

# 생활안전 길라잡이 Ⅲ

Life Safety Guide



# Contents

1. 동절기 안전사고 예방 p. 6
2. 대설 p. 11
3. 호우 p. 16
4. 태풍 p. 22
5. 폭염 p. 27



| 1. 동절기 안전사고 예방 |

동절기 안전사고 예방





## 특보기준

명칭	주의보	경보
한파	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 10월~4월 사이의 기간에 다음 중 어느 하나에 해당하는 경우</li> <li>① 아침 최저기온이 전날보다 10℃ 이상 하강하여 3℃ 이하이고 평년값보다 3℃가 낮을 것으로 예상될 때</li> <li>② 아침 최저기온이 -12℃ 이하가 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때</li> <li>③ 급격한 저온현상으로 중대한 피해가 예상될 때</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 10월~4월 사이의 기간에 다음 중 어느 하나에 해당하는 경우</li> <li>① 아침 최저기온이 전날보다 15℃ 이상 하강하여 3℃ 이하이고 평년값보다 3℃가 낮을 것으로 예상될 때</li> <li>② 아침 최저기온이 -15℃ 이하가 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때</li> <li>③ 급격한 저온현상으로 광범위한 지역에서 중대한 피해가 예상될 때</li> </ul>

### ① 한파가 예상될때



- 갑자기 기온이 떨어지면 심장과 혈관 계통, 호흡기 계통, 신경 계통, 피부병 등은 급격히 악화될 우려가 있으므로, 유아, 노인 또는 환자가 있는 가정에서는 난방에 신경써야 합니다.
- 혈압이 높거나 심장이 약한 사람은 노출부위를 따뜻하게 하고 특히, 머리 부분이 따뜻하도록 모자나 귀마개, 목도리 등을 착용해야 합니다.
- 외출 후 손발을 씻고 과도한 음주나 무리한 일로 피로가 누적되지 않도록 하여야 하고, 당뇨병, 만성 폐질환자 등은 반드시 독감 예방접종을 하여야 합니다.



## ❷ 한파발령시에는

### ❶ 건강관리



- 손가락, 발가락, 귓바퀴, 코끝 등 신체 말단부위의 감각이 없거나 창백해지는 경우에는 동상을 조심해야 합니다.
- 동상에 걸렸을 때는 조이는 신발이나 옷을 벗고 따뜻한 물로 씻은 후 따뜻하게 보온을 유지한 상태로 즉시 병원으로 가야 합니다.
- 동상부위를 비비거나 갑자기 불에 찌어서는 안 됩니다.

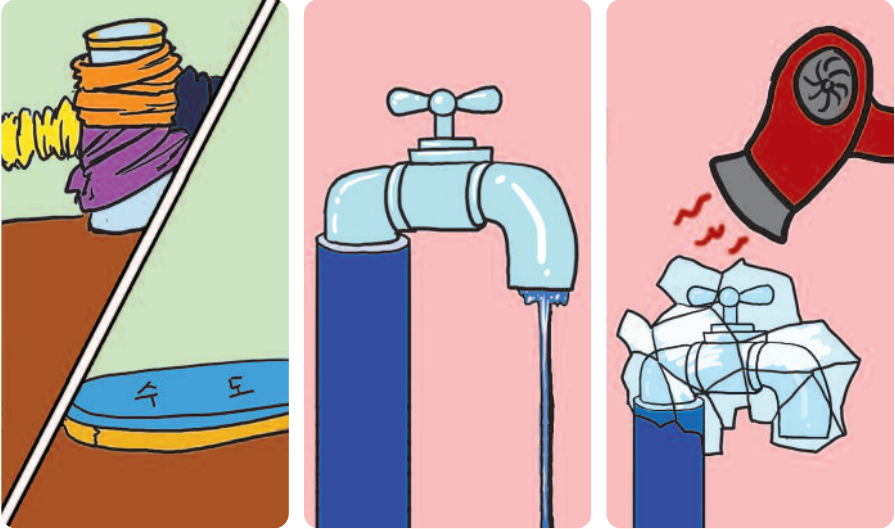
### ❷ 운동할 때는



- 운동 전 충분한 스트레칭을 하여 관절의 가동 범위를 넓힘으로써 부상을 방지하여야 합니다.
- 옷을 겹쳐 입되 많이 입지 말아야 합니다.
- 겨울엔 체온 유지를 위해 10~15%의 에너지가 더 소비되므로 운동 강도를 평소의 70~80% 수준으로 낮추는 것이 좋습니다.
- 술은 이뇨(利尿)·발한(發汗) 작용으로 체온을 떨어뜨리므로 운동 중에는 술을 마시지 않습니다.
- 운동 후에는 따뜻한 물로 목욕하고 옷을 갈아입는 등 충분히 보온을 하여 감기를 예방합니다.



