



# CONTENTS

청소년수련활동 안전 매뉴얼 활용 안내	1
----------------------	---

사고 발생 시 대응절차	2
--------------	---

I. 활동단계별 안전관리 체크리스트	3
---------------------	---

1 활동계획 단계	3
-----------	---

2 활동준비 단계	4
-----------	---

3 활동실행 단계	5
-----------	---

4 활동종료 단계	6
-----------	---

II. 활동운영 시 상황별 대처요령	7
---------------------	---

1 참여청소년 및 지도자 부상	7
------------------	---

좌상, 염좌, 절상, 자상, 찰과상, 골절, 탈구, 화상, 치아파절,  
눈의 이물질, 귀의 이물질, 코의 이물질 및 코피, 동물에 의한 부상

2 긴급환자의 발생	22
------------	----

3 참가자 실종	27
----------	----

4 활동장 이동 시 안전수칙	29
-----------------	----

III. 구급약품 및 장비 활용법	37
--------------------	----

## 청소년수련활동 안전 매뉴얼 활용 안내

이 책은 청소년지도자용으로 프로그램 운영 중 안전사고를 예방하고 위급상황 시에는 신속한 대응 및 조치를 돕기 위하여 제작하였습니다.

매뉴얼은 사고발생 시 대응절차, 활동단계별 체크리스트, 상황별 대처 요령 등으로 구성되어 있습니다.

평소 '청소년수련활동 종합 안전매뉴얼'을 참조하여 활동과 안전교육을 준비하시고, 활동 중에는 본 핸드북을 소지 및 활용하시기 바랍니다.

청소년이 행복한 세상, 안전하고 믿을 수 있는 청소년활동이 함께 합니다.

### 안전한 청소년활동을 위하여 잊지 마세요!

- 하인리히의 1:29:300의 법칙을 기억합니다.
  - 한 번의 대형 참사 이전에 유사한 29번의 작은 사고가 있고, 그 사고들에 앞서 3백번 이상의 사고 징후가 나타납니다.
- 어느 하나가 잘못되면 도미노처럼 영향을 줍니다.
  - 늘 해오던 활동이라는 생각으로 준비를 소홀히 하거나 안전수칙을 지키지 않으면 큰 사고로 이어질 수 있습니다.
- 청소년활동 안전을 위한 국가제도에 적극 동참합니다.
  - 청소년수련활동인증제, 청소년수련활동신고제에 적극 참여합니다.

### Tip

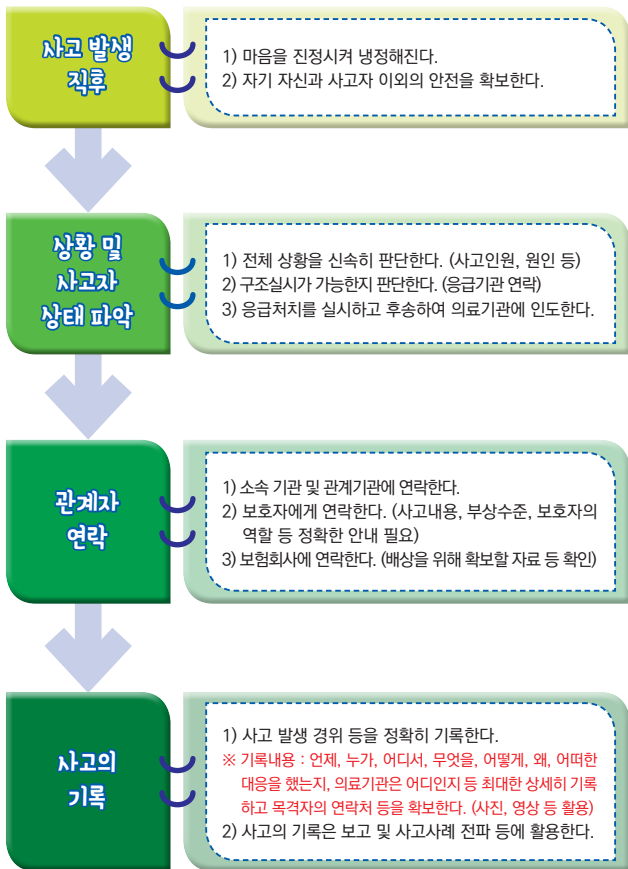
#### # 청소년수련활동인증제

- 청소년과 학부모가 믿고 신뢰할 수 있는 청소년 활동프로그램에 참여할 수 있도록 일정 기준에 따라 심사하고 인증하는 제도.
- 위험도가 높은 활동(수상, 항공, 장기도보, 유해물질 사용, 짙라인 등 모험활동 등)이나 150명 이상이 참여하는 활동은 의무적으로 인증을 받아야 함.
- 관련 사이트 : <http://yap.youth.go.kr>

