 기상상황을 파악한 후 지정된 대피장소로 피신
- ※ 조력자 또는 주위에 도움을 청해 대피장소로 함께 이동하도록 함
- 집중호우로 침수되거나 고립 시 옥상 등 안전한 곳으로 대피하여 구조 요청
- 전신주, 가로등, 신호등에 접근이나 접촉금지
- 천둥번개가 칠 때는 큰 나무는 피하고 건물로 대피
- 물에 떠내려가는 물건을 건지는 위험한 행동 금지

호우가 지나간 후 행동요령

- 대피 후 귀가했다면 바로 들어가지 말고 주변의 도움을 받아 붕괴 위험 여부 점검
- 침수되었던 집안은 가스가 차 있을 수 있으니 환기 후에 들어감
- 침수되었던 집 안의 전기, 가스, 수도시설은 전문 업체에 연락하여 점검 후 사용
- 침수된 음식이나 재료는 식중독 위험이 있으니 먹거나 요리재료로 사용 금지
- 오염물에 몸이 젖은 경우 깨끗이 샤워

그림으로 본 행동요령



전신주, 가로등 접근 금지



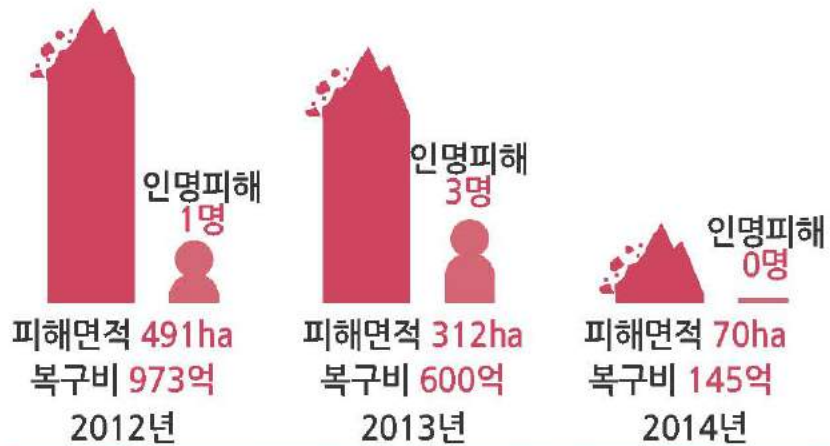
침수 시 안전한 곳에서 구조요청

산사태발생 시 대처 요령

산사태란?

- 폭우, 지진 등으로 산 중턱의 바윗돌이나 흙이 갑자기 무너져 내리는 현상
- 산사태는 태풍이나 장마철에 주로 급경사지에서 발생

산사태 피해현황



최근 3년간 산사태로 인한 피해 현황

산사태가 일어날 조짐은?

- 시간당 30mm 이상의 폭우가 내리거나 폭설 후 갑자기 눈이 녹았을 때
- 땅이나 포장도로에 갑자기 균열이 생기거나 비정상적으로 부풀어 오를 때
- 경사면에서 갑자기 많은 양의 물이 샘솟을 때
→ 과포화된 지하수가 있다는 증거
- 평소 잘 나오던 샘물이나 지하수가 갑자기 멈출 때
→ 지하수가 통과하는 토양층에 이상이 발생한 징후
- 바람이 불지 않는데도 나무가 흔들리거나 땅울림이 들릴 때
→ 이미 산사태가 시작된 것이므로 즉시 대피



산사태 행동요령 대비

- 거주지 포함 평소 일상생활 반경 내의 산사태 위험 지역 파악 및 대피장소 사전에 숙지
- 산사태 위험지역에 거주하는 경우 장마철, 집중호우, 태풍 등이 예보되었을 때 대피 준비
- 위험징후가 발견되면 즉시 안전한 곳으로 대피

★ 알아두기

산림청에서 산사태 위험지역 관리시스템(sansatai.forest.go.kr)을 기상청의 기상정보와 연계해 예보를 발령하고 있으므로 장마철이나 폭우 시 반드시 예보 확인