### ③ 수도계량기 및 수도관 관리는



- 수도계량기 보호함 내부는 헌옷으로 채우고, 외부는 테이프로 빈틈없이 막아 찬 공기가 스며들지 않도록 합니다.
- 복도식 아파트는 수도계량기 동파가 많이 발생하므로 수도계량기 보온에 유의하여야 합니다.
- 장기간 집을 비우게 될 때는 수도꼭지를 조금 열어 물이 흐르도록 하여 동파사고를 막아야 합니다.
- 마당과 화장실 등의 노출된 수도관은 보온재로 감싸서 보온해야 합니다.
- 수도관이 얼었을 때는 갑자기 뜨거운 열을 가하지 말고, 헤어드라이기 등 온열기를 이용하여 녹이거나, 미지근한 물로 녹여야 합니다.

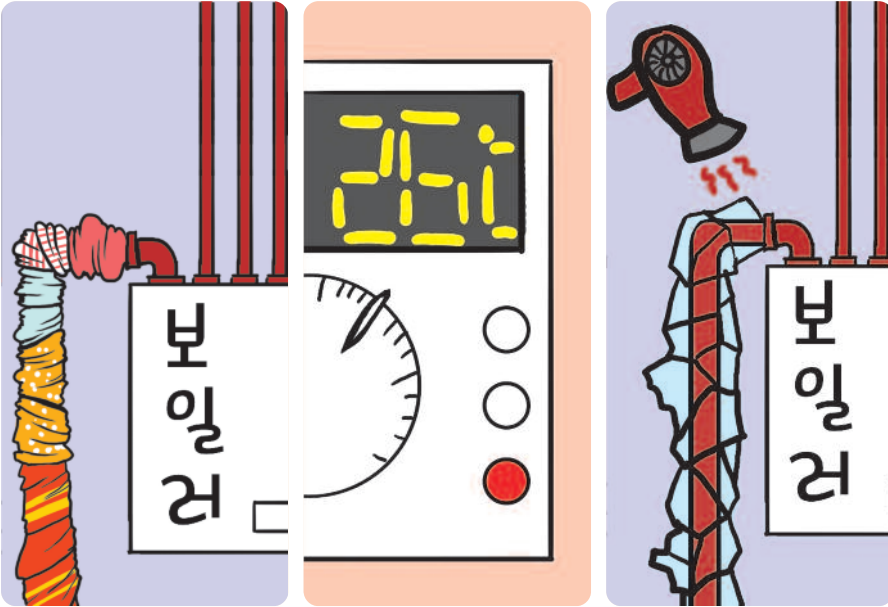


수도관 동파시

**121** (부산광역시 상수도사업본부)로  
연락하세요



4 보일러 배관 관리는



- 보일러 밑의 노출된 배관은 헌 옷 등으로 감싸서 보온하여야 합니다.
- 장기간 외출 시에는 보일러를 약하게 틀어 동파사고를 막아야 합니다.
- 관이 얼었을 때는 따뜻한 물이나 헤어드라이기 등 온열기를 이용하여 서서히 녹여야 합니다.





## | 2. 대설 |



### 특보기준

명칭	주의보	경보
대설	24시간 신적설*이 5cm 이상 예상될 때	24시간 신적설*이 20cm 이상 예상될 때. 다만, 산지는 24시간 신적설이 30cm 이상 예상될 때

신적설\* : 새로 쌓이는 눈의 양



대설

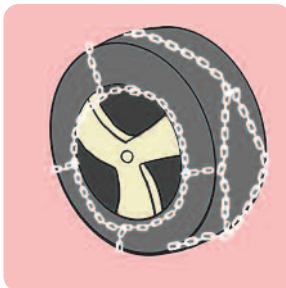
## 1 대설이 예상될 때



- 라디오, TV, 스마트폰 등으로 교통상황을 수시로 파악합니다.
- 스노우 체인, 모래주머니, 삽 등 눈 피해 예방용 안전장비를 휴대합니다.
- 자가용 대신 도시철도, 버스 등 대중교통을 이용합니다.
- 붕괴가 우려되는 비닐 하우스 등 농작물 재배시설은 미리 점검하고 받침대를 보강하여 피해를 예방 합니다.

