

지진대비 시민행동요령

가. 지진 이렇게 대비합시다

- 천장이나 높은 곳의 떨어질 수 있는 물건을 치우고, 머리맡에는 깨지기 쉽거나 무거운 물품을 두지 않는다.
- 비상시를 대비해 응급처치법을 알아둔다.
- 가스·전기·수도를 차단하는 방법을 미리 익혀둔다.
- 비상시 서로 헤어질 것을 대비하여 다시 모일 수 있는 장소를 미리 정하고 모일 장소를 익혀둔다.
- 집 주위에 대피할 수 있는 공터, 학교, 공원 등도 미리 알아둔다.
- 비상시 사용할 약품·비품·장비·식품의 위치와 사용법을 알아 두고 비상시 가족들이 취해야 할 사항과 역할을 미리 정해 둔다.



나. 지진 발생 전인가요?

- 지진발생시 위험을 일으킬 수 있는 집안의 가구 등을 정리합니다.
- 전기배선, 가스 등을 점검하고 불안정한 부분을 수리합니다.
- 전열기, 가스기구 등을 단단히 고정합니다.
- 크고 무거운 물건을 선반에 올려두지 않도록 하고, 선반은 벽에 단단히 고정시킵니다.
- 깨지기 쉬운 유리그릇 등은 잠글 수 있는 캐비닛 등에 보관합니다.
- 균열음, 진동 등 건물이 무너질 조짐이 있거나 균열이 진행되고 있는 것이 발견된 경우에는 전문가에게 문의합니다.
- 주택의 기초와 집 주변의 지반 상태를 점검합니다.
- 전기·가스·수도의 차단장치 위치와 조작방법을 숙지합니다.

- 가족과 함께 지진에 대비한 훈련을 미리 해둡시다.
- 실내의 단단한 탁자 아래, 내벽 사이 작은 공간 등 안전한 위치를 파악해둡시다.
- 각 방에서 위험한 위치(유리창 주변, 책장이나 넘어지기 쉬운 가구 주변)를 확인해두고 지진 발생 시 위험한 위치에 있지 않도록 합니다.
- 지진이 발생한 경우 모든 가족은 위험한 장소를 피하여 안전한 장소로 대피합니다.
- 비상 물자를 준비하여야 하며, 집 주변의 대피장소(공터, 학교, 공원 등)를 미리 알아둡시다.
- 지진이 지나간 후, 가족을 다시 만날 수 있는 장소를 미리 결정해 두고 다른 지역에 사는 친지에게 본인의 안전을 알릴 수 있도록 통신수단을 마련합니다.



다. 지진 발생 중인가요?

- 지진 중 발생한 대부분의 부상은 건물을 출입할 때 떨어지는 물체에 의한 것이므로, 진동이 진행되고 있을 때에는 질서를 유지하면서 위치한 장소에 그대로 머무릅니다.
- 건물 내부에서는 파손되거나 넘어지기 쉬운 물건 주위를 피하고 견고한 탁자 밑이나 화장실(욕실)로 대피합니다. 대피할 때에는 유리파편 등을 조심합니다.
- 문틀이 틀어져 문이 안 열리게 되어 방안에 갇힌 사례가 있으므로 빨리 문을 열어 두어야 합니다.
- 거리에서 심한 진동이 오면 자세를 낮추고 진동이 멈출 때까지 잠시 그 자리에 머물러 있도록 하고 건물·가로등·전선에 접근하지 않습니다.
- 고층빌딩 안에 있는 경우, 창문으로부터 떨어진 견고한 책상 아래로 대피합니다.
- 번화가(빌딩가)에서는 떨어지는 물체(유리 파편, 간판 등)가 가장 위험하므로 우선 갖고 있는 소지품으로 머리를 보호하면서 건물과 떨어진 넓은 장소로 대피하거나 대형건물 안으로 대피합니다.
- 많은 사람이 모여 있는 곳에서는 출입구로 몰려가면 안전사고가 발생하여 더 큰 피해를 입을 수 있으므로 헬멧, 책가방, 방석 등으로 머리를 보호하고 떨어지거나 넘어질 가능성이 있는 물건을 멀리하면서 진동이 멈출 때를 기다려 침착하게 대피합니다.
- 대피하지 않은 사람들은 건물내 안전한 장소에 함께 머무르고 정전되거나 화재경보 기나 스프링클러가 작동할 수 있다는 것을 기억합니다.