산사태 발생 시 행동요령

- 바윗돌, 흙 등 산사태 잔해물이 밀려오면 나무나 건물에 밀집해 있는 장소로 대피
- 산사태에 빨려 들어가는 경우 머리를 손으로 보호 하면서 몸을 최대한 웅크림
- 실내에 있을 경우 테이블이나 책상 등 견고한 가구 아래로 대피

산사태가 멈춘 후 행동요령

- 산사태 발생 지역에 가까이 가지 않음
- 건물 안에 들어갈 때는 주위 도움을 받아 무너진 곳이나 피해 상황을 확인한 후 안전하다는 판단이 될 경우에만 출입
- 피해를 입은 시설은 관련기관에 신고

그림으로 본 행동요령



지하수가 갑자기 멈추면 의심



땅이 갑자기 부풀어 오르면 의심

지진발생 시 대처 요령

지진이란?



- 지각변동 등으로 생긴 지구 내부의 에너지가 지 표면까지 도달하여 땅이 갈라지고 흔들리는 현상
- 한반도는 환태평양 지진대에 속한 나라들에 비해 지진위험에서 비교적 안전한 것으로 여겨졌으나 최근 지진 발생 빈도가 높아지고 있음

지진발생 현황



최근 10년간 연평균
52.9회 발생



최대규모
5.1



'14년 4월 충남 태안군

[참조] 지진규모 5.0~5.9 경우 : 부실한 건축물에 큰 피해 발생

지진 대비 행동요령



- 집 주위에 대피할 수 있는 공터, 학교, 공원 등을 미리 숙지
- 지진의 진동으로 안에 있는 물건이 튀어나오지 않도록 찬장 문 등은 단단히 고정
- 천장이나 높은 곳에서 떨어질 수 있는 물건은 치우고, 머리맡에는 깨지기 쉽거나 무거운 물건을 두지 않음



지진발생 시 행동요령

- 지진 발생 시 크게 흔들리는 시간은 길어야 1-2분
이므로 이 시간 동안 테이블 등의 밑으로 들어가 몸을
피함(테이블이 없을 경우에는 방석으로 머리를 보호)
- 문을 열어두어 출구를 확보함
- 여진으로 인한 화재방지를 위해 가스, 전기 등을 차단
- 진동 중에 건물 밖으로 나가면 간판이나 유리창 파편
으로 매우 위험하므로, 진동이 완전히 멈춘 후 대피
- 큰 진동이 멈춘 후 공터나 공원 등 넓은 공간으로 대피
- 지진 발생 때는 엘리베이터 탑승을 금하고, 만약 타고
있을 경우에는 전 층의 버튼을 눌러 가장 빨리 멈추는
층에서 신속히 내림
- 담장, 대문 기둥, 자동판매기 등 고정되지 않은 물건
근처는 위험하므로 가까이 가지 않음

지진이 멈춘 후 행동요령

- 유리파편 등 잔해물의 위험이 있으므로 반드시 신발
착용
- 가스냄새가 나면 전문 업체에 연락하여 점검 후 사용
- 밖으로 대피 한 후 건물 안으로 다시 들어갈 경우에는
주위 도움을 받아 안전 확인

그림으로 본 행동요령



테이블 밑으로 대피



문을 열어두어 출구 확보



대설발생 시 대처 요령

대설이란?