## 2 눈이 많이 내릴 때

### 1 차량운전자는



- 고속도로 진입을 자제하고, 국도 등을 이용합니다.
- 스노우 체인을 설치하고 운행합니다.
- 커브길, 고갯길, 고가도로, 교량, 결빙구간 등에서는 천천히 운전합니다.
- 라디오, TV, 스마트폰 등으로 교통상황을 수시로 파악해 운행합니다.
- 간선도로변의 주차는 제설작업에 지장을 주니 하지 않습니다.
- 차간 안전거리를 넉넉히 두고 엔진브레이크를 사용합니다.
- 눈길에서는 제동거리가 길어지기 때문에 교차로나 건널목(횡단보도) 앞에서는 감속 운전합니다.



## ② 보행자는



- 될 수 있는 대로 외출을 자제합니다.
- 외출 시에는 미끄러지지 않도록 바닥면이 넓은 운동화나 등산화를 착용합니다.
- 미끄러운 눈길을 걸을 때에는 주머니에 손을 넣지 말고 보온 장갑을 착용합니다.
- 걸어가는 중에는 휴대전화를 사용하지 않습니다.
- 계단을 오르내릴 때에는 난간을 잡고 다니는 것이 안전합니다.
- 야간 눈길 보행은 매우 위험하므로 일찍 귀가합니다.

## ③ 가정에서는



- 내 집 앞, 내 점포 앞 도로의 눈은 내가 치우는 건전한 주민정신을 발휘합니다.
- 내 집 주변 빙판길에는 염화칼슘이나 모래 등을 뿌려서 미끄럼 사고를 예방합니다.
- 낡은 가옥은 안전점검을 하여 붕괴사고를 예방합니다.
- 고립지역은 비상연락체계를 유지할 수 있도록 합니다.



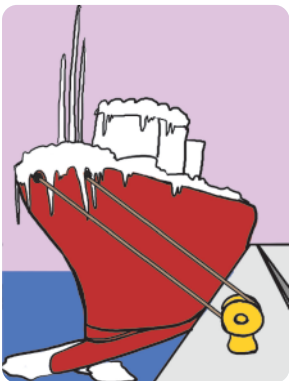
대설

## 4 농촌지역에서는



- 봉기가 우려되는 비닐하우스 등 농작물 재배시설은 미리 점검하고 받침대를 보강하여 피해를 예방 합니다.  
※ 눈이 20cm 정도 쌓이면 전깃줄이 끊어지고, 소나무가지가 부러집니다.
- 비닐하우스에 쳐져 있는 차광막 등은 미리 제거하여 피해를 최소화 할 수 있도록 합니다.
- 작물을 재배하지 않는 빈 비닐하우스는 비닐을 걷어내어 하우스를 보호합니다.
- 라디오, TV, 인터넷, 스마트폰 등으로 폭설 등 기상상황을 수시로 파악합니다.

## 5 해안지역에서는



- 각종 선박 등을 대피시키고 입출항 통제 및 결박(고정) 조치해야 합니다.
- 수산 등·양식시설은 어류 등이 동사하지 않도록 보온조치 해야 합니다.
- 주민, 낚시꾼, 관광객 등은 해안가에 가까이 가지 말아야 합니다.