#### # 청소년수련활동신고제

- 청소년수련활동의 실시 계획을 사전에 신고하고, 신고 수리 된 내용을 청소년 및 학부모가 확인할 수 있도록 인터넷 등에 공개하는 제도.
- 청소년수련시설이나 영리법인, 기업이 운영하는 숙박하는 활동이거나 참가 인원이 150명 이상, 혹은 위험도가 높은 활동이라면 의무적으로 신고를 해야 함.
- 관련 사이트 : <http://www.youth.go.kr/singo.do>

## 사고 발생 시 대응절차



# 1. 활동단계별 안전관리 체크리스트

## 1. 활동계획 단계

구분	확인 항목
프로그램	운영하고자 하는 활동의 목적이 명확한가?
	참여청소년 특성과 목적을 고려하여 일정, 시간, 내용을 구성하였는가?
	프로그램 일정상에 충분한 안전교육과 휴식시간을 고려하였는가?
	유사시를 대비한 상황별 대응방안이나 대체프로그램을 계획하였는가?
	편성한 프로그램의 위험요소는 무엇인지 확인하였는가?
	활동의 주최자와 주관자의 책임 범위는 명확한가?
지도자	지도자의 인원수나 전문성은 활동의 내용에 적합한가?
	긴급 상황 시 응급처치가 가능한 지도자의 배치 계획을 수립하였는가?
	지도자가 활동 및 긴급 상황에서 해야 할 역할을 계획하였는가?
활동환경	사업의 목적달성과 안전을 고려하여 활동장소를 선정하였는가?
	현장답사 계획은 치밀하게 수립하였는가?
	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 활동시의 상황을 정확하게 파악할 수 있는 시기나 시간대 편성</li> <li>■ 활동의 전문가 혹은 해당 장소에 대해 잘 알고 있는 지도자와 공동 수립</li> </ul>
	보험 가입 계획을 수립하였는가? (별도 보험가입 시 예산확보 여부 등)
	청소년의 시각에서 활동장소의 안전성 여부 확인이 가능한가?

## 2. 활동준비 단계

구분	확인 항목
<b>프로그램 /기자재</b>	참여청소년의 명단과 건강 상태 등의 주요 정보를 확보하였는가?
	참여청소년의 보호자에게 활동내용과 관련된 정보가 전달되었는가?
	계획한 참여청소년의 조건과 실제로 참여한 청소년의 차이는 없는가?
	프로그램별 장비, 안전용품 등 준비물이 적절하게 구비되어 있는가?
	프로그램별 위험요소에 따른 대처방법을 준비하였는가?
<b>지도자</b>	확보된 지도자의 인원수와 전문성은 프로그램 운영에 적합한가?
	응급처치가 가능한 지도자가 배치되었는가?
	모든 지도자에게 사전 안전교육을 실시하였는가?
	지도자는 활동 및 긴급 상황에서 각자의 역할을 명확히 숙지하고 있는가?
	구급약품 및 장비의 보관 장소를 참여 지도자가 숙지하고 있는가?
<b>활동환경</b>	활동기간 중 일기예보, 기상특보, 유행성 질병 여부 등을 파악하였는가?
	활동장 주변의 의료기관, 소방서, 경찰서 등 비상연락처를 확보하였는가?
	현장답사(사전 안전점검)를 통하여 활동장소의 적합, 안전성을 확인하였는가?
	모든 활동장소에서 보장받을 수 있도록 보험에 가입하였는가?
	활동현장에서 유사 시 외부와 연락이 가능할 수 있는 통신상황은 원활한가?

