

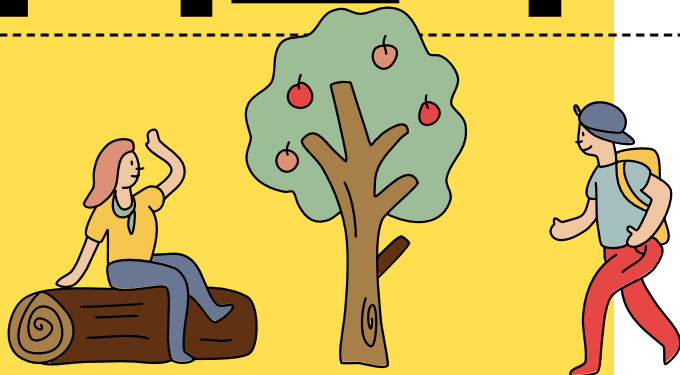
국민



안전여행



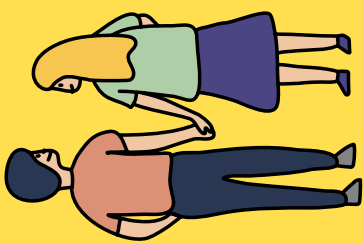
가이드북





국민안전여행 가이드북

국민안전여행 가이드북



06	Part1 여행 교통수단별
10	1. 버스
12	2. 철도
14	3. 자동차
16	4. 선박
18	5. 항공
20	6. 도보, 개인용 이동 기구
22	Part2 여행지별
24	자연 명승지
	1. 산 2. 숲 3. 바다, 섬, 갯벌 4. 강, 계곡 5. 동굴
36	유원 시설
	1. 테마파크 2. 동물원 3. 식물원
44	계절별 지역 축제
	1. 사계절 축제 안전 2. 봄 축제 3. 여름 축제
	4. 가을 축제 5. 겨울 축제
56	기타 실내외 시설
	1. 박물관, 미술관, 전시장, 공연장 2. 경기장 3. 숙박 시설
64	Part3 여행 유형별
68	1. 패키지여행
70	2. 수학여행
72	3. 트렌드 여행
74	4. 식도락 여행

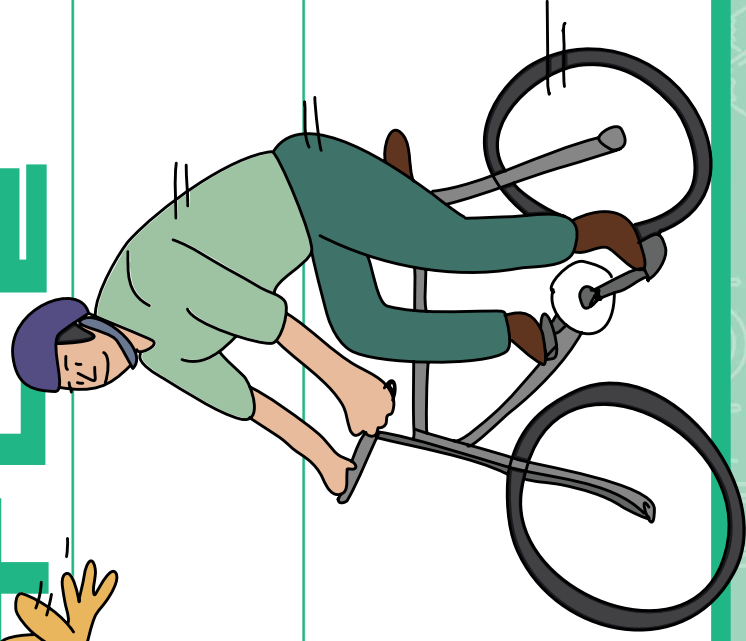
76	Part4 여행 주요 활동별
80	1. 물놀이
82	2. 등산
84	3. 캠핑
86	4. 액티비티
88	Part5 안전 여행 생활
90	1. 자연재해 재난
92	2. 응급 처치
95	3. 휴대용 비상 장비
96	4. 안전 여행 주요 연락처
98	<특별편> 해외 안전 여행을 위한 유의 사항
100	1. 패키지, 자유 여행
102	2. 해외 감염병 및 예방 접종
104	3. 병의원과 약국
106	4. 다양한 문화
108	5. 낯선 사람 주의
110	6. 자녀 동행
112	7. 크루즈, 오지 여행
114	8. 먹거리 안전
116	9. 교통과 이동
118	10. 범죄와 국가 안보, 자연재해
122	참고자료



Part 1

여행

교통수단별



1. 버스
2. 철도
3. 자동차
4. 선박
5. 항공
6. 도보, 개인용 이동 기구

여행 교통수단별 종합 안내

항공

이착륙 시 의자를 원위치로 하고,
창문 스크린을 올리는 등 승무원의 지시를
따르도록 합니다. 좌석에서는 안전벨트를 착용하고
안전벨트 착용 표시등이 꺼지면 이동을 자제합니다.

철도

열차가 움직일 때 승하차를 하지 않습니다.
열차와 승강장 사이에 발이 빠지거나
출입문에 끼이지 않도록 주의해야 합니다.
열차 출발 시간 전 승강장에 도착해
안전사고를 예방해야 합니다.

개인용 이동 기구

헬멧 등 안전 장비를 반드시 착용하고
자동차와 동일하게 신호를 지켜야 합니다.
과속하지 말고 오가는 사람과 부딪치지 않도록
조심하며, 사람이 밀집한 곳이나 횡단보도를
지날 때는 하차 후 이동합니다.

도보

횡단보도에서는 한 걸음 뒤에서 대기하고
좌측물이 들어오면 양방향을 먼저 확인해야 합니다.
인도와 차도의 구분이 없는 경우
지나는 차량이나 오토바이를 조심합니다.

선박

선착장 주변에서는
미끄러지지 않도록 조심해야 합니다.
배가 완전히 정박한 후에 타거나 내려야 합니다.
배에 오른 뒤 구명조끼 등 안전 장비 위치를
확인하고 위급 상황 발생 시 대처 방법을
숙지해야 합니다.

버스

승하차할 때는 물론 버스 안에서 이동할 때
넘어지거나 부딪히는 사고가 잦습니다.
시내 버스에선 손잡이를 꼭 잡고
고속버스 이용 시에는
반드시 안전벨트를 착용합니다.

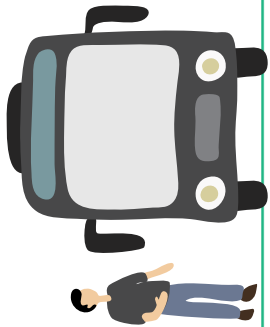
자동차

전 좌석 안전벨트를 항상 착용하고
렌터카를 이용할 땐 차량 기본 정보를
숙지해야 합니다.

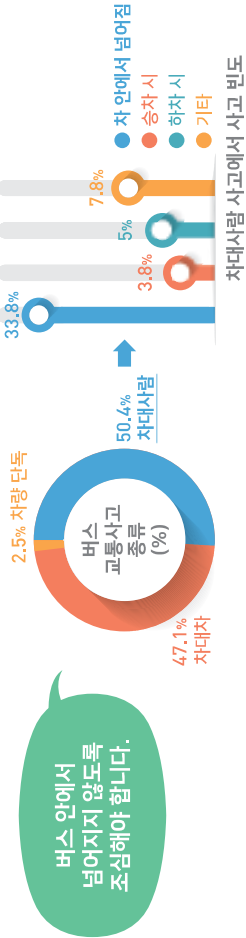


여행 교통수단별

1. 버스



교통사고 외 버스 안에서 넘어지거나 부딪히는 사고가 증가하고 있습니다. 버스에 탑승하기 전부터 내리는 순간까지 주의하며, 버스 안 소화기나 비상 탈출용 망치 등 안전 기구의 위치를 확인해야 합니다.



승하차 시 교통 주의 사항

버스 탑승 시에는 차례를 지키며 앞문을 이용하고 하차 시에는 뒷문을 이용합니다.
사람이 많을 때 문에 끼이지 않도록 계단에 서 있지 말고 완전히 올라서야 합니다.

버스 안에서

앉아 있거나 서 있을 때 손잡이를 잡아야 합니다.
좌석 이용 시에는 교통 약자를 우선 배려합니다.
음식 냄새와 소음은 다른 승객과 안전 운전 방해가 되니 삼갑니다.

하차 시

내려야 하는 정류장에 도착하기 전에 하차벨을 누릅니다.
하차 시 오토바이나 자전거가 오는지 확인합니다.
하차 시 가방이나 옷자락이 문에 끼이지 않도록 주의합니다.

고속버스 이용 시

운행 중에는 반드시 안전벨트를 착용합니다.
차내 소화기, 비상용 망치 등 안전 장비의 위치를 확인합니다.
휴게소에서 도보 이동 시 주변을 살펴 사람이나 차량과의 충돌에 주의합니다.



사례 ① “차내에서 스마트폰 사용을 자제합니다.”
단풍놀이를 떠난 한 고등학생은 버스 정류장에서 스마트폰을 보다 급히 버스를 탑승했다. 버스 안에서 학생은 손잡이를 잡는 대신 기둥에 기대어 스마트폰을 보다 급정차할 때 넘어져 다쳤습니다. 차내에서 스마트폰 사용은 사고로 이어질 수 있으니, 스마트폰 사용은 멈추고 손잡이를 꼭 잡아야 합니다.

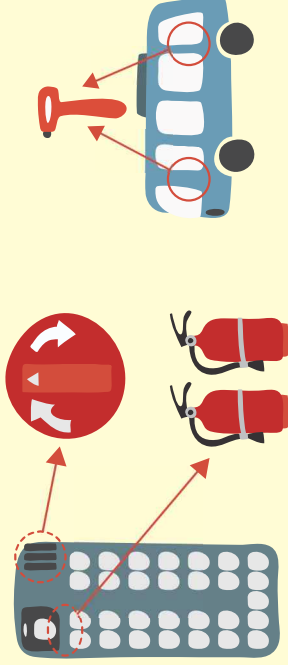


사례 ② “고속 도로 휴게소에서 이동할 때 주의해야 합니다.”
20대 여성과 친구들은 고속 도로 휴게소 환승 정류장에서 다음 버스를 타기 위해 휴게소에서 시간을 보내고 있었습니다. 잠시 후 버스 출발 안내를 듣고 급히 정류장으로 뛰다가 출구 방향으로 향하는 차량과 부딪힐 뻔했습니다. 고속 도로 휴게소는 자동차의 주정차뿐만 아니라 차량 이동도 많습니니다. 사람이나 차량에 부딪히지 않도록 항상 주변을 살펴야 합니다.

TIP

버스 내 안전 장비 확인!

버스 안에 설치된 출입문 개폐용 밸브, 비상 탈출용 망치, 소화기의 위치를 파악해야 합니다.



[참고 : 버스 이용자 안전 교육 가이드, 행정안전부]

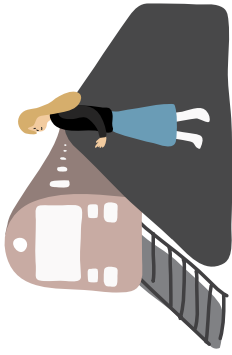
교통 약자 배려!

임산부, 노인, 장애인, 기타 거동이 불편한 사람에게 자리를 양보합니다.

INFO

전국고속버스운송사업조합 www.kobus.co.kr - 승차권 예매, 유실물 확인, 휠체어 좌석 예매
전국버스공제조합 www.ebus.or.kr - 교통사고 예방 동영상, 사고 보상 관련 민원

여행 교통수단별 2. 철도



사람이 많고 혼잡한 철도를 이용할 땐 역사, 승강장, 열차 내 등 모든 곳에서 안전에 주의해야 합니다. 역사 이동 시 다른 사람이나 시설물과의 충돌에 주의하고 승강장과 열차 내에서 넘어지지 않도록 조심합니다.



역사 내

도착 및 출발 시간에는 역사 이용 인구가 많으니 이동 시 충돌에 주의합니다.
출발 시간 전에 도착해 열차 탑승을 서두르지 않도록 합니다.
승강장 안전시설의 위치와 대피 경로를 확인합니다.

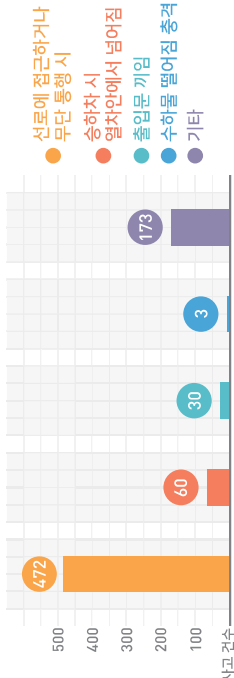
승하차 시 및 열차 내

승무원의 지시를 따르고 안내 방송을 집중해 듣습니다.
기존 탑승객이 모두 하차한 뒤 차례대로 승차합니다.
승강장에서 추락, 열차 사이에 발 빠짐, 출입문 끼임 사고에 주의합니다.

철길 여행지

철길 곳 축제를 방문하거나 간이역에 방문할 땐 철길 안전사고에 주의해야 합니다.
허가 없이 열차가 다니는 선로로 진입하면 안 됩니다.
선로에 넘어지거나 신발이 끼이지 않도록 조심합니다.
밤에는 승강장과 선로, 주변 도로 파악이 어려우니 이동을 자제합니다.

선로 통행에
주의해야 합니다.



'08~'17 철도 관련 사고 738건
[출처 : 2018년도 교통안전(연차보고서, 국토교통부)]



사례 ① “철길에서 무리한 사진 촬영을 금합니다.”
열차가 운행되는 간이역에 놀러 간 커플은 역사와 철길을 구경하며 사진 촬영을 하고 있었습니다. 열차가 들어온다는 안내 방송을 듣지 못한 이들은 역무원의 경고를 받고 급히 철길을 벗어나 사고를 면했습니다.
간이역과 같은 철길 여행지에서는 넘어지지 않도록 주의하고 무리한 사진 촬영을 하지 말고 빠르게 철로를 벗어나는 것이 좋습니다. 열차 운행 여부를 확인하고 역무원의 안내를 따르도록 합니다.



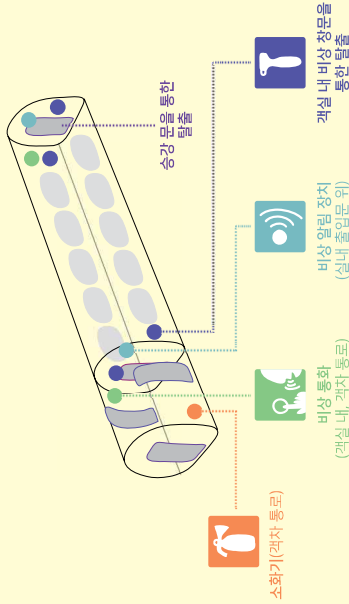
사례 ② “열차는 여유롭게 탑승해야 합니다.”

한 여성이 열차에 탑승하던 중 열차 출입문 계단에서 넘어졌습니다. 기차 출발 시간이 임박해서 열차에 뛰어오르다 계단에 다리를 부딪쳐 팔과 다리에 부상을 입었습니다.
역사 내에서 필요한 시간을 감안해 열차 출발 시간에 여유 있게 도착해야 합니다. 출발하는 열차에 뛰어오르면 부상을 입을 수 있으니 주의하도록 합니다.

TIP

철도 안전 장비!

소화기, 비상 탈출용 망치, 출입문 개폐용 벨브, 긴급 통화 장치의 위치와 사용법을 미리 숙지합니다.



[참고 : 철도 이용자 안전교육 가이드북, 행정안전부]

위급 상황 시 대피 요령!

출입문을 수동으로 열거나 비상용 망치나 소화기로 유리창을 깨 후 비상구 방향으로 대피합니다. 코와 입 등 호흡기를 보호하고 철로 대피 시 전동차 진행 방향으로 대피합니다.

출입문 수동 개폐 방법!

1. 출입문 쪽 의자 아래 또는 벽면에 작은 뚜껑 속 비상 개폐 장치를 찾습니다.
2. 뚜껑 속 곡을 당기거나 핸들을 시계 방향으로 90도 돌립니다.
3. 공기가 빠지는 소리가 멈출 때까지 3~4초 기다립니다.
4. 공기 빠지는 소리가 멈추면 출입문을 양쪽으로 밀고 밖으로 나갑니다.

여행 교통수단별 3. 자동차

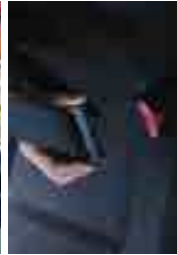


과속, 신호 위반 등 운전 기본 안전 의무를 지켜야 합니다. 현지 날씨를 미리 확인해 기상 상태에 따른 돌발 상황에 대처하기 위한 준비를 해야 합니다. 장시간 운전을 할 경우 타이어, 전조등을 비롯한 차량 상태를 미리 점검해야 합니다. 운전 중에는 전 좌석 안전벨트를 의무적으로 착용해야 합니다.



주행 전

운행 전 이동 경로와 예상 소요 시간을 미리 파악합니다. 폭우와 폭설 등 기상에 따른 돌발 상황에 대처할 수 있도록 준비합니다. 출발 전 전조등과 타이어 상태 등을 점검합니다. 렌터카의 경우, 수령 시 차량의 외관을 살피고 정상 작동 여부를 확인합니다. 렌터카에 탑승하면 자신의 신체에 맞게 운전석과 룸 미러 등을 조절합니다.



주행 중

운행 중 전 좌석 안전벨트를 착용합니다. 유아의 경우, 유아용 카시트를 사용해야 합니다. 폭우, 강설, 안개 등 기상 악화 시 운행 속도를 줄여야 합니다. 낯선 지역에서 자신의 운전 능력을 과신하지 말고 평소보다 더욱 주의합니다. 주행 중에는 전방을 주시하고 스마트폰은 절대 사용하지 않습니다.

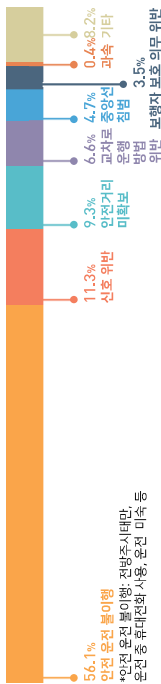


뜻밖의 사고

할용 렌터카 주유 시 차량의 유종을 확인합니다. 펌프 엔진브레이크를 사용해 천천히 갓길에 정차합니다. 시동 꺼짐 차량을 이동할 수 없을 경우에는 비상등, 삼각대 등 안전 조치 후 대피하고 신고합니다. 낙하물, 돌 튀 등 예상치 못한 상황에 놀라더라도 핸들에서 손을 떼지 말아야 합니다.



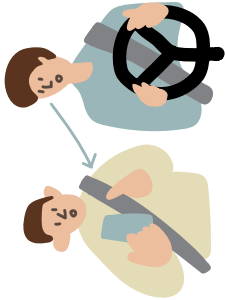
안전 운전 의무를 지켜야 합니다.



도로 노면 특이 상태

- * 수막 현상 : 도로 위에 물이 고여 자동차의 타이어와 노면 사이에 수막이 형성되어 차가 물 위를 달리는 것과 같은 상태입니다.
- * 블랙 아이스 : 도로에 스민 물이 새벽 추위에 인 현상으로 운전자의 육안으로 식별이 어렵습니다.
- * 서브 노면 : 눈이 녹아 수분을 머금고 있는 눈길로 얼어 있는 도로와 동일하게 위험합니다.

사례 ① “동승자의 스마트폰 사용도 위험합니다.”



장거리 여행을 가던 20대 남성과 친구들은 거리가 멀어 급세 기록해졌습니다. 그러자 동승자는 스마트폰을 보기 시작했습니다. 운전자 역시 스마트폰에 눈길을 주다가 주행 차선을 이탈해 다른 차량과 충돌하는 사고가 났습니다. 고속 도로와 일반 도로 모두 운전 중 스마트폰 사용은 위험합니다. 운전자는 물론 동승자도 운전 중 주의가 분산되지 않도록 스마트폰이나 DMB 시청 등을 자제하는 것이 좋습니다.

사례 ② “인도와 차도의 경계가 없는 도로에서는 속도를 줄여야 합니다.”

한 가족이 산 아래 숲속으로 소풍을 가고 있었습니다. 초행길이고 산길이라 운전자는 최저 속도를 유지하며 운전을 했습니다. 셋길 앞을 지나는데 예상치 못한 트래픽이 갑자기 나왔습니다. 운전자는 깜짝 놀라 급정차를 해 사고를 면할 수 있었습니다. 인도와 차도의 경계가 없는 산길, 숲길, 농어촌 지역 등의 도로에서는 속도를 줄이고, 동물이나 차량이 갑자기 나타날 수 있다는 것도 염두에 두어야 합니다.



TIP

사고 발생 시 대처 요령

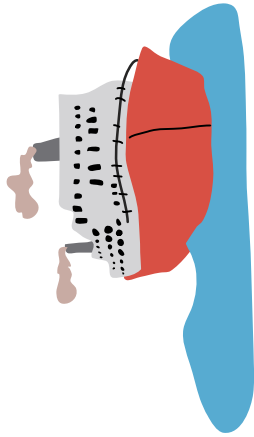
1. 일반 도로 교통사고 대처법
즉시 정차 → 비상등 점등 → 차량 후방에 불꽃 신호기, 삼각대 등 안전 조치
→ 부상자 발생 시 즉시 119 신고 및 구호 → 정황 증거 확보(촬영, 스프레이, 목격자)
→ 경찰서 신고(경미한 사고로 보험 또는 적절한 조치를 한 경우는 제외)
2. 고속 도로 교통사고 2차 사고 대비 행동 요령
가급적 갓길 쪽으로 정차 → 비상등 점등 → 도로 바깥으로 대피 → 경찰서 신고
→ 차량 후방에 불꽃 신호기, 삼각대 등 안전 조치
[참고 : 경찰청]

INFO

한국도로공사 로드플러스 www.roadplus.co.kr

- 전국 교통 정보, 경로 검색, 혼잡 구간, 노선별 교통 정보
- 국토교통부 국가교통정보센터 www.its.go.kr
- 전국 교통 정보, 출발 정보, 소요 시간, 우회 도로, 버스 전용 차로, 고속 도로 이용 안내
- 도로교통공사 안전운전 통합민원 www.safedriving.or.kr
- 교통안전 교육, 안전시설 검사, 운전면허 관련 민원

여행 교통수단별 4. 선박



선박을 이용할 때는 구명조끼 등 안전 장비 배치 장소와 대피 방법을 확인하고 위급 상황 발생 시 승무원의 안내를 따라야 합니다. 선착장과 선박 바닥에는 물기가 많아 미끄러질 위험이 있으니 주의가 필요합니다. 소형 선박을 이용할 때도 안전사고에 유의해야 합니다.

출항 전



승선 시 신분증을 반드시 지참합니다.
승선표를 작성할 때 위급 상황 발생 시 연락이 가능한 연락처를 적습니다.
선착장과 선박 바닥에는 물기가 많아 미끄러우니 주의합니다.
선착장에서의 날씨와 해상 날씨는 다른 경우가 잦으니 미리 날씨를 확인합니다.
승선 후에는 구명조끼 등 안전 장비 배치 장소와 대피 방법을 확인합니다.

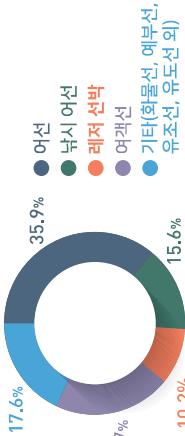
운항 중

선내 이동 시에는 바닥이 미끄럽고 선체가 흔들릴 수 있으니 난간을 잡고 이동합니다.
사진 촬영을 할 때 난간 밖으로 몸을 내미는 등 위험한 행동은 하지 않습니다.
기관실, 조타실 등 출입 제한 구역은 들어가지 않습니다.
선박 내에서 음주는 삼갑니다.
해상으로 쓰레기를 버리는 행위는 하지 않습니다.

사고 시

선박 내 안내 방송에 귀 기울이고 승무원의 지시를 따라야 합니다.
직접 신고가 필요한 경우 선박 이름과 해상 위치, 사고 내용 등 상황에 필요한 정보를 구조 기관에 알려야 합니다.

인명 사고를 포함하는
선박 사고에서
선박의 종류가
다양해지고 있습니다.



인명사고 선박의 종류 (%)
[출처 : 2018해상조난사고연보, 해양경찰청]

사례 “해상 날씨와 육상 날씨는 다릅니다.”

낚시 동호회 활동을 하는 한 남성은 동료들과 함께 야간 낚시배를 탔습니다. 해상 예보에 풍량이 있었지만 육상 날씨는 괜찮았고 선주 역시 바다는 잔잔할 거라고 출항을 시도했습니다. 하지만 낚시를 하지 못할 정도로 풍량이 심해 낚시배는 선착장으로 다시 돌아왔습니다.
해상과 육상의 날씨는 동일하지 않습니다.
해상의 날씨를 사전에 확인하고 위험 여부를 판단한 후에 출발하도록 합니다.



TIP

해양 사고 발생 시 119 신고!

해양에서 자신의 위치를 몰라도 신고할 수 있습니다.

1. 해양 사고 발생 시 '119'로 신고합니다.
2. 119에서 신고자에게 문자 메시지를 전송합니다.
3. 문자 메시지에 적힌 인터넷 주소로 클릭합니다.
4. 휴대 전화의 위도와 경도 좌표가 119로 자동 전송됩니다.

인명 구조 장비 확인!

선내에 구명등의, 구명부환, 구명줄, 통신 장비, 소화기, 자기 점화등, 비상 탈출용 도끼 등의 위치를 확인하고 위급 상황 시 활용할 수 있도록 합니다.

여행 교통수단별 5. 항공



공항에서는 사람들과 시설물에 부딪치지 않도록 주의합니다. 비행기 안에서는 승무원의 지시에 따라 각종 안전 수칙을 지켜야 합니다. 경량 및 초경량 항공기를 이용한 항공 레저 활동에도 주의가 필요합니다.



항공기 이용 전

기내 반입 금지 품목과 위탁 불가 수하물을 확인합니다.
반입 금지 물품이 있는 경우 보관 및 택배 서비스를 이용합니다.
자신이 이용하는 항공편과 이동 사항을 가족이나 지인에게 미리 알립니다.
공항에서의 소요 시간을 감안해 탑승 시간보다 여유 있게 이동합니다.



기내

항공사마다 차이가 있으니 안전 수칙 안내문을 읽고 승무원의 시연에 집중합니다.
탑승한 기내의 비상구와 안전 장비의 위치를 확인합니다.
대응 방법을 익힌 후 머릿속으로 상상하며 시연해 봅니다.
기내 통로 및 화장실 바닥 등에서 넘어지지 않도록 이동에 주의합니다.
안전벨트 착용 표시등이 꺼졌을 때도 좌석에서는 안전벨트를 하는 것이 좋습니다.



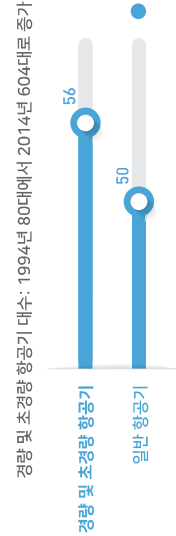
사고 시

안내 방송과 승무원의 지시를 따라야 합니다.
산소마스크는 자신이 먼저 착용한 후 노약자나 어린이 등 교통 약자를 도와줍니다.
비상구 옆 좌석에 앉은 승객은 비상 상황 시 승무원의 보조 역할을 해야 합니다.
투브형 비상 슬라이드로 탈출할 때는 날카로운 신발이나 장신구 없이 이동합니다.



항공 레저 이용

반드시 승인 업체를 이용하고 체점 전 안전 교육을 받아야 합니다.
경비행기의 기체는 작지만 프로펠러는 고속이기 때문에 기체 접근 시 주의합니다.