### ③ 눈이 많이 내려 차량이 고립된 경우에는



- 고립·정체 시에는 될 수 있으면 차량 안에서 대기하면서 라디오 및 휴대전화, 재난 문자방송, 스마트폰 등을 통하여 교통상황과 행동요령을 파악한 후 행동합니다.
- 인근에 가옥이나 휴게소 등이 있으면 응급환자나 노인, 어린이 승객을 우선 대피시킵니다.
- 담요나 두꺼운 옷 등을 걸쳐 체온을 유지하고 가볍게 몸을 움직입니다.
- 차량히터를 작동할 때는 환기를 위하여 창문을 자주 열거나 조금 열어둡니다.
- 수시로 차량 주변의 눈을 치워 배기관(머플러)이 막히지 않도록 하고, 차량 출발이 쉽도록 합니다.
- 모두 동시에 잠을 자지 말고, 동승자가 있는 경우 교대로 잠을 자도록 하여 항상 주위 상황을 살핍니다.
- 제설작업 차량이나 구급차의 진입을 위하여 갓길에 주·정차하지 않도록 합니다.
- 비상시를 대비하여 불필요한 휴대전화 사용을 자제합니다.



| 3. 호우 |



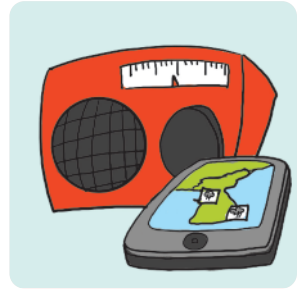
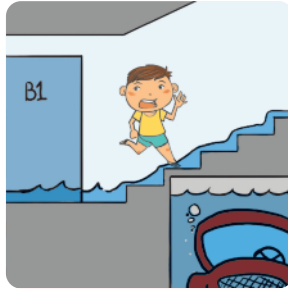
특보기준

명칭	주의보	경보
호우	6시간 강우량이 70mm 이상 예상되거나 12시간 강우량이 110mm 이상 예상될 때	6시간 강우량이 110mm 이상 예상되거나 12시간 강우량이 180mm 이상 예상될 때



호우

## 1 호우가 예상될 때



- 물에 떠내려갈 위험이 있는 물건은 안전한 장소로 사전에 옮깁니다.
- 산간계곡의 야영객은 미리 대피합니다.
- 침수가 예상되는 건물의 지하공간에는 주차를 하지 말고, 지하에 살고 있는 분은 대피해야 합니다.
- 라디오, TV, 인터넷, 스마트폰 등을 통해 기상예보 및 호우상황을 잘 알아 둡니다.

## 2 호우 특보시 행동요령

### 1 도시지역



- 주택의 하수구와 집 주변의 배수구를 점검합니다.
- 침수나 산사태 위험지역 주민은 대피장소와 비상연락 방법을 미리 알아둡니다.
- 저지대·상승 침수지역의 주민은 대피를 준비합니다.
- 침수 시 피난 가능한 장소를 구·군청이나 읍·면·동 주민센터에 연락해 알아 둡니다.



- 대형 공사장, 비탈면 등의 관리인은 안전 상태를 미리 확인합니다.
- 노약자나 어린이는 집 밖으로 나가지 않습니다.
- 물에 잠긴 도로로 지나가지 않습니다.



- 응급 약품, 손전등, 식수, 비상식량 등은 미리 준비해 둡니다.
- 침수가 예상되는 건물의 지하공간에는 주차를 하지 말고, 지하에 살고 있는 분은 대피해야 합니다.



- 물에 떠내려갈 위험이 있는 물건은 안전한 장소로 옮깁니다.
- 집 안팎의 전기수리는 하지 않습니다.
- 공사장 근처에는 가까이 가지 않습니다.

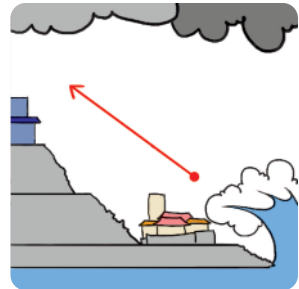


## ② 농촌지역



- 집 주변에서 산사태 위험이 있는지 살피고 대피 준비를 합니다.
- 논둑을 점검하거나 물꼬를 조정하러 나가는 것은 위험합니다.
- 모래주머니 등을 이용하여 하천의 물이 넘치지 않도록 하여 농경지의 침수를 예방합니다.
- 산사태가 일어날 수 있는 비탈면에 가까이 가지 않습니다.
- 농기계나 가축 등을 안전한 장소로 옮깁니다.
- 비닐하우스, 인삼재배시설 등을 단단히 묶어 둡니다.