- 짧은 시간에 많은 눈이 내리는 현상
- 최근 지구온난화와 기상이변으로 북극 상공의 기온이 올라가고 찬 공기가 비정상적으로 남하하면서 예측 불가능한 폭설이 자주 발생

대설피해 현황

사망 / 실종인
14명



이재민
32,712명



피해액
약 1조 7천억



최근 10년간大雪로 인한 피해 현황

대설특보 발령기준

대설주의보 : 24시간 내에 새롭게 쌓이는 눈이 5cm 이상 예상

대설경보 : 24시간 내에 새롭게 쌓이는 눈이 20cm 이상 예상(단, 산지는 30cm 이상 예상)

대설대비 행동요령

- 주위 도움을 요청해 집 주변 빙판길에 염화칼슘이나 모래 등을 뿌려 미끄럼 사고 예방
- 노후 주택에 거주하는 경우 도움을 요청하여 눈으로 인한 붕괴사고 가능성을 미리 점검하고, 필요시 이웃이나 대피소로 미리 대피
- TV, 라디오, 인터넷, 스마트폰 등을 통해 적설량과 기상상황 파악



대설발생 시 행동요령

- 가급적 외출을 자제하되 외출 시에는 미끄러지지 않도록 바닥면이 넓은 운동화나 등산화 착용
- 눈이 쌓이기 전 평소의 길을 기억하며 보행
- 지팡이 보행 시 평소보다 길이가 긴 지팡이를 사용하여 넓은 지역의 탐색을 용이하도록 함
- 귀를 덮는 모자는 교통음을 흡수하여 듣기 어려운 상황이 되므로 이동 중에는 귀를 덮는 모자를 쓰지 않도록 함
- 가능하면 사람들의 왕래가 많은 넓은 길로 다님
- 낙상예방을 위해 주머니에 손을 넣고 걷지 않음
- 눈길을 걸어가는데 중 휴대전화 통화는 자제
- 눈길 계단 이용 시에는 반드시 난간을 붙잡음

대설이 그친 후 행동요령

- 붕괴 사고를 방지하기 위해 이웃 등 주변의 도움을 받아 지붕, 옥상 등에 쌓인 눈을 확인
- 집 앞이나 주변에 쌓인 눈을 치울 수 있도록 도움을 요청

그림으로 본 행동요령



바닥면 넓은 신발 착용



평소보다 긴 지팡이 사용

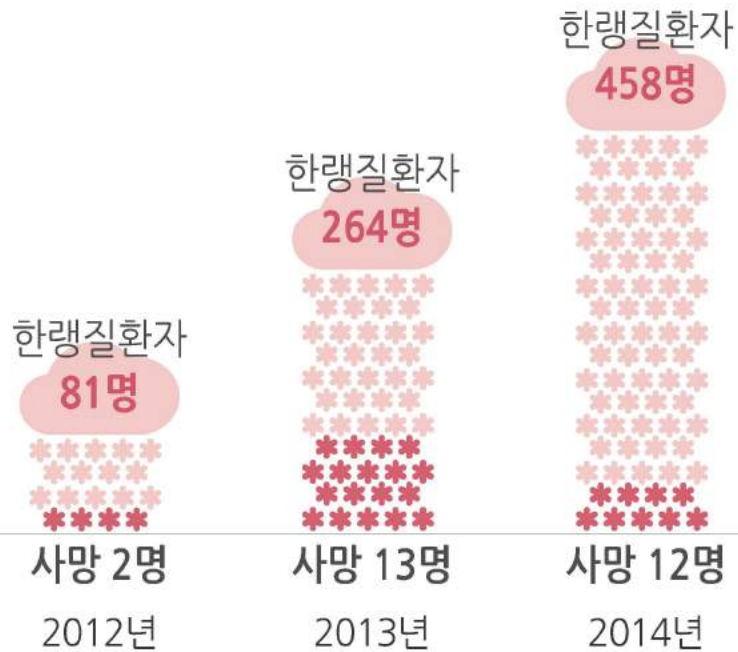


한파발생 시 대처 요령

한파란?