- 이동 중인 차량은 가능한 빨리 건물, 나무, 고가도로 전선아래, 주변의 정지된 차 등을 피해 멈추고 도로나 교량의 피해정도를 살펴보고 침착하게 차량 밖으로 탈출합니다.
- 지진이나 불이 났을 때에는 엘리베이터를 절대 이용하지 않습니다.
- 만일 엘리베이터에 타고 있을 때 지진을 느끼면 즉시 각 층의 버튼을 전부 눌러서 엘리베이터를 정지시킨 후 신속히 대피합니다.
- 만일 엘리베이터에 갇히면 휴대전화로 119신고를 하거나 인터폰으로 관리실에 구조 요청을 한 후 침착하게 구조를 기다립니다.
- 기상청 홈페이지(www.kma.go.kr)를 검색하거나 방송을 청취하여 지진 상황을 주의 깊게 파악합니다.



〈 테이블 밑에 들어가서 몸을 보호합니다 〉



〈 집 밖은 위험이 가득, 먼저 안전을 확인 〉



〈 비상사의 대피 방법을 미리 생각해 둡시다 〉



〈 야외에서는 머리를 보호하고 위험물로부터 몸을 피합니다 〉

라. 지진이 멈추었나요?

- 여진은 지진보다 진동은 작지만 지진에 의하여 취약해진 건물에 치명적인 손상을 줄 수 있으므로 여진에 철저히 대비하여야 합니다.
- 부상자를 살펴보고 즉시 구조를 요청하여야 하며 부상자가 위치한 곳이 위험하지 않다면 부상자를 그 자리에 그대로 두어야 하고, 만약 부상자를 옮겨야만 한다면 먼저 기도를 확보하고 머리와 부상부위를 고정시킨 후 안전한 곳으로 옮깁니다.
- 의식을 잃은 부상자에게는 물을 주지 않도록 합니다.
- 만약 부상자의 호흡과 심장이 모두 또는 호흡이나 심장이 멈춘 경우 신속하고 조심스럽게 심폐소생술(인공호흡)을 실시합니다.
- 담요를 이용하여 환자의 체온을 유지시키되, 환자의 체온이 너무 올라가지 않도록 주의합니다.
- 만약 정전이 되었다면 손전등을 사용하고 불(양초, 성냥, 라이터)은 누출된 가스가 폭발할 위험이 있으므로 안전을 확인하고 사용합니다.

- 유리파편 등에 대비하여 견고한 신발을 신읍시다.
- 주택의 안전에 대하여 의심이 간다면 집안으로 들어가기 전에 전문가의 확인을 받도록 합시다.
- 건물(굴뚝, 담장, 벽체 등)을 점검하되, 붕괴우려가 있으므로 최초 진단은 멀리 떨어져서 합시다.
- 건물 내에 쏟아진 약품, 표백제, 유류 등을 정리하되 양이 많거나 환기가 안 되거나 종류·처리방법을 모를 때에는 그대로 두고 대피합시다.
- 전선, 가스관, 수도관 등 주요 관로와 가전제품의 피해상황을 파악해둡시다.
- 가스밸브가 나거나 가스 새는 소리가 나면 창문을 열어 놓고 대피하되, 가능하다면 메인밸브를 잠급시다.
- 가스가 누출되면 가스밸브를 잠근 후, 관계기관[지역 도시가스회사 또는 LPG공급회사, 한국가스안전공사(1544-4500), 119]에 신속히 신고하고 전문가의 조치를 받은 다음 재사용합시다.
- 전기적인 이상이 있다면 전기차단기를 내립시다.
- 수도관에 피해를 입었다면 집으로 들어오는 밸브를 잠급시다.
- 하수관로의 피해여부를 확인하기 전까지 수세식 화장실을 사용하지 맙시다.
- 캐비닛은 물건이 쏟아질 수 있으므로 문은 조심히 열어주세요.
- 인명의 위험이 있는 경우를 제외하고는 전화사용을 자제합시다.
- 긴급사태 관련 뉴스를 주의 깊게 들읍시다.
- 거리로 가급적 나가지 않는 것이 좋으나 반드시 나가야만 한다면, 지진에 의한 피해(떨어진 전선, 붕괴의 위험이 있는 건물·축대·교량·도로 등)에 주의합시다.
- 소방관, 경찰관, 구조요원의 도움이 있기 전까지는 피해지역으로 접근하지 맙시다.
- 해안에 거주하는 주민일 경우 해일에 대비합시다.