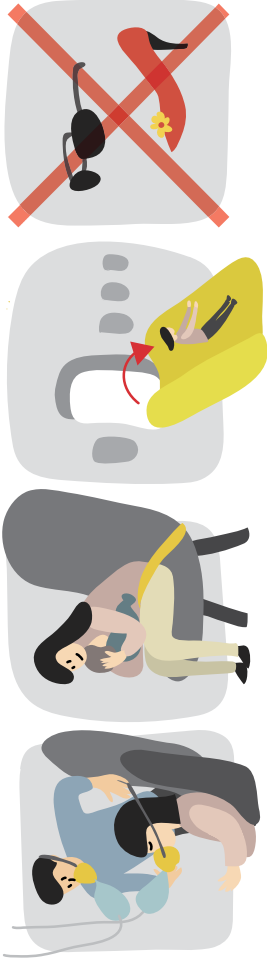
경량 및 초경량 항공기의 수와 사고가 증가하고 있습니다.

비행기 사고 건수('08~'17)

[출처 : 2018년도 교통안전연차보고서, 국토교통부]

항공기 사고 발생 시 행동 요령

항공기 사고의 끝은 타임은 첫 90초입니다. 비상 상황 발생 시 행동 요령을 숙지해야 합니다.
승무원 지시 → 산소마스크 착용 후 다른 사람 도와주기 → 좌석 등받이 세우고 안전벨트착용
→ 머리를 무릎에 대고 팔로 허벅지 감싸기(아이는 성인 무릎에 얹힌 후 몸을 껴안기)
→ 코와 입 등 호흡기 보호 → 탈출 시 바닥 유도등 따라 비상구로 이동
→ 비상 슬라이드로 탈출 시 날카로운 신발 및 장신구 제거



TIP

비행기 이착륙 시 창문의 스크린을 올리고 좌석과 테이블은 제자리로!

창문의 스크린을 올리는 것은 기상 악화나 화재 등 비상 시 외부 상황을 확인하기 위해서입니다.
대피 시 장애물이 없도록 좌석과 테이블을 원위치합니다.

비상구 좌석 자격 및 의무 사항 준수!

비상구 좌석은 만 15세 이상, 원활한 정보와 지시 전달자, 위급 상황 시 도움을 줄 수 있는 체력 완벽자에게 배치됩니다. 또한 비상 시 승무원의 지시에 따라 비상구를 작동해야 하고 다른 승객의 탈출을 도와야 하는 의무를 가집니다.



INFO

항공기상청 <http://amo.kma.go.kr>
- 전국 항공 기상 및 공항 주변 기상 정보, 세계 공항 날씨 정보

6. 도보, 개인용 이동 기구

여행지에서 걸어 다닐 때도 교통안전에 주의해야 하며, 주변을 구경하다 사람들과 부딪치지 않도록 조심해야 합니다. 자전거, 스쿠터, 전동 킥보드 등 개인용 이동 기구를 이용할 때는 안전 장비를 착용하고 속도를 줄여 운행하도록 합니다.



도보

안전 보행 3원칙을 지키고 도로에서 뛰거나 장난치지 않습니다. 차도와 인도의 경계가 없는 도로에서는 주변을 살피며 걸어야 합니다. 자동차 경적 소리나 위험을 알리는 소리를 놓칠 수 있으니 이어폰 사용은 자제합니다.

자전거

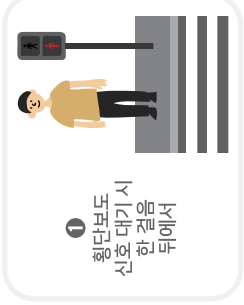
헬멧, 장갑, 무릎 및 팔꿈치 보호대 등 안전 장비를 필수로 착용합니다. 자전거를 타고 이동할 때는 스마트폰 사용을 자제합니다. 여행지에서 다른 사람이나 시설물과의 충돌에 주의합니다. 사람이 많은 길이나 횡단보도에서는 자전거에서 내려 걸어갑니다.

개인용 이동 기구

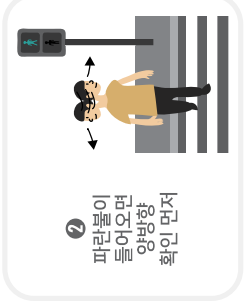
사전 안전 교육을 충분히 받고 기구의 상태를 확인합니다. 출발 전 헬멧 등 안전 장비를 착용합니다. 부딪히거나 넘어질 수 있으니 저속으로 운행합니다. 기구의 정해진 인원내 맞게 탑승합니다.



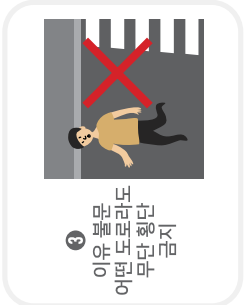
안전보행 - 방어보행 3원칙



1 횡단보도 신호 대기 시 한 걸음 뒤에서



2 파란불이 들어오면 양방향 확인 먼저



3 이유 불문도 어떤 도로라도 무단 횡단 금지

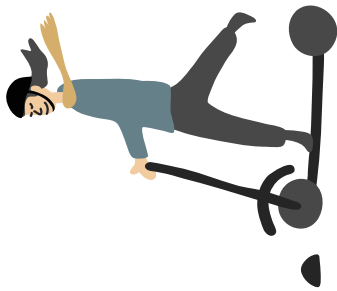
사례 1 “도로 가장자리로 이동합니다.”

30대 여성은 여행지의 전통 시장을 방문해 장터 풍경을 구경하며 즐거운 시간을 보내고 다른 여행지로 이동하려 했습니다. 그러나 시장 앞 도로에 인도와 차도의 구분이 따로 없어 지나던 차량과 충돌하는 사고가 있습니다. 농어촌 지역에는 인도와 차도의 경계가 없는 도로가 많습니다. 차량이 오가는 도로에서는 가장자리로 걸어야 하며, 도로 주변 시설물에 부딪히거나 넘어지지 않도록 주의해야 합니다. 특히 지나가는 차량이나 오토바이, 자전거와의 충돌에 조심합니다.



사례 2 “전동 킥보드는 저속으로 운행합니다.”

20대 여성은 여행지에서 전동 킥보드를 탑승합니다. 탑승 전 사전 안전 교육도 받고 안전 장비를 착용한 뒤 조심해서 이동했지만 뒤에서 과속 주행하던 전동 킥보드와 충돌해 넘어지는 사고가 있습니다. 여행지에는 걸어 다니는 사람과 다른 전동차도 많기 때문에 전동차 운행에 많은 주의가 필요합니다. 전동차를 타고 너무 멀리 가지 말고, 사람이 많거나 혼잡한 곳에서는 하차 후 이동하는 것이 좋습니다.



TIP

개인용 이동 기구는 전용 도로 이용 준수!

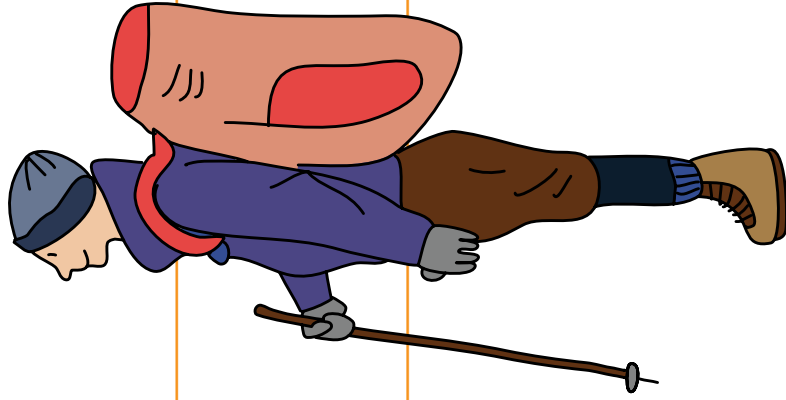
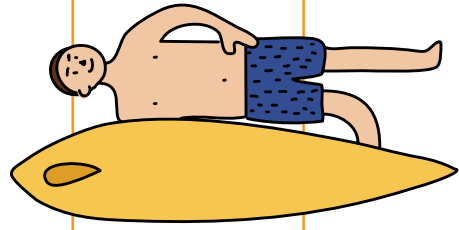
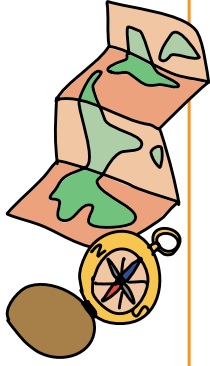
전동 킥보드 등 개인용 이동 기구는 차량에 속하기 때문에 도로교통법을 준수해야 합니다.

개인용 이동 기구 역시 음주 운전은 위험!

개인용 이동 기구의 음주 운전은 위험이며, 다른 사람과의 충돌로 사고 발생 시에는 교통 사고로 간주되어 법적 책임을 물을 수 있습니다.

Part 2

여행지별



자연 명승지

1. 산
2. 숲
3. 바다, 섬, 갯벌
4. 강, 계곡
5. 동굴

유원 시설

1. 테마파크
2. 동물원
3. 식물원

계절별 지역 축제

1. 사계절 축제 안전
2. 봄 축제
3. 여름 축제
4. 가을 축제
5. 겨울 축제

기타 실내외 시설

1. 박물관, 미술관, 전시장, 공연장
2. 경기장
3. 숙박 시설

여행지별 자연 명승지 종합 안내



바다, 섬, 갯벌

방파제와 갯바위에서의 낙상 사고가 많으니, 높은 곳에 올라가지 말고 너울성 파도를 조심해야 합니다. 섬이나 갯바위에서의 고립에 주의하며, 해양 스포츠를 할 경우 구명조끼와 헬멧 등 안전 장비를 착용합니다.

강, 계곡

강과 하천, 계곡의 수위는 눈으로 확인할 수 없으니 알아 보이는 물길에서도 걸음을 조심해야 합니다. 기상 악화로 인한 고립에 항상 대비하며, 계절별 안전 수칙을 사전에 숙지해야 합니다.

동굴

동굴에 들어가기 전, 비상 대피로와 안전 장비의 위치를 확인하고 동굴 관리소 등 비상 연락처를 저장합니다. 또한 동굴 안 온도와 습도에 맞는 바를 옷자림과 신발을 착용해야 합니다.

산

구급약과 비상식량을 꼭 챙기고 위험 상황 발생 시 119 외 신고할 수 있는 비상 연락처를 사전에 확인해야 합니다. 또한 진드기와 독충, 뱀 등에 물리지 않도록 조심해야 합니다.

숲

숲속에서는 독충, 독버섯 등을 조심하며, 식물을 함부로 만지면 안 됩니다. 가벼운 산책길이라도 알맞은 옷자림과 신발을 착용하고, 언제나 2인 이상 함께 다녀야 합니다.

여행지별_자연 명승지

1. 산



낮은 산부터 천 미터 고지의 산까지 산행 시 안전에 주의해야 합니다. 산에 오르내릴 때 체력 분배를 하며, 체온 유지를 위한 여벌의 옷과 구급약, 비상식량을 준비해야 합니다.



산행 전

초콜릿 등 비상식량과 충분한 물을 챙깁니다.
산의 기온은 평균보다 낮기 때문에 체온 유지를 위한 여벌의 옷을 준비합니다.
산악 기상 정보 시스템 누리집을 통해 산 전용 일기 예보를 사전에 확인합니다.
출발 전 이동 시간을 확인하고 가족이나 지인에게 행선지를 알립니다.
구급 상황 시 연락할 수 있도록 지역 내 비상 연락처를 확인합니다.



산행 시

화재 위험이 있으니 산에서는 금연합니다.
판단력이 흐려질 수 있으니 과음은 자제합니다.
몸에 무리가 가지 않도록 출발 전 준비 운동을 합니다.
등산로가 아닌 길은 가지 않도록 하며, 제한 구역에는 들어가지 않습니다.
오르막은 상체를 숙이고 내리막은 중심을 뒤쪽으로 두며 걷는 것이 좋습니다.
무리하지 말고 산행 중 충분한 휴식을 가져야 합니다.



산행 후

산행 후에도 간단한 몸 풀기 운동으로 근육을 진정시키는 것이 좋습니다.
산에서 벗어나 이동할 때 등산 스틱이나 배낭 등이 다른 곳에 걸리지 않도록 정리한 후 이동해야 합니다.



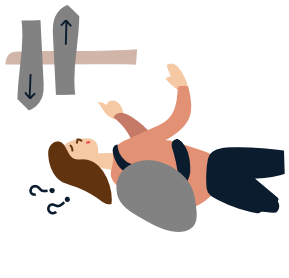
산에서 이동할 땀 적절한 체력 분배가 필요합니다.



사례 ❶ “가을 낙엽은 미끄러울 수 있습니다.”

2019년 가을, 단풍놀이예 나선 40대 남성이 산에서 넘어졌습니다. 가을 산행을 가벼운 산책 정도로 여긴 이 남성은 등산 스틱과 같은 장비 없이 낙엽이 쌓인 산길을 걸었습니다. 그러다 낙엽을 밟고 미끄러지는 사고를 당했습니다.

눈이나 비가 내리는 경우에는 물기가 바로 눈앞에 보이지만 낙엽 속 물기는 눈으로 확인하기 어렵습니다. 낙엽은 항상 물기를 머금고 있기 때문에 미끄러울 수 있으니, 가벼운 산책에서도 등산화 착용하고 등산 스틱을 사용하는 것이 좋습니다.



사례 ❷ “산속에서는 방향 감각을 잃기 쉽습니다.”

당일 산행을 떠난 50대 여성은 다소 낮은 산이라 부담 없이 산행을 시작했습니다. 그러다 다리 통증이 너무 심해서 일행을 바로 따라가지 못하고 쉬게 되었습니다. 충분히 쉬 후에 다시 길을 이어가려는데, 방향을 찾을 수 없었습니다.

길을 잃었을 때 무리해서 길을 찾아 움직이면 위험한 지역으로 들어갈 수 있습니다. 주변에 표지판 등 시설물을 찾고 자신의 위치를 알려 신고한 뒤 구조를 기다려야 합니다.

인터뷰

“음주 후 산행하지 않습니다.” 국립공원 산악안전교육원 박용환

등산이나 성묘 등으로 산에 가야 하는 경우 금주하는 것이 좋습니다. 음주는 기억력과 판단력에 지장을 주고 운동 능력과 지구력, 균형 감각 등 신체 활동 능력을 저하시키는 반면 답력은 높아져 위험 행동을 하는 경우가 많기 때문입니다. 술은 이노 작용을 촉진시키고 탈수 현상을 높이기 때문에 안전사고를 발생시킬 위험 요소가 무척 높습니다.

TIP

땀, 진드기 주의!

곤충에 물리는 사고가 빈번하므로 긴팔 옷을 입는 것이 좋습니다. 땀에 물렸을 경우 물린 부위에서 5~10cm 위쪽을 항균으로 닦아줍니다. 물린 부위를 입으로 빨아내면 안 되며, 부상자는 음식물과 물을 섭취하면 안 됩니다.
중독 증상이 없어도 가까운 병원에 방문해야 합니다.

알맞은 숨쉬기!

들숨과 날숨을 같은 간격으로 쉬는 것이 좋습니다.
숨이 가쁘다고 심호흡을 지속하면 산소 과다 섭취로 현기증을 느낄 수 있습니다.

INFO

국립산림과학원 산악기상정보시스템 <http://mtweather.nifos.go.kr>

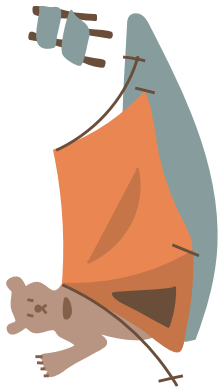
- 산, 휴양림 등 산악 날씨

산림청 국가산불위험예보시스템 <http://forestfire.nifos.go.kr>

- 산불 위험 지역 및 산불예방정보

여행지별_자연 명승지

2. 숲



숲에서는 동식물과의 접촉에 주의해야 합니다. 식물을 함부로 만지거나 채취하면 피부병과 알레르기가 유발될 수 있습니다. 야생 동물에게 먹이를 주다가 상처를 입거나 질병이 옮을 수 있으니 야생 동물과의 접촉을 삼갑니다.



숲

폭우, 강설, 강풍 등 기상 악화 시 나뭇가지가 부러지거나 떨어져 다칠 수 있으니 숲에 들어가지 않도록 합니다.
화재의 위험이 있으니 금연하고 판단력을 저하시키는 음주는 삼갑니다.
숲 체험 프로그램에 참여 시 전문 안전 요원의 지시를 따르며, 특히 어린이들은 보호자와 함께 다니도록 합니다.

계절과 상관없이 체온 유지를 위해 소매가 긴 옷을 챙깁니다.
등산화, 트레킹화, 운동화 등 걷기 편한 신발을 신는 것이 좋습니다.
나무뿌리나 시설물에 걸려 넘어지지 않도록 조심합니다.

공원



다른 사람에게 피해를 주지 않도록 공원 내 편의시설은 깨끗하게 이용합니다.
사람들이 많은 곳에서는 개인 자전거나 전동 킥보드 등을 타지 않습니다.
진드기에 물릴 수 있으니 잔디나 풀숲에 앉을 때는 돗자리를 사용합니다.

둘레길



둘레길 진입 전 이동 경로와 시간을 확인합니다.
충분한 물과 초콜릿 등 비상식량과 구급약을 챙깁니다.
트레킹은 2인 이상 동행하는 것이 좋습니다.

동식물 접촉

식물을 채취하다 상처가 날 수 있고 길을 잃을 수 있으니 식물 채취를 금합니다.
꽃가루나 잎 등을 통해 알레르기가 유발될 수 있으니 식물 접촉을 삼갑니다.
벌이나 뱀, 독충이 나타나면 최대한 멀리 떨어지야 합니다.
야생 동물에게 먹이를 주거나 포획하는 경우 상처를 입거나 질병이 옮을 수 있으니 야생 동물과의 접촉 행위를 삼갑니다.



사례 ① “꿀벌이 접근할 수 있으니 달콤한 향을 가진 간식은 주의해서 먹어야 합니다.”

2018년 여름, 비가 내린 다음 날 가족이 함께 공원 산책을 즐기고 있었습니다. 공원 길터에 앉아 음료수와 과일, 과자 등 간단한 간식을 먹고 있었는데, 갑자기 꿀벌이 날아들었습니다.

꿀벌은 달콤한 향을 맡고 날아오기 때문에 음료수나 간식을 먹을 때 주의해야 합니다. 꿀벌이 날아오면 꿀벌을 쫓으려 과하게 움직이지 말고 음료수와 간식을 덮어 두는 것이 좋습니다. 만약 꿀벌에 쏘이면 소지한 카드나 얇고 단단한 물건을 이용해 침을 제거하고 비눗물로 세척해야 합니다. 또한 염음찜질 등을 해주면腫脹과 붓기가 가라앉는데 도움이됩니다.



사례 ② “피부 알레르기를 일으키는 식물을 조심해야 합니다.”

30대 남성은 지난가를 단풍놀이를 다녀왔는데 저녁 무렵부터 팔과 목 부위가 간지럽기 시작했습니다. 식중독인가 싶어 병원에 가서 물어보니 알레르기성 두드러기라고 했습니다.

꽃나무나 개웃나무를 만지면 사람에 따라 피부 알레르기를 유발할 수 있습니다. 먹음직스러워 보이는 열매도 만지거나 먹으면 위험할 수 있습니다. 알레르기가 생기면 긁거나 자극시키지 말고 가려움이 심한 경우 연고를 바르거나 약을 복용하는 것이 좋습니다. 전신 두드러기나 식은땀, 호흡 곤란 등의 증상이 나타나면 병원에 방문합니다.

인터뷰

“숲길 걷기도 등산과 같습니다.” 국립공원관리공단 안태현 주무관

산길은 자연 그대로의 길로 인공적인 시설이나 해설 프로그램 운영 등에 제한이 있습니다. 반면 숲길은 자연 생태 공간에 인공적인 길터, 편의 시설 등이 조성되어 있고, 숲 전문가들이 숲에 대한 안내와 생태 해설을 하기도 합니다. 하지만 숲에서도 산에서처럼 자신의 체력에 맞게 이동하는 것이 좋습니다. 또한 자연에는 다양한 동식물이 함께 어울려 살아가고 있다는 것을 꼭 기억해야 합니다.

TIP

동물에게 물리거나 긁혔을 때!

상처 부위를 비눗물로 씻은 후 깨끗한 천으로 덮고 병원을 방문합니다.

뱀에게 물렸을 때!

뱀에게 물리면 통증, 발열, 부종, 전신 발진과 호흡 곤란, 구토, 어지러움 등의 증상이 나타납니다. 독이 퍼지는 것을 늦추기 위해 흉분하지 않도록 하며, 반지나 시계 등 장신구를 제거하고 즉시 119에 신고합니다.

INFO

국립자연휴양림관리소 숲나들e www.foresttrip.go.kr

- 전국 자연 휴양림 정보 및 예약

여행지별_자연 명승지

3. 바다, 섬, 갯벌



해변은 물론 방파제나 갯바위에서 이동할 때 넘어지지 않도록 주의해야 하며, 해양 스포츠나 갯벌 체험 시 구명조끼 등 안전 장비를 착용해야 합니다. 섬 여행 시 선박 이용 안전 수칙을 지키고 해상의 날씨를 사전에 확인합니다.



해안가

구명환 등 안전 관리 시설물의 위치를 사전에 파악합니다. 떨어지거나 넘어질 수 있으니 테트라포드* 위에 올라가거나 테트라포드 간 이동하면 안 됩니다. 너울성 파도 발생 경고 표지판을 확인하고 파도가 많이 치는 방파제 끝단에 가지 않도록 합니다. 갯진 유리 조각, 조개껍질 등으로 상처를 입을 수 있으니 맨발로 다니지 않도록 합니다. 어린이는 보호자와 동행하고, 손을 뻗어 잡을 수 있는 거리에 있어야 합니다.



갯벌

조개껍질 등에 상처가 날 수 있으니 맨발로 갯벌에 들어가지 않습니다. 랜턴과 호루라기를 지니고 구명조끼를 입는 것이 좋습니다. 갯벌의 위치와 해수면을 육안으로 파악하기 힘들어 사고가 날 수 있으니 야간 해루질**은 금합니다. 밑물 시간 전 알람을 맞춰 두고 안개가 해무가 발생하면 바로 철수합니다. 위급 상황 시 한 명은 환자를 돌보고 다른 한 명은 신고할 수 있도록 3인 1조로 움직이며, 가족이나 지인에게 행선지와 일정을 사전에 알립니다.



섬

해상의 기상 상황에 따라 섬에서 나올 수 없는 경우가 있으니 날씨를 수시로 확인합니다. 위급 상황 시에는 해양 경찰에 신고하거나 섬 주민에게 도움을 청하도록 합니다.



해양스포츠

음주 후 수영은 사고력 저하와 저체온증, 심장 질환을 야기할 수 있습니다. 갯바위 낚시를 할 때 물기가 많아 미끄러지거나 넘어질 수 있으니 이동 시 주의합니다. 레저용 선박을 이용할 때는 안전 교육을 받고 구명조끼를 착용해야 합니다.



*테트라포드 : 방파제나 방조제의 침식 방지를 위한 다리 네 개 달린 콘크리트 덩어리

**해루질 : 물 빠진 갯벌에서 해산물을 채취하는 활동

사례 “생존 수영법을 익혀 둡니다.”

2018년 여름 한 초등학생이 너울성 파도에 휩쓸리는 사고를 당했습니다. 학생은 침착하게 학교에서 배운 생존 수영법을 떠올렸고, 해경 구조대가 도착할 때까지 약 13분을 잘 버티어 안전하게 구조될 수 있었습니다.

생존 수영법은 위급 상황 시 구조대가 도착할 때까지 버티는 시간을 최대한 늘리기 위한 수영법이니, 사전에 습득해 위급 상황 시 활용하도록 합니다.

[생존 수영법]

1. 누워뜨기

배영과 비슷한 자세로 두 팔을 머리 위 또는 옆으로 쭉 편 다음, 몸에 힘을 빼고 물 위에 편안한 자세로 하늘을 보고 있습니다.

2. 새우등뜨기

체온 유지 효과가 높습니다. 먼저, 숨을 크게 들이마신 후 무릎을 가슴에 붙이고, 팔로 무릎을 감싸며 머리를 물속에 잠기게 합니다. 호흡할 때는 팔을 풀고 서서히 고개를 물 밖으로 올려 숨을 쉬도록 합니다.



누워뜨기

새우등뜨기

[참고 : 찾아가는 연안 안전교실, 해양경찰청, 2018]

TIP

해양 안전 지도 챙기기!

전국 주요 해수욕장 위험 구역과 안전 구역을 표시한 지도로 국립해양조사원 홈페이지에서 무료로 다운로드할 수 있습니다.



[출처: 해양수산부 국립해양조사원]



INFO

해양수산부 국립해양조사원 www.khoa.go.kr
- 해양 예보 방송, 조석 예보, 해양 활동 안전 가이드

여행지별_자연 명승지

4. 강, 계곡



강과 계곡 트레킹을 할 때는 계절에 맞는 등산 장비를 착용하고 여름 물놀이나 겨울 빙상 낚시를 할 때는 구명조끼를 반드시 착용해야 합니다. 얇은 물에서도 미끄러지거나 넘어질 수 있으니 이동에 주의합니다.



공통 주의 사항

폭우나 강설, 안개, 돌풍 등 기상 악화 시 방문을 자제합니다.
계곡 트레킹이나 강변 산책 시 미끄러지지 않도록 조심합니다.
위험 상황 발생 시 신고할 수 있는 비상 연락처를 확인합니다.
낚시를 할 때는 구명조끼를 착용하고 2인 이상 동행합니다.
익수 사고를 발견하면 절대 물속으로 들어가지 말고 구명환이나 물에 뜨는 물건을 던져준 후 신고합니다.

강

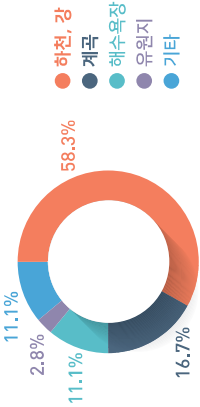
수상 레포츠톨을 체험할 때는 인증 받은 전문 업체를 이용하고 구명조끼와 헬멧을 착용합니다.
물놀이 시 구명조끼를 착용하고 얇은 물에서도 소용돌이에 주의합니다.
강의 뱀판에서는 얼음의 강도를 육안으로 확인할 수 없으니 출입 금지 구역에는 들어가지 않습니다.
얼음낚시를 할 때는 구명조끼를 착용하며 얼음 구멍에 빠지지 않도록 주의합니다.



계곡

계곡 다이빙을 금하고 무릎 아래 높이의 물에만 입수합니다.
맨발 입수를 금하고 아쿠아 슈즈 등 기능성 신발을 신습니다.
얼음 트레킹 시 아이젠을 착용하고 등산 스틱을 이용해 미끄러지지 않도록 합니다.

강과 하천, 계곡에서의 물놀이 안전사고에 주의해야 합니다.



물놀이 안전사고 현황
[출처 : 국민안전처, 2015]



사례 ① “얇은 물에서도 큰 사고가 날 수 있습니다.”

계곡으로 여름 피서를 떠난 20대 남성은 허리 높이의 물속에서 홀로 수영을 즐기다 발을 헛디뎈 넘어졌습니다. 구명조끼를 착용하고 있어 크게 다치지는 않았지만 물속 바위에 걸려 다리가 찢어졌다고 합니다. 계곡에는 돌이나 이끼가 많아 얇은 물에서도 미끄러지거나 넘어질 수 있습니다. 물놀이를 할 때에는 2인 이상 동행하며 구명조끼를 착용해야 합니다. 넘어져 상처가 났을 경우 상처 부위를 깨끗한 물로 씻어내고 깨끗한 천으로 눌러 지혈해야 합니다. 지혈이 되지 않을 경우 병원을 방문하도록 합니다.

사례 ② “출입이 금지된 뱀판에는 들어가지 않습니다.”