## 3. 활동실행 단계

구분	확인 항목
프로그램 /기자재	프로그램의 대상, 일정, 시간 등 변경된 사항이 있는가?
	프로그램에 사용하는 도구, 장비 등의 상태는 점검하였는가?
	활동 중 휴식, 수분보충, 개인위생을 위한 시간배정은 고려하였는가?
지도자	배치된 지도자의 변경된 사항이 있는가? (교체, 건강상태 등)
	모든 지도자는 배정받은 위치에서 본인의 역할을 수행하고 있는가?
	활동장소의 모든 위험한 요소는 제거되거나 위험표지가 부착되었는가?
활동환경	활동장소의 청결 및 위생 상태는 활동에 적합한 수준인가?
	의료기관, 소방서, 경찰서 등 비상연락처와 지도자간 비상연락망에 이상 없는가?
	출입문, 창문, 집기류 등의 상태와 위생수준은 적합한가?
	실내 화재, 붕괴 등 재난상황 발생 시 대피방법은 고려하였는가?
	날씨, 기온 등 주변여건의 변화는 없는가?
	야외 유사 시 대피장소를 준비하였는가?
참여 청소년	참여 청소년의 인원 및 건강상태를 확인하였는가?
	참여 청소년의 복장은 활동에 적합한가? (필요 시 환복 조치)
	운영하는 프로그램에 적합한 사전 안전교육을 실시하였는가?
	활동 내용에 적합한 준비운동을 실시하였는가?
	신체적·정신적 불편을 호소하는 청소년이 없는지 수시로 확인하였는가?

#### 4. 활동종료 단계

구분	확인 항목
참여 청소년	활동 내용에 적합한 정리운동을 실시하였는가?
	참여청소년 모두 정신적·신체적으로 건강한 상태인가?
	프로그램 및 안전에 관련한 청소년의 의견을 청취하였는가?
	참여청소년의 소지품 중 분실물이나 파손품은 없는가?
프로그램 /기자재	활동 종료 후 귀가 또는 다음 일정으로 이동, 숙소 복귀 등 해산 후 안전교육을 실시하였는가?
	계획된 프로그램의 모든 과정이 이루어졌는가?
	도구, 장비가 모두 회수되었고, 상태를 점검하여 보관하였는가?
지도자	필요 시 도구, 장비를 보수하거나 파손품을 분리하였는가?
	모든 지도자는 정신적·신체적으로 건강한 상태인가?
활동환경	프로그램 운영 시 위태로운 상황에 대한 의견교환을 실시하였는가?
	활동장소는 청결하게 뒷정리를 하였는가?
	추후 활동 시 안전을 고려해야 하는 요소로 보이는 점이 있는가?
후속조치	청소년이 안전하게 집에 도착하도록 최대의 노력을 실시하였는가?
	특이사항 발생 시 보호자에게 대한 정확한 정보전달을 실시하였는가?
	추후 프로그램 시 고려해야 할 사항을 종합적으로 정리하였는가?



## II. 활동운영 시 상황별 대처요령

### 1. 참여청소년 및 지도자 부상

#### 좌상(contusion, 挫傷) : 타박상

예방 : 넘어지거나, 차이거나, 외부의 충격을 받아 근육이 붓고 통증이 생기는 것이므로 이동 및 활동 시 주변의 상황을 잘 살피도록 함

증상 : 피하출혈(피멍), 통증 등

#### 대처방법

단계	조치
1	첫 24시간 동안은 손상 부위를 심장보다 높이 올리고 찬물 등으로 냉찜질하여 부종을 감소
2	부종이 줄어든 후에는 1회에 약 20분 동안 온찜질
3	손상 부위를 탄력붕대로 감아서 환부를 고정하고 압박한 후 가급적 이동을 자제 함

주의사항 : 손상부위가 머리, 목통, 등 쪽에 가까운 허리 부분(콩팥) 일 경우 해당 장기가 손상되었을 수 있으니 반드시 병원에서 확인이 필요 함



〈콩팥의 위치〉

## 염좌(distortion, 捻挫) : 뺨

예방 : 활동 전 관절에 대한 준비운동 실시 및 운동화 착용 권장

증상 : 해당 부위가 붓고, 빨개지고 통증이 생기고 해당 조직을 누르면 더 통증을 느낌, 피부 안쪽의 출혈로 멍이 들기도 함

### 대처방법

#### 단계

#### 조치

1

압박붕대를 이용하여 고정하거나 부목을 대어 해당 부위를 움직이지 않도록 함, 관절 부위의 인대가 손상된 경우 해당 부위를 심장보다 높게 유지

2

손상 직후에는 얼음찜질을 시행하여 부종을 가라앉힘, 부종이 가라 앉은 다음에는 온찜질을 실시 함

3

병원 후송 및 진찰 (방치할 경우 큰 부상으로 이어질 수 있음)

주의사항 : 1~2개월 정도 이내에 좋아지는 경우가 대부분이지만 제대로 치료하지 않으면 낫지 않고 만성화 상태로 진행되어 해당 조직 약화, 불안정, 압통 등이 지속됨으로 반드시 초기에 안정 및 치료 실시