마. 지진이 끝난 직후의 점검사항

- 여진에 대비합시다.
- 부상자를 확인하고 응급처치를 실시합시다.
- 이웃사람들과 함께 마음의 안정을 취합시다.
- 유리조각이나 무너질 위험이 있는 건물 등을 조심합시다.
- 화재 및 가스누출을 확인합시다.
- 상·하수도과 전기 안전을 확인합시다.
- 텔레비전이나 라디오의 재난 방송을 통해 지진 상황을 확인합시다.



〈 응급구조의 지식을 바꿔 봅시다! 〉



〈 대피는 걸어서! 소지품은 최소한으로! 〉



〈 작은 지진이라도 즉시 불을 끄는 습관과 서로 알리고 협력하여 초기 소화 〉



장소에 따른 대피방법

1 내진설계가 되어 있는 대형·고층건물에서는

- ▶ 소파 혹은 크고 견고한 구조물의 아래 또는 옆으로 피난하여 몸을 웅크리고 있어야 합니다. : 크고 견고한 구조물 밑이나 아래에 생존 공간이 생길 가능성이 높습니다.
- ▶ 계단은 이용하지 맙시다 : 지진발생 시 외부계단은 빌딩본체와 다르게 진동할 수 있으며 이럴 경우 계단과 빌딩본체가 충돌하여 파괴되면서 계단에 있던 사람이 부상을 입을 수 있습니다. 계단은 건물 중 가장 심각한 구조적 타격을 받을 수 있는 부분입니다. 지진으로 바로 붕괴되지 않더라도 사람들의 무게로 무너질 수 있다는 것을 명심합니다.
- ▶ 가능한 건물 밖으로 대피하고 건물 내부에서는 외벽 쪽으로 대피합니다 : 건물 내부로 들어갈수록 대피로가 잔해로 막힐 확률이 더 높습니다. 외벽 쪽에 생존 공간이 생길 가능성과 붕괴 후 구조될 가능성이 높으나 유리로 되어있는 경우에는 주의해야 합니다.
- ▶ 복사지, 신문지 등 종이 더미 속은 생존공간이 생길 가능성이기 높기 때문에 종이를 쌓아둔 쪽으로 대피합니다.

2 내진설계가 되어 있지 않은 소형건물에서는

- ▶ 1층보다는 2, 3층이 안전하므로 위층으로 대피합니다.
- ▶ 목재는 유연하고 지진력과 같은 방향으로 쉽게 움직일 수 있기 때문에 목조건물은 지진발생시 가장 안전한 시설입니다. 목조건물이 붕괴되더라도 생존할 수 있는 공간이 상대적으로 많이 만들어질 수 있으므로 앞의 ①과 같이 행동합니다.
- ▶ 벽돌로 지어진 건물은 벽돌이 부서져서 많은 부상을 일으킬 수는 있지만 콘크리트 건물에 비하면 신체가 어스러져 사망하는 경우는 상대적으로 적으니 앞의 ①과 같이 행동합니다.
- ▶ 침대에서 자고 있을 때 지진이 발생하면 침대에서 굴러 내려와 앞의 ①과 같이 행동합니다.
- ▶ TV를 시청 중이거나 문이나 창문을 통하여 재빨리 탈출할 수 없는 상황이라면 소파나 큰 의자 옆으로 가서 몸을 구부린 태아자세를 유지합니다.
- ▶ 현관의 기둥이 부서졌을 경우 현관 위의 천정 붕괴에 유의합니다.
- ▶ 학교에서는 책상의 아래 또는 옆으로 피난합니다.

3 자동차 안에서는

- ▶ 고가도로 아래는 고가상판이 떨어져 차량이 완전히 부서질 수 있습니다. 고가도로 아래에서 신속히 빠져 나오거나, 시간이 없는 경우 자동차에서 나와 자동차 바로 옆에 누워있거나 쭈그리고 있도록 합니다.(실제 지진현장을 조사한 결과, 상판 지지기둥이 차량으로 직접 넘어진 경우를 제외하고는 상판 밑에 깔린 자동차 옆으로는 1m 높이 정도의 생존공간이 있는 것으로 파악되었습니다)