## ③ 해안지역



- 해안가의 위험한 비탈면에 가까이 가지 않습니다.
- 가로등과 고압전선 근처에 가까이 가지 않습니다.
- 해안도로로 운전하지 않습니다.
- 육지의 물이 바다로 빠져나가는 곳 근처에는 가까이 가지 않습니다.
- 교량은 안전한지 확인한 후에 이용합니다.
- 바닷가의 저지대 주민은 안전한 곳으로 대피합니다.
- 해수욕장은 이용하지 않습니다.



## 3 산사태, 이렇게 대처하세요!

### 산사태 징후

- 1 경사면에서 갑자기 많은 양의 물이 샘솟을 때
- 2 평소 잘 나오던 샘물이나 지하수가 갑자기 멈출 때
- 3 갑자기 산허리의 일부가 금이 가거나 내려앉을 때
- 4 바람이 불지 않는데도 나무가 흔들리거나 넘어질 때
- 5 산울림이나 땅울림이 들릴 때
- 6 땅 · 포장도로 · 인도에 균열이 생기거나 비정상적으로 부풀어 오를 때
- 7 계단이나 테라스 등과 같은 부속구조물이 떨어지거나 기울 때
- 8 수도관이나 땅속에 매설된 시설물에 균열이 발생될 때
- 9 전신주 · 나무 · 벽 · 울타리 등이 기울 때
- 10 계곡물의 수량이 갑자기 많아지거나 탁해질 때
- 11 문이나 창문이 뻑뻑하거나 문설주나 틀이 눈에 띄게 비틀어질 때

### 대처 요령

- 1 건물 안에 있을 때는 책상 · 테이블 밑으로 피신하고, 밖으로 나오지 마세요.
- 2 산사태 방향과 멀어지는 쪽으로 뛰어 대피하세요.
- 3 바위나 다른 잔해물이 접근해 오면 가까운 나무나 건물이 밀집한 곳으로 대피하세요.
- 4 탈출이 불가능하면 몸을 움츠려 머리를 보호하세요.
- 5 산사태가 발생한 후에는 부상자나 갇힌 사람이 있는지 점검하세요.



#### 4 호우가 지나간 후에는



- 파손된 상하수도나 축대·도로가 있을 때 구·군청이나 읍·면·동 주민센터에 연락합니다.
- 침수된 음식이나 재료는 식중독의 위험이 있으니 먹거나 요리재료로 사용하지 않습니다.
- 수돗물이나 저장식수도 오염 여부를 반드시 확인한 후에 사용합니다.



- 대피했다가 집에 돌아왔을 때는 바로 들어가지 말고, 붕괴가능성을 반드시 점검합니다.
- 가스·전기(누전)차단기가 내려가 있는지(off) 확인하고, 한국가스안전공사(1544-4500), 한국전기안전공사(1588-7500) 또는 전문 공사업체의 전문가의 안전점검 후 사용합니다.
- 가스가 새어 나와 집 안에 차 있을 수 있으므로 성냥불이나ライター불을 사용하지 말고, 창문을 열어 환기를 합니다.



| 4. 태풍 |

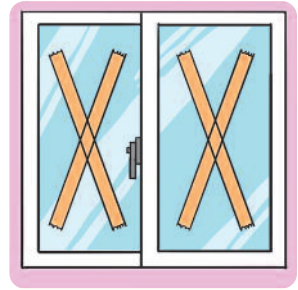
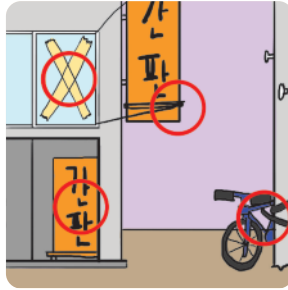


특보기준

명칭	주의보	경보
태풍	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 태풍으로 인하여 강풍, 풍랑, 호우, 폭풍해일 현상 등이 주의보 기준에 도달할 것으로 예상될 때</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 태풍으로 인하여 다음 중 어느 하나에 해당하는 경우</li> <li>① 강풍(또는 풍랑) 경보기준에 도달할 것으로 예상될 때</li> <li>② 총 강우량이 200mm이상 예상될 때</li> <li>③ 폭풍해일 경보기준에 도달할 것으로 예상될 때</li> </ul>