지난겨울 두 남성이 낚시를 하려고 뱀판에 들어갔다가 얼음이 깨져 물에 빠지는 사고가 있었습니다. 사고 부근에는 출입 금지 현수막이 걸려 있었지만 두 남성이 이를 무시하고 들어갔다가 일어난 사고였습니다.
얼음 트레킹이나 얼음낚시는 허가된 지역에서만 하고, 불펜과 같은 뾰족한 물건을 물에 소지하는 것이 좋습니다. 만약 뱀판이 깨져 물에 빠지면, 먼저 팔을 양쪽으로 뻗어 수면에 닿는 면적을 넓게 해 주고 뾰족한 물건으로 얼음을 찍으며 미끄러지듯 상체를 빼 내야 합니다. 몸이 다 빠져나왔어도 주변 얼음이 또 깨질 수 있으니 안전한 지역까지 구르면서 이동합니다.

TIP

구급약 챙기기!

여름철 강가나 계곡에 갈 때는 해충 방지를 위한 벌레 기피제를 챙깁니다.
물놀이를 인한 설사나 복통이 생길 수 있으므로 소화제와 지사제, 진통제를 챙깁니다.
겨울에는 얼음에 반사된 자외선으로 인해 일광 화상을 입을 수 있으니 자외선 차단제를 수시로 바릅니다.

여행지별_자연 명승지

5. 동굴

동굴에 입장하기 전에 이동 경로와 소요 시간을 반드시 확인하고 체력을 고려해 관람해야 합니다. 동굴 안은 습도가 높아 바닥이 미끄러우니 이동할 때에는 난간을 꼭 잡고 넘어지지 않도록 주의합니다.



동굴 입장 전

입구의 비상 안내도를 확인하고 이동 경로와 시간, 안전 장비의 위치를 확인합니다.
 동굴 내부 벽면이나 천장에 물건이 부딪칠 수 있으니 등산 스틱 등이 어깨 높이로 묶어 나오지 않도록 가방을 챙깁니다.
 호루라기, 비상은박담요, 비상식량 등을 챙기면 위기 상황 시 활용할 수 있습니다.
 동굴 입구까지 모노레일로 이동 시 안전 요원의 지시를 따릅니다.

동굴 안

참거나 더울 때는 외투를 입거나 벗으며 체온을 유지하도록 합니다.
 동굴 내부는 습도가 높아 사방에 물기가 많으니 미끄러지지 않도록 조심합니다.
 이동할 때는 난간을 잡고 지정 통로를 이용합니다.
 동굴 내부를 훼손하지 않도록 하며 플래시를 사용한 사진 촬영은 자제합니다.

와인 저장고 터널 및 망굴

벽과 천장에 설치된 조명 및 내부 장식과 시설에 부딪치지 않도록 주의합니다.
 다른 관람객들과 부딪치지 않도록 주의하며 걸을 때 미끄러지지 않도록 합니다.
 망굴 방문 시 안내원의 지시를 따르며 허가된 구역에서만 관람합니다.

동굴의 온도와 습도에 맞는 옷차림이 중요합니다.

12°

60~99%

동굴 평균 온도 및 습도



사례 ❶ “동굴 내부 계단은 특히 미끄럽습니다.”

처음으로 동굴을 방문한 여성은 안전 장비도 잘 착용하고 등산화와 신는 등 만일에 대비했습니다. 하지만 동굴 풍경에 감탄하며 이동하다가 계단에서 발을 헛디뎠다고 합니다.

동굴 내부는 습도가 높아 통로 바닥이 미끄럽습니다. 특히 동굴 안 계단은 철이나 나무로 만들어져 더욱 미끄럽습니다. 이동할 때는 항상 난간을 잡고 발을 헛디디지 않도록 주의해야 합니다.

사례 ❷ “체력을 고려해 관람해야 합니다.”

안보 관광에 나선 40대 남성은 부모님과 함께 망굴을 방문했습니다. 망굴 입구까지 모노레일을 타거나 도보로 이동할 수 있는데, 부모님을 생각해 짙은 타일을 지나야 하는 모노레일보다 도보 이동이 좋을 것 같아 걸어서 이동했다고 합니다. 하지만 망굴까지 시간이 오래 걸려 부모님이 많이 힘들어했다고 합니다.

안보 관광지인 망굴은 이동 거리가 길고 오르막길이 많습니다. 방문 전 이동 경로와 소요 시간을 확인하고 체력에 맞게 움직여야 합니다. 특히 노약자나 고·저혈압 환자, 심신 허약자는 망굴 방문을 자제하는 것이 좋습니다.



인터뷰

“동굴 고립 시 현명한 대처가 필요합니다.” 소방청 중앙소방학교 훈련교육과 신동인 소방위

동굴 안에서 고립되었을 때는 휴대폰이나 호루라기를 이용해 외부에 알리는 것이 가장 중요합니다. 동굴 안은 습하고 기온이 낮기 때문에 구조될 때까지 체온을 유지해야 합니다. 만약 동굴에서 길을 잃었다면 자신의 위치를 외부에 알려야 하고, 부상을 당한 경우에는 움직임을 최소화하고 생수 상처 부위의 오염 물질을 씻어낸 후 깨끗한 천으로 감싸야 합니다. 또한 동굴에 들어갈 때는 위기 상황에 대비하여 비상 용품을 챙기는 것이 좋습니다.

TIP

동굴 내 화재 발생 시 대피 요령!

화재 시 발생하는 유독 가스는 공기보다 가벼우니 낮은 자세로 기어서 대피합니다.

동굴 내 물을 이용해 천을 적신 후 코와 입 등 호흡 기관을 보호합니다.

여름에는 공기가 밖으로, 겨울에는 공기가 안으로 들어오니 기상에 따라 다른 공기의 흐름을 기억합니다.

옷에 불이 붙은 경우 두 손으로 얼굴을 가리고 바닥에 뒹굴어 불을 꺼야 합니다.

계단으로 대피 시 사람 간 부딪히는 2차 사고에 주의합니다.

안전시설 및 장비 위치 확인!

비상 대피로, 소화기, 비상등, 유도등, 제세동기, 산소 호흡기, 방독면, 소방펌프 및 소방용수 등 안전시설과 장비의 위치를 사전에 확인합니다.

여행지별 유원 시설 종합 안내



테마파크

다른 사람이나 시설물에 부딪치지 않도록 조심하고 출입 금지 구역에는 절대 들어가지 않아야 합니다. 놀이 기구에 탑승할 땐 직원의 안내에 따라 소지품을 반드시 보관하도록 하며 사진 촬영을 위해 위험한 행동을 하지 말아야 합니다.

동물원

사람과 동물의 안전을 위해 개인위생에 최선을 다해야 하며, 전염병을 유발할 수 있으니 동물과의 직접 접촉은 피하는 것이 좋습니다. 동물원에 다녀온 후에는 바로 목욕을 하고 외출복은 세탁합니다.

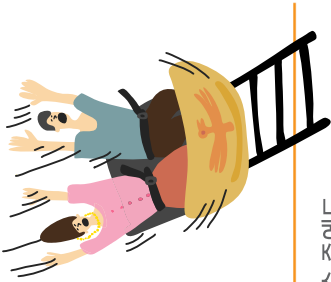
식물원

식물을 손으로 만지면 알레르기나 풀독 증상을 보일 수 있으니 주의하며, 벌이나 뱀이 출몰할 수 있다는 것을 기억해야 합니다. 관람할 때는 주변을 살피며 다른 사람이나 시설물과의 충돌에 주의하도록 합니다.

여행지별_유원 시설

1. 테마파크

테마파크에서는 입장할 때나 이동할 때, 놀이 기구 탑승 전후와 탑승 중에도, 모든 순간마다 안전에 주의해야 합니다. 다른 사람이나 시설물과의 충돌에 주의하며, 많은 인파 속에서 일행과 떨어지지 않도록 조심합니다.

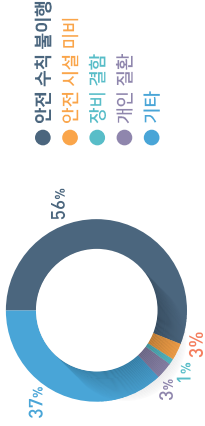


이동 시
걸을 때 스마트폰을 보지 말고 시설물이나 다른 사람과의 충돌에 주의합니다. 어린이는 미아 방지 목걸이나 팔찌를 착용합니다. 안전 울타리 내부나 출입 금지 구역에는 들어가지 않습니다. 위급 상황 시 주변 직원에게 도움을 요청합니다.

놀이 기구 탑승 대기 시
실내 놀이 시설인 경우 피난 안내도를 확인하고 위급 상황 시 대피 경로를 익힙니다. 입구에 고지되어 있는 안전 점검 표지판의 내용을 확인합니다. 신장 제한 및 건강 상태 등 기구 탑승 조건을 확인합니다. 난간에 기대거나 올라타지 말고 안전선 안으로 들어가지 않습니다.

놀이 기구 탑승 시
떨어질 수 있는 물건이나 장신구는 소지품 보관함이나 지정된 장소에 보관합니다. 직원의 안내를 따르며 출발 전 안전 사항에 문제가 있으면 직원에게 알립니다. 출발할 때의 탑승 자세를 끝까지 유지합니다. 탑승 중 안전벨트나 안전바 등 안전장치를 해제하지 않습니다. 탑승 중에는 스마트폰이나 셀카봉 등을 이용한 사진 촬영을 삼갑니다.

위급 상황 발생 시
놀이 기구는 운행 중 안전 센서 작동으로 중지할 가능성이 있습니다. 운행 중 정지했을 경우, 당황하지 말고 안내 방송을 집중하여 듣습니다. 정지 지점에서 비상 하차 시 직원의 지시에 따라 질서 있게 하차합니다.



놀이 시설 사고 원인별(%)
실내 소규모 놀이시설 포함 전체 유원 시설 대상
[출처 : 주한 안전사고 예보, 행정안전부, 2018]

사례 ① “정해진 손잡이는 꼭 잡도록 합니다.”

테마파크 내 롤러코스터를 이용하던 한 학생이 급정거 구간에서 정면 구조물에 코를 부딪쳐 부상을 당하는 사고가 있었습니다. 좌석 앞에 설치된 손잡이를 잡지 않고 이용하다가 상체가 앞으로 쏠리면서 발생한 사고였습니다. 롤러코스터 등 속도가 빠른 놀이기구는 하강, 정차, 회전 시 급작스러운 움직임이 발생해 예상치 못한 사고가 발생할 수 있습니다. 놀이기구를 이용할 때 좌석 안전벨트를 착용하는 것은 물론 좌석 앞과 옆의 지정된 손잡이를 반드시 잡고 바른 자세를 유지해야 합니다.



사례 ② “소지품이 떨어져 다칠 수 있습니다.”

한 놀이공원에서 놀이 기구에 탄 학생의 주머니에서 물건이 다른 사람의 머리에 떨어져 부상을 입은 사고가 있었습니다. 가방이나 주머니 속 소지품은 놀이 기구 탑승 전 소지품 보관함에 보관해야 합니다.

인터뷰

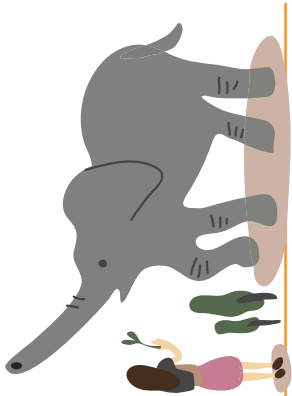
“안전을 위해 아이를 항상 주의해야 합니다.” 에버랜드 안전환경그룹 박진우 프로
테마파크에는 보호자와 같이 입장하는 곳이 있습니다. 이곳에서도 항상 아이들을 주의해야 하는데, 보호자의 방심으로 사고가 일어날 수 있습니다. 실제로 아이가 넘어져 얼굴이나 무릎에 찰과상을 입는 사고가 있었습니다. 아이들은 언제 어디서나 다칠 수 있기 때문에 항상 신경을 써야 합니다.

TIP

집결 장소 지정!
입구에 들어서기 전 일행과 떨어질 경우를 대비해 만날 장소를 정해 둡니다. 어린이와 동행한 보호자는 어린이에게 안내소와 직원들의 위치 등을 사전에 알려주고, 보호자와 헤어졌을 경우에 해야 하는 행동에 대해 충분히 설명해야 합니다.

여행지별-유원 시설

2. 동물원



동물원을 방문할 때는 생태계 교란 방지와 전염병 예방에 주의해야 합니다. 동물을 직접 만지는 행위는 삼가고 정해진 공간에서 직원의 안내에 따라 체험 프로그램에 참여하도록 합니다. 동물원에 다녀온 후에는 반드시 목욕을 하고 외출복은 세탁해야 합니다.



방문 전

생태계 교란 방지 및 전염병 예방을 위해 반려동물의 출입은 제한되지만 장애인 안내견에 한해 입장이 가능하니 사전에 문의합니다. 조류 인플루엔자나 구제역, 돼지 열병 등 법정 동물 전염병 발생 시에는 방문을 자제합니다.



동물원 내

전시 시설별 안내 및 주의 사항을 먼저 확인합니다. 사육사나 직원의 안내를 따라야 합니다. 우리 안에 손이나 머리 등 신체를 넣지 말고 물건이나 음식물을 던지지 않습니다. 난간에 올라가거나 매달리지 않으며 유리창이나 울타리를 두드리지 않습니다. 다른 사람에게 밀려 아이를 떨어뜨릴 수 있으니 관람 시 목말을 태우거나 높이 들어 올리지 말아야 합니다. 짐을 잡고 있는 동물을 깨우지 않으며, 플래시를 이용한 사진 촬영을 금합니다. 사진 촬영을 위해 어린이를 동물 가까이 두거나 난간 안으로 진입하면 안 됩니다.



체험 프로그램

진행자의 안내와 설명을 집중하여 들읍니다. 사람과 동물 모두의 안전과 위생을 위해 체험 전후에는 손을 깨끗이 씻습니다. 화장품이나 향수, 음식물 냄새는 동물을 자극할 수 있습니다. 동물을 직접 만지면 다양한 전염병을 유발할 수 있으니 주의합니다. 동물에게 물리거나 굶어서 상처가 생길 경우 즉시 흐르는 물에 세척 후 관내 의료진의 진료를 받아야 합니다.



방문 후

귀가한 후에는 바로 목욕을 하고 외출복은 세탁합니다. 동물원 방문 직후 발열이나 두드러기 등 신체에 이상이 있을 경우에는 반드시 병원에 방문합니다.

동물원은 중요한 교육 공간입니다.



사례 ① “작은 동물도 야생성을 가집니다.”

동물원을 방문한 한 가족은 아이와 함께 동물에게 먹이를 주는 체험을 했습니다. 부모는 아이가 먹이를 주는 장면을 촬영하기 위해 조금 떨어져 있었는데, 아이가 동물의 발톱에 긁히는 부상을 당했습니다. 작은 동물도 야생성을 가지고 있으며 동물들은 먹이를 보면 흥분하기 쉽습니다. 동물 체험 중에는 아이를 혼자 두지 말고, 동물을 만지려는 행동은 자제시키도록 합니다.



사례 ② “목말을 태우다가 떨어뜨릴 수 있습니다.”

주말 나들이로 동물원을 찾은 한 남성은 아이에게 동물을 잘 보여주기 위해 목말을 태웠습니다. 그러다 다른 관람객에게 밀려 아이를 놓칠 뻔했습니다. 관람할 때나 이동할 때 목말을 태우거나 높이 들어 올리면 다른 관람객이나 시설물과의 충돌로 아이를 떨어뜨릴 수 있으니 주의해야 합니다.

TIP

가까운 병원 위치 확인!

방문하는 동물원과 가까운 병원의 위치를 확인합니다. 동물에 의해 상처가 났을 때, 겉으로 보아는 상처 부위가 크지 않더라도 동물의 침 등 체액을 통한 감염이 있을 수 있으니 반드시 병원에 방문하여 항생제, 파상풍 예방 등의 치료를 받아야 합니다.

동물 카페 주의!

소규모 동물 카페 방문 시 개인위생을 철저히 하며 직접 접촉은 피합니다. 직접 접촉이 없어도 귀가 후에는 바로 목욕을 하고 외출복은 세탁합니다.



INFO

질병관리본부 www.cdc.go.kr - 감염병 및 일반 질병 건강 정보

여행지별-유원 시설

3. 식물원



식물원 관람을 할 때는 시설물이나 다른 관람객과의 충돌에 주의하고 관람에 집중하다 넘어지지 않도록 조심합니다. 뱀이 출현할 수 있으니 앞을 잘 살피며 걷고 벌에 쏘이지 않도록 단 음식물 섭취에 주의하도록 합니다.



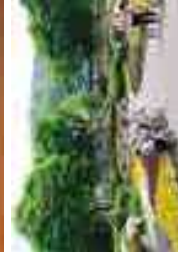
준비

강풍이나 폭우 등 기상 악화 시에는 나뭇가지가 떨어져 다칠 수 있으니 방문을 자제합니다.
기상 악화 시 방문한 경우 우산을 챙겨 머리를 보호하도록 합니다.
유모차나 휠체어 사용을 원할 경우 식물원의 노면 상태를 확인합니다.
반려동물 출입 금지 등 제한이 있을 수 있으니 사전에 확인합니다.



입장 전

비상 대피로를 확인하고 안내소와 의로실의 위치를 확인합니다.
어린이는 가시 등을 만져 부상을 입을 수 있으니 사전 안전 교육을 시켜야 합니다.
위급 상황 발생 시 바로 연락할 수 있는 안내 비상 연락처를 미리 저장합니다.



실외 관람

화단에 들어가면 안 됩니다.
지정된 관람 통로를 이용하여 출입 금지 구역에 들어가지 않습니다.
식물을 잘 보기 위해 몸을 숙이거나 뒷걸음치다가 시설물에 부딪칠 수 있습니다.
꽃독이나 유사 알레르기를 일으킬 수 있으니 식물을 함부로 만지지 말아야 합니다.
뱀이나 벌이 나타날 수 있으니 주의합니다.



온실 관람

온실은 통풍 기능이 제한적이므로 다른 사람에게 불쾌감을 주는 음식 섭취는 삼갑니다.
실외보다 공간이 협소해 관람 중 넘어지거나 시설물에 부딪칠 수 있으니 주의합니다.

인터뷰

“식물원에서도 충돌이나 낙상 사고에 주의해야 합니다.” 국립수목원 안태현 주무관

식물원에서 대부분의 관람객은 천천히 걷고 조용히 관람하는 편이지만, 식물을 자세히 보려고 몸을 숙이거나 뒷걸음질 칠 때 넘어지는 경우가 종종 있습니다. 식물원은 자연의 식물을 인위적으로 꾸며 놓은 곳이 때문에 화단에 돌이나 나무 등 장식이 많습니. 관람할 때 주변을 잘 파악하고 자칫 넘어져 큰 사고가 나지 않도록 주의가 필요합니다.



사례 ① “다른 관람객과의 충돌을 조심합니다.”

식물원을 방문한 한 남성은 관람을 하던 중 반대편에서 걸어오던 다른 관람객과 부딪혀 넘어졌습니다. 통로에 넘어져 크게 다치지 않았지만 화단 가까이에 있어 큰 부상으로 이어질 뻔했습니다. 식물만 집중해서 보면 다른 관람객과 부딪힐 수 있습니다. 식물원 내 이동 통로는 좁은 경우가 많으니 관람 중에는 주변을 살피고 다른 관람객이 지나갈 때 비켜주도록 합니다.

사례 ② “뱀이 출현할 수 있습니다.”

어느 겨울 실내 식물원을 찾은 가족은 정해진 경로로 이동하며 관람하고 있었습니다. 부모보다 앞서가던 아이들이 뱀이 나타났다고 소리를 쳤고, 직원에게 바로 알려 큰 사고는 없었지만 깜짝 놀랐다고 합니다.
식물원에는 뱀이 출현할 수 있습니다. 특히 비가 온 다음 날에는 뱀이 몸을 말리기 위해 햇빛이 잘 드는 통로 위로 나오기도 합니다. 만약 뱀이 보이면 직원에게 바로 알리고, 가능한 멀리 떨어져서 긴 막대기나 등산 스틱 등으로 땅을 툭툭 치고 뱀을 놀라게 해서 쫓아야 합니다.



TIP

꿀벌 쏘임 조심!

단 음료수나 간식은 섭취할 때를 제외하고 밀봉하도록 합니다.
꿀벌이 날아오면 움직임을 줄이며 천천히 걸어 장소를 벗어나는 것이 좋습니다.
꿀벌에 쏘였을 경우, 플라스틱 카드 등으로 침을 제거하고 흐르는 물과 비누로 상처 부위를 씻어냅니다.
전신에 두드러기가 올라오거나 혀가 붓고 목이 조이는 느낌 등 이상 증상이 나타나면 바로 병원을 방문합니다.

꿀독 주의!

꿀독은 식물과의 접촉성 피부염입니다.
식물을 직접 만지지 않도록 하며, 피부 노출을 최소화하기 위해 긴 옷을 착용하는 것이 좋습니다.
접촉성 피부염 증세가 발생하면 증상 부위를 흐르는 물로 씻어내고 냉찜질을 해주면 완화됩니다.
가려움증이 심한 경우 병원을 방문합니다.



INFO

산림청 국립수목원 식물교실
www.forest.go.kr / 031-540-1033
- 식물교실 정보 안내 및 신청

여행지별 계절별 지역 축제 종합 안내



여행지별_계절별 지역 축제

1. 사계절 축제 안전



축제장에는 행사 부스와 무대 시설물이 많으니 이동 시 충돌에 주의하며, 특히 바닥 안전선이나 머리 위 전선 등에 걸려 넘어지지 않도록 조심해야 합니다. 방문 전 날씨와 미세먼지 상태를 확인해야 합니다.



축제장 가기 전

축제 지역의 기상 예보를 확인하고 알맞은 복장을 갖춰야 합니다. 마스크와 손 소독제, 물티슈, 긴팔 겹옷, 돗자리 등을 챙기는 것이 좋습니다. 축제장 주변과 주차장에 사람과 차량이 많으니 저속 주행을 해야 합니다.



축제장 입장 전

축제장 안내도를 확인해 안내소와 의무실의 위치를 알아 둡니다. 어린이에게는 안전 주의 사항을 사전에 알려줘야 합니다. 안전 요원과 직원의 위치를 확인하고 위급 상황 발생 시 바로 알리도록 합니다.



축제장에서

강풍, 폭우 등 기상 악화 시 건물 안이나 지정된 대피 장소로 피해야 합니다. 식중독 위험이 있으니 식사 전에 손을 씻는 등 개인위생을 지켜야 합니다. 분실물이 발생하지 않도록 귀중품 소지는 피하고 개인 소지품을 잘 챙기도록 합니다.



공연 관람 시 인파가 몰릴 수 있으니 충돌에 주의하고 자신의 공간을 확보하며 관람해야 합니다.

야간 축제 시 이동에 주의하고 불과 빛을 이용한 프로그램과 시설물의 화재 위험을 인지하고 있어야 합니다.

화재의 위험이 있으니 금연하고 판단력을 저하시키는 음주는 자제합니다.



축제장에서 시설물 주의

바닥에 안전선이나 시설물, 줄 등 장애물에 걸려 넘어지지 않도록 합니다. 넘어질 수 있는 조명, 간판, 기둥 등의 시설물 주변은 피하고, 머리 위로 애드벌론 줄이나 전기선 등이 있는지 확인하며 이동해야 합니다. 공연 관람 시에는 음향 기기, 촬영 장비 등의 무대 시설과 테이블이나 의자 같은 관람시설과의 충돌에 주의합니다. 전기나 가스 등의 위험 요소가 있으니 부스 뒤편이나 출입 금지 구역에는 들어가지 않습니다.

[주의! 미세먼지!]

축제장 미세먼지 농도를 확인하고 미세먼지 주의 경고가 있을 때는 마스크를 써서 호흡기를 보호해야 합니다.

- * 우리나라 식품의약품안전처는 Korea Filter 약자인 KF로 마스크 등급을 표시합니다.
- * KF 등급과 함께 의학 외품 허가 표시가 있는 보건용 마스크를 사용해야 합니다.
- * 세탁 후에는 기능이 저하되고 마스크 내 습기로 인한 세균 증식이 있을 수 있으니 1회만 사용해야 합니다.
- * 보건용 마스크는 원활한 호흡을 방해할 수 있습니다. 특히 호흡기, 심뇌혈관, 천식 등의 질환이 있다면 의사와 상의 후 마스크를 선택하고 착용해야 합니다.



개인위생을 지킵니다!

손 씻기 등 개인위생을 철저히 하고 동물과의 직접 접촉을 피해 전염병 등에 걸리지 않도록 주의해야 합니다.

TIP

여행자 보험 가입!

축제장 방문 전 만일에 대비해 여행자 보험에 가입하는 것이 좋습니다.

귀가 후에도 안전!

축제장 방문 후 귀가하면 반드시 목욕을 하고 외출복은 바로 세탁합니다. 눈이나 호흡기, 피부 등에 이상이 있으면 병원에 방문하는 것이 좋습니다.

보건복지부 응급의료정보제공 앱!

주변 병의원 및 약국 위치, 운영 시간, 야간 및 주말에도 진료가 가능한 병원 정보를 실시간으로 확인할 수 있습니다.

여행지별_계절별 지역 축제

2. 봄 축제



봄철 축제에서는 건조한 날씨로 화재가 발생할 수 있으니 흡연이나 화기 사용을 금해야 합니다. 또한 일교차 및 찬바람 등 기온 변화에 대비하고 호흡기 질환에 주의하도록 합니다.



축제장에서

뱀이나 벌이 출현하면 함부로 쫓으려 하지 말고 천천히 자리를 피해야 합니다. 해충 피해가 있을 수 있으니 바닥에 앉을 때는 돗자리를 사용하며, 잔디나 풀숲 위에 걸옷을 벗어 두지 않아야 합니다. 해빙기의 산과 숲, 흙길에서 미끄러지거나 넘어지지 않도록 주의해야 합니다. 봄철 일교차와 찬바람에 대비해 체온 유지용 겉옷을 챙기도록 합니다. 수상이나 수변 축제장에서는 구명환의 위치를 확인하고 프로그램 참여 시 구명조끼와 헬멧을 착용합니다.



봄철 화재

산간 지역 축제장에서 흡연이나 화기의 사용을 금합니다. 사찰 축제에서는 초나 불 사용에 주의하며, 소화기 등 안전 장비의 위치를 확인합니다.



화재 발생 시 안전한 곳으로 대피한 후 신고하도록 합니다.

행사

꽃가루와 황사, 먼지로 인해 알레르기가 발생할 수 있으니 마스크 착용으로 코와 입 등 호흡기를 보호해야 합니다. 먼지로부터 눈과 피부를 보호하기 위해 보호 안경이나 선글라스, 긴 옷 등을 착용하도록 합니다.



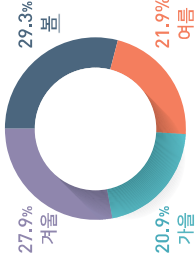
눈에 연기, 재, 먼지 등이 들어갔을 때 처치 방법을 기억합니다.

* 눈을 비비지 말고, 눈을 깜박거리며 눈물과 함께 이물질이 나오도록 해야 합니다.

* 흐르는 물로 눈을 행구도록 합니다.

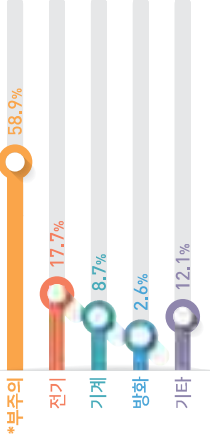
* 콘택트렌즈를 착용한 경우 눈을 행구기 전 반드시 렌즈를 빼야 합니다.

부주의로 인한 봄철 화재에 주의해야 합니다.



계절별 화재발생률 (%)

[출처 : 화재발생분석자료, 소방청, 2019]



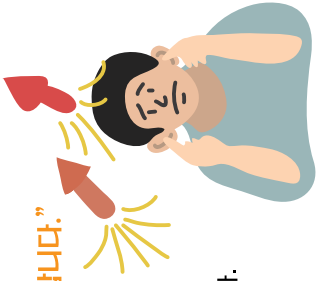
*부주의 : 담배꽂초, 음식물 조리, 쓰레기 소각, 불씨 불꽃 방치 등

봄철 화재 발생 원인 (%)

[출처 : 화재발생분석자료, 소방청, 2019]

사례 ① “축제장 공연은 안전거리를 확보하고 관람해야 합니다.”