- 겨울철 급격한 기온하강을 일으키는 현상
- 북서계절풍이 강하게 불고 영하의 추운 날씨가 전국에 몰아닥쳐 발생

한파피해 현황



최근 3년간 한파로 인한 인명피해 현황

한파로 인한 질환과 증상

- 저체온증** : 중심체온(심부체온) 35℃이하로 떨어진 상태
- 동상** : 영하 2-10℃ 정도의 심한 추위에 노출되어 피부연조직이 얼어버리고 그 부위에 혈액공급이 중단되는 상태



한파특보 발령기준

한파주의보 : 아침 최저기온이 전날보다 10℃이상 하강, 또는 아침 최저기온이 -12℃이하로 2일 이상 지속될 것이라 예상될 때

한파경보 : 아침 최저기온이 전날보다 15℃이상 하강, 또는 아침 최저기온이 -15℃이하로 2일 이상 지속될 것이라 예상될 때

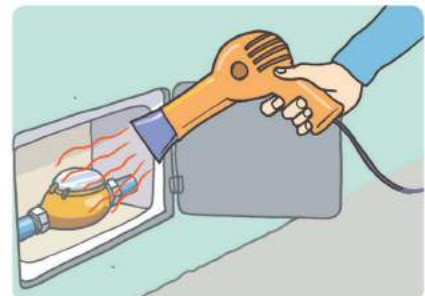
한파발생 시 행동요령

- 혈압이 높거나 심장이 약한 사람은 노출부위의 보온에 유의하고, 특히 머리부위의 보온에 각별히 주의
- 손가락, 발가락, 귓바퀴, 코끝 등 신체말단부위의 감각이 없거나 창백해지는 경우 동상예방 조치
- 동상에 걸렸을 때는 비비거나 갑자기 불을 쬐어서는 안 되며, 동상부위를 따뜻한 물(38-42℃)에 담가 서서히 증상 완화
- 전열기 사용 시 화재 예방을 위해 1시간 사용 후 15분 정지시킴
- 장기간 집을 비울 시 수도꼭지는 조금 열어 물이 흐르도록 함
- 수도계량기 보온에 주의
- 수도관이 얼었을 때는 갑자기 뜨거운 열을 가하지 말고, 온열기(헤어드라이기)나 미지근한 물로 녹임

그림으로 본 행동요령



동상 시 따뜻한 물에 담금



언 수도관은 온열기로 녹임

폭염발생 시 대처 요령

폭염이란?

- 매우 심한 더위를 뜻하며 불볕더위라고도 함
- 나라나 지역에 따라 차이가 있지만 보통 30℃ 이상의 불볕더위가 지속되는 현상

폭염발생 현황

▶ 2014년 전국 평균 폭염일수는

7.4 일

▶ 2014년 전국 응급의료기관에서 진료를 받은 온열질환자

총 561명

▶ 하루 중 12-17시 사이 전체 온열환자의

50.8% 발생

폭염으로 인한 질환과 증상

열경련 : 근육경련, 피로감

열부종 : 발이나 발목이 부음

열실신 : 일시적 의식소실

열탈진 : 피로감, 두통, 오심, 구토

열사병 : 뜨겁고 건조한 피부, 빠르고 강한 맥박, 두통, 어지러움, 의식저하



폭염특보 발령기준

폭염주의보 : 일 최고기온이 33℃ 이상, 2일 이상
지속될 것으로 예상될 경우

폭염경보 : 일 최고기온이 35℃ 이상, 2일 이상 지속될
것으로 예상될 경우

폭염발생 시 행동요령

- 창문에 커튼, 천 등을 이용하여 집안에 직사광선 최대한 차단
- 에어컨이나 선풍기는 장시간 사용을 자제하고 수시로 공기 환기
- 냉방기 사용 시 실내외 온도차를 5℃내외로 유지하고 냉방병 예방
- 오후 12시-17시 사이에는 가능한 야외활동 자제
- 외출 시 넉넉하고 가벼운 옷을 착용하고 자외선 차단제로 노출부위의 피부 보호
- 보행 시 되도록 천천히 걷고 시원한 장소(예, 나무 그늘)에서 휴식을 취함
- 규칙적으로 수분 섭취
- 물은 끊여먹고 날음식은 삼가며 변질이 의심되면 폐기