## 절상(incised wound, 切傷) : 베인 상처

예방 : 날카로운 물체를 다룰 때에는 예리한 부분을 주의

증상 : 상처의 가장자리가 예리하게 잘려 있고, 출혈이 동반 됨

### 대처방법

#### ▶ 상처가 작고 출혈이 심하지 않은 경우

단계	조치
----	----

- 1 출혈부위를 거즈 등으로 덮고 손가락으로 꾹 눌러 지혈 시킨다.
- 2 옥시풀이나 알코올로 상처를 깨끗이 닦은 후 소독약을 바르고 일회용 반창고를 상처부위에 붙인다.

#### ▶ 상처가 깊고 출혈이 심한 경우

단계	조치
----	----

- 1 절상 부위를 심장보다 높게 한 후 손으로 누르거나 지혈대 등을 이용하여 지혈하거나 상처부위에 피를 공급하는 동맥을 손으로 눌러 지혈한다.
- 2 붕대로 고정한 다음 병원으로 간다.

주의사항 : 아스피린계 약물은 지혈작용을 방해하므로 복용이 필요할 때에는 반드시 의사와 상담

## 자상(stab wonde, 刺傷) : 창상

예방 : 날카로운 물체를 친구에게 휘두르지 않을 것, 높이가 있는 곳에서 뛰어내릴 시 발 디딜 곳에 날카로운 물체가 없는지 확인할 것

증상 : 상처가 깊고 좁으며 피부의 내부 조직까지 상처가 생김, 상처의 원인이 되는 물체가 꽂혀 있는 경우도 있음

### 대처방법

#### ▶ 상처부위가 손이나 발이고 작은 가시 등으로 인한 상처일 경우

단계

조치

- 1 손을 잘 씻고 소독한 족집게로 가시를 뽑는다.
- 2 상처부위에 소독약을 바른 후 밴드나 붕대 등으로 보호한다.

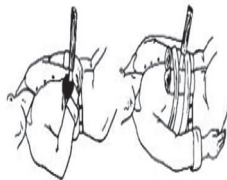
#### ▶ 상처부위가 머리, 몸통, 허벅지 등 중요부위일 경우

단계

조치

- 1 몸통이나 머리 등에 박힌 물체를 절대로 뽑지 말 것
- 2 몸을 찌른 물체를 고정시키고 신고 후 구급대원의 처치를 기다릴 것

주의사항 : 자상은 겉보기의 상처보다도 내부의 손상이 큰 것이 특징으로서 잡균이나 파상풍균으로 인한 감염이 있을 수 있음, 따라서 상처의 원인이 녹슨 못 등 불결한 것일 경우 반드시 응급처치 후 의사의 진찰을 받아야 함



〈찔린 상처에 대한 고정 예시〉

## 찰과상(abrasion, 擦過傷)

예방 : 야외 활동시에는 되도록 긴팔이나 긴바지를 입고 지나치게  
피부를 노출시키지 않도록 함

증상 : 손상된 피부가 깨끗하지 않고 다양한 깊이로 손상을 얻음

### 대처방법

단계	조치
1	흐르는 물에 비누를 가볍게 사용하여 상처부위를 씻어낸다. (감염과 흉터를 막기 위해 반드시 필요함, 샤워기나 물 스프레이 등을 사용)
2	옥시폴 등으로 상처를 소독한다.
3	멸균거즈를 댄 후 붕대를 감는다.

주의사항 : 아래와 같은 경우에는 반드시 의사의 진찰을 받아야 함

- 눈발 같은 곳 등 흡투성이가 되어 상처를 입을 경우
- 상처가 매우 크고 더러운 경우
- 감염의 증상이 있을 경우 (다친 부위에 열감이 있거나 고름 발생, 다른 이유 없이 37.8도 이상의 열 발생)

## 골절(fracture, 骨折)

예방 : 활동 실시 전 반드시 스트레칭 실시, 미끄러운 곳을 이동할 시에는 반드시 주머니에서 손을 뺄 것

증상 : 골절 부위 주변으로 통증과 압통이 발생함. 특히 골절 부위를 움직이거나 압력을 가하면 더욱 심해지며, 부러진 뼈가 변형되거나 위치가 변하게 됨. 심할 경우 쇼크에 빠지는 경우도 있음