2009년 5월 한 지역에서 봉화대 재현 축제가 있었습니다. 연기자들의 공연 퍼포먼스에 이어 봉화대 재현을 시작하려는데, 준비되어 있던 연막탄이 갑자기 폭발하는 사고가 있었습니다. 인명 피해는 없었지만 공연장에 모인 사람들이 무척 놀랐다고 합니다. 축제장에서 불과 관련된 프로그램에 참여하거나 공연을 관람할 땐 화재 및 폭발 사고의 위험을 인지하고 항상 안전거리를 유지해야 합니다.



사례 ② “수변이나 수상 체험 프로그램에 참여할 때도 반드시 구명조끼와 헬멧을 착용해야 합니다.”

2015년 5월 한 강변에서 열린 봄맞이 축제장에서 수상 레저 보트가 뒤집어지는 사고가 있었습니다. 탑승객 전원 안전 장비를 착용하였고 구조도 빠르게 이루어졌지만 큰 사고로 이어질 수 있는 사고였습니다.

수상에서는 시설물이나 보트 간의 충돌 위험이 있고 파도 등 날씨 변화에 영향을 받아 보트가 뒤집어지는 사고가 날 수 있습니다.

수상 레저 보트를 이용할 때는 물론 수변 체험프로그램에 참여할 때도 구명조끼와 헬멧을 착용해야 합니다.



TIP

공동 주의!

공동은 추락 및 낙하 시 화재, 교통사고, 유독 가스 발생 위험이 있으니 지정된 장소에서만 놀리도록 합니다.



여행지별_계절별 지역 축제

3. 여름 축제



여름 축제는 물을 주제로 진행되는 경우가 많기 때문에 이동 시 미끄러지지 않도록 주의해야 합니다. 물놀이 안전사고에 항상 대비하며 축제 프로그램이나 수상 레저 기구 체험 시 구명조끼와 헬멧 등 안전 장비를 반드시 착용합니다.

공통 주의 사항

태풍, 폭우, 안개 등 기상 악화 시 자동차 이동은 삼가고 물에서 최대한 떨어진 대피 장소로 피해야 합니다.
안전 요원의 지시를 따르고, 안내 방송을 집중하여 듣습니다.
바다 수영, 갯벌 체험, 바다 갈라짐 축제에 참여할 때는 밀물과 썰물 시간을 반드시 확인해야 합니다.
수변이나 수상, 수중 체험 시 구명조끼를 착용합니다.
식중독에 주의하며 찬 음식을 과하게 섭취하지 않습니다.
탈수 방지를 위해 충분한 휴식을 취하며 물을 자주 마셔야 합니다.

물놀이 체험

바닥이 미끄러우니 맨발 이동을 자제하고 아쿠아 슈즈 등 기능성 신발을 신습니다.
식후 최소 30분이 지난 후 물에 들어가며, 무리하게 뛰지 않아야 합니다.
저체온 증상이 나타날 수 있으니 물속에 너무 오래 있지 않도록 합니다.

수상 레저 기구 체험

수상 레저 기구 체험 시에는 구명조끼 등 안전 장비를 반드시 착용합니다.
레저용 선박을 이용할 경우 정원을 초과해 승선하지 않도록 합니다.
수상 레저 기구를 직접 운행할 때는 다른 기구나 시설물과의 충돌에 주의합니다.



사례 ❶ “안전 장비 착용은 의무입니다.”

2015년 여름 해변에서 자신의 노트북을 운전하던 한 남성은 귀찮은 마음에 안전 장비를 착용하지 않았다고 합니다. 다행히 사고는 없었지만 운행 후 선착장에 돌아와 안전 장비 미착용으로 과태료를 내게 되었습니다.

기구에서 추락하거나 다른 기구와의 충돌 사고가 있을 수 있으니 체험 프로그램에 참여할 때는 물론 직접 운행을 할 때도 구명조끼와 헬멧 등 안전 장비를 반드시 착용해야 합니다.

사례 ❷ “다른 사람과 충돌할 수 있습니다.”

2015년 여름 해변 축제에서 야간 공연을 관람하던 한 여성은 어디에선가 물려온 사람들에 부딪혀 넘어지는 사고를 당했습니다. 인파에 밀려 쉽게 일어나 빠져나오기도 어려웠다고 합니다.

해변 공연은 열린 공간이라는 특징으로 인원 제한이 어려워 갑자기 인파가 몰릴 수 있습니다. 공연 관람 시에는 자신의 공간을 확보하고 다른 사람이나 주변 시설물과의 충돌에 주의해야 합니다.



인터뷰

“여름철 활동 시 폭염에 주의해야 합니다.” 국립중앙의료원 중앙응급의료센터 윤순영

기온이 높은 시간에는 되도록 격렬한 활동은 삼가며, 야외에서는 가볍고 얇은 옷을 입고 모자를 써서 햇볕을 피해야 합니다. 활동 시에는 물을 자주 마시고, 수시로 휴식을 취해야 합니다.
낮 시간에는 냉방이 되는 건물에 들어가 휴식을 취하는 것이 좋습니다.

TIP

해변 바닥 상태 주의!

동해는 경사가 급한 모래사장, 서해는 조개껍질이 많은 갯벌, 남해는 자갈밭이 많습니다.

해변마다 바닥 상태가 다르니 축제에 참여하기 전 알맞은 신발을 신고, 이동 시 주의해야 합니다.

휴대용 선풍기 조심!

높은 온도에서의 충전기 사용이나 장시간 사용 시 과열로 인한 폭발과 화재의 위험이 있습니다.

여행지별_계절별 지역 축제

4. 가을 축제



가을 축제의 경우에도 봄철과 같이 불이나 불꽃을 활용한 경우가 많고, 건조한 기후에 갑작스러운 강풍이 불 수 있어 화재 위험에 주의해야 합니다. 일교차 등 기온 변화에 대비해야 하며, 축제 장소와 활동에 따른 준비가 필요합니다.



공통 주의 사항

음식이나 공예 등 만들기 체험 프로그램에 참여할 때는 직원의 지시를 따르고 체험 중에 다치지 않도록 조심합니다.
화재 위험이 있으니 개별 폭죽 사용은 자제합니다.



행사별 주의 사항

등, 불 축제 참여 시 안전 공간을 확보하고 직접 접촉은 금합니다.
불꽃 축제 참여 시 불꽃 준비 구역 및 접근 금지 구역에 들어가지 않습니다.
조명을 활용한 축제 참여 시 전기 안전에 주의해야 합니다.
단풍, 연새 등 산간 지역 축제 시 화재 위험에 주의합니다.
절대 여행지에서는 조류 감염에 주의하고 지정된 장소에서만 관찰합니다.



질병 노출 주의

건조한 날씨 때문에 피부 건조가 지속되면 가려움증이나 건선에 걸릴 수 있으니 보습제를 수시로 발라주는 것이 좋습니다.
황사와 먼지로 찬식, 알레르기성 비염 등이 발생할 수 있으니 마스크를 착용하고 호흡기를 보호하도록 합니다.
야생 진드기나 쥐에 의한 감염이 있을 수 있으니, 잔디나 풀숲에 앉을 때는 반드시 돗자리를 사용합니다.



사례 ① “지정된 장소에서만 관람합니다.”

2014년 가을 열린 소규모 음악 축제에서 무대를 가까이 보고 싶던 사람들이 무대 주변 환풍구에 올라서면서 환풍구가 무너지는 붕괴 사고가 있었습니다.
축제장 내에 설치된 무대는 대부분 임시 시설물이기 때문에 과도하게 사람이 몰리면 붕괴의 위험이 있습니다. 난간을 넘어서는 행위나 환풍구 등에 올라서는 행동은 금하고, 지정된 장소에서만 관람해야 합니다.

사례 ② “건조한 기후와 가을 강풍에 주의해야 합니다.”

2013년 10월 지역 불꽃 축제에서 불꽃을 터트리던 중 강풍이 불어 불꽃과 재가 주변으로 날렸습니.
다행히 불꽃이 화재로 이어지진 않았지만, 관람하던 사람들의 눈에 재가 들어가는 사고로 이어졌다고 합니다.
가을에는 강풍과 건조한 날씨를 조심해야 합니다.
불꽃 공연을 관람할 땐 안전거리를 유지하고 갑자기 바람이 불 때는 눈과 호흡기를 보호하도록 합니다.



≡ 인터뷰

“축제장에서 화재가 발생하면 이렇게 대처합니다.”

소방청 중앙소방학교 훈련교육과 신동인 소방위

화재 연기에는 열이 포함되어 있어서 연기가 위로 떠오르기 때문에 자세를 낮추고 대피해야 합니다.
깨끗한 천에 물을 적셔서 코와 입을 가리고 미세한 위험 입자의 흡입을 억제해야 합니다.
만약 실내에서 화재가 발생했을 때는 벽을 의지해 외부로 탈출합니다.



TIP

야생 진드기 주의!

긴 옷 착용으로 피부 노출을 차단하고 걸옷을 풀이나 땅 위에 두지 않도록 합니다.
만약 야생 진드기에 물리면 플라스틱 카드 등으로 상처 부위를 긁어서 이물질을 제거하고 흐르는 물에 씻은 후 병원을 방문해야 합니다.

여행지별_계절별 지역 축제

5. 겨울 축제



겨울 축제장에서는 눈과 얼음의 결빙에 주의해야 하며 철저한 방한 준비가 필요합니다. 반드시 안전 구역을 확인하고 체험 프로그램 참여 시 안전 장비를 착용해야 합니다.



축제장 가기 전

장갑, 모자, 미끄럼 방지 신발 등 방한용품을 준비합니다.

공통 주의 사항

눈이나 빙판 위에서 미끄러지지 않도록 조심합니다.
아외 활동 시 탈수가 올 수 있으니 충분한 수분을 섭취합니다.
동상이나 저체온증이 발생하지 않도록 따뜻한 장소에서 휴식을 취합니다.

해넘이, 해맞이 축제

야간 이동을 해야 하므로 휴대용 랜턴을 준비하고 미끄러지거나 넘어지지 않도록 조심합니다.
인파가 많은 곳에서는 전염성 질환에 노출될 수 있으니 공간을 확보하며 이동합니다.



썰매, 눈썰매

헬멧과 장갑을 반드시 착용하고 2인 이상 동행합니다.
썰매를 탈 때 시설물이나 다른 썰매와의 충돌에 주의합니다.
눈썰매 체험 시 안전 요원의 지시에 따라 출발해야 하며, 도착지에서는 안전선 밖으로 빠르게 벗어나야 합니다.



얼음낚시

아수 사고의 위험이 있으니 구명조끼를 반드시 착용합니다.
얼음이 녹으면 위험하니 난방 기기 사용을 금합니다.
위험 구간을 발견하면 절대 접근하지 말고 직원이나 안전 요원에게 즉시 알려야 합니다.



사례 ❶ “썰매 간 충돌에 주의해야 합니다.”

2006년 겨울 한 눈썰매장에서 눈썰매 충돌 사고가 있었습니다. 안전 요원의 신호에 따라 출발하였으나 도착지에서 미처 자리를 비키지 못한 다른 사람과 충돌하는 사고였습니다.
눈썰매는 빠른 속도로 내려가기 때문에 부딪히면 큰 부상으로 이어질 수 있습니다. 내려올 때 도착지에 사람이 있는지 확인하고 방향을 조절해야 하며, 도착 후에는 빠르게 안전선 밖으로 벗어나야 합니다.

사례 ❷ “얼음의 결빙 상태는 육안으로 확인할 수 없습니다.”

2016년 2월 출입 금지 구역이라는 현수막이 걸려 있는 것을 무시한 두 남성이 얼음 위에서 사륜 오토바이를 타다 얼음이 깨져 물속에 빠지는 악수 사고가 있었습니다.
얼음의 결빙 상태는 절대 육안으로 확인할 수 없으니 출입 금지 구역이라는 경고 표시가 있다면 절대 들어가면 안 됩니다. 특히 결빙기와 해빙기, 혹은 기온이 올라간 날에 얼음 위로 진입하는 것은 위험합니다.



일광 화상에 주의하며 응급 처치 방법을 기억합니다.

- * 일광 화상은 여름철은 물론 겨울철에도 흔하게 입을 수 있습니다.
- * 야외 활동 전 자외선 차단제를 바르고 30분 후 외출해야 하며, 2시간마다 수시로 덧발라야 합니다.
- * 만약 일광 화상을 입으면, 차가운 물을 적신 수건을 화상 부위에 올려 화기를 빼 후 보습제를 바릅니다.
- * 통증이 심할 땀 진통제를 복용하고 물집이 생겼다면 감염의 위험이 있으니 터뜨리지 말고 그대로 두어야 합니다.

TIP

얼음낚시 주의!

얼음의 두께는 20cm 이상이어야 하며, 얼음 구멍들 사이의 간격은 1m 이상 되어야 안전합니다.
얼음 위에서 미끄러지지 않도록 조심하며, 구멍에 발이 빠지지 않도록 주의합니다.

얼음이 녹고 있다는 신호!

얼음 구멍을 뚫을 때 빠지직하는 소리가 나면 행동을 멈춰야 합니다.
주변에 물이 녹아 차오르거나 얼음 구멍에서 물이 보글거리면 얼음이 녹고 있다는 표시입니다.
얼음이 녹고 있다는 신호를 발견하면 자리를 옮기고 안전 요원이나 직원에게 알려야 합니다.

여행지별 기타 실내외 시설 종합 안내



경기장

관람 전 경기장 안내 지도를 확인하고 좌석에서 가까운 비상 대피로와 비상구를 확인합니다. 낙상 사고의 위험이 있으니 관람석 안전 난간에 기대지 말고, 이동 통로와 계단에서 넘어지지 않도록 주의합니다.

숙박시설

시설의 낙후 정도, 화재 예방 대비책, 잠금장치, 물레카메라 설치 여부, 주변 지역 지인 등의 안전을 확인합니다.

박물관, 미술관, 전시장, 공연장

입장 전 반드시 비상 대피로를 확인하고 대피 시 인파에 밀려 부상을 입지 않도록 공간을 확보하며 이동합니다. 낙서, 접촉 등으로 전시품이나 시설물을 훼손하지 않습니다.

여행지별_기타 실내외 시설

1. 박물관, 미술관, 전시장, 공연장



문화 예술 공간은 하나의 여행 목적이 되었습니다. 지역의 특색 있는 박물관부터 독특한 작품이 전시된 미술관, 각종 공연 및 전시장은 많은 사람이 방문하는 주요 관광지입니다. 이곳을 방문할 때도 안전이 우선입니다.

실내 관람

의료 시설 및 안전 요원의 위치 또는 연락처를 확인합니다. 비상 대피로를 확인하고 정전 시 유도등을 따라 이동합니다. 질서를 지켜 차례대로 입장합니다. 레이저 효과 사용 시 레이저를 직접 쳐다보지 않습니다. 팬스를 뛰어넘거나 높은 곳에 오르는 등 돌발 행동을 하지 않도록 합니다.

야외 관람

야외 관람 공간 출입 시 안전 주의 사항 표지를 확인합니다. 관람 목적의 체험 기구 이용 시 기구 안전에 주의합니다. 야외 분수에서 튜브나 장난감 사용을 금합니다.

위급 상황 시 대처 방법

예상되는 위급 상황: 붕괴, 화재, 압사, 추락, 화재 등 2차 사고 방지를 위해 최대한 침착하게 상황을 파악하고 안전한 지역으로 이동합니다. 높은 건물에 그림된 긴박한 상황에는 완강기를 이용해 탈출합니다. 연기 발생 시 최대한 몸을 낮춰 호흡기를 보호하고, 방향 구분이 어려운 경우 벽이나 내부 구조물을 확인하며 대피합니다. 안내 방송과 안내 요원의 지시를 따르고 서두르지 않도록 합니다.



사례 ① “낙후된 건물은 붕괴 위험이 있습니다.”

2019년 5월, 근대 건축물을 개조해 운영하던 미술관이 붕괴하는 사고가 있었습니다. 미술관 운영 시간이 아니어서 큰 인명 피해는 없었지만 미술관 관리 직원이 부상을 당하는 사고였습니다. 낙후된 건축물의 사고 위험을 인지하고 위급 상황 시 대처 방법을 숙지해야 합니다. 만약 정물이나 문이 갑자기 뒤틀리거나 바닥이나 벽에서 열을 깨지는 소리가 난다면, 즉시 외부로 대피하고 신고합니다.



사례 ② “에스컬레이터 이용 시 주의합니다.”

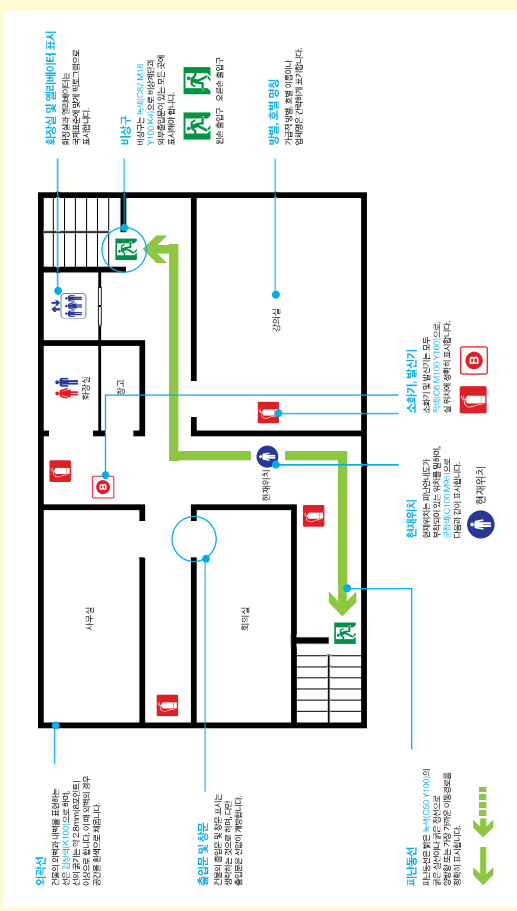
2020년 1월, 부모와 함께 전시장을 찾은 아이는 위층으로 올라가는 에스컬레이터 틈새에 신발이 끼이는 사고를 당했습니다. 아이의 신발이 끼인 상태로 에스컬레이터가 계속 작동해 발가락에 부상을 입은 사고였습니다. 에스컬레이터를 탈 때는 한 손으로는 손잡이를 잡아야 합니다. 특히 아이를 안고 타는 것은 위험하며 어린이의 두 발이 노란 안전선에 잘 들어왔는지도 확인해야 합니다.



TIP

비상 안내도 확인!

출입문 및 창문, 피난 동선, 소화기, 발신기, 비상구, 엘리베이터, 완강기 그리고 현재 위치를 확인합니다.



[출처 : 피난 안내도 작성 기준, 소방청]

여행지별_기타 실내외 시설

2. 경기장

경기장 방문 시 안전시설과 안전 장비의 위치를 표시한 경기장 안내 지도를 확인합니다. 출입구와 관람석 통로, 계단 등에서 넘어지지 않도록 주의하며 관람 시 난간에 기대는 행위는 자제하도록 합니다.



경기 관람

경기장 안내 지도를 참고하여 자신의 좌석에서 가까운 비상 대피로를 확인합니다.

소화기, 자동 심장 충격기(AED) 등 안전 장비의 위치를 확인하고 위험 상황 시 대응할 수 있도록 합니다.

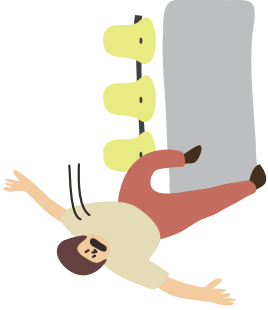
경기장은 통로가 좁고 가파른 계단이 많아 이동 시 넘어질 수 있으니 조심합니다.

난간에 많은 사람이 기대면 무너질 수 있으니 난간에 기대지 않도록 합니다. 화재의 원인이 될 수 있는 라이터 등 화기 사용은 삼갑니다.

출입구 이용 시 인파에 밀려 넘어질 수 있으니 차례를 지켜 출입합니다.

위급 상황 발생 시

자신의 안전을 우선 확보하고 신속히 119로 신고합니다. 부상자나 환자가 발생하면 부상 정도를 확인하고 가능한 응급 처치를 합니다. 대피해야 할 경우 안전 요원의 지시를 따르고 안내 방송을 집중해서 듣습니다. 비상 시 출입구로 인파가 몰려 2차 사고의 위험이 있으니 차분히 이동합니다.



사례 ❶ “관람석 난간에 기대면 낙상할 수 있습니다.”

2018년 10월 프로 축구 경기 관람객이 경기장으로 떨어져 티박상과 골결상을 입는 사고가 있었습니다. 당시 이 관람객은 과음을 한 상태에서 난간 너머로 몸을 숙이다가 떨어졌습니다.

관람석은 경기장보다 높은 위치에 있어 낙상하면 골절이나 찰과상, 뇌진탕 등 상해를 입을 수 있습니다. 과음을 자제하고, 난간 너머로 몸을 숙이거나 위로 올라서는 행동을 하지 않아야 합니다.

사례 ❷ “경기장 통로에서 넘어지지 않도록 주의합니다.”

친구들과 야구 경기 관람을 간 한 남성은 응원 중에 매점을 가려고 이동하다가 통로에 놓인 가방을 발견하지 못하고 걸려 넘어져 찰과상을 입었습니다.

경기장의 통로는 좁고 계단은 높기 때문에 주의해서 걸어야 합니다. 또한 좌석 옆 통로나 계단 위에 가방을 두면 다른 사람의 이동에 불편을 줄 수 있습니다. 비상 시 대피해야 할 경우에도 방해물이 될 수 있으니 가방이나 소지품은 자신의 무릎 위나 좌석 아래에 두는 것이 좋습니다.



인터뷰 “위급 상황 발생 시 안전 요원의 지시를 따라야 합니다.”

스포츠안전재단 안전사업부 교육사업팀 손민기 팀장

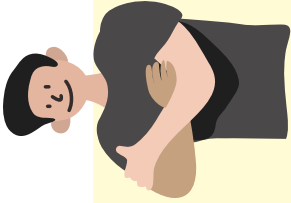
평소 위급 상황 대피 요령을 숙지하고 심폐 소생술 등의 응급 처치 방법과 소화기 등 안전 장비 사용법도 알아 두면 좋습니다. 또한 경기장이나 스포츠 시설에는 안전 요원을 비롯한 운영 요원이 상시 배치되어 있으니, 위급 상황이 발생하면 안전 요원과 안내 방송에 따라 행동하는 것이 중요합니다.

위급 상황을 가장 먼저 발견했다고 판단되면 반드시 자신의 안전을 확보하고 신속하게 신고해야 합니다.



TIP 인파가 몰려 사고 위험 시 부상 방지 요령

팔을 앞으로 뻗어 ▶ 오른손을 왼쪽 팔 안쪽 잡기 ▶ 왼손으로 오른쪽 팔꿈치 잡기 ▶ 가슴 앞 공간 확보



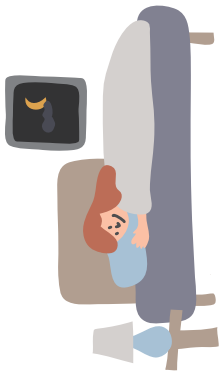
INFO

스포츠안전재단 1899-0547 www.sportsafety.or.kr

- 스포츠 안전 교육 프로그램, 안전 동영상, 안전 매뉴얼

여행지별_기타 실내외 시설

3. 숙박 시설



여행지의 숙박 시설을 선택할 때는 화재나 각종 사고의 대비책을 확인하고 위급 상황 시 대처 방법을 숙지합니다. 또한 숙소 이용 시 화기 사용에 주의하며, 취침 전 전기 및 난방 기기를 확인합니다.



숙소 선택 시

화재 발생 시 소방차가 접근할 수 있어야 하며 숙박 시설 내에 소화기와 완강기 등 안전시설, 재난 배상 책임 보험 등 시설 안전 보호의 가입 여부를 확인합니다.
개별 난방 기기*를 이용하는 업소의 경우, 일산화탄소 경보기 설치 여부를 확인합니다.
근처 소방서, 경찰서, 병원 등의 위치를 확인합니다.

체크인 시

소화기, 휴대용 조명등 등 안전시설과 비상 안내도를 확인하고 위급 상황 시 대피 방법을 숙지합니다.
비상구에서 본인 객실까지의 경로를 기억하고 비상계단의 위치를 확인합니다.
객실 내 휴대용 조명등의 작동 여부와 완강기 고정 상태를 확인합니다.
가족이나 지인에게 숙소의 이름과 위치를 알립니다.

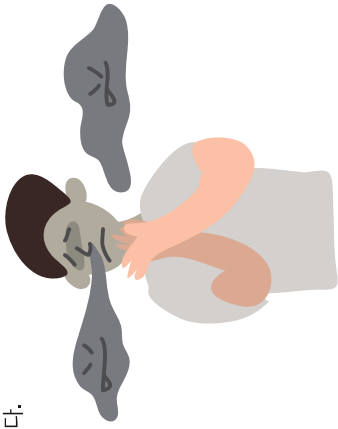
숙소 이용 시

취침 전에는 전기 코드 등 전기 시설을 살핍니다.
지갑과 핸드폰 등 개인 소지품은 손이 닿는 곳에 두어야 합니다.
부대시설 이용 시 총독에 주의하며, 특히 바버큐 시설과 같은 화기 사용에 주의합니다.

위급 상황 발생 시

지상이나 야외로 나가기 어렵다면 계단을 이용해 옥상으로 대피합니다.
대피가 어려운 경우, 라이터 등 화기 사용을 금하고 벽을 두드리는 등 외부에 자신의 위치를 지속적으로 알려야 합니다.
구조를 기다릴 때는 움직임을 최소화하여 체력 소진을 방지합니다.
지진 발생 시 간하지 않도록 문은 열어 두고 테이블 아래로 대피하거나 가방 등으로 머리를 보호합니다.

*개별 난방 기기는 주택 건물에서 단독으로 사용하는 난방 기기기로 주로 연탄, 전기, 가스, 석유 등을 연료로 사용합니다.



사례 “화재 발생 시 호흡기를 보호하며 대피합니다.”

2014년 한 숙소에서 화재가 발생하는 사고가 있었습니다. 이 사고로 인명 피해가 있었는데 모두 질식사했다고 합니다. 화재 발생 시 불에 의한 화상은 물론 연기로 인한 질식도 주의해야 합니다. 대피 시 수건이나 옷 등 천에 물을 묻힌 후 코와 입을 막아 호흡기를 보호해야 합니다.

한국관광 품질인증 업소로 안전한 숙소를 확인할 수 있습니다!

한국관광 품질인증(Korea Quality)은 누구나 관광 시설과 서비스에 대한 품질 수준을 예측하고 선택할 수 있도록 도와주는 국가 인증 제도로 전문 평가단이 시설, 서비스는 물론 위생과 안전에 대해 철저한 평가를 진행하고 인증합니다. 한국관광 품질인증 업소는 대한민국 구축구석 누리집(<https://korean.visitkorea.or.kr>) 내 ‘한국관광 품질인증’ 페이지에서 확인할 수 있습니다. (전국 487개소, 2020년 1월 기준)

TIP

일산화탄소 중독 주의!

일산화탄소는 무색무취의 기체로 직접적인 인지가 불가능합니다. 두통, 메스꺼움, 구토, 이명, 호흡 곤란, 맥박 증가 등 이상 징후가 나타나면 일산화탄소 중독을 의심하고 실내 공간을 환기시켜야 합니다.

완강기 사용 방법!