그림으로 본 행동요령



그늘에서 휴식을 취함



실내외 온도차 5℃ 내외 유지

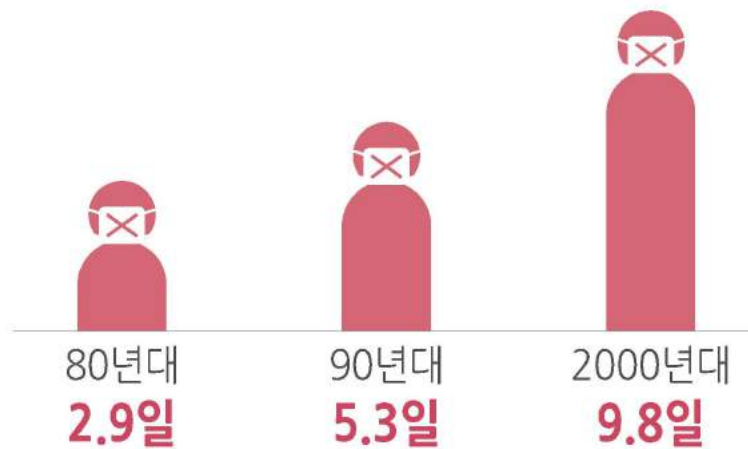
황사발생시 대처 요령

황사란?

- 중국북부나 몽골의 황토지대에서 날려 올라간 모래 먼지가 대기 중에 퍼졌다가 서서히 내려 오는 현상
- 우리나라에까지 미세한 모래 먼지가 바람을 타고 날아와 영향을 주고 있음

황사발생 현황

- ▶ 주로 봄철(3월-5월)에 발생하였으나 최근 가을과 겨울에도 발생하는 등 연간 황사 발생 일수가 증가하고 있음



연간 황사 발생 일수 증가 현황

황사로 인한 질환과 증상

- 호흡기 질환 : 기관지염, 비염, 천식 등
- 안구 질환: 자극성결막염, 각막염, 안구건조증 등
- 피부질환: 여드름, 뽀루지 등



황사특보 발령기준

- **황사주의보** : 1시간 평균 미세먼지(PM10)농도 $400\mu\text{g}/\text{m}^3$ 이상이 2시간 이상 지속될 것으로 예상되는 경우
- **황사경보** : 황사로 인해 1시간 평균 미세먼지(PM10)농도 $800\mu\text{g}/\text{m}^3$ 이상이 2시간 이상 지속될 것으로 예상되는 경우

※ PM10이란?

대기 중에 있는 먼지 입자 중에서 크기가 $10\mu\text{m}$ 이하인 먼지

황사발생 시 행동요령

- 황사가 들어오지 못하도록 창문을 닫고 공기정화기와 가습기를 사용하여 실내공기를 쾌적하게 유지
- 외출 시에는 긴소매 의복, 보호안경, 황사방지용 마스크 등을 착용
 - ※ 호흡기 질환자는 가능한 실외 활동을 삼가
- 목을 축이는 정도로 하여 물을 자주 마심
- 외출하고 돌아왔을 때 손발을 깨끗이 씻고 깨끗한 물이나 가글로 목 세척
- 황사가 잦은 시기에는 채소, 과일, 생선 등 농수산물의 세척에 더욱 유의

그림으로 본 행동요령



물을 자주 마심



외출 후 손 씻기

5 **부록**

- 재난대비 준비용품
- 비상연락카드
- 의료정보카드
- 재난대비계획 자가진단
- 알아두면 유용한 재난 관련 정보
- 서울시 시각장애인 관련 기관
- 서울시 재난 교육 및 훈련 프로그램
- 재난 관련 어플리케이션
- 재난 관련 상황별 응급조치법

재난 대비 준비 용품

(자료제공: 한국시각장애인연합회)

재난대비가방

[목적]

- 재난으로 인한 고립 또는 장기적인 문제 대비

[특징]