## 1 태풍이 오기 전에



- TV나 라디오, 인터넷, 스마트폰 등으로 태풍의 진로와 도달시간을 알아 둡니다.
- 하천 근처에 주차된 자동차는 안전한 곳으로 옮깁니다.
- 바람에 날아갈 위험이 있는 지붕, 간판, 창문, 출입문 또는 마당이나 외부에 있는 헛 가구, 놀이기구, 자전거 등은 단단히 고정해 둡니다.
- 유리창은 깨지지 않도록 X자로 테이프를 붙입니다.
- 정전 때 사용 가능한 손전등을 준비하시고 가족 간의 비상연락 방법과 대피방법을 미리 의논합니다.

## 2 태풍이 올 때

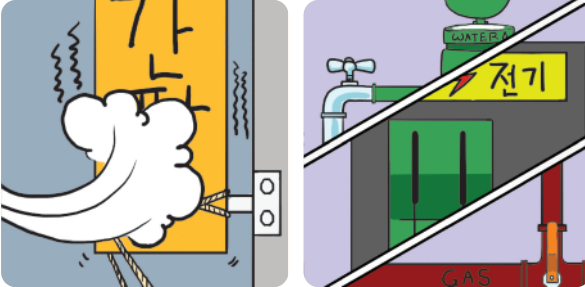
### 1 도시지역



- 침수가 예상되는 건물의 지하공간에는 주차를 하지 말고, 지하나 붕괴 우려가 있는 노후주택의 주민은 안전한 곳으로 대피합니다.
- 집안의 창문이나 출입문을 잠급니다.



- 저지대 · 상습 침수지역의 주민은 대피를 준비합니다.
- 공사장 근처는 위험하니 가까이 가지 말아야 합니다.
- 노약자나 어린이는 집 밖으로 나가지 말아야 합니다.



- 간판, 창문 등 날아갈 위험이 있는 물건은 단단히 고정해 둡니다.
- 감전의 위험이 있으니 집 안팎의 전기수리는 하지 말아야 합니다.
- 대피할 때는 수도, 가스, 전기를 반드시 차단해야 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.
- 건물의 간판이나 위험시설물 주변으로 걸어가거나 가까이 가지 않도록 합니다.

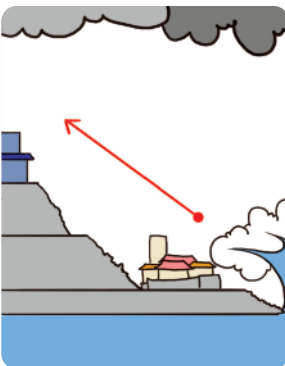


## ② 농촌지역



- 태풍이 왔을 때 경작지 용·배수로를 점검하러 나가는 것은 위험하니 하지 말아야 합니다.
- 비닐하우스 등의 농업시설물을 미리 점검합니다.
- 산간계곡의 야영객은 안전한 곳으로 대피합니다.

## ② 해안지역



- 해안도로 운전은 피해야 합니다.
- 바닷가 근처나 저지대 주민은 대피 준비를 합니다.
- 태풍이 왔을 때 어로시설을 철거하거나 고정하러 나가는 것은 위험합니다.



### 3 태풍이 지나간 후에



- 파손된 상하수도나 도로가 있다면 구·군청이나 읍·면·동 주민센터에 연락합니다.
- 비상 식수가 떨어졌더라도 아무 물이나 마시지 말고 물은 꼭 끓여 드십시오.
- 침수된 집안은 가스가 차 있을 수 있으니 환기시킨 후 들어갑니다.
- 가스·전기(누전)차단기가 내려가 있는지(off) 확인하고, 한국가스안전공사 (1544-4500), 한국전기안전공사(1588-7500) 또는 전문 공사업체의 전문가의 안전점검 후 사용합니다.
- 피해를 입은 사유시설 등을 보수·복구할 때는 반드시 사진을 찍어 두십시오.
- 제방이 무너질 수 있으니 제방 근처에 가지 않습니다.
- 감전의 위험이 있으니 바닥에 떨어진 전선 근처에 가지 않습니다.