- 완강기 지지대 고정 확인
- ▶ 완강기 쪽 지지대 연결 후 돌려 잠그기
- ▶ 안전벨트 가슴 착용
- ▶ 고정링을 가슴 쪽으로 당김
- ▶ 하강 지점 위험 요소 확인
- ▶ 줄 떨어뜨리기(인쪽 지지대 밖으로)
- ▶ 양팔 벌리고 벽을 바라보며 하강

[참고 : 열아두면 불태우는 신바나 소방사전, 숫자로 보는 완강기 소방청 공식 블로그]

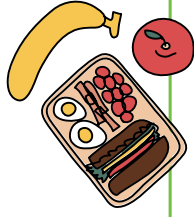


INFO

한국관광공사 세이프스테이 <https://safestay.visitkorea.or.kr>

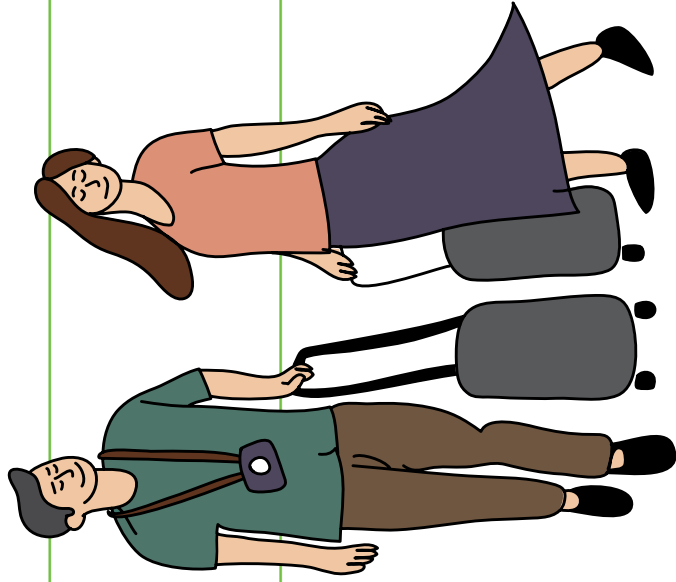
- 전국 민박 인허가 업소 조회 및 안내
- 한국관광공사 고캠핑 www.gocamping.or.kr
- 전국 캠핑 시설과 캠핑 주의, 미등록 아영장 신고 접수

Part 3

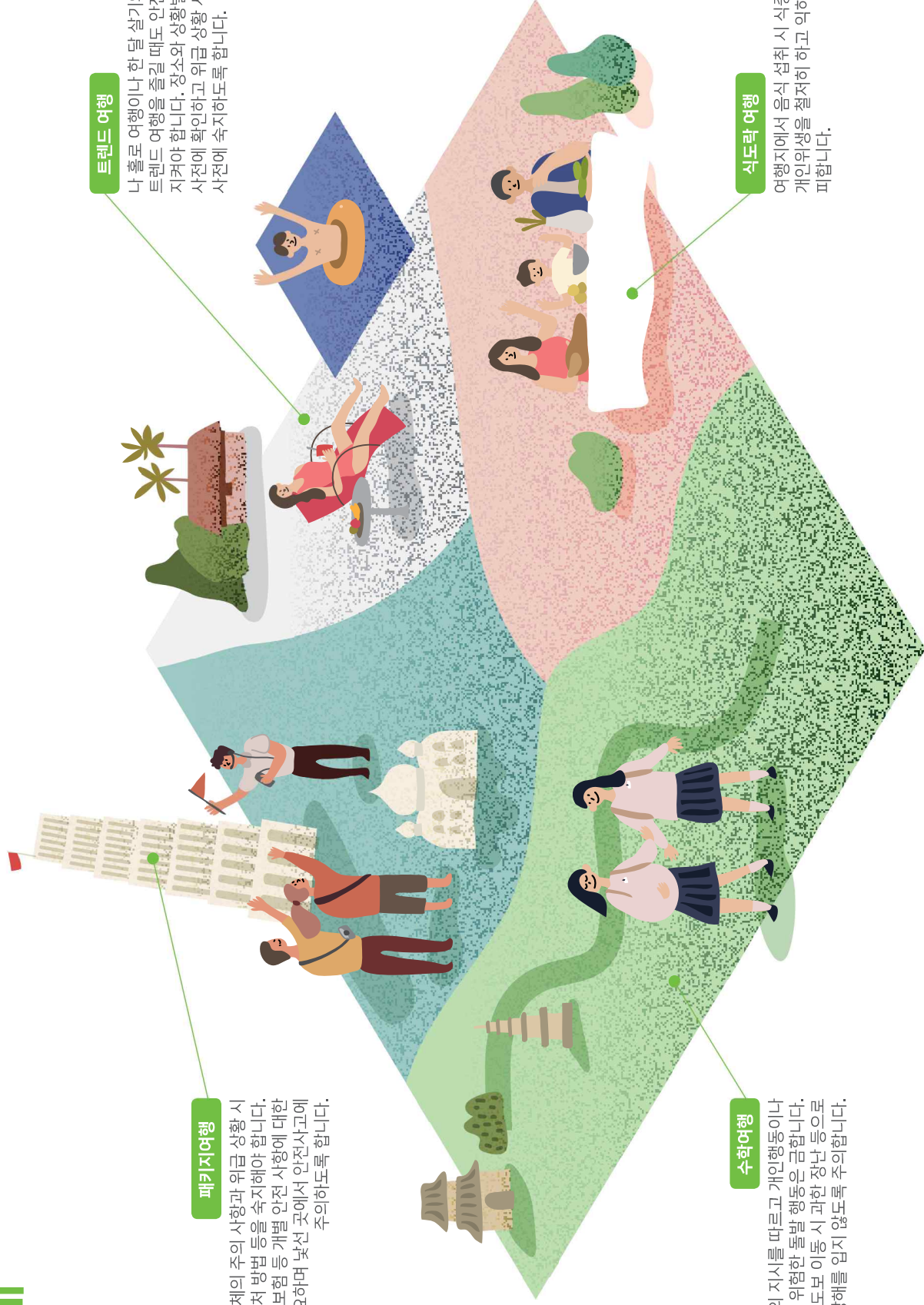


여행 유형별

1. 패키지여행
2. 수학여행
3. 트렌드 여행
4. 식도락 여행



여행 유형별 종합 안내



패키지여행
해당 여행 업체의 주의 사항과 위급 상황 시 대처 방법 등을 숙지해야 합니다. 개인 여행자 보험 등 개별 안전 사항에 대한 준비가 필요하며 낯선 곳에서 안전사고에 주의하도록 합니다.

트렌드 여행
나 홀로 여행이나 한 달 살기와 같은 트렌드 여행을 즐길 때도 안전을 기본으로 지켜야 합니다. 장소와 상황별 안전 사항을 사전에 확인하고 위급 상황 시 대처 방법을 사전에 숙지하도록 합니다.

수학여행
교사의 지시를 따르고 개인행동이나 위험한 돌발 행동은 금합니다. 여행지에서나 도로 이동 시 과한 장난 등으로 상해를 입지 않도록 주의합니다.

식도락 여행
여행지에서 음식 섭취 시 식중독 예방을 위해 개인위생을 철저히 하고 익히지 않은 음식은 피합니다.

1. 패키지여행



패키지여행 시 여행 업체의 안전 주의 사항과 위급 상황 시 대처 방법을 사전에 반드시 확인하고 개인 여행자 보험에 가입하도록 합니다. 여행지에서의 단체 이동에 주의하며 부분 패키지여행을 선택할 때도 안전을 기본으로 확인합니다.

준비

국내 여행의 경우 여행자 보험은 개별적으로 가입해야 합니다. 황사, 강풍, 폭우, 폭설 등 계절별 기상 악화를 대비해, 마스크, 우산, 긴팔 겉옷 등을 준비합니다. 랜턴, 호루라기 등 안전 장비와 소화제, 상처 치료제 등 구급약을 챙깁니다.

여행 중

차량 운행 중에는 전 좌석 안전벨트를 착용하고, 승하차 시 넘어지지 않도록 주의합니다. 일행을 잃어버리지 않도록 주의하며 가이드와 운전자의 비상 연락처를 저장해 둡니다. 패키지 일정에 맞출 수 있도록 자신의 체력을 고려하여 무리하지 않도록 합니다. 사람이 많은 여행지에서는 다른 사람이나 시설물과의 충돌에 주의합니다. 개인위생을 지켜 식중독에 주의하고, 남은 음식을 포장해 먹거나 익히지 않은 음식 섭취는 피합니다.

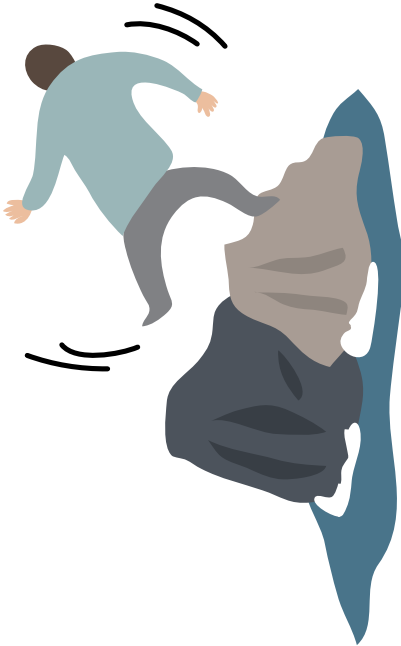
부분 패키지여행

버스나 기차, 비행기 등 교통수단별 안전 사항을 지킵니다. 렌터카 이용 시 전 좌석 안전벨트를 착용하고 낯선 곳에서는 더욱 주의의 깊게 운전합니다. 숙박 시설 이용 시 소화기와 비상 대피로 등 안전시설을 숙지하고 시설물 이용에 주의합니다. 레저 시설 이용 시 안전시설 인증 여부를 확인하고 안전 장비를 필수로 착용합니다.



사례 “넘어지지 않도록 주의합니다.”

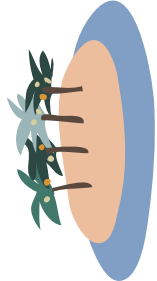
국내 섬 패키지여행을 떠난 한 남성이 갯바위를 건다가 넘어지는 사고가 있었습니다. 인근 병원에서 치료를 받은 후 바로 집으로 돌아와야 했다고 합니다. 인솔자가 동행하는 패키지여행에서도 개인 안전에 주의해야 합니다. 섬이나 해변, 강이나 계곡 등 물기가 있는 바닥에서는 미끄러지거나 넘어지지 않도록 조심해야 합니다. 특히 주변을 살피지 않고 풍경만 감상하다 넘어질 수 있으니 낯선 곳에서 도보로 이동할 때는 항상 주의합니다.



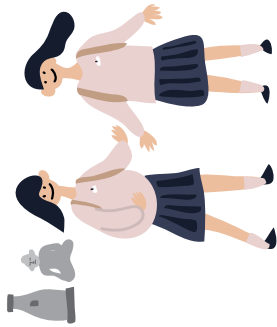
TIP

렌터카 선택 시 주의!
렌터카 차량을 받으면, 차량의 내·외부를 촬영하여 이상 유무를 기록합니다. 낯선 곳에서는 안전에 더욱 주의하며 자신의 운전 능력을 과신하지 않아야 합니다.

여행 업체 안전사고 대처 방법 및 보험 확인!
여행 업체에서 마련한 상황별 안전사고 대처 방법을 사전에 묻고 숙지해야 합니다. 부분 패키지 선택 시 개별 안전 주의 사항과 위급 상황 시 대처 방법을 반드시 확인합니다.



2. 수학여행



수학여행에서는 일행으로부터 이탈하지 않도록 주의해야 합니다. 많은 인원이 함께 이동해야 하니 총동에 주의하며 체험 활동 시 안전 장비를 착용하고 위험한 행동을 삼갑니다. 위급 상황 시에는 교사에게 알리고 지시에 따르도록 합니다.



준비

귀중품이나 금지 물품*을 소지하지 않도록 합니다. 굵이 높은 신발이나 짧은 치마 등을 피하고, 활동이 편한 복장을 착용합니다. 호루라기, 소형 랜턴, 소형 랜턴, 체온 유지용 여벌 옷, 자외선 차단제 등을 챙깁니다.

교통 이용

책임 교사와 차량 운전자의 연락처는 미리 저장합니다. 버스 안에서는 안전벨트를 착용하고 고속 도로 휴게소나 주차장에서는 좌우를 살피며 이동합니다. 선박 이용 시 구명조끼 비치 여부를 확인하고 안전 수칙에 따라 착용합니다. 또한 비상구와 소화기, 비상 대피로 등 안전시설을 확인합니다. 항공 이용 시에는 승무원의 지시를 따라야 합니다.

여행 중

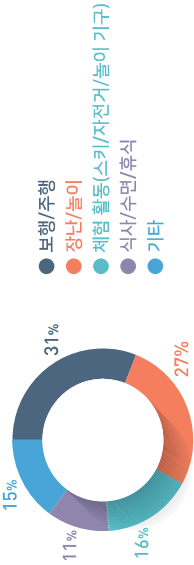
개인위생을 지켜 식중독에 주의하며 불량 식품을 피하고 과식하지 않아야 합니다. 도보 이동 시 장난을 삼가고 다른 사람과의 충돌에 주의합니다. 개별 행동은 피하고 정해진 일행과 함께 이동합니다. 야외에서는 독성 식물과 뱀, 벌, 진드기 등을 조심하며 함부로 만지지 않습니다. 정해진 숙소와 객실을 이용하고 취침 시간을 지킴으로써 휴식을 취합니다.

체험 활동

음식 만들기 체험 시 불과 조리 도구에 다치지 않도록 조심합니다. 날카로운 칼이나 가위 등을 사용할 때에는 더욱 신중합니다. 수상 레포츠 체험 시 안전 장비를 착용하고 자신의 수영 실력을 과신하지 않습니다. 인보 관광 시 교사의 지시를 따르며 출입 금지 구역에는 들어가지 않습니다. 전시 공간 방문 시 전시물과 시설물을 훼손하지 않도록 주의합니다.

*소지 금지 물품 : 학생 신분에 부적절한 주류, 전자담배를 포함한 담배류, 사행성 게임 도구 등

도보 이동 시 주의하고 친구들과의 장난은 자제합니다.



수학여행 사고 주요 원인(%)

[출처 : 학교안전예방 10월호, 경기도교육청, 2019; 학교안전공제회]

사례 ① “대피 시 교사의 지시를 잘 따라야 합니다.”

2019년 수학여행을 떠난 학생들이 있는 지역에 산불이 났습니다. 학생들과 교사들은 버스를 타고 빠르게 대피했지만 마지막 버스에 물이 옮겨붙었다고 합니다. 다행히 버스 안에 있던 학생들과 교사는 빠른 대처로 전원 무사할 수 있었습니다. 화재가 발생하면 불과 연기로 인해 피해가 커질 수 있습니다. 화재 등 위급 상황 시에는 교사의 지시에 따라 빠르게 대피하도록 합니다. 또한 대피할 때는 코와 입 등 호흡기를 보호하고 버스 등 차량 화재는 폭발로 이어질 수 있으니 멀리 대피하는 것이 좋습니다.



사례 ② “도보 이동 시 장난을 삼갑니다.”

수학여행에서 유적지에 방문한 친구들이 장난치며 돌계단을 오르다 넘어져 부상을 입는 사고가 있었습니다. 친구들끼리 서로 장난을 치며 걷는 도중 발생한 사고였습니다. 여행지에서 도보 이동 시에는 장난을 삼가고 돌이나 나무에 걸려 넘어지지 않도록 주의해야 합니다. 특히 돌계단이나 흙길은 미끄러우니 조심합니다.



TIP

스마트폰 넉넉히 충전!

위급 상황 시 활용할 수 있도록 스마트폰 배터리를 방지하도록 합니다. 휴대용 배터리 충전기가 있다면 소지하도록 합니다.

행정안전부 안전디딤돌 앱!

긴급 재난 정보와 민방위 대피소, 병의원 등 시설물 위치, 재난 유형별 국민 행동 요령 정보를 제공합니다.

3. 트레킹 여행



여행의 목적과 방법, 형태는 끊임없이 변화하지만 안전은 항상 기본으로 지켜야 합니다. 지역과 상황에 따른 안전 수칙을 기억하고 응급 상황 시 대처 방법을 숙지하도록 합니다.

빛 여행

빛 여행은 화려한 조명 장식으로 꾸며진 정원이나 미디어아트 작품을 전시하는 미술관 관람 등을 목적으로 하는 여행을 말합니다. 어두운 바닥이나 갑자기 어두워지는 공간에서 넘어지지 않도록 걸음을 조심합니다.

철내 관람 시 바닥과 벽의 전선 등에 걸리지 않도록 주의하며 감전의 위험이 있으니 손으로 만지지 않도록 합니다. 야외 광장에서는 주변을 살피며 이동하고, 다른 사람이나 시설물과의 충돌에 주의합니다. 개막식이나 점등식, 불꽃놀이 행사는 안전거리에서 관람하고 불꽃이나 재, 연기가 눈에 들어가지 않도록 주의합니다.

나 홀로 여행

나 홀로 여행은 동행 없이 여행하며 여행 지역의 사람과 문화를 경험하는 여행을 말합니다. 호신용 호루라기나 가스 스프레이 등 휴대용 안전 장비를 지참합니다. 숙소 선택 시 안전시설과 안전 장비 유무를 반드시 확인합니다. 귀찮거나 게스트하우스에서 처음 만난 사람들과 음주를 피합니다. 야간 통행은 자제하고, 낯선 사람의 차량에 탑승하거나 단둘이 이동하지 않아야 합니다. 공중화장실과 숙소 등에서 물레카메라를 주의합니다. 인적이 드문 곳은 방문을 자제하되, 방문 시 기금적 노출된 공간에 있습니다.

한 달 살기

한 달 살기 여행은 특정 지역에서 일정 기간 머물며 일상생활도 하고 주변 여행도 즐기는 것을 말합니다. 숙소 선택 시 주변 소방서, 경찰서, 병원의 위치를 사전에 파악합니다. 지역과 숙소의 위치, 여행 일정 등을 가족이나 지인에게 알립니다. 늦은 시간에 이동을 삼가고 문단속을 철저히 해야 합니다. 취침 전 전기 시설과 난방 기기를 확인하고, 취사 시 화재에 주의합니다.



호캉스



호캉스 여행은 호텔에서 머물며 휴식을 취하는 여행을 말합니다. 호텔 체크인 시 비상구, 대피 경로, 소화기 등 안전시설을 확인하고 위급 상황 시 이용합니다. 낯선 사람과의 동행에 주의하고, 판단력이 흐려질 수 있으니 과음은 자제합니다.

부대시설 이용 시 낙상이나 충돌을 주의합니다. 객실 내 전기 시설 사용 시 화재 및 사고에 주의합니다.



사례 ① “나 홀로 트레킹 사고가 늘고 있습니다.”

2016년, 인적이 드문 트레킹 로드를 홀로 걷던 여성이 강력 범주의 피해를 입는 사고가 있었습니다. 나 홀로 여행 시에는 인적이 드문 장소의 방문은 자제해야 합니다. 만일의 경우에 대비해 호신용 스프레이 등 휴대용 안전 장비를 소지하는 것이 좋습니다.

사례 ② “시설 이용 시 넘어지지 않도록 주의합니다.”

2019년 11월 한 호텔에 묵던 30대 남성은 샤워를 하고 나오는 중 미끄러져 넘어지는 사고를 당했습니다. 동행자는 바로 신고했고 남성은 인근 응급실로 이송되었습니다. 호텔 객실과 같은 익숙하지 않은 공간에서는 화장실에서 미끄러지거나 가구에 부딪칠 수 있습니다. 호텔 수영장이나 헬스클럽 등 부대시설 이용 시에도 주의가 필요합니다.



TIP

휴대용 안전 장비!

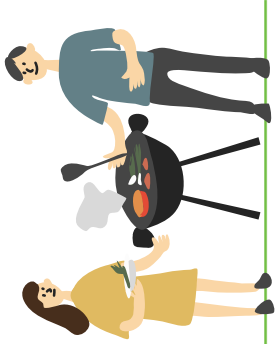
여행 목적에 맞는 휴대용 안전 장비를 소지하도록 합니다. 호루라기, 간이 소화기, 호신용 가스 스프레이 등을 지참하여 위급 상황 시 이용합니다.



INFO

행정안전부 국립재난안전연구원 생활 안전 지도 www.safemap.go.kr
- 지역별 8가지 주제의 안전 정보를 지도로 확인할 수 있는 실시간 안전 검색 지도

4. 식도락 여행



음식 섭취 시 식중독과 알레르기, 복통 등의 질병에 주의해야 합니다.
음식 섭취 전 손을 깨끗이 씻고 날음식은 피하고 익혀 먹는 것이 좋습니다.
여행 중 과식은 삼갑니다.



식중독

음식 섭취 후 설사, 구토, 복통, 오한, 메스꺼움, 발열, 두통 등의 증상이 있으면 식중독을 의심하고 병원을 방문합니다.
수 시간에서 며칠 간의 잠복기를 지나 증상이 나타날 수 있습니다.
두들, 다래순, 원추리, 고사리 등은 독성이 있어 익히지 않고 먹으면 위험합니다.

아페루 아가미, 꾀질, 내장은 충분히 익혀 먹어야 합니다.
바비큐 시 생고기를 잠은 조리 도구로 다른 음식을 접으면 안 됩니다.
자동차 안이나 실온에서 2시간 이상 방치된 음식은 상태를 반드시 확인합니다.

지하수, 계곡물, 샘물 등을 바로 마시지 않습니다.
바다, 강, 계곡에서 물놀이 시 물을 삼키면 세균이 들어올 수 있습니다.

알레르기

알레르기 유발 잦은 음식: 복숭아, 토마토, 홍합, 새우, 굴, 오징어, 고등어, 호두, 땅콩, 밀, 닭고기, 돼지고기, 쇠고기 등
입술이나 호흡기가 부어오르거나 기침, 두드러기, 복통, 설사 등의 증상을 동반할 수 있습니다.
특히 천식 등 호흡기 질환자의 경우 증상 호흡이 불가능할 수 있으니 즉시 병원을 방문해야 합니다.

복통, 소화 불량, 구토

과식은 복통이나 소화 불량, 구토 등을 유발할 수 있습니다.
특정 과일이나 덜 익은 과일, 콩, 유제품에 민감한 사람은 음식 섭취 후 설사를 동반한 복통에 주의합니다.
피로로 인해 신경성 복통이 올 수 있으니 여행 중 컨디션 조절을 잘 해야 합니다.
설사를 동반한 복통이 있어도 탈수 방지를 위해 물을 자주 마시고, 미음이나 죽을 섭취하는 것이 좋습니다.
구토 증상이 있을 때는 토사물에 의해 기도가 막힐 수 있으니 옆으로 누워 쉬도록 합니다.

식중독 예방 3가지를 기억합니다.



1 손 씻기



2 익혀 먹기



3 끓여 먹기

[참고 : 식품의약품안전처]

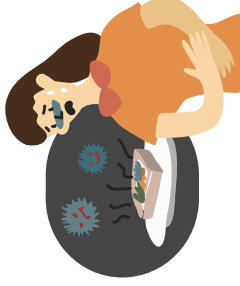
사례 1 “식중독은 여러 증상으로 나타날 수 있습니다.”

한 가족이 해변 물놀이를 즐긴 후 저녁을 먹고 후식을 취했습니다.
취침 준비를 하는데 아이의 다리에 두드러기가 올라 간지럼을 호소했다고 합니다. 가족은 숙소에서 나와 바로 응급실을 방문했습니다.
식중독은 구토, 설사, 발열, 근육 경련, 두드러기 등 다양한 형태로 증상이 나타날 수 있습니다. 음식 섭취 전 손을 닦고 음식은 반드시 익혀 먹습니다. 또한 바다나 계곡의 물속에는 다양한 세균이 있으니, 물놀이 시 물을 삼키지 않도록 주의하고 야외 활동을 할 때는 컨디션을 조절해야 합니다.



사례 2 “도시락 섭취에 주의합니다.”

20대 여성은 친구와 함께 도시락을 챙겨 봄나들이를 떠났습니다.
즐거운 시간을 보내고 집으로 돌아왔는데 갑자기 복통과 고열이 나기 시작했다고 합니다. 통증이 심해지자 응급실을 찾았고 식중독 판정을 받았습니다.
집에서 준비하는 도시락은 보통 익은 재료와 익지 않은 재료가 혼합된 복합 조리 음식이기 때문에 보관에 주의해야 합니다. 음식을 조리할 때와 섭취할 때 위생 관리를 철저히 하고 음식을 옮길 때는 아이스박스 등에 담아 보관해야 합니다. 식중독 발병과 증상은 사람마다 다르니 동행 중 식중독 환자가 발생하면 이상 증상이 없더라도 병원 검사를 받아야 합니다.



TIP

식품의약품안전처 식중독잡GO 앱!

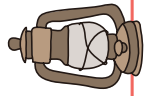
식중독 예방법과 먹거리 안전 주의사항을 모바일 게임으로 즐기면서 배울 수 있습니다.



식품의약품안전처 기상청 국립환경과학원 식중독예측지도 <http://poisonmap.mfds.go.kr/>

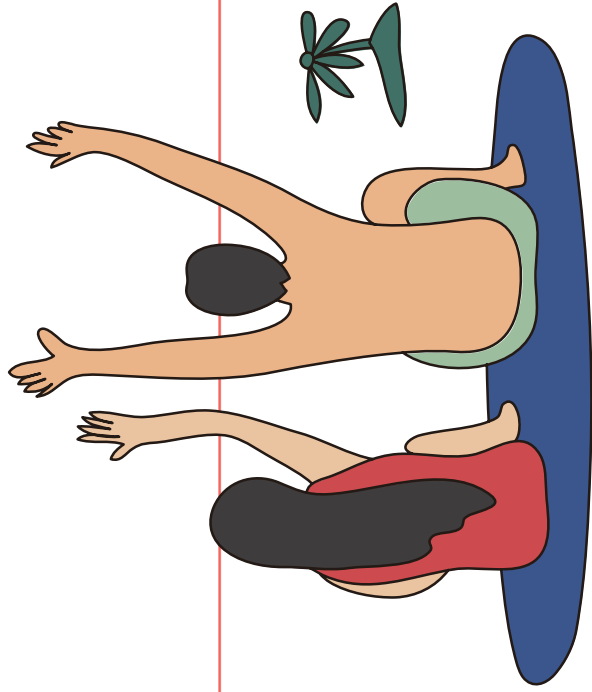
- 전국의 식중독 위험도 확인

Part 4



여행

주요 활동별



1. 물놀이

2. 등산

3. 캠핑

4. 액티비티

여행 주요 활동별 종합 안내

등산

계절에 맞는 장비와 옷차림을 갖추고,
2인 이상 동행하며 등산로를 이용합니다.
보행 시 미끄러지거나 넘어지지 않도록 주의합니다.