- 배낭형 가방으로 준비하고, 흰 지팡이를 제외하고 긴급적 손을 사용하지 않는 도구로 준비 (예. 손전등 대신 머리에 쓰는 전등)

[내용물]

- 시각장애 관련용품: 흰 지팡이, 안경(혹은 확대경)
- 문서: 대피계획지도, 비상연락카드, 의료정보카드
- 비상용품: 라이터(방수 성냥), 전등, 소형라디오, 여분의 건전지, 호루라기, 복용약 및 비상약
- 개인용품: 개인생필품, 비상식량, 현금 약간



비상용 키트(소형)

[목적]

- 화재나 갑작스런 붕괴 등으로 신속하게 빠져나갈 경우에 대비

[특징]

- 허리에 차는 벨트백(belt-sack) 형태로 작고 가벼우며 대피와 구조에 필요한 최소 물품으로만 구성

[내용물]

- 여분의 (접이식) 지팡이
- (저시력의 경우) 고글형 안경
- 호루라기
- 마스크와 물티슈(6개월마다 교체)
- 머리에 쓰는 전등(여분의 건전지)



비상연락카드

활용 안내

- 화재나 지진 같은 긴급한 상황에 도움을 요청할 수 있도록 관련기관, 조력자 등이 포함된 긴급연락카드를 작성
- 본인의 시각장애 특성을 고려하여 점자, 큰 글씨 등으로 만들어 놓고, 찾기 쉬운 위치에 보관

비상연락 카드

구분	기관/성명	연락처	참고 사항
기관	소방서	☎ 119	
	경찰서	☎ 112	
	시군구청	☎	
	병원	☎	
	(시각)장애인복지관	☎	
	시각장애인단체	☎	
	(기타)	☎	
	(기타)	☎	
개인	가족 또는 보호자1	☎	
	가족 또는 보호자1	☎	
	이웃	☎	
	친구	☎	
	활동보조인	☎	
	직장동료	☎	
	사회복지사	☎	
	(기타)	☎	
	(기타)	☎	

(작성일: 년 월 일)

의료정보카드

활용 안내

- 본인의 건강상태, 의료기관, 특이사항 등을 기록하여 재난상황에서 적절한 조치를 받는데 도움을 받도록 함
- 가족, 조력자와 의료정보카드를 공유하는 것도 재난 대비에 도움이 됨

의료정보카드

의료정보카드



제게 응급상황이 발생하면 아래를 참고하여 주시기 바랍니다.

성명:	생년월일:	혈액형:

시각장애정도:	_____	
의료기관:	(담당의사: _____)	진료번호:

특이사항(복용약, 알레르기 등):		

비상연락처:	보호자 성명:	

재난대피계획 자가 진단

활용 안내

- 재난대피계획 및 기본 행동지침 자료를 바탕으로 구성되었음
- 각 항목별 사항 등을 정기적으로 진단하고, 이를 바탕으로 재난대피계획을 수립하는데 활용

재난대피계획 자가진단표

진단항목	예	아니오	필요한 지원 내용
1. 대피 조력자를 최소 2명이상 지정하였습니까?			
2. 언제, 어디서, 어떻게 도움을 받을지 조력자와 미리 결정하였습니까?			
3. 본인이 자주 사용하는 건물마다 두 가지 이상의 대피경로를 설정하였습니까?			
4. 건물 밖으로 대피가 어려울 경우를 대비하여 건물 내 안전한 장소를 미리 알아두었습니까?			
5. 대피경로 계획 후 대피 조력자와 정기적으로 대피 훈련을 연습하였습니까?			
6. 자주 방문하는 건물의 대피계획지도를 제공받아 숙지하였습니까?			
7. 시각장애 관련 용품, 문서, 비상용품, 개인용품으로 구성된 재난대비가방을 준비하였습니까?			
8. 지팡이, 마스크와 물티슈, 고글형 안경(저시력인용), 전등, 호루라기로 구성된 비상용키트를 준비하였습니까?			
9. 대피로 주변에 비상용 키트를 비치하였습니까?			
10. (저시력인의 경우)정전을 대비하여 손전등, 흰 지팡이를 접근이 용이한 장소에 비치하였습니까?			
11. (안내견 사용자의 경우) 안내견을 포함한 대피계획을 세웠습니까?			
12. (안내견 사용자의 경우) 안내견과 함께 대피동선 및 대피장소를 숙지하였습니까?			