골절은 뼈만 부러진 경우의 단순골절과 부러진 뼈가 피부 밖을 뚫고 나온 경우의 복합골절로 구분되며 복합골절은 출혈을 동반하는 경우가 대부분임

### 대처방법

#### ▶ 골절 부위가 손이나 발 등의 사지일 경우

##### 단계 조치

1 나무판, 신문지, 잡지, 배게, 우산, -자형 막대 등을 이용하여 골절된 부분 고정

2 골절 부위를 건드리거나 함부로 옮기다가 뼈끝이 신경이나 혈관, 근육을 손상시킬 수 있으므로 구급차를 불러 후송토록 함  
※ 구급차를 부르기 곤란하거나 손상부위가 팔일 경우에만 직접 후송토록 함

#### ▶ 골절 부위가 머리, 목, 척추, 허리, 몸통(갈비뼈) 등일 경우

##### 단계 조치

1 다친 환자를 절대 임의로 움직이려 해서는 안되며 구급차를 불러 구급대원의 처치를 받도록 함

주의사항 : 복합골절로 인한 출혈이 발생할 경우 지혈 후 후송 (후송을 해야 할 경우)

## 탈구(dislocation, 脫臼)

예방 : 활동 전 각 관절에 충분한 사전준비운동을 실시

증상 : 관절이 어긋나 뼈가 제자리에서 벗어나거나 관절의 모양이 변하고 해당 부위에 통증이 있음. 해당부위를 움직이기 어려움

### 대처방법

#### 단계

#### 조치

- 1 억지로 바로 잡으려 하지 말것
- 2 찬 물수건으로 해당 부위를 찜질하고 손상부위를 심장 부위보다 높이도록 함, 부목이 가능할 경우 부목 실시
- 3 병원으로 후송하여 치료

주의사항 : 습관성 탈구가 아닌 한, 손으로 관절을 제자리에 맞추려고 해서는 안 됨

## 화상(burns, 火傷)

예방 : 정수기에서 컵 없이 무리하게 물을 마시려고 하거나  
식당에서 뜨거운 국을 쏟아 발생하는 경우 많으므로 주의

### 증상

구분	증상
1도 화상	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 피부가 붉게 변하면서 화상부위에 뜨거운 느낌과 통증을 수반</li> <li>■ 물집은 생기지 않고 대부분 합병증이나 후유증 없이 완치</li> </ul>
2도 화상	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 물집(수포)이 생기고, 붓고, 심한 통증이 동반</li> <li>■ 상처가 다 나은 후에도 흉터가 남을 수 있음</li> </ul>
3도~4도 화상	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 피부색이 흰색 또는 검은색으로 변함</li> <li>■ 피부 신경이 손상되어 통증이 느껴지지 않음</li> </ul>

### 대처방법

화상 원인	조치
불, 뜨거운 물	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 화상이 진행되지 않도록 환자를 안전한 곳으로 이동</li> <li>■ 환부를 흐르는 찬물로 15~30분 정도 식힘</li> <li>■ 수포가 발생할 경우 병원에 방문하여 치료</li> </ul>
뜨거운 공기를 흡입	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 환자를 안전한 곳으로 이동</li> <li>■ 의복을 느슨히 하고 신선한 공기 흡입토록 조치</li> <li>■ 심폐정지 시 심폐소생술 실시 후 병원으로 이송</li> </ul>
화학	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 즉시 흐르는 물이나 생리식염수로 화학물질 제거</li> <li>■ 즉시 병원 이송</li> </ul>
전기 화상	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 전기로 인한 화상은 무조건 3도 화상으로 간주</li> <li>■ 전기 감전 발생 시 환자를 직접 떼어내지 말고 전기 스위치를 내려 전기 공급 중단 후 병원 이송</li> </ul>



## 치아파절(odontoclasia, 齒牙破折)

예방 : 달리는 상대방의 머리에 치아가 부딪혀 빠지는 경우가 많으므로 전방 주시 주의

증상 : 외부의 충격 등으로 인해 치아가 빠지거나 깨진 상태, 출혈이 일어나는 경우도 있음

### 대처방법

단계	조치
1	만약 출혈이 있을 경우 빠진 치아 공간에 두꺼운 솜 등을 넣고 꼭 물어 압박이 되게 함
2	이탈된 치아를 우유나 생리 식염수에 넣어 보존하여 병원으로 급히 후송 함