액티비티

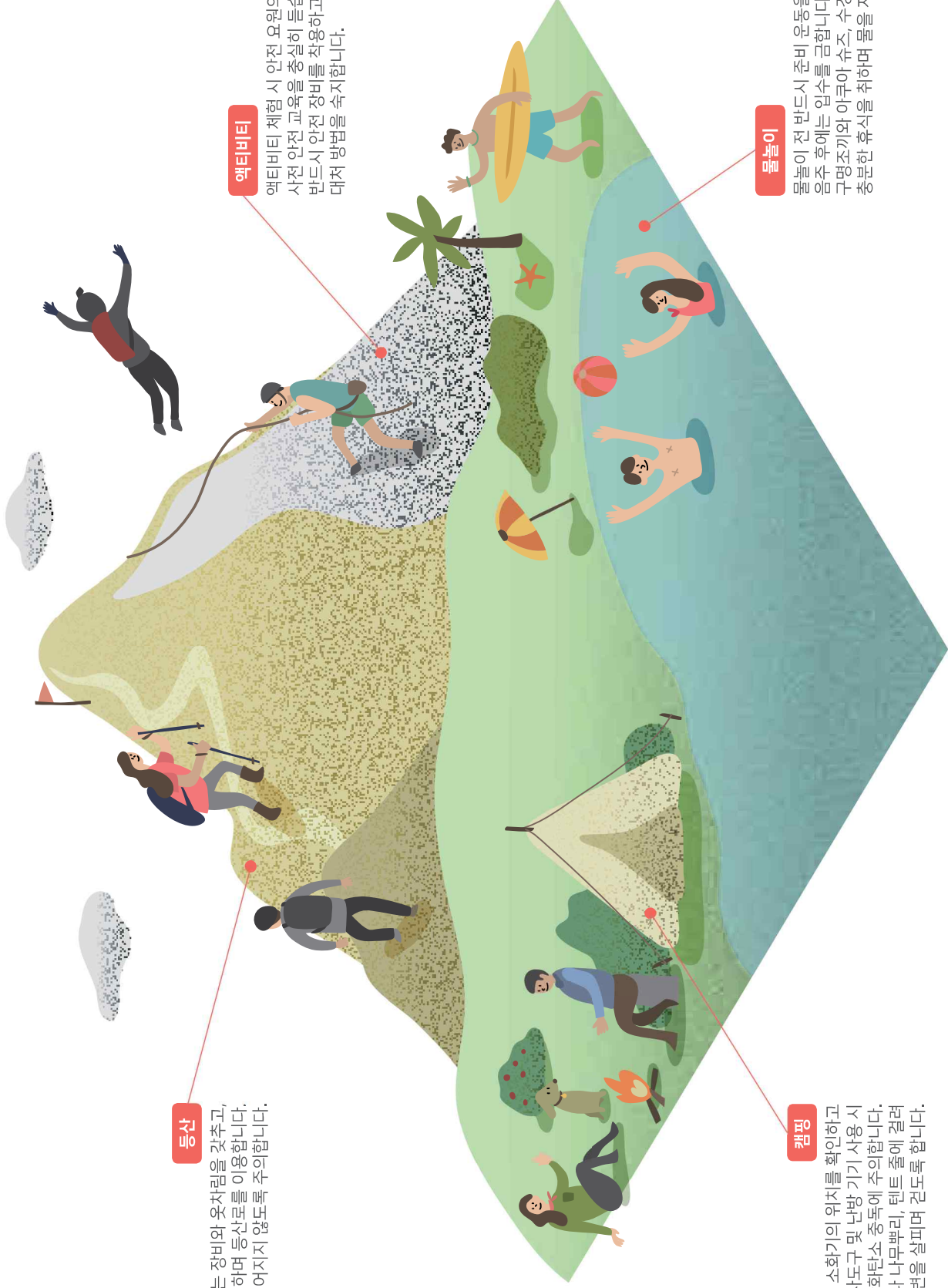
액티비티 체험 시 안전 요원의 지시를 따르고,
사전 안전 교육을 충실히 듣습니다.
반드시 안전 장비를 착용하고 위급 상황 시
대처 방법을 숙지합니다.

캠핑

소화기의 위치를 확인하고
취사도구 및 난방 기기 사용 시
화재와 일산화탄소 중독에 주의합니다.
도보 이동 시에는 돌이나 나무뿌리, 텐트 줄에 걸려
넘어지지 않도록 주변을 살피며 걷도록 합니다.

물놀이

물놀이 전 반드시 준비 운동을 하고
음주 후에는 입수를 금합니다.
구명조끼와 아쿠아 슈즈, 수경등을 착용하고
충분한 휴식을 취하며 물을 자주 마셔야 합니다.



여행 주요 활동별

1. 물놀이

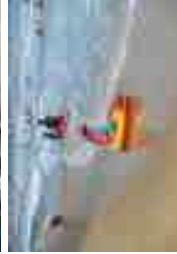


물놀이에는 많은 에너지가 필요하기 때문에 물을 자주 마시고 충분한 휴식을 취해야 합니다. 물놀이의 수상 레포츠 체험 시 구명조끼와 아쿠아 슈즈 등 안전 장비를 반드시 착용하고 준비 운동을 한 후 물에 들어갑니다.



물놀이 전

구명조끼와 아쿠아 슈즈, 수경을 착용하고, 수경 착용 시 렌즈는 제거합니다. 구명환과 안전 요원의 위치를 확인하고, 위급 상황 시 대처 방법을 숙지합니다. 물놀이 전에 반드시 준비 운동을 하고 음주 후에는 입수를 금합니다. 파도가 높거나 유속이 빠르면 물놀이를 자제합니다.



물놀이 중

충분한 휴식을 취하고 물을 자주 마셔야 합니다. 특히, 물놀이 중 피부에 소름이 돋고 입술이 파래지면 건강 이상 신호일 수 있으니 물에서 바로 나와야 합니다. 익수 사고 발견 시 직접 물속에 들어가지 말고 구명환 등 안전 장비를 요구조자에게 던져줍니다. 껌이나 사탕을 입에 넣고 물놀이를 하면 호흡이 곤란할 수 있으니 주의합니다. 갯고랑이나 웅덩이에서 빠지거나 넘어질 수 있으니 걸음에 주의합니다. 물 밖에서 이동할 땀 뻘뻘 말고 미끄러지거나 넘어지지 않도록 주의합니다.

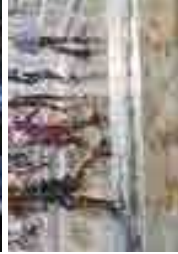


수상 레포츠 체험

수상 레포츠 체험 시 구명조끼와 헬멧 등 안전 장비를 착용합니다. 레저 기구에서 떨어져 물속에 빠지면 기구와 부딪힐 수 있으니 되도록 기구에서 떨어지고, 레저 기구 운전자는 운전 시 항상 주의를 살펴야 합니다.

물놀이 후

물놀이 후에는 반드시 흐르는 물로 몸을 씻고 상처가 있는지 확인합니다. 물놀이 후 발열, 복통, 두통 등의 증상이 나타나면 병원에 방문합니다.

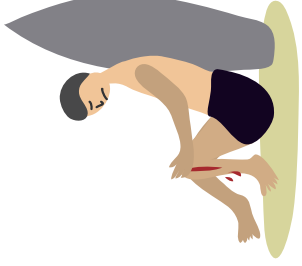


사례 ①

“물놀이 중 상처가 생기면 2차 감염의 위험이 있습니다.”

2019년 가을 서핑을 즐기던 20대 남성은 서핑을 타다가 보드에서 떨어졌습니다. 보드를 잡고 해변으로 나왔을 때 피부가 찢어진 것을 발견했지만 경미한 상처라 여겨 방치했습니다. 며칠 후 상처 주위가 부어오르고 염증이 생겨 병원을 찾으니 2차 감염으로 인해 상처가 더욱 깊어졌다고 합니다.

수상 레저 스포츠를 즐길 때는 반드시 안전 장비를 착용하고 안전 교육을 통해 만일의 경우에 항시 대비해야 합니다. 만약 레저 기구에서 떨어지면 기구와의 충돌에 주의하고, 가벼운 상처라도 반드시 치료하도록 합니다.



사례 ②

“이안류에 주의합니다.”

여름 휴가철 바다를 찾은 20대 여성은 투박을 착용하고 물놀이를 즐기던 중 갑작스러운 이안류로 인해 해변에서 먼 곳까지 휩쓸려 갔습니다. 여성은 양손을 흔들어 본인의 위치를 알리고 헤엄치지 않은 상태로 기다리는 등 이안류에 대한 적절한 대처로 구조될 수 있었습니다. 이안류는 소리 없는 파도라고 불리는 만큼 이안류를 만나면 순식간에 떠밀려 갈 수 있습니다. 만약 이안류에 휩쓸리면 수영을 시도하거나 움직이지 말고 이안류가 지날 때까지 기다려야 합니다. 또한 튜브 등을 잡고 물에 떠 있는 상태에서 구조를 기다려야 합니다.



인터뷰

“저산소성 기절에 주의해야 합니다.” 국립중앙의료원 중앙응급의료센터 운송영 교수

물놀이를 하면서 숨 오래 참거나 잠수 등으로 내기를 하는 것은 무척 위험합니다. 오랜 잠수로 인해 저산소증이 발생해 기절할 수 있고, 이로 인해 인사할 수도 있습니다. 특히 저산소증으로 인한 기절은 전조 증상이 없고 물 밖에서 알아챌 수 없기 때문에 더욱 위험합니다.

TIP

해파리 접촉 피해 응급 대처법

환자를 물 밖으로 대피시킵니다.
쏘인 부위를 확인하고 플라스틱 카드를 사용해 찌꺼기를 제거한 후 바닷물에 10분 이상 행칩니다.
호흡 곤란 상태가 오면 구급대원을 부르고 심폐 소생술을 실시한 후 병원으로 이송합니다.



INFO

국립수산과학원 <http://www.nifs.go.kr> - 해파리 출연 예보 속보

여행 주요 활동별

2. 등산

등산 시 계절에 맞는 철저한 준비가 필요합니다. 혼자 가는 산행은 피하고 2인 이상 동행하도록 하며, 반드시 지정된 등산로로 이동하고 보호 시 미끄러지거나 넘어지지 않도록 주의합니다.



공통 주의 사항

화재 위험이 있으니 금연하고, 판단력이 저하될 수 있으니 금주합니다. 고혈압, 심장 질환, 당뇨병 등 지병이 있다면 무리한 등산은 자제합니다. 시계절 저체온증에 주의하며, 여름에는 열사병과 탈수, 겨울에는 동상에 특히 주의합니다. 산 전용 기상 정보를 반드시 확인하고 기상 악화 시 등산을 금합니다. 산속에서는 구조대의 신속한 출동이 어려울 수 있으니 부상자 발생 시 대처할 수 있는 기본적인 응급 처치 방법을 숙지합니다.

준비물

배낭 외부에는 물건을 걸지 말고, 몸의 피로도를 줄이려면 무거운 짐을 배낭 위쪽에 둡니다. 계절과 상황에 맞는 등산화화를 착용하고, 매듭에 걸려 넘어지지 않도록 끈 매듭에 주의합니다. 휴대폰의 배터리 방전에 주의하며, 만일에 대비해 지도와 나침반, 휴대용 보조 배터리를 소지합니다. 헤드 램프는 방수 제품을 사용하고 예비용 건전지도 함께 챙깁니다. 겨울철에는 한파에 주의해야 하며, 방한용품(모자, 방한용품을 잘 갖춰야 합니다. 조난 시 수색 구조를 대비하여 밝은색 계열의 의류를 착용하거나 휴대합니다.

등·하산

일몰 전 2시간 안에 하산할 수 있는 등산로를 선택해야 합니다. 지정 등산로가 아닌 샅길이나 숲으로 진입하지 않습니다. 코와 입을 함께 사용해 호흡하고 숨이 너무 잘 났을 때 멈춰 서는 것보다 속도를 줄여 천천히 걷는 것이 좋습니다. 근육에 무리가 될 수 있으니 발바닥 전체로 땅을 딛고 넓은 보폭으로 걷습니다.

*방한용품 : 스페츠-논비 홀수를 막아주는 발목, 종아리 보호 방수 천 / 아이젠-등산화 바닥에 부착하는 미끄럼방지 용품 / 발라클라바(balaclava)-머리, 얼굴을 거의 다 덮는 털모자

등산 장비 체크

배낭	등산복	등산화	바람막이 외투
물, 물통, 보온병	간식, 비상식량	구급약	후드폰, 보조 배터리
지도, 나침반	헤드 램프	등산 스틱	모자, 장갑, 블랭킷
등산용 칼, 라이터	선글라스, 고글	여벌 옷	방한용품* 및 방한의류(겨울)

[참고 : 국립공원관리공단 누리집; <꼭꼭한 등산> 김성기, 하서출판사, 2013]



사례 ① “눈길 낙상과 충돌에 주의합니다.”

주말 눈꽃 산행을 떠난 등산 동호회 회원들이 하산하던 중 좁은 등산로에서 단체로 넘어지는 사고를 당했습니다. 많은 사람들이 밟고 지나간 눈길은 단단하게 얼어 있었고 맨 뒤에서 오던 한 사람이 미끄러지자 앞선 사람들이 함께 넘어지는 사고였다고 합니다. 많은 사람이 지나간 눈길은 단단하게 얼어붙어 더욱 미끄럽습니다. 동계 산행 시 등산 스틱과 아이젠을 반드시 사용하고 앞뒤 사람과 적당한 간격을 두고 천천히 보행해야 합니다.

사례 ② “지면 상태를 잘 살피고 걸음을 조심합니다.”

단풍 산행을 즐기던 한 남성이 낙엽이 낙엽을 밟고 미끄러지는 사고가 있었습니다. 쌓인 낙엽으로 인해 돌이 보이지 않아 발을 헛디뎈 발목에 염좌를 입은 사고였습니다. 낙엽이 쌓인 곳을 지날 때는 낙엽 아래에 돌이나 계단 등이 있을 수 있으니 지면 상태를 잘 살피고 걸음에 주의해야 합니다. 만약 산행 시 발목을 삐끗한 경우 발목 사용을 최소화하며 바로 하산해 병원에서 응급 처치를 합니다. 상태가 좋아졌다고 그대로 방치하면 뼈와 근육의 변형을 일으킬 수 있으니 반드시 병원을 방문합니다.

인터뷰

“나 홀로 산행은 위험할 수 있습니다.” 국립공원 산업안전교육원 박용환

당일 산행의 경우 혼자 등산하는 경우가 많지만, 산행에는 예기치 못한 사고가 발생할 수 있다는 것을 기억해야 합니다. 움직이지 못할 정도의 부상을 당하거나 심장 마비 등 신체 이상이 닥쳤을 때 도움을 요청할 수 있도록, 2인 이상 함께 산행을 하는 것을 추천합니다.



TIP

등산복 겹쳐 입기!

신뢰할 수 있는 기능성 의류를 여러 겹 착용합니다. 땀으로 젖은 옷은 저체온증을 유발하기 때문에 갈아입는 것이 좋습니다. 더울 땀 좀 났고 추울 땀 더 입으며 정상 체온을 유지해야 합니다.

LNT(Leave No trace) 운동 동참!

흔적을 남기지 않고, 자신의 쓰레기는 되가져오며, 자연은 그대로 둡니다.



INFO

코로롱등산학교 https://blog.naver.com/kolon_school

- 등산 교실, 장비 사용법, 전문 등반 수업 자료

여행 주요 활동별

3. 캠핑



텐트 안에서 숙식을 해결해야 하는 캠핑장에서는 취사도구와 전기 시설, 난방 기기 등의 개인 장비 사용에 주의가 필요합니다. 일산화탄소 중독 사고가 발생하지 않도록 수시로 환기하며, 보행 시 나무나 돌, 텐트 줄에 걸려 넘어지지 않도록 조심합니다.



장비

텐트 산행 및 활동 계획에 따라 계절과 인원에 맞는 텐트를 선택합니다. 침낭 보온성을 확인하고 계절과 신체에 맞는 침낭을 사용합니다. 매트리스 냉기를 막을 수 있는 두께의 매트리스를 선택합니다. 취사도구 화기류 사용 시 화재에 대비하고 날카로운 도구 사용 시 부상에 주의합니다.



조명 텐트마다 개별 조명을 별도로 사용해야 하며, 개인용 헤드 랜턴이 필요합니다. 난방 캠핑 전용 난방 기기를 사용하며, 화재나 전기 사고 등 위급 상황 시 대처 방법을 숙지해야 합니다.

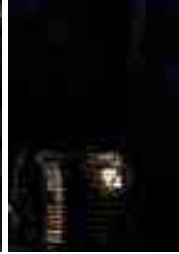
출발 전 준비

안전시설 설치 기준을 지키는 캠핑장을 이용합니다. 비포장도로나 숲길을 이동할 수 있으니 차량 운행 전 타이어 상태와 연료량 등을 점검합니다. 식재료를 준비할 때는 이동 시 상할 수 있는 재료는 피합니다. 캠핑장의 야간 기온은 낮으니 체온 유지를 위한 여벌 옷을 챙깁니다.



캠핑장에서

소화기 위치와 대피 경로를 확인합니다. 캠핑장 내에서 차량 이동 시 저속으로 운행합니다. 보행 시 텐트 줄에 걸리거나 발을 헛디디지 않도록 주의합니다. 해충으로 인한 전염병에 노출될 수 있으니 취사장과 화장실을 깨끗하게 사용합니다. 야생 동물이 접근할 수 있으니 남은 음식물은 취사장에서 바로 처리합니다. 기존 전력 사용량을 지키고 습기에 의한 누전 및 감전에 주의합니다. 텐트 안에서 화기 사용을 금하고, 화로 사용 시 불꽃이 텐트에 옮겨붙지 않도록 주의합니다. 일산화탄소 중독에 주의하며 수시로 환기하고, 취침 시에는 텐트 아래쪽에 환기 구멍을 만들어야 합니다. 폭우 등 기상 악화 시에는 안전지대로 즉각 대피합니다.



사례 ① “일산화탄소 중독에 주의합니다.”

2019년 11월 바닷가의 한 캠핑장에서 일산화탄소 중독 사고가 일어났습니다. 숙박 다음 날 인격이 없어 주인이 찾아갔는데, 이미 사고가 난 후였습니다. 사방이 짝 닫힌 텐트 안에는 지난밤 사용한 것으로 보이는 화로가 놓여있었다고 합니다. 텐트 안에서 화기 사용은 자제하고 내부 환기를 자주 해야 합니다. 취침 시 환기 구멍을 만들어 두어야 일산화탄소 중독에 의한 사고를 예방할 수 있습니다.



사례 ② “보행 시 넘어지지 않도록 주의합니다.”

밤중에 화장실을 가려던 아이가 바닥에 있는 텐트 줄을 미처 발견하지 못하고 걸려 넘어지는 사고가 있었습니다. 아이는 손바닥과 무릎에 타박상을 입었습니다. 캠핑장 바닥에는 돌이나 나무뿌리 등 위험 요소가 많아 보행 시 넘어지지 않도록 주의해야 합니다. 특히 텐트를 고정하기 위해 설치한 줄에 걸려 넘어지지 않도록 항상 주변을 살펴며 이동해야 합니다. 텐트를 설치할 때는 야광 장비 등을 사용해 텐트 줄을 표시하는 것이 좋습니다.



인터뷰

“부탄가스 취급 시 주의 사항을 반드시 지켜야 합니다.”

중앙소방학교 훈련교육과 신동인 소방위

부탄가스는 열기로 인한 폭발 위험이 있으니 보관 시 주의합니다. 또한 부탄가스를 다 쓰고 폐기할 때는 부탄가스 전용 편지로 통해 구멍을 뚫어 통 안에 남은 기체를 밖으로 뺀 후 햇빛에 노출되지 않는 곳에 버리도록 합니다.

TIP

전기 리드선 안전 사용!

리드선을 감아 놓고 사용하면 발열로 인한 화재 위험이 있으니 넉넉하게 풀어서 사용해야 하며, 습기에 노출되지 않도록 주의합니다.

아이와 함께 안전 체험!

아이와 함께 안전 주의 사항을 하나씩 체크하고 위급 상황 시 대피 방법을 알려주도록 합니다.



INFO

한국관광공사 고캠핑 www.gocamping.or.kr
- 전국 캠핑 시설과 캠핑 주의 사항 등 확인, 미등록 야영장 신고 접수

여행 주요 활동별

4. 액티비티

액티비티 체험 시에는 안전 장비를 착용하고, 안전 요원의 지시를 따르며 위험한 행동은 삼갑니다. 안전 교육을 통해 위급 상황 시 대처 방법을 숙지해야 합니다.

기분을 지킵니다! 시작 전 준비 운동, 끝나고 정리 운동, 안전 장비 착용, 위급 상황 시 신고 먼저!



하늘

패러글라이딩 비행 중 과도한 움직임은 자세하고 정확한 착륙 자세를 지킵니다.
경비행기 안전 인증 업체를 이용하고 기체 승하차 시 프로펠러 등을 조심합니다.
반지 점프, 점라인 사전 안전 교육을 듣고, 출발과 착륙에 주의하며 활강 중 움직임을 자제합니다.
스카이워크 다른 사람과의 충돌에 주의하고, 난간에 기대지 않습니다.

땅

산악자전거 지형에 대한 정확한 정보를 확인하고 과속하지 않도록 합니다.
사륜 바이크(ATV) 운행 시 장비와 헬멧을 반드시 착용합니다.
클레이 사격 사격 전 오발 사고 방지를 위해 방아쇠를 만지지 말고, 총구 방향이 다른 사람에게 향하지 않도록 주의합니다.
양궁, 국궁 활을 너무 강하게 잡지 말고 화살은 항상 과녁을 향하게 합니다.

물

튜브형 기구 탑승자가 착용하고 있는 액세서리를 제거 후 탑승하고 피부가 쉼리지 않게 조심합니다.
수상 스키 탑승 전 안전 수신호를 정확히 익히고 넘어질 경우 행동을 과감하게 놓아야 합니다.
레프팅 배에서 떨어지면 머리와 신체가 기구에 충돌하지 않도록 주의합니다.
카누 육지에서 너무 멀리 나가지 말고 관리인에게 이동 경로를 전달합니다.
서핑 전용 슈즈와 슈트를 착용하고 실력을 과신하지 말아야 합니다.
스쿠버 다이빙 잠수 시 수중 생물을 건드리거나 채취하면 안 됩니다.

눈, 얼음

스키, 스노보드를 탈 때는 본인의 실력에 맞는 코스를 선택합니다.
스케이트를 탈 때는 안전모와 장갑을 착용하고 스케이트 끈을 바르게 묶습니다.
다른 사람과의 충돌이 예상될 경우 소리를 치는 등 신호를 보냅니다.
안전하게 넘어지는 방법을 익히고 골절 등의 부상에 주의합니다.



사례 ① “손가락과 손목 부상에 주의합니다.”

스키장에서 스키를 타던 한 여성이 넘어지면서 손으로 땅을 짚다가 손목을 접질리는 부상을 당했습니다. 스키장 의료실에서 응급 처치를 했지만 통증이 심해져 병원을 방문했다고 합니다. 스키는 손가락이 스킥에 걸리는 골절 사고가 많고, 스노보드는 넘어지면서 손목을 접질리는 사고가 자주 일어납니다. 만약 부상을 당하면 즉시 응급 처치를 하고 근육이나 뼈에 이상이 있을 수 있으니 반드시 병원을 방문해 검사를 받도록 합니다.



사례 ② “수중 수산물 채취는 불법입니다.”

2019년 6월 스킨 스쿠버 활동을 하던 50대 남성은 잠수 후 수산물을 채취에 집중하다 폐그물에 걸리는 사고를 당했습니다. 동행의 도움으로 빠져나올 수 있었지만 산소 부족으로 인한 인명 사고로 이어질 수 있는 사고였습니다.

스킨 스쿠버 활동 시 수산물을 채취하는 것은 불법입니다. 더욱이 수산물을 채취하느라 산소 부족을 인지하지 못하거나 폐그물 등에 걸려 사고가 날 수 있습니다. 스킨 스쿠버 등 수중 레저 활동 시에는 수산물을 채취하지 말아야 하며, 잠수 전 장비 점검을 철저히 하고, 2인 1조로 활동하는 것이 좋습니다.

인터뷰

“모든 레저 활동에서 안전은 기본이자 핵심입니다.”

스포츠안전재단 안전사업부 교육사업팀 손민기 팀장

큰 사고는 항상 사소한 위험 요인을 방치할 때 발생합니다. 큰 사고 전에는 반드시 관련된 경미한 사고나 징후가 있다는 하인리히 법칙처럼 장비 점검이나 기상 확인 등 사소한 부분부터 꼼꼼하게 챙기면 대형 사고를 막을 수 있습니다. 안전 장비 착용을 소홀히 하거나, 제법 중 위험한 행동을 하는 것은 그데로 위험 요소가 됩니다. 안전사고에는 예외가 없다는 것을 기억해야 합니다.



TIP

하네스 주의!

하네스는 패러글라이딩이나 스카이다이빙 등 비행 시 하체를 고정시켜 주는 멜빵형 의자를 말합니다. 하네스 착용 후 자신의 몸에 맞게 고정되었는지, 손상 여부 등 장비의 상태를 확인합니다.

헬멧 착용!

위급 상황 시 머리를 보호하는 헬멧을 반드시 착용해야 합니다.



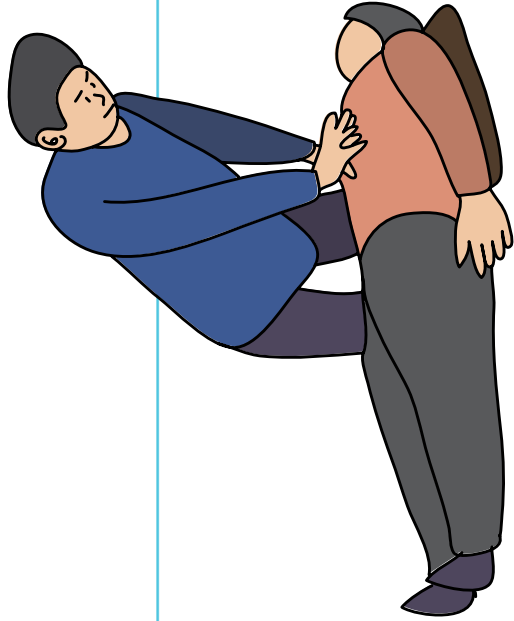
INFO

스포츠안전재단 www.sportsafety.or.kr - 스포츠 안전 관련 콘텐츠, 교육, 보상

Part 5

안전 여행

생활



1. 자연재해 재난
2. 응급 처치
3. 휴대용 비상 장비
4. 안전 여행 주요 연락처

1. 자연재해 재난



자연재해 재난 3 step!



행정안전부 국민재난안전포털 <http://www.safekorea.go.kr> - 국민안전요령

여행 전 안전 사항을 반드시 확인하고 위급 상황 시 대처 방법을 충분히 숙지해야 합니다.
만약, 여행 중 자연재해 재난이 발생하면 안전한 공간으로 대피하고 신고합니다.

붕괴



사진_행정안전부

가능하면 외부로 대피하고,
대피가 어려울 경우
붕괴 가능성이 낮은 두꺼운
구조물 옆으로 피해야 합니다.
고립 시에는 불필요한 애너지
소비를 피하고 딱딱한 물건으로
지속적인 소리를 내
구조 요청합니다.

산사태



사진_행정안전부

산사태 위험 지역에서 벗어나
인근 지정 대피 장소나 마을회관,
학교 등으로 대피합니다.
산중에서는 계곡 주변으로
가지 말고 높은 지대로
피합니다.

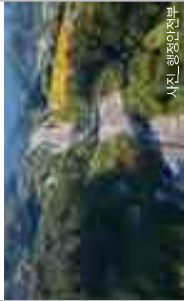
지진



사진_행정안전부

머리를 우선 보호하고,
실내에서는 가스와 전기를 끈 후
책상이나 테이블 아래로
피합니다. 외부에서는
건물이나 담장에서 떨어져
넓은 공간으로 이동하고,
산에서는 최대한 높고
평평한 지대로 이동합니다.

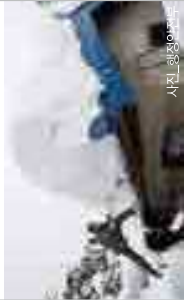
태풍



사진_행정안전부

가장 가까운 대피 공간을
찾아 이동합니다.
이때 지하는 피해야 하며,
강풍에 취약한 임시 건물이나
건고한 건물로 대피해야 합니다.
만약, 해상에 있다면
비로 해경에 신고하고
안전 장비를 착용합니다.

폭설



사진_행정안전부

차량 이동 시 체인을 장착하고
안전거리를 유지하며 운행합니다.
차량 고립 시에는 신고 후
식나동을 켜 놓거나 색이 있는
옷을 눈 위에 펼쳐 놓는 등
자신의 위치를 알리며 구조를
기다립니다. 부득이한 경우
차량에 연락처와 위치를 두고
대피하도록 합니다.

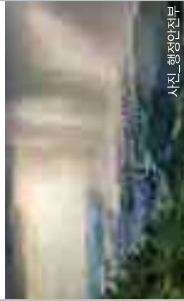
폭염



사진_행정안전부

활동 시 물을 자주 마시고
물병을 항상 휴대하도록 합니다.
특히 가장 더운 낮 시간에는
냉방이 되는 건물 내부에 들어가
휴식을 취하는 것이 좋습니다.

폭우/호우



사진_행정안전부

신호등, 간판, 전신주 등
전기 감전에 주의하며,
전염병이나 날카로운 물건으로
인한 부상, 맨홀 추락 등의
위험이 있으니 물이 고인 곳은
피합니다. 산에서는 전수된
곳이나 산사태 지역에서 벗어나되
계곡은 건너지 말아야 합니다.