(작성일: 년 월 일)

알아두면 유용한 재난 관련 정보

긴급연락처

재난 상황	전화번호
가스사고 신고	1544-4500(한국가스안전공사)
교통정보	1588(국토교통부)
기상정보	131(한국기상산업정보원)
범죄, 교통사고 신고	112(경찰서)
수도고장신고	121(상수도사업본부)
응급환자발생	1339(응급환자정보센터)
전기고장신고	123(한국전력공사)
해양긴급신고	122(국민안전처)
화재, 구조, 응급환자 수송	119(소방서)

※ 2016년 7월부터 모든 긴급 신고전화는 119(재난,구조)와 112(범죄신고)로 통합될 예정

재난관련 정부기관

정부기관	홈페이지 주소
국가재난정보센터	http://www.safekorea.go.kr
국민안전처	http://www.mpss.go.kr
서울소방재난본부	http://fire.seoul.go.kr
서울종합방재센터	http://119.seoul.go.kr

서울시 시각장애인 관련 기관

시각장애인 복지관	전화번호
노원시각장애인복지관	02-950-0114
서울시각장애인복지관	02-422-8108
성북시각장애인복지관	02-923-4555
실로암시각장애인복지관	02-880-0500
한국시각장애인복지관	02-440-5200
시각장애인협회	전화번호
한국시각장애인연합회	02-6925-1114
한국시각장애인연합회 서울특별시지부	02-2029-0001

서울시 재난 교육 및 훈련 프로그램

소방서 안전체험 교실

- **내용:** 소화기 시뮬레이션, 연기 피신, 완강기 대피 체험 등 소방안전교육 제공
- **신청:** 가까운 소방서에 전화 또는 방문 신청

이동안전 체험차량 체험교육

- **내용:** 소화기, 열연기 대피, 역화체험, 지하철 문 개방, 경사 구조대 탈출 및 완강기 체험시설을 갖춘 이동차량을 활용하여 원하는 장소에서 소방안전체험 제공
- **신청:** 가까운 소방서에 전화 또는 방문 신청

출장소방 안전교육

- **내용:** 아동기관, 장애인복지관, 다문화가족지원센터 등과의 연계를 통하여 출장 안전교육 실시
- **신청:** 가까운 소방서에 전화 또는 방문 신청

시민 안전체험관

- **내용:** 지진, 태풍, 화재, 지하철 사고 등의 재난체험과 응급처치 요령 및 소방시설 실습 등의 전문체험 프로그램 제공
- **신청:** 서울시민안전체험관 홈페이지 예약신청
- **문의:** 광나루 안전체험관 02-2049-4061
보라매 안전체험관 02-2027-4100



재난 관련 어플리케이션

안전디딤돌

- 제공기관: 국민안전처
- 기능: 재난신고, 재난문자 서비스, 소방정보, 기상 정보, 교통정보, 재난상황 국민행동요령 등 제공



119 신고서비스

- 제공기관: 국민안전처
- 기능: 최소한의 조작으로 빠른 신고 가능, GPS 기반의 위치정보, 긴급 대피요령 등 제공



위기탈출 응급조치

- 제공기관: 안전보건공단
- 기능: 심폐소생술, 지혈법 등 다양한 응급상황 대처방법 삽화와 함께 제공, 질병 유형별 대처방법, 화학물질 대처법 등을 제공