주의사항 : 치아 재이식은 부상 직후 1시간 이내에 치료해야 최선의 결과를 볼 수 있음

## 눈의 이물질

예방 : 먼지바람이 불 경우 고개를 숙이고 눈을 감도록 함  
막대 등을 사람의 얼굴을 향해 휘두르지 않도록 함

증상 : 눈에 이물감, 통증, 눈물흘림, 충혈, 부종, 발적(눈이 빨간색으로 변하는 것) 등의 증상이 발생

### 대처방법

구분	대처방법
눈에 티나 먼지가 들어갔을 경우	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 눈 안쪽에서 바깥쪽으로 흐르는 물로 씻어 냄</li> <li>※ 물로 씻어낸 후에도 계속해서 이물감이나 통증, 충혈 등이 나타날 경우 병원에서 진찰받도록 함</li> </ul>
눈에 화학물질이 들어갔을 경우	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 30분 이상 식염수나 흐르는 수돗물로 계속 씻어내고 병원으로 후송</li> <li>■ 병원이송 시 눈에 들어간 화학물질을 함께 가지고 이동</li> </ul>
눈에 이물질이 박혀있을 경우	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 금속 등이 박힌 경우 뽑지말고 그대로 둔채 이물질이 움직이지 않게 고정하여 병원후송</li> <li>■ 후송 시 다른 한쪽 눈에도 안대를 씌워 안구가 움직이지 않도록 조치</li> </ul>

### 주의사항

- 눈을 손으로 비비면 각막에 물리적 손상을 가할 수 있으므로 절대 손으로 눈을 비비지 말 것
- 씻어낸 물이 반대편 눈으로 흘러들어가지 않도록 주의할 것

## 귀의 이물질

구분	세부 구분	조치방법	주의사항
무생물	액체 (물 등)	<ul style="list-style-type: none"> <li>액체가 들어간 귀를 아래쪽으로 향하게 하고 귀를 가볍게 흔들거나 콩콩 뽐</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>휴지나 면봉으로 무리하게 닦아 내려 할 경우 귓속에 상처를 만들 수 있기 때문에 삼가 함</li> </ul>
	고체 (BB탄, 모래 등)	<ul style="list-style-type: none"> <li>고체가 들어간 귀를 아래쪽으로 향하게 하고 콩콩 뽐</li> <li>위의 조치를 취하였는 데도 빠지지 않을 경우 이비인후과를 방문하여 치료</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>잘 빠지지 않는 이물질을 빼려고 할 경우 더 깊이 밀어 넣거나 외이도에 상처를 주는 경우가 있으므로 병원에서 치료 받도록 함</li> </ul>
생물	작은 벌레	<ul style="list-style-type: none"> <li>벌레가 작다고 느껴질 경우 주위를 어둡게 한 다음 귓속에 불빛을 비추어 벌레가 스스로 나오도록 함</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>귀를 후빌 경우 벌레가 더 깊이 들어갈 수 있으므로 주의</li> <li>큰 벌레는 보통 직진을 하므로 귓속의 작은 통로에서는 후진하거나 길을 돌아서기 힘들. 귓속의 벌레가 클 것 같다는 느낌이 들 경우 불빛보다는 기름을 통한 질식사 방법을 권장</li> </ul>
	큰 벌레	<ul style="list-style-type: none"> <li>벌레가 큰 경우 올리브유, 베이비 오일, 식용유 등 기름을 귓속에 넣어 주고 5분정도 대기</li> <li>벌레의 움직임이 멈추면 병원을 방문하여 벌레 제거</li> </ul>	

## 코의 이물질 및 코피

구분	조치방법	주의사항
----	------	------

### 코피

- 등받이 따위에 비스듬히 기대게 하고 머리를 앞으로 내밀게 함
- 머리를 숙이고 숨이나 거즈를 콧구멍 속에 밀어 넣은 다음 손가락 끝으로 양쪽 콧방울을 누르고 5~6분 대기
- 얼굴을 들고 위로 향하게 하지 않도록 함
- 숨이나 거즈를 너무 자주 갈아 끼우면 출혈이 심해질 수 있으므로 주의

※ 코를 중심으로 냉찜질을 실시하면 지혈이 촉진



### 이물질

- 코에 이물질이 들어간 반대편 콧구멍을 막고 코를 세게 풀어본 후 나오지 않는 경우 병원을 방문하여 치료
  - 면봉이나 핀셋으로 제거하려 할 경우 더 큰 손상을 일으킬 수 있으므로 코를 풀었는데도 나오지 않을 경우 병원에서 제거
- ※ 만약 코에 들어간 이물질로 인해 호흡에 곤란이 있는 경우 119 구급대를 불러 빠른 이송 실시