홍수



사진_행정안전부

도로 상황을 바로 확인할 수
없으므로 차량 이동은 자제하고,
인근 지역의 대피 장소로
이동해 안전 여부를 확인하며
대기합니다. 또한 수돗물을
함부로 마시지 말고
전기 시설, 접촉 시
감전에 주의합니다.

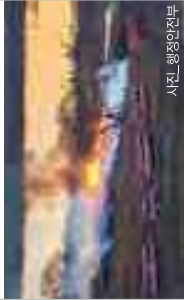
폭풍/해일



사진_행정안전부

해안에서 최대한 멀리,
지대가 높은 곳으로 이동합니다.
산에 있을 경우에는
무리하게 대피하지 말고
급경사 지역이 아닌
높고 평평한 지대로 이동해
구조를 기다립니다.

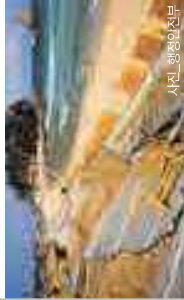
화재



사진_행정안전부

대피 시 천에 물을 묻혀
코와 입을 보호하며
계단으로 이동합니다.
옷에 불이 붙으면
얼굴을 보호한 상태로
바닥에 뒹굴어 끄고,
출입문으로 대피가 어려울 경우
완강기를 사용해 탈출합니다.

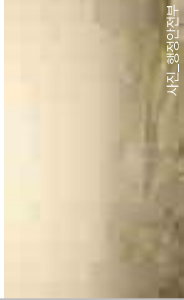
풍랑



사진_행정안전부

낙시, 야영 시에는 바로 철수하고,
너물성 파도로 인해
시설물이 무너질 수 있으니
해변 부근으로 가지 않습니다.

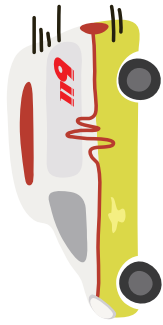
황사



사진_행정안전부

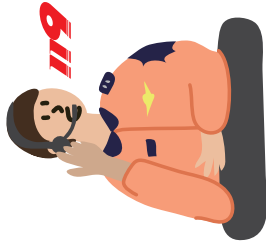
보통 안경, 보건용 마스크,
긴소매 의류를 착용하고,
황사에 노출된 음식은
섭취하지 않습니다.
숙소에 머물 경우 창문은
모두 닫고 황기가 가능할 때까지
연소 기구 사용을 자제합니다.

안전 여행 생활 2. 응급 처치



여행 중 부상을 당하거나 부상자가 발생하면 신속하게 신고합니다.
신고 시 상담원의 안내에 따라 응급 처치를 실시하고 구조를 기다려야 합니다.

신고할 때 기억합니다!



사고 상황, 위치 알리기

건물은 주소, 엘리베이터는 고유 번호, 산에서는 국가지점번호, 고속 도로는 이정 좌표, 일반 도로 및 길거리에서는 전봇대 번호 등으로 위치를 알리고, 주소를 모를 때는 주변 시설물을 찾아 보고 스마트폰 GPS를 켜 둡니다.



환자의 상태와 상황 설명

119 상담원에게 환자의 나이, 성별, 연령, 어떤 이유로 아픈지, 다쳤는지, 지병 여부 등 환자의 상태를 정확하게 설명해야 필요한 응급 처치 방법 및 병원 방문 필요성 등을 파악할 수 있습니다.

응급 처치 지도 받기

환자 상태에 따라 필요시 119 상담원이 전화로 응급 처치를 알려줄 수 있으므로, 안내에 따르도록 합니다.

[참고 : 소방청]

119안전신고센터 www.119.go.kr - 위험 신고, 안심콜 서비스, 전국 소방본부 대한심폐소생협회 www.kacpr.org - 일반인 대상 심폐 소생술 교육

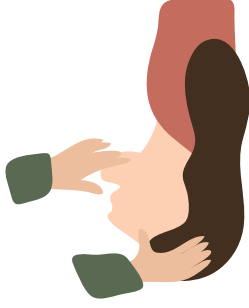
심폐 소생술

의식이 없는 환자를 발견한 경우, 바로 119에 신고하고 상담원의 안내에 따라 심폐 소생술을 시행해야 합니다.

1 호흡이 있는지 확인 후



3 기도 개방



5 30회 가슴 압박과 2회 인공호흡 반복



2 가슴 압박 30회



4 인공호흡 2회

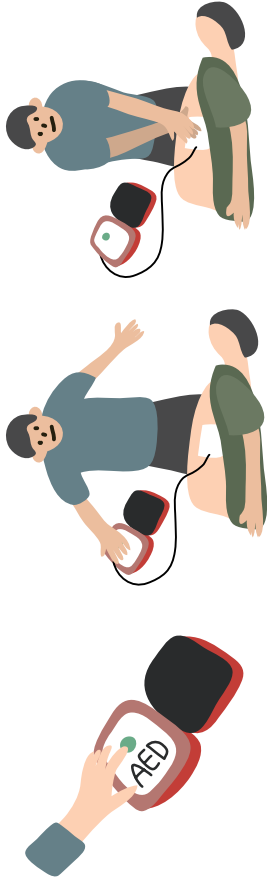


주의

인공호흡 방법을 모르거나 환자가 거부할 때는 가슴 압박만 실시하고, 호흡 회복 시 옆으로 옮깁니다.
신체가 작은 어린이는 손바닥 전체가 아닌 손가락으로 압박합니다.

자동 심장 충격기*

- 1 전원 켜기
- 2 환자의 상의 벗기기
- 3 두 개의 패드 중 하나를 오른쪽 쇄골 아래, 다른 하나는 왼쪽 젖꼭지 아래 부착
- 4 자동 심장 충격기가 환자의 심전도를 자동으로 분석하는 동안 환자 접촉 금지
- 5 '심장 충격이 필요합니다.'라는 음성 지시와 함께 심장 충격기가 자동으로 충전됨
- 6 충전 완료 후 '심장 충격 버튼을 누르세요.'라는 음성이 나오면 환자와 접촉하지 않은 상태로 버튼 누르기
- 7 심장 충격 시행 후 즉시 심폐 소생술 시행
- 8 환자의 상태를 확인하고, 심폐 소생술을 계속하십시오.'라는 지시가 나오면 심폐 소생술 시행

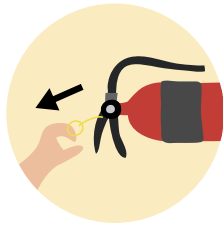


주의! 반드시 심정지 환자에게만 사용

*자동 심장 충격기(자동 제세동기: AED, Automatic External Defibrillator) 환자의 피부에 부착된 전극을 통해 심장에 전기 충격을 주어 심방이나 심실의 세동(비정상적으로 빠르게 떨려 제대로 된 심장 기능을 하지 못하는 상태)을 제거하는 제세동기를 자동화하여 만든 의료 기기 [출처: 소방청]

소화기

- 1 손잡이 부분 안전핀 제거
- 2 바람을 등지고 호스 끝을 불 방향으로 두기
- 3 손잡이를 함꼐 잡고 빗자루로 쓸 듯 뿌리기

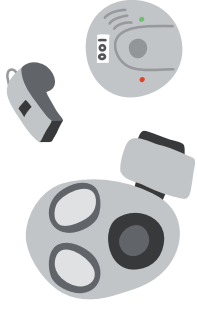


주의!

소화기 비치 시 물이 많은 곳, 섭씨 30도 이상 더운 곳 금지
수시로 파손, 부식 등 점검
계기가 불은 죽임식 소화기는 계기 바늘이 녹색에 있어야 정상
계기 바늘이 노랑, 빨강에 있으면 119로 문의

안전 여행 생활

3. 휴대용 비상 장비



여행 목적이나 상황에 맞는 장비를 휴대하고 위급 상황 시 활용하도록 합니다.

휴대용 비상 장비

휴대용 멀티 툴

톱 방향 보조 지시계, 육각 렌치*, 나사못 렌지, 동조릴 따개, 톱, 병 따개, 드라이버, 자 등의 도구들을 간편하게 휴대할 수 있습니다.

*렌치-볼트나 너트를 죄거나 푸는데 사용하는 도구

보온 담요

보온성이 뛰어나 위급 상황 시는 물론 일교차가 심한 날이나 외부에서 장시간 머무르는 일반적인 경우에도 사용할 수 있습니다.

호신용 스프레이

가스, 후추 스프레이 등 여러 종류의 스프레이가 있습니다. 구입 후에는 안전한 공간에서 작동 여부를 확인하고 수시로 잔여량을 살펴야 합니다.

물레카메라 탐지기

카드형부터 일반 카메라형 등 여러 모양의 탐지기가 있으며, 공중화장실, 숙소 등에서 본인의 휴대폰과 연결해 사용할 수 있습니다.

호루라기

즉각 사용 가능한 위치에 휴대하고, 위급 상황 시 자신의 위치를 알립니다.

휴대용 랜턴

배터리 상태를 확인하고 만일을 대비해 예비용 건전지도 함께 휴대해야 합니다. 스마트폰의 랜턴을 사용할 때는 여분의 보조 배터리를 휴대하는 것이 좋습니다.

휴대용 방독마스크

휴대와 사용이 간편해 위급 상황 시 일시적으로 호흡기를 보호할 수 있습니다.

일산화탄소 경보기

일산화탄소 위험을 감지해 경보를 울려 환기나 대피를 유도합니다.

4. 안전 여행 주요 연락처

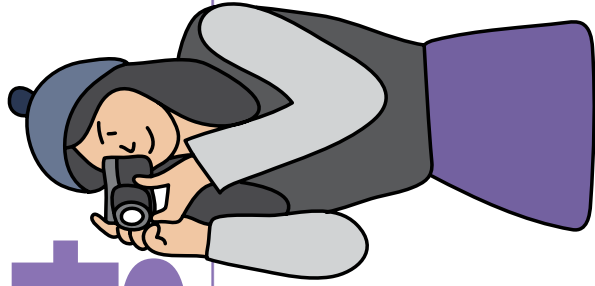
경찰청	112	www.police.go.kr
교육부 학교안전정보센터		www.schoolsafe.kr
국립공원공단	033-769-9300	www.knps.or.kr
국토교통부	(주) 1599-0001 (야) 044-201-4672	www.molit.go.kr
기상청	02-2181-0900	www.kma.go.kr
도로교통공단	1577-1120	www.koroad.or.kr
보건복지부	129	www.mohw.go.kr
산림청	(주) 1588-3249 (야) 042-481-4151	www.forest.go.kr
소방청	044-205-7032	www.nfa.go.kr/nfa
소방청 국가화재정보센터	070-4756-3098	www.nfds.go.kr
소방청 중앙119구조본부	119	www.rescue.go.kr
식품의약품안전처	1577-1255	www.mfds.go.kr
식품의약품안전처 식품안전정보포털 식품안전나라	1399	www.foodsafetykorea.go.kr
외교부	02-3210-0404	www.0404.go.kr

외교부 영사콜센터	(국내) 02-3210-0404 (해외) +82-2-3210-0404	
외교부 해외안전지킴센터	(국내) 02-2100-8585 (해외) +82-2-2100-8585	
인천항만공사	032-890-8000	www.icpa.or.kr
질병관리본부	1339	www.cdc.go.kr
한국공항공사	1661-2626	www.airport.co.kr
한국관광공사	033-738-3000	www.visitkorea.or.kr
한국철도공사	1544-7788	http://info.korail.com
해양경찰청	032-835-2000	www.kcg.go.kr
해양수산부	110	www.mof.go.kr
행정안전부	02-2100-3399	www.mois.go.kr
행정안전부 국립재난안전연구원	052-928-8000	www.ndmi.go.kr
행정안전부 국민재난안전포털		www.safekorea.go.kr
행정안전부 안전신문고		www.safetyreport.go.kr

<특별편>



해외 안전 여행을 위한 유의 사항



1. 패키지, 자유 여행
2. 해외 감염병 및 예방 접종
3. 병의원과 약국
4. 다양한 문화
5. 낯선 사람 주의
6. 자녀 동행
7. 크루즈, 오지 여행
8. 먹거리 안전
9. 교통과 이동
10. 범죄와 국가안보, 자연재해

해외 안전 여행을 위한 유의 사항

1. 패키지, 자유 여행



업체를 통해 여러 사람이 함께 가는 패키지여행이나 개인이 계획하는 자유 여행에서 안전을 위한 기본 사항을 확인해야 합니다. 여행 준비부터 여행지에서의 활동까지 꼼꼼하게 확인하고 준비하는 것이 중요합니다.

① “어떻게 갈까요?”

꼼꼼하게 살펴보고 선택합니다.

패키지여행에서나 자유 여행에서나 안전에 대한 기본 사항은 반드시 확인하고 계획해야 합니다.
패키지여행은 여행 업체의 상품 설명과 약관을 꼼꼼하게 살펴, 자유 여행 계획 시 정보를 찾을 때 국가 기관이나 공공 기관에서 제공하는 정보를 먼저 확인합니다.
현지 재외 공관 연락처는 외교부의 해외안전여행 누리집 (www.0404.go.kr)을 통해 확인할 수 있습니다.



② “현지 업체 확인을 어떻게 하죠?”

패키지여행 일정에 스낵 스쿠버 체험이 있어 참여하려고 했지만 안전시설이 확실하지 않아 포기하거나, 자유 여행에서 온라인으로 예약한 업체의 실제 상태가 좋지 않아 불쾌했다는 경우가 있습니다.

재확인이 필요합니다.

패키지여행이라면 여행 업체에 안전시설에 대한 정보를 정확하게 확인하도록 합니다. 자유 여행이라면 예약한 업체에 메일이나 전화 문의를 통해 안전시설, 가격 차이, 최종 결제 금액 등을 확인해야 합니다. 이때, 문제가 발생할 경우를 대비해 메일과 통화 내용은 저장하는 것이 좋습니다.



③ “업체가 사라졌어요!”

비행기를 타고 현지에 도착했을 때 여행사가 없거나, 국내에서 여 문을 닫는 경우가 있습니다.

변동 사항 발생 시 대처할 수 있는 일정을 계획합니다.

여행 전 일정이 변동될 경우를 대비한 추가 계획이 필요합니다.
만약 아무런 준비 없이 업체와 일정이 변동된 경우, 현지 재외 공관이나 영사콜센터를 통해 도움을 받도록 합니다.
당황하거나 어려움에 처한 것처럼 보이는 여행자의 경우 사기 등 범죄의 표적이 될 수 있으니 침착한 자세가 필요합니다.



이건 꼭 기억해요!

공공기관에 문의하기
여행 중 긴급 상황 발생 등 도움이 필요한 경우 현지 재외 공관 또는 영사콜센터에 연락합니다.

모바일 동행 서비스 가입하기

해외안전여행 누리집(www.0404.go.kr)에서 여행 경보 발령 현황 등 여행국의 안전 정보를 사전에 숙지하고, 여행 중 안전 정보 알림 서비스를 받을 수 있도록 모바일 동행 서비스에 가입하도록 합니다.

보험 확인하기

보험 업체가 공식 등록 업체인지, 보증 보험은 유효한지, 보험 약관 내용 등을 반드시 확인합니다.

국내 여행 업체 확인하기

한국여행업협회 여행정보센터 누리집(www.tourinfo.or.kr)에서 검색하거나 업체를 관할하는 지자체에서 확인할 수 있습니다.

해외 안전 여행을 위한 유의 사항

2. 해외 감염병 및 예방 접종



해외 여행지에서는 다양한 감염병에 노출될 수 있기 때문에 방문 전 해외 감염병 정보를 꼭 확인하고 필요시 예방 접종을 받아야 합니다. 해외여행 중 감염병이 발생하면 외출을 자제하고 영사관으로 연락 후 안내에 따라 행동합니다.

① “해외 감염병 정보는 어디서 확인하나요?”

여행국의 다양화에 따른 해외 여행객의 증가와 함께 해외 감염병 위험이 늘어나고 있습니다. 해외여행 계획 시에는 국가 기관의 누리집에서 해외 감염병 및 전염병 정보와 여행국에 대한 방문 경보 단계를 확인해야 합니다.

해외여행 전 여행국의 감염병 안전 정보를 확인합니다.

해외여행 전 질병관리본부의 해외감염병 누리집 (www.해외감염병now.kr)에서 국가별 감염병 예방 정보와 주의해야 할 해외 감염병 정보를 확인하고, 외교부의 해외안전여행 누리집(www.0404.go.kr)에서 여행국에 대한 여행 경보 단계 및 안전 여행 정보를 확인해야 합니다. 방문 국가에 따라, 필요한 예방 접종 정보를 확인 합니다. 상황에 따라 출국 한 달 전까지 접종해야하는 예방 접종이 있을 수 있습니다.



② “해외여행 지역에서 감염병이 발생했어요.”

전 세계에서 다양한 이유로 감염병이 발생하고 있습니다. 해외여행 중인 지역에서 감염병이 발생하면 감염병에 노출될 수 있고 격리되거나 활동에 제재를 받을 수 있으니 감염병 발생 시 대처 방법을 숙지하도록 합니다.

개인위생 수칙을 준수하고 영사관의 안내에 따릅니다.

여행 중에는 흐르는 물에 비누를 사용해 자주 손을 씻고, 씻지 않은 손으로 눈·코·입을 만지거나 음식을 섭취하지 않아야 합니다. 동식물과의 직접 접촉을 삼가고 사람이 많은 장소에 방문 시에는 마스크를 착용하는 것이 좋습니다. 여행지에서 감염병이 발생하면 외출을 삼가고 대사관이나 영사관으로 연락해 안내를 따르도록 합니다.



③ “며칠 전 다녀온 해외 여행국에 감염병이 발생했습니다.”

해외여행에서 돌아온 후 여행국에서 감염병이나 전염병이 발생하는 경우가 있습니다. 여행국 현지에서 감염원과의 직접 접촉이 없었다고 판단되어도 잠복기 후 이상 증상이 나타날 수 있으니 외출을 자제하고 휴식을 취해야 합니다.

타인과의 접촉을 피하고 외출 시 마스크를 착용합니다.

감염병이 발생한 국가에서 돌아온 후 감염병 관련 이상 증상이 발생하면 질병관리본부 콜센터(1339) 또는 관할 보건소로 신고해야 합니다. 특히 증상이 없어도 잠복기 후 증상이 나타날 수 있으니 다른 사람과의 접촉을 피하고 불가피하게 외출을 할 경우 마스크를 착용하도록 합니다.



이전 꼭 기억해요!

여행 국가 긴급 전화번호 저장

미국 911, 영국 999, 일본 119, 러시아 112 등 각국의 긴급 전화번호를 알아 둡니다.

안전 기관 체크하기

도착지 주변의 병원과 약국, 소방서, 경찰관 등 안전 관련 기관을 확인합니다.

여행자 보험 약관과 보장 내용 확인

보험은 종류마다 보장 범위가 다르기 때문에 여행 일정에 맞는 특별 약정과 사망이나 장애 등 보장 항목을 꼼꼼하게 따져야 합니다.

여행자 보험 보상 가능한 병원 찾기

나라별로 여행자 보험에 대한 보상 처리가 다르기 때문에 여행 전 보험 처리가 가능한 병원 리스트를 확인합니다.

처방약은 처방전과 함께

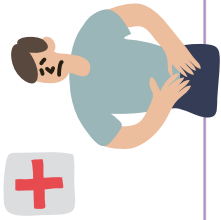
여행 전 병원에서 처방 받은 약을 챙겨갈 때는 영문 번역된 처방전을 함께 지참합니다.

영사콜센터 통역 서비스

긴급 상황에서는 영어, 중국어, 일본어, 베트남어, 프랑스어, 러시아어, 스페인어 등 통역 서비스를 제공하는 영사콜센터 통역 서비스를 이용합니다.

해외 안전 여행을 위한 유의 사항

3. 병의원과 약국



여행 중 질병에 걸리거나 부상을 당했을 경우 병원이거나 약국을 방문해야 합니다. 국가별로 병원과 약국의 시스템이 다르기 때문에 여행 전 여행지의 병원과 약국에 대한 정보를 확인하고 위급 상황 시 신속하게 조치할 수 있도록 합니다.

① “약국을 찾을 수가 없어요.”

우리나라와 다른 단어와 표시로 인해 여행지에서 약국이나 병원의 위치를 확인하기 어려운 경우가 있습니다.

여행지의 병원과 약국 위치 및 종류는 여행 전 확인합니다.

외국의 약국은 생활필수품과 화장품을 같이 파는 곳도 있고 처방전이 필요한 약만 취급하는 약국도 있습니다. 병원이거나 약국을 쉽게 찾을 수 없거나 필요할 때 약을 구할 수 없는 경우가 생길 수 있기 때문에, 여행 전 방문 국가의 의료 시스템을 확인하고 숙소나 방문지 인근에 있는 병원과 약국을 확인하도록 합니다.



② “여행지에서 다칠 일이 있을까요?”

여행지에서 넘어져 찰과상을 입거나 발목을 빼는 경우, 오토바이 등에 부딪혀 부상을 당하는 일도 있습니다. 필요한 경우 병원과 약국을 방문해야 하는데, 사전 준비가 없다면 당황할 수 있습니다.

병원을 방문해 적절한 치료를 받아야 합니다.

여행 중에 식중독으로 인한 복통이나 설사, 두드러기가 생기기도 합니다. 또한 낯선 지역에서 활동하다 보면 부상을 당할 수 있습니다. 상처가 깊지 않고 통증이 없어도 2차 감염 등의 위험이 있으니 작은 부상이라도 병원을 방문하는 것이 좋습니다. 또한 병원마다 여행자 보험의 처리 방법이 다르니 진료 접수 시 먼저 확인하도록 합니다.



③ “야생 동물과 접촉해도 괜찮을까요?”

여행지에서 원숭이나 낙타 등 야생 동물과 직접 접촉하는 프로그램에 참여하거나 길거리 야생 동물에게 먹이를 주고 만지는 경우 전염병에 노출될 수 있습니다.

외국에서 동물과의 접촉은 삼갑니다.

외국의 다양한 동물들과의 직접 접촉을 피하고 동물의 배설물 등을 밟지 않도록 주의해야 합니다. 동물원 방문 시 안전 여부를 확인하고, 체험 중에 동물에게 상처를 입지 않도록 조심하며 체험이 끝나고 숙소에 돌아오면 바로 목욕하고 외출복은 세탁해야 합니다. 만약, 동물에게 물리거나 긁히면 즉시 비누와 깨끗한 물로 씻어내고 병원을 방문합니다.



이런 꼭 기억해요!

보험 증권 소지

병원 방문 시 여권과 보험 증권을 지참합니다. 사본을 준비하고, 휴대폰이나 메일에도 저장해 둡니다.

병원 진단서, 영수증 받기

병원과 약국 이용 시 진단서와 영수증, 기타 서류들을 받아야 합니다

확인 서류 챙기기

교통사고, 의료 사고, 기타 모든 상해나 사고는 각국의 공공 기관에서 확인서를 발급 받아야 합니다.

현금 지참

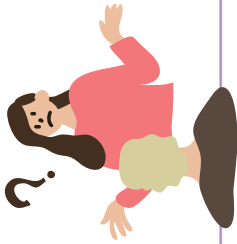
병원이나 약국에 따라 신용 카드 사용이 불가능한 경우가 있으니 현지 화폐를 챙겨야 합니다.

여행 중 사망

동행인이 사망한 경우, 의사의 사망 진단서와 경찰의 검사 진단서 및 사망 증명서 등의 서류를 발급 받아야 합니다. 국내에 있는 사망자 가족은 사망 발생 지역 공관의 영사로부터 긴급 여권, 비자 등 가족 방문 관련 사항 및 장례 관련 절차를 안내 받을 수 있습니다.

해외 안전 여행을 위한 유의 사항

4. 다양한 문화



국가와 민족마다 다른 문화를 숙지하지 않으면 예절에 맞지 않는 행동을 하거나 현지인과 시비에 휘말릴 수 있습니다. 또한 경우에 따라 법적인 문제가 있을 수 있으니, 여행 전 해당 국가의 문화와 사회 규범을 확인하는 것이 필요합니다.

① “사진 촬영을 하면 안 될까요?”

이국적인 풍경으로 생각하고 관광지나 전통 시장 등에서 허락 없이 사진을 촬영하면 현지인과 시비에 휘말릴 수 있습니다.

사람과 공간은 사진 촬영 전 허락을 구해야 합니다.

현지인의 모습이나 생활 풍경을 촬영하고 싶다면 당사자에게 양해를 구하고 허락을 받아야 합니다. 만약, 촬영하다가 현지인과 시비에 휘말렸다면 촬영한 사진을 삭제한 후 사과하고 자리를 피하는 것이 좋습니다.



② “거리 행진에 참여해도 될까요?”

여행 중 현지인의 거리 행렬을 스포츠대회의 거리 응원이나 지역 페스티벌로 착각해 동참하는 경우가 있습니다.

예상치 못한 행렬에는 참여하지 않습니다.

여행 중에는 여러 가지 다양한 형태와 목적의 거리 행렬을 만날 수 있지만, 확인할 수 없는 행사에는 참여하지 않아야 합니다. 축제 같은 분위기의 행렬이라 할지라도 사전에 알고 있던 공식 페스티벌이 아니라면 위험할 수 있으니 자리를 피하는 것이 좋습니다. 또한 여행 전 방문 국가의 정치와 사회 상황을 파악하도록 합니다.



③ “체포되면 어떻게 하나요?”

공항에서 장난으로 친구를 쳤는데 경찰에게 폭행으로 체포되거나 길에서 침을 뱉어 과태료를 지불하게 된 사례가 있습니다.

생활 위험 사항을 확인해야 합니다.

여행하게 될 국가의 생활 법규를 숙지하고 행동에 주의해야 합니다. 경우에 따라서는 과태료를 넘어 체포나 구금까지도 될 수 있는데, 이 경우 재외 공관에 연락하여 도움을 받도록 합니다. 재외 공관은 현지 또는 제3국 국민과 비교해 부당한 대우를 받지 않고 신속하고 공정한 재판을 받을 수 있도록 사법 당국에 협조를 요청하는 등 다양한 영사 조력을 제공합니다.



이전 꼭 기억해요!

사생활 보호

사생활에 대한 질문이나 대화는 삼갑니다.

통행 방향

현지에서 도보나 대중교통 이용, 운전 시 필요할 수 있으니 교통 및 도보 통행 방향을 숙지합니다.

사진 동영상 촬영 주의

사진과 동영상 등 현지인이나 특정 장소를 촬영할 때는 사전에 동의를 구합니다.

드론 촬영, 셀카봉 사용

사전 허가 없이 드론을 띄우는 것은 안전사고의 위험이 있고 처벌될 수 있으니, 해당 국가의 담당 기관을 통해 가능 여부를 확인해야 합니다. 또한 문화재 훼손 가능성과 추락, 충돌의 위험성으로 인해 셀카봉 사용이 금지된 곳도 있습니다. 금지 구역에서 셀카봉을 사용하지 않도록 주의합니다.

옷차림, 장신구 착용 주의

상황에 맞지 않은 옷차림이나 모자, 마스크, 선글라스 등 장신구 착용이 실례이거나 위험일 수 있으니 사전에 확인하는 것이 좋습니다.

해외 안전 여행을 위한 유의 사항

5. 낯선 사람 주의



해외여행 시 새로운 사람과의 만남을 주의해야 합니다. 범죄에 노출될 수 있으니 처음 만난 사람과 단둘이 여행하거나 낯선 사람의 차량에 탑승하지 않도록 합니다.

① “도난을 당했어요.”

물품 보관함 사용법을 알려주거나 대중교통 승차권 구입을 도와준다면 접근해 소지품을 갈취하는 범죄를 당하는 경우가 많습니다.

귀중품을 보이거나 현금을 전달하지 않습니다.

여행지에서 어려운 일을 당했을 때 당황하지 말고 직원이나 경찰에게 도움을 요청하도록 합니다. 만약 현지인이 도와준다면 접근해도 바로 거절해야 하고, 귀중품을 보여 주거나 현금을 건네지 말고 자리를 피하도록 합니다.



② “현지인의 식사 초대에 응해야 할까요?”

여행지에서 알게 되어 몇 차례 도움을 받고 얼굴을 익힌 현지인이 식사 초대를 하여 비싼 음식 값을 내게 하거나 귀중품을 갈취하는 사고가 발생하고 있습니다.