| 5. 폭염 |



특보기준

명칭	주의보	경보
폭염	6월 ~ 9월에 일최고기온이 33°C이상인 상태가 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때	6월 ~ 9월에 일최고기온이 35°C이상인 상태가 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때

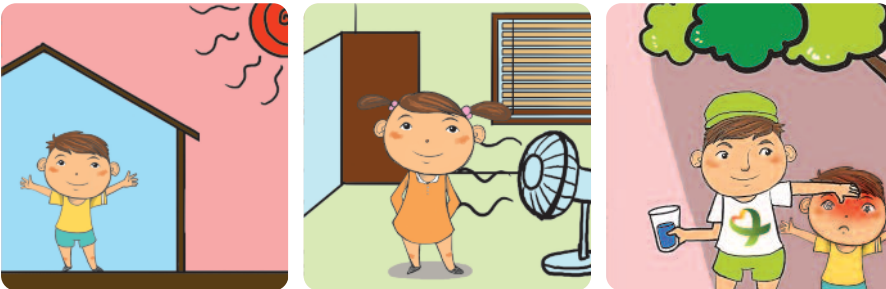


## 1 폭염 대비 준비사항



- 정전에 대비 손전등, 비상 식음료, 부채, 휴대용 라디오 등을 미리 확인해 두세요.
- 집에서 가까운 병원의 연락처를 확인하고 본인과 가족의 열사병 등 증상을 체크하세요.
- 냉방기기 사용시는 실내·외 온도차를 5°C내외로 유지하여 냉방병을 예방하세요.  
(건강 실내 냉방온도는 26°C~28°C가 적당)
- 창문에 커튼이나 천 등을 이용, 집안으로 들어오는 직사광선을 최대한 차단하세요.

## 1 가정에서



- 야외 활동을 자제하세요. (부득이 외출을 할 경우, 창이 넓은 모자착용 및 가벼운 옷차림을 하고 꼭 물병 휴대)
- 물을 많이 마시되 너무 달거나 카페인 들어간 음료, 주류 등은 마시지 마세요.
- 냉방이 되지 않는 실내의 경우 햇볕이 실내에 들어오지 않도록 하고 맞바람이 불도록 환기를 하고 선풍기를 켜세요.



- 거동이 불편한 고령, 독거노인, 신체허약자, 환자 등은 외출을 삼가고 이들을 남겨 두고 장시간 외출시는 친인척·이웃 등에 보호를 의뢰하세요.
- 현기증, 메스꺼움, 두통, 근육경련 등 열사병 초기증세가 보일 경우에는 시원한 장소로 이동하여 몇분간 휴식을 취한 후 시원한 음료를 천천히 마시세요.
- 넉넉하고 가벼운 옷을 입어 자외선을 방지하고 노출부위는 썬크림 등 자외선 차단제를 발라 피부를 보호하세요.

## 2 산업 건설현장에서



- 휴식시간은 장시간보다는 짧게 자주 가지세요.
- 실내 작업장에서는 자연환기가 될 수 있도록 창문이나 출입문을 열어두고 밀폐지역은 피하세요.
- 건설기계의 냉각장치를 수시로 점검하여 과열을 방지하세요.
- 식중독, 장티푸스, 뇌염 등의 질병예방을 위해 현장사무실, 숙소, 식당 등의 청결 관리 및 소독을 실시하세요.



- 작업중 매 15~20분 간격으로 1컵 정도의 시원한 물을 섭취하세요.  
(알코올, 카페인이 있는 음료는 금물)
- 발한작용을 저해하는 밀착된 의복의 착용을 피하세요.
- 안전모 및 안전띠 등의 착용에 소홀해지기 쉬우므로 작업시에는 각별히 신경 쓰세요.

## 생활안전 길라잡이Ⅱ

발 행 부산광역시 재난예방과 (☎ 051-888-2895)

편 집 안전문화운동추진 부산광역시협의회

※ 다운로드 : 부산광역시 홈페이지(<http://www.busan.go.kr>)

- 도움정보 - 안전 - **생활안전길라잡이**

▶ 참고

- 『재난대비 국민행동요령』 (안전행정부, 2014.7)
  - 『안전문화운동 이렇게 실천해요』 (안전행정부, 2013.7)
-



안전문화운동 추진  
부산광역시협의회

“매월 4일은 안전점검의 날”