## 동물에 의한 부상

### 예방 : 주의해야 하는 동물들

구분	주의사항
너구리	<ul style="list-style-type: none"> <li>야생의 너구리는 광견병 병원균을 보유하고 있을 가능성이 있음</li> </ul>
쥐	<ul style="list-style-type: none"> <li>쥐는 콜레라 등 각종 병원균의 매개체</li> </ul>
뱀	<ul style="list-style-type: none"> <li>머리모양으로 독사와 일반 뱀을 구분하는 것은 속설이므로 뱀의 주변에 가지 않도록 함</li> </ul>
벌	<ul style="list-style-type: none"> <li>말벌은 꿀벌과 달리 여러 번 침을 사용 가능하며 급소에 쓰였을 경우 치명적임</li> <li>벌에 쏘인 뒤 가슴 답답, 어지러움, 목소리 변화, 목 불편함이 있을 시 항히스타민제 투여 후 즉시 병원 진찰</li> <li>달콤한 냄새가 나는 음식(사이다나 콜라 등), 원색 옷 등에 달려드는 습성이 있음</li> </ul>
해파리	<ul style="list-style-type: none"> <li>해파리는 부유물이나 거품이 많은 곳, 물의 흐름이 느린 곳에 모여 있는 경우가 많으므로 주의</li> <li>절대 만지지 말고 피할 것</li> </ul>

주요 동물 / 유난히 위험한 동물

### 원인별 증상

구분	부상례	주의사항
개, 너구리, 쥐 등에 물렸을 때		<ul style="list-style-type: none"> <li>물린 부분이 붓거나 열감, 통증</li> </ul>

뱀에 물렸을 때



■ 물린 부위에 통증과 지속적인 부종 증상

※ 뱀독이 퍼졌을 경우 : 구역질, 구토, 위약감, 혀와 입주위의 저릿한 느낌, 맥박이 빨라지고 어지러운 증상, 근육 떨림

벌에 쏘였을 때



■ 쏘인 부위 주변이 붓고 통증

※ 여러 차례 벌에 쏘이게 되면 구역감, 구토, 설사, 어지러움증 등이 나타나게 됨으로 주의 (아나필락시스 쇼크)

해파리에 쏘였을 때



■ 심한 통증과 쏘인 부위가 빨갱게 되면서 부종 발생

※ 일부환자에게 심한 아나필락시스 쇼크 반응

※ 아나필락시스 쇼크란?

항원-항체 면역 반응이 원인이 되어 발생하는 급격한 전신반응, 즉시형 과민증 반응으로 호흡장애, 어지럼증, 실신, 구토, 복통, 저혈압 등의 증상이 나타남. 즉시 병원 후송 필요

## 원인별 대처방법

구분	대처방법	주의사항
개, 너구리, 쥐 등에 물렸을 때	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 상처는 비눗물을 이용하여 흐르는 물에 깨끗이 씻은 후 드레싱</li> <li>■ 광견병 등의 위험이 있으므로 반드시 병원을 방문하여 진찰</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 된장등 다른 물질을 바르는 것은 금지</li> <li>■ 상처에서 피가 난다고 지혈가루를 뿌리는 행위 지양 (2차 감염의 위험을 높이게 됨)</li> </ul>
뱀에 물렸을 때	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 환자를 안정시키고 물린 부위 위쪽 상부를 가볍게 묶고 고정 (손가락 하나 정도가 지나갈 정도로 묶어 줌)</li> <li>■ 응급실로 즉시 후송</li> <li>※ 뱀에 물린 사람에게는 의사의 지시가 있을 때까지 아무것도 먹게 해서는 안됨</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 물린 부위를 입으로 빨아 내는 행위는 하지 말 것</li> <li>■ 냉찜질은 해도 되지만 온찜질은 절대 해서는 안됨</li> <li>■ 비명을 지르거나, 급히 움직이는 것은 심박수를 올려 독을 빨리 퍼지게 하므로 진정하는 것이 중요</li> </ul>
벌에 쏘였을 때	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 추가적인 쏘임을 막기 위해 안전한 장소 이동</li> <li>■ 면도칼이나 신용카드의 모서리로 벌침 제거</li> <li>■ 2차 감염을 예방하기 위해 비눗물로 상처부위 세척</li> <li>■ 얼음찜질 실시</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 벌독이 몸 안으로 더 들어갈 수 있으므로 손으로 잡아 뽑지 않음</li> <li>※ 아나팔락시스 쇼크가 올 경우 항히스타민제 투여 후 응급실 직행</li> </ul>
해파리에 쏘였을 때	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 손에 장갑을 끼고 해파리의 촉수 제거</li> <li>■ 식초나 바닷물을 쏘인 부위에 30초 이상 부림</li> <li>■ 면도크림이나 베이킹 파우더를 바른 다음 면도칼이나 신용카드 등으로 긁어 자포 제거</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 응급처치가 이루어지기 전까지는 일반적인 물로 씻어서는 안 됨</li> </ul>