얼굴을 익혔다고 안심하면 안 됩니다.

여행지에 머무는 동안 도움을 받기도 하고, 몇 번 만났다고 해서 안심하고 믿으면 안 됩니다. 음료수 등 먹을 것을 건네면 거절하거나 바로 섭취하지 말아야 하며, 확실히 신뢰할 수 있는 현지인이 아니라면 식사 초대 등은 삼가는 것이 좋습니다.



③ “현지인 문화 예술 수업을 들어요.”

현지인이 운영하는 요가나 요리, 공예 등 문화 예술 수업을 들으며 다양한 국적의 친구들을 만나는 사람들이 늘고 있습니다.

누구와도 단둘이 있는 상황은 피하도록 합니다.

여행지에서 평소 관심 있던 분야의 수업을 듣거나 현지 여행사를 통한 투어 프로그램에 참여하는 것 역시 다양한 친구를 만나는 경험이 될 수 있습니다. 하지만 같은 여행자라고 해도 각자의 상황이나 목적이 다르다는 점을 인지하고, 수업이나 투어에서 친분이 쌓였다고 해도 단둘이 있는 상황은 피하도록 합니다.



이런 꼭 기억해요!

- 과도한 친절 주의
과도한 친절과 관심을 보인다면 우선 조심하고 단둘이 있지 않도록 합니다.
- 무료 제공 주의
손에 무언가를 쥐어 주거나 공짜라며 물건을 건넬 경우 받지 않고 자리를 피합니다.
- 성범죄 주의
낯선 사람이 건네는 술이나 음료수, 음식은 거절하거나 섭취하지 않습니다. 숙소 주인이나 직원, 관광 가이드와 같이 안면이 있는 사람이라고 해도 돌만 있는 자리는 피하도록 합니다.
- 여행 동행
처음 만난 사람이나 단체와 일정을 공유하거나 동행하지 않습니다.

해외 안전 여행을 위한 유의 사항

6. 자녀 동행



보호자는 아이의 체력에 맞춰 여행 일정을 준비하고 여행 시 아이의 안전을 최우선으로 해야 합니다. 또한 여행 전 여행 국가와 안전에 대해 교육하도록 합니다.

① “아이가 힘들면 어떻게 하죠?”

여행지로 향하는 비행기에서부터 힘들어하거나 여행지에서 잘 놀던 아이가 숙소로 돌아와 고열에 시달리는 경우가 많습니다.



아이의 체력에 맞춰 여행 일정을 계획해야 합니다.

아이는 스스로 자신의 체력을 유지하고 조절하기 힘들기 때문에 보호자의 주의가 필요합니다. 공항에서는 교통 약자 배려 서비스를 이용하고 아이의 체력을 고려하여 여행 일정을 정해야 하며 숙소에서 충분한 휴식을 취해야 합니다.

② “옷에 이름과 연락처를 적었어요.”

미술관이나 박물관에 미아 방지 목걸이나 패드가 있을 거라 생각하고 준비 없이 방문했다가 아이가 입고 있는 옷에 이름과 연락처를 적어야 하는 경우가 있습니다.



여행 전 미아 방지 목걸이를 만듭니다.

여행 계획과 준비는 아이와 함께 하는 것이 좋고, 아이가 의사소통이 가능한 나이라면 스스로 자신의 안전을 위해 준비하고, 확인하도록 해야 합니다. 여행지에서 보호자는 아이에게 미아 방지 목걸이나 패드를 반드시 착용하게 하고 일행과 헤어졌을 때 만날 수 있는 방법을 알려 주도록 합니다. 또한 여행지에서 부모와 아이가 같은 옷을 입으면 미아 발생 시 사람들이 아이 부모를 쉽게 알아볼 수 있고, 미리 사진 촬영을 해 두면 참고 자료로 활용할 수 있습니다.

③ “리조트 수영장에서 미끄러졌어요.”

어린이들은 여행지에서 미끄러지거나 넘어지는 경우가 많고 숙소에서 시설물과 충돌해 부상을 당하는 사고가 많이 발생합니다.



보호자는 어린이의 안전사고에 항상 주의해야 합니다.

보호자는 아이가 장난치거나 뛰지 않도록 주의시켜야 하고, 아이의 활동을 항상 주의 깊게 살펴야 합니다. 만일의 경우를 대비해 방문하는 여행지의 병원과 약국의 위치 및 이용 방법을 숙지하고 위급 상황 시 신속하게 대처하도록 합니다.

이런 꼭 기억해요!

아이 전용 구급함

기본적인 상비약 외에도 비타민이 함유된 피로 회복제, 어린이용 밴드 등을 챙깁니다.

어린이 보험

어린이 보험은 많은 제약이 있으니, 사전에 보험 약관과 보상 범위를 확인하고 대비해야 합니다.

가족 증명서, 여권, 보험, 사진

공항 등에서 아이와 가족임을 증명해야 하는 경우나 여권 분실 등의 상황이 발생할 수 있으니 여권 복사본과 사진을 별도로 챙깁니다.

아이의 최근 사진

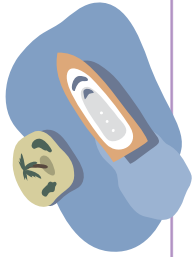
만일을 대비해 아이의 가장 최근 사진을 지참합니다.

생활 안전 주의

레지던스나 아파트, 호텔 등 숙소에서 발생할 수 있는 전기, 화재, 낙상 등의 사고에 주의하고 위급 상황 시 대피 방법을 숙지합니다.

해외 안전 여행을 위한 유의 사항

7. 크루즈, 오지 여행



해상 위에 머물러야 하는 크루즈 여행이나 위험 요인이 많은 오지 여행 시 여행 전 위기급 상황 대처 방법과 안전 주의 사항에 대해 정확히 숙지합니다.

① “퇴선 훈련에 참여했어요.”

24시간 이상 운행하는 유람선에 탑승할 때 퇴선 훈련을 의무적으로 받습니다. 훈련에 참여하지 않으면 탑승을 거부당할 수 있습니다.

승선하는 크루즈의 안전 수칙을 지킵니다.

크루즈 여행은 유람선을 타고 이동하는 여행으로 중간중간 머무는 기항지가 있지만 여행 기간 동안 계속 바다 위를 유영하게 됩니다. 첫 승선 시 퇴선 교육에 의무적으로 참여해야 하며, 크루즈 내 안전시설의 위치를 기억하도록 합니다. 위기급 상황 시 승무원의 지시를 따르고 시설 이용 시 안전사고가 일어나지 않도록 주의합니다.



② “기항지에서 지갑을 잃어버렸어요.”

크루즈 여행에는 기항지 관광 일정이 포함되어 있어 육지 관광을 할 수 있습니다. 관광 중 지갑이나 여권 등 소지품을 분실하는 경우가 많습니다.

선내외 안전사고에 주의합니다.

기항지 관광 시에는 소지품 분실이나 소매치기에 주의하고 소지품 분실 시 반드시 직원에게 알리고 적절한 조치를 취합니다. 또한 육지나 선내에서 넘어져 부상을 당하면 가벼운 부상이라도 2차 감염이 있을 수 있으니 선내 의료실에 방문해 치료를 받도록 합니다.



③ “경이로운 자연을 만나고 싶어요.”

이국적인 자연 풍경을 만나기 위한 오지 여행에서 뜻밖의 사고를 당하는 경우가 많습니다. 오지 트레킹 중에 길을 잃거나 사막 투어에서 강풍을 만나는 등 사고가 있을 수 있습니다.

조금이라도 위험한 상황일 때는 가지 않습니다.

오지 여행은 자연 자체가 주는 위험 외에도 다양한 위험 요인이 잠재되어 있습니다. 전문 안전 요원의 동행 여부, 합법적인 인증 업체의 운영 프로그램, 위기급 상황 시 대피 시스템 등을 반드시 살펴야 합니다. 또한 자연재해 발생 가능성 등 위험 요인이 있을 경우에는 일정을 취소 또는 변경합니다.



이런 꼭 기억해요!

크루즈 경로의 바다 상황

현지 해상기의 기상 정보와 기항지의 날씨 등을 반드시 확인합니다.

휴대폰 사용 여부

여행 중에 외부에 연락을 취하는 것에 어려움이 있는지 해당 여행 업체에 문의하고, 만약 어려움이 있다면 대처 방법은 무엇인지 확인합니다.

야간 주의

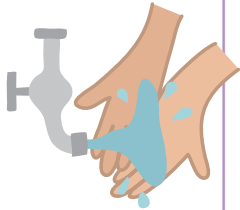
야간 이동을 삼가고 낙상이나 넘어짐을 조심합니다.

위기급 상황 대처 방법

위기급 상황 대처 방법을 사전에 충분히 숙지합니다. 만일 위기급 상황에 처하면 침착함을 유지하고 직원의 지시를 따르며, 2차 사고에 주의합니다.

해외 안전 여행을 위한 유의 사항

8. 먹거리 안전



낮선 지역에서 새로운 음식을 섭취할 때는 주의가 필요합니다. 식사 전 반드시 손을 깨끗이 씻고 비위생적인 음식, 날음식 등은 피하도록 합니다. 또한 해외에서 판매되는 식품 중에는 부작용이 심한 위해 식품이 많으니 사전에 확인하고 구입이나 섭취를 금합니다.

① “손 씻을 곳이 없어요.”

식사 전 손을 씻고 싶지만 화장실이나 수도가를 찾을 수 없는 경우가 많습니다. 손을 씻지 않고 현지 음식을 섭취한 후 배탈이 나기도 합니다.

물티슈 또는 손소독제를 챙깁니다.

화장실의 위치나 상태, 세면대 사용 문화 등을 확인하고 그에 맞는 대비를 해야 합니다. 현지에서 손 씻을 곳을 찾을 수 없는 경우를 대비해 물티슈 또는 손소독제를 가지고 다니거나 생수를 이용해 손을 씻는 것도 방법입니다.



② “좋다고 샀는데 먹고 탈이 났어요.”

여행지에서 유명한 식품이라는 말에 구입한 제품을 먹고 나서 탈이 나는 경우가 있습니다. 또한 건강에 좋다는 식품을 구입했지만 식품의약품안전처의 외국 위해 식품 목록에 포함된 것을 뒤늦게 알게 되는 사례가 늘고 있습니다.

외국 위해 식품 목록을 확인해야 합니다.

해외에서는 우리나라에서 볼 수 없는 다양한 제품들이 판매되고 있습니다. 현지인이나 관광 가이드의 소개로 충동구매를 할 수 있으니 조심하고, 국내 식품의약품안전처에서 운영하는 식품안전나라 누리집(www.foodsafetykorea.go.kr)을 통해 외국 위해 식품 목록을 확인해야 합니다. 위해 식품을 섭취하면 심각한 부작용에 노출될 수 있습니다.



③ “여행자 설사로 고생했어요.”

수인성 질병은 해외여행 중 가장 흔한 질병으로 ‘여행자 설사’라고도 합니다. 현지에서 날음식이나 덜 익힌 음식, 비위생적인 음식, 얼음이 들어간 주스 등을 섭취하면 수인성 질병에 걸릴 수 있습니다.

길거리 음식이나 얼음 섭취에 주의합니다.

‘여행자 설사’ 혹은 ‘물갈이’라고도 불리는 수인성 질병은 대부분 면역 체계가 형성되지 않은 낯선 곳에서 감염되는 장독성원소 대장균이 원인인 경우가 많습니다. 식사 전과 외출 후에는 비누로 손을 깨끗이 씻고, 고기와 생선은 반드시 익혀 먹어야 하며, 물과 과일 주스 등도 조심해야 합니다. 특히 얼음은 섭취하지 않도록 합니다.



이런 꼭 기억해요!

- 식중독 예방 3원칙 준수
- 식중독 예방 3원칙인 식사 전 손 씻기, 물은 끓여 마시기, 익혀 먹기를 지킴으로써 노력합니다.
- 의사와 상담하고 상비약 챙기기
- 여행지의 새로운 환경에서 설사와 함께 알레르기 증상이 발생할 수 있으니, 의사와 상담 후 적절한 상비약을 구비하도록 합니다.

해외 안전 여행을 위한 유의 사항

9. 교통과 이동



여행지에서 대중교통을 이용하거나 보행할 때 교통안전에 특히 주의해야 합니다. 여행 전 현지 교통 상황을 확인하고, 렌터카 이용 시 현지의 도로 교통법을 준수합니다.

① “안전벨트가 없어요.”

해외에서는 대중교통에 안전벨트가 없는 경우가 있습니다. 또한 소화기나 비상 탈출용 망치 등 안전 장비가 미비하거나 도로에 보행자 신호등이 없는 경우도 많습니다.

현지 교통 상황을 사전에 확인합니다.

자유 여행은 물론 패키지여행 시에도 여행 전 해당 국가의 교통 문화를 확인해야 합니다. 패키지여행 업체를 선택할 때 이동 시 이용하는 교통의 안전시설을 확인하고, 자유 여행일 때는 도로의 위험 요인을 파악하는 것이 필요합니다.



② “해외에서 렌터카 운전은 더 어렵습니다.”

렌터카 운전은 익숙하지 않은 상황으로 운전 중 교통사고가 날 수 있습니다. 현지에서 렌터카 차량을 받으면 바로 내·외부 촬영을 한 후 시동을 켜서 차량을 점검합니다. 차량의 크기, 유종을 확인하고, 경고등이나 와이퍼 등의 작동 방법 등을 충분히 숙지해야 합니다. 또한 만일을 대비해 전체 보장 옵션을 선택하고 보험의 보장 범위를 확인합니다.

여행 국가의 도로교통법을 확인합니다.

여행지에서 운전을 계획했다면 여행 전 국제운전면허증을 발급 받은 후 여행 국가의 도로 교통법을 반드시 확인해야 합니다. 운전석의 위치나 교통 신호 체계가 다를 수 있습니다. 언어는 물론 표시 방식도 달라 현지의 도로 표지판을 인식하고 따르는 것이 쉽지 않으니 준비가 필요합니다.



③ “교통사고가 났습니다.”

해외 어느 곳에서나 교통사고는 발생할 수 있습니다. 보행 중 지나는 차량에 치이는 사고 뿐만 아니라 대중교통 이용 시, 혹은 운전 중에도 사고가 납니다. 예방이 최선이지만 상대의 과실로 피할 수 없는 경우가 있습니다.

교통사고 대처 방법을 숙지합니다.

다른 차량과의 사고일 때 상대방에게 화를 내거나 위촉된 행동은 금하고 침착하게 사고 현장을 촬영하도록 합니다. 만약 목격자가 있다면 이름과 연락처, 진술을 확보하는 것이 좋습니다. 또한 재외 공관 연락처는 반드시 저장해 두고 사고가 발생하여 도움이 필요한 경우에 활용하도록 합니다.



이전 꼭 기억해요!

렌터카 업체

반드시 공인 업체를 이용하며, 렌터카 이용 시 운전자 본인 명의의 신용 카드가 필요한 경우가 많으니 사전에 확인하고 준비합니다.

렌터카 범죄 주의

도로와 주차장에서의 강도 사고에 주의해야 합니다. 차에 탔을 때에는 항상 문을 잠그고 낯선 사람이 다가오면 창문은 조금만 열고 이야기를 나누는 것이 좋습니다.

인파 속 소매치기 조심

도보 이동 시 소매치기나 오토바이 날치기가 있을 수 있으니 주의합니다. 소지품 관리에 주의하고 스마트폰을 보면서 걷지 않도록 합니다.

해외여행 안전 주의 사항

10. 범죄와 국가 안보, 자연재해



해외여행에서의 범죄 피해 사례가 늘어가면서 물질적 피해는 물론 신체적 피해도 증가하고 있습니다. 낯선 사람의 접근을 주의하고 마약이나 성범죄에 노출되지 않도록 조심해야 합니다. 자연재해 재난과 국가 안보 위기 상황에 대한 대처 방법도 기억하도록 합니다.

① “정말 눈 깜짝하는 사이에 가방이 사라졌어요.”

카페에서 누군가 커피를 쏟아 당황하는 동안 가방을 가져가거나 사복 경찰이라며 여권과 현금을 요구하는 등 갑자기 나타나 소지품과 금품을 갈취하는 범죄가 많습니다.

낯선 사람의 접근을 주의합니다.

낯선 사람이 다가와 도움을 준다거나 도움이 필요하다고 하면 일단 경계해야 합니다. 누군가 자신에게 물이나 커피를 쏟더라도 침착하게 대처해야 합니다. 과한 행동으로 상대를 자극하지 말고 소지품을 잘 챙겨 자리를 피하는 것이 좋습니다. 혹 낯선 사람이 여권 확인을 요청해도 무시하며 천천히 지나가도록 합니다.



② “성범죄를 당할 뻔했어요.”

여행지에서 택시 기사가 건넌 음료수를 마시고 쓰러지거나 마사지 숍에서 성범죄를 당하는 사례가 늘어가고 있습니다.

현지 교통 및 시설 이용 시 주의합니다.

현지 교통수단을 이용할 때 범죄의 표적이 되는 경우가 있습니다. 운전기사가 건넌 음료수는 마시지 말고 적당한 거리를 유지해야 합니다. 마사지 숍 등 서비스 시설을 이용할 때는 업체 선택에 주의하고 이상한 부분이 있으면 바로 나와야 합니다.

③ “마약 피해를 입을 수 있어요.”

지역 아이들을 매개로 여행자에게 마약을 투여하거나 음료에 마약을 넣어 판매하는 경우가 있습니다. 또한 공항에서 수하물에 몰래 마약을 넣는 사례도 발생하고 있습니다.

마약 위험에 항상 주의해야 합니다.

여행 전 마약 취약을 반드시 확인하고 마약 위험 지역은 절대 방문하지 않도록 합니다. 마약 위험 지역이 아니라고 해도 마약 관련 범죄는 어디에나 있을 수 있으니 주의해야 합니다. 특히 공항에서 누군가 짐이나 가방을 보관해 달라는 요청을 받으면 반드시 거절해야 하고, 가방을 몰래 열어 마약을 넣을 수 있으니 수하물 잠금장치를 확실히 해야 합니다.



④ “쇼핑 사기를 당했어요.”

출입국 시 통과할 수 있다는 말로 물건을 판매하거나 가격 흥정 중에 구매 동의 없이 포장을 뜯고 금품을 요구하는 경우가 있습니다.

물건 구매 시 주의해야 합니다.

장식용 칼이나 총 같은 물건의 구입은 금하고 상인의 권유에 이끌려 충동구매하지 않도록 주의해야 합니다. 전통 시장에서 현지인과 물건 흥정을 할 때는 구매 의사를 정확하게 표시하고 과도한 흥정을 시도하거나 오래 머무르지 않도록 합니다. 또한 쇼핑 지역에서는 소매치기와 강도를 항상 조심해야 합니다.

5 “귀국 후 신용 카드 해외 사용 알림 문자를 받았어요.”

여행지에서 일반 음식점이나 쇼핑센터에서 사용한 신용 카드가 자신도 모르는 사이 복제되어 범죄에 노출되는 경우가 있습니다.

카드 해외 사용 제한 서비스를 신청합니다.

해외에서 카드가 복제되어 금전적 피해를 입는 사례가 늘고 있습니다. 출국 전 외교부에서 제공하는 해외여행 모바일 동행 서비스에 가입하면, 여행 후 귀국할 때 입국 시 카드 사용 제한 서비스를 미리 신청할 수 있습니다.



6 인질, 납치, 테러에도 주의해야 합니다.

여행 전 외교부의 여행 경보를 반드시 확인하고, 여행 중에도 여행 경보 발령 현황에 변동이 없는지 수시로 확인하도록 합니다. 여행 경보는 위험 수준에 따라 1~4단계로 구분되는데, 여행 금지국에 방문하면 법적 처벌까지 받을 수 있습니다.

자연재해 재난 시 대피 방법을 숙지합니다.

여행지에 도착하면 숙소를 중심으로 안전사고 대피 시설을 확인합니다. 태풍, 홍수, 지진, 해일, 산사태, 화산 폭발 등 자연재해가 잦은 지역으로의 여행은 자제하고, 만일의 상황에 대비하여 대피 장소와 경로를 숙지해야 합니다.



INFO 해외 안전 여행 주요 누리집 및 연락처

영사콜센터	(국내) 02-3210-0404 (해외) +82-2-3210-0404	해외에서 사건, 사고, 긴급 상황 시 도움 요청 및 상담 가능 24시간 전화 서비스
해외안전여행 홈페이지	www.0404.go.kr	국가별 기본 정보 및 최신 안전 소식, 여행 경보 발령 현황 등 각종 안전 정보 제공
해외감염병NOW	www.해외감염병now.kr	국가별 감염병 예방 정보, 해외 감염병 정보, 예방 접종 기관 안내
국립중앙의료원	www.nmc.or.kr	해외여행 관련 질환 정보, 예방 접종, 예방약 복용 방법 등 안내
제외국민 119응급의료상담 서비스	해외 +82-44-320-0119 www.119.go.kr central119ems@korea.kr	해외여행자, 경제 활동자, 유학생, 해상 선박 종사자, 승객, 재외 동포 등 제외국민의 질병, 부상 등 응급 상황 시 응급 의료 상담 및 지도
식품의약품안전처	www.mfds.go.kr	외국 위해 식품, 의약품, 화장품, 의료 기기, 해외 여행객 주의 정보
식품안전정보포털 food식품안전나라	www.foodsafetykorea.go.kr	식중독, 위해 식품 정보
한국여행업협회 여행정보센터	http://tourinfo.or.kr	여행사, 우수 여행 상품, 여행 안전 정보 제공

참고자료

지문위

경인여자대학교 항공관광과 김정하 교수
경찰청 교통국 정현호 경감
국립공원산악안전교육원 박용환 부장
국립수목원 수목원과 안태현 주무관
국립중앙의료원 중앙응급의료센터 윤순영 교수
김포고등학교 박계연 교사
에버랜드 안전환경그룹 박진우 프로
상명대학교 국가안보학과 윤지원 교수
스포츠안전재단 안전사업부 교육사업팀 손민기 팀장
식품의약품안전처 통합식품정보서비스과
외교부 재외국민보호과 이정원 사무관
소방청 중앙소방학교 훈련교육과 신동인 소방위
한국관광대학교 호텔관광학과 이항 교수
해양경찰청 수상레저과 배인규 경장
해양경찰청 해양안전과 김희영 경사

참고 누리집
강원도 화천군 산천어 축제 www.narafestival.com
경기도 가평군 자라섬재즈센터 www.jarasumjazz.com
경기도 광명시 www.gm.go.kr
경기도 파주문화관광 <https://tour.paju.go.kr>
경기도교육청 학생안전과 www.goe.go.kr
경찰청 www.police.go.kr
고수동굴 www.gosucave.co.kr
공안장안전지원센터 www.stagesafety.or.kr
교육부 학교안전정보센터 www.schoolsafe.kr
국립공원관리공단 www.knps.or.kr
국립산림과학원 <http://know.nifos.go.kr>
국립자연휴양림 쏜나들레 www.foresttrip.go.kr
국립자연휴양림관리소 <http://huyang.forest.go.kr>
국립재단안전연구원 www.ndmi.go.kr
국립중앙의료원 www.nmc.or.kr
국민건강지식센터 <http://hqcenter.snu.ac.kr>
국민재단안전포털 www.safekorea.go.kr

국방홍보원 www.dema.mil.kr
국토교통부 www.molit.go.kr
대한캠핑장협회 www.campingground.or.kr
도로교통공단 www.koroad.or.kr
메리츠화재 블로그 <http://blog.meritzdirect.com>
문화재청 www.cha.go.kr
문화체육관광부 www.mcst.go.kr
문화체육관광부 관광지식정보시스템 <https://know.tour.go.kr>
보건복지부 www.mohw.go.kr
보건복지부 블로그 <https://blog.naver.com/mohw2016>
부산교통공사 www.humetro.busan.kr
부천식물원 <http://ecopark.bucheon.go.kr>
산림청 www.forest.go.kr
산림청 산악기상정보시스템 <http://mtweather.nifos.go.kr>
삼성교통안전문화연구소 <http://sts.samsungfire.com>
삼성화재 블로그 <https://blog.samsungfire.com>
서울대공원식물원 <https://grandpark.seoul.go.kr>
서울대학교 의과대학 국민건강지식센터 <http://hqcenter.snu.ac.kr>
서울시설공단 www.sisul.or.kr
서울특별시 www.seoul.go.kr
서울특별시 119 광나루안전체험관 <https://fire.seoul.go.kr/gwangnaru>
소방청 www.nfa.go.kr
소방청 국가화재정보센터 www.nfds.go.kr
소방청-중앙119구조본부 www.rescue.go.kr
스포츠안전재단 www.sportsafety.or.kr
식품의약품안전처 www.mfds.go.kr
식품의약품안전처 식품안전정보포털 식품안전나라 <http://www.foodsafetykorea.go.kr>
에버랜드 www.everland.com
여수광양항만공사 www.ygpa.or.kr
외교부 www.0404.go.kr
외교부 여권과 www.passport.go.kr

질병관리본부 www.cdc.go.kr
제주특별자치도 제주시 www.jeju.go.kr
캠핑아웃도어진흥원 www.campingoutdoor.or.kr
키즈현대 블로그 <https://kidshyundai.tistory.com>
한국공항공사 www.airport.co.kr
한국관광공사 www.visitkorea.or.kr
한국관광공사 고캠핑 www.gocamping.or.kr
한국관광공사 대한민국국석구석 <https://korean.visitkorea.or.kr>
한국관광공사 두루누리 www.durunubi.kr
한국교통안전공단 www.kotsa.or.kr
한국동굴탐험협회 <http://cavekorea.com>
한국문화관광연구원 www.kcti.re.kr
한국문화관광연구원 관광지식정보시스템 www.tour.go.kr
한국소비자원 www.kca.go.kr
한국소비자원 국제거래 소비자포털 <http://crossborder.kca.go.kr>
한국소비자원 소비자위해 감시시스템 www.ciss.go.kr
한국스마트이모빌리티협회 <http://kema.kr>
한국운수산업연구원 www.kriti.re.kr
한국철도공사 korail <http://korail.com>
한국철도시설공단 www.kr.or.kr
한화그룹 www.hanwha.co.kr
항공기상청 <http://amo.kma.go.kr>
해양경찰청 www.kcg.go.kr
해양수산부 www.mof.go.kr
질병관리본부 해외감염병 www.해외감염병now.kr
행정안전부 www.mois.go.kr
행정안전부 국민안전방송 www.safetv.go.kr
행정안전부 안전신문고 www.safetyreport.go.kr
호주관광청 www.australia.com/ko-kr

그 외 참고자료
김성기, 똑똑한 등산, 하서출판사, 2013
이찬, 소방안전체험교육 실태와 활성화 방안에 대한 연구
: 지역축제 행사를 중심으로, 경기대학교 행정대학원 석사논문, 2011
정미나, 주재정원, 방문객 및 가이드의 특성 조사를 통한 사립수목원/식물원의 활성화 방안 연구
: 산림청 등록 사립 수목원/식물원을 대상으로, 건국대학교 대학원 석사논문, 2013
연장희, 지역축제의 효율적인 재난 예방 대책에 관한 연구, 가천대학교 산업환경대학원 석사논문, 2018
최용균, 체육시설의 안전관리 개선 방안 연구, 한국체육대학교 사회체육대학원 석사논문, 2012
임영, 한국과 일본의 유원시설 안전관리 실태 및 개선 방안 : 도쿄 디즈니랜드 사례를 중심으로, 이화여자대학교 대학원 석사논문, 2015
백종준, 한국의 테러 대응 정책에 관한 연구, 광주대학교 대학원 석사논문, 2019
박건욱, 항공기 안전수칙 디자인 연구, 국민대학교 디자인대학원 석사논문, 2012

국민안전여행 가이드북

발행일
2020년 3월

발행처
한국관광공사

주소
강원도 원주시 세계로 10 한국관광공사

기획/디자인
(주)비켄/풍당디자인

사진
김애진/셔터스톡

COPYRIGHT(C)2020 KOREA TOURISM ORGANIZATION
ALL RIGHTS RESERVED



국민안전여행 가이드북