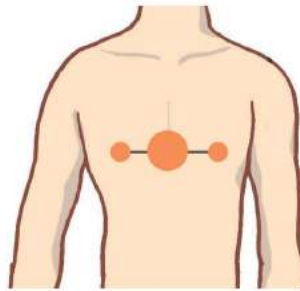
재난 관련 상황별 응급조치법

심폐 소생술

“가슴압박+기도압박+인공호흡 (가슴압박:인공호흡=30:2)”

가슴압박 실시

- 각지를 낀 후 가슴뼈 중앙 부위 아래쪽에 손바닥 뒤꿈치를 대고 팔을 곧게 펴서 30회 가슴 압박
- 압박은 힘을 주어 3-5cm 깊이로 강하게, 1분에 100-120회 속도로 빠르게 함



〈가슴압박부위〉



〈가슴압박자세〉

인공호흡 실시

- 환자의 머리를 뒤로 젖히고 턱을 위로 들어올려 기도를 열도록 함
- 한 손으로 환자 코를 막고 1-2초간 공기 불어넣는 것을 2회 반복
- ※ 환자의 가슴이 올라오면 기도로 호흡이 들어간 것
- 가슴압박 30회, 인공호흡 2회 반복

화상

“찬물에 씻기 ⇒ 멸균 거즈로 덮기”

- 뜨거운 옷은 가위로 잘라 제거
- 차가운 물에 15-20분 정도 화상부위를 식혀줌
- 물집은 감염위험이 높으므로 병원에서 제거
- 된장, 알코올 등의 민간요법은 감염을 유발하므로 절대금지
- 병원으로 이동시에도 찬 수건을 덮고 이동

재난 관련 상황별 응급조치법

동상

“따뜻한 물에 서서히”

- 환자를 따뜻한 환경으로 옮김
- 동상부위를 따뜻한 물(38-42℃)에 20-40분정도 담금
- 얼굴, 귀는 따뜻한 물수건을 대주고 자주 갈아줌
- 손가락, 발가락 사이에 소독된 마른 거즈를 끼움
- 동상부위를 약간 높게 함

열사병

“시원한 장소 + 수분 공급 + 체열 식히기”

- 시원한 곳으로 옮겨 바닥에 눕힘
- 선풍기를 이용해 체온을 낮춤
- 젖은 수건을 이용해 냉찜질을 함
- 얼음물을 직접 대면 열의 발산을 막으므로 주의
- 충분한 수분섭취를 도움

출혈

“깨끗한 천으로 압박”

- 상처부위가 옷의 안쪽에 있으면 옷을 벗기거나 잘라 상처부위를 드러냄
- 멸균된 거즈, 깨끗한 수건 등을 상처부위를 덮고 손으로 압박
- 상처부위를 심장보다 높은 위치에 둠
- 출혈로 인해 거즈가 흠뻑 젖은 경우 바로 제거하지 말고 그 위에 새로운 거즈를 대고 계속 압박

골절

“부목으로 고정 ⇒ 병원 후송”

- 다양한 물건을 부목(베개, 수건, 판자, 신문, 우산 등)으로 활용
- 부목으로 고정 시 부상당한 부위의 위아래 관절까지 함께 고정
- 끈이나 천으로 묶어 부목을 고정 / 냉찜질로 통증 완화
- 어긋난 뼈를 함부로 맞추거나 밀어 넣지 않음





시각장애인 재난대응매뉴얼

발행일 | 2016년 4월 25일

발행처 | 서울특별시 소방재난본부

발행인 | 권순경

연구기관 | 한국보건사회연구원

연구진 | 최복천, 황주희, 김성희, 오다은, 서혜미, 심석순, 이문희, 정희경

도움주신분 | 강완식, 김유리, 김호식, 박경서, 주명희, 하성준

주소 | (04628)서울특별시 중구 퇴계로 26길 52(예장동) 서울소방재난본부

전화 | 02-3706-1421~5

홈페이지 | <http://fire.seoul.go.kr>

ISBN 979-11-5621-546-2

본 저작물의 저작권 및 판권은 서울소방재난본부에 있습니다. 본 책자의 무단 전재와 복제를 금합니다.