## 2. 긴급환자의 발생

### 긴급환자는?

심폐정지, 가슴 통증, 심각한 복통, 손가락 절단, 의식소실 등

#### 초동조치

구분	세부내용
<p style="text-align: center;"><b>1</b></p> <p style="text-align: center;"><b>긴급환자 인지</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 긴급환자 주변은 안전한가? (구조자 및 사고자 이외의 참여자 안전 확보)                     <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 사고 현장이 위험할 경우 지도자도 사고를 당할 수 있으므로 주의</li> </ul> </li> <li>② 무슨 일이 일어났는가?                     <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 주위 물건을 보고 사고 원인과 손상 추론하여 119 신고 시 전달</li> </ul> </li> <li>③ 현장 주변에 환자를 위협하는 요소가 있는가?                     <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 불이나 홍수 혹은 독성가스처럼 긴박한 위험이 있는 경우를 제외하고는 심각한 손상이 있는 환자를 이송시키려 해서는 안 됨(2차 손상 주의)</li> </ul> </li> <li>④ 환자의 상태는 어떠한가?                     <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 의식이 있는지 여부, 의식이 있더라도 심각한 부상이 있는지 여부 (심한 출혈 혹은 호흡곤란 등)</li> </ul> </li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>2</b></p> <p style="text-align: center;"><b>119 신고</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 상담원에게 필수적인 정보를 주고 질문에 답할 수 있도록 함                     <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 연락하는 사람 이름</li> <li>■ 일어난 사건 및 긴급환자 수</li> <li>■ 환자의 부상 상태</li> <li>■ 응급상황이 발생한 장소(주소를 모른다면 도시나 지역명 혹은 큰 건물의 이름이나 지형 등)</li> </ul> </li> <li>② 상담원이 전화를 끊을 때까지 전화를 끊지 않도록 함 (상담원이 긴급환자를 위한 정보 및 행동방법 등을 알려줄 수 있음)</li> </ul>



3  
처치 및  
도움

- ① 구급대가 도착하기 전까지 환자 돌보기
  - 환자 안심시킴
  - 몸을 움직일 수 있을 경우 편안한 자세 취하게 함 (몸을 움직이지 못할 경우 억지로 자세를 취하게 하지 않음)
  - 환자의 호흡과 의식 확인, 심폐정지가 확인될 경우 심폐소생술 실시
  - 필요한 처치 시행(저체온이나 고체온 상태에 빠지지 않도록 함)
- ② 2차 손상 주의

## 환자 이송여부

- 구조대가 도착하여 환자를 이송하는 것보다 더 빠르게 이동 가능하거나 다음의 부득이한 경우에는 직접 환자를 이송
  - 부상 장소에 화재발생, 산소부족, 폭발위험, 건물 붕괴위험, 발화성 물질 등 이송하지 않으면 생명을 위협하는 급박한 상황일 경우
- 다음의 경우에는 절대 환자를 임의로 이동시키면 안 됨.
  - 이동이 환자의 상태를 악화시키거나 추가적인 손상 야기 할 경우
  - 손상 부위가 머리, 목, 척추, 허리, 몸통(갈비뼈) 등 이라고 의심 갈 경우
  - 몸통 등 중요 부위에 손상을 입었을 때
  - 질병이나 손상의 이유를 알지 못할 때

## 상태별 대처요청

### 심폐정지

#### 단계

#### 조치

심폐정지 확인 : 환자를 똑바로 눕힌 후 호흡이 있는지 5초 ~ 10초간 확인하여 가슴에 위아래 움직임이 없을 경우 심폐정지 상태로 보고 응급처치 실시

3

※ 호흡유무를 함께 확인

심폐정지 확인 시 도움요청 및 119 신고

3

※ 제세동기가 있을 경우 제세동기 즉시 사용

가슴압박(심폐소생술) 실시

- 압박위치 : 양쪽 젖꼭지 부위의 정 중앙 바로 아랫부분
- 손바닥 아래쪽 부분을 이용해 가슴에 대고 반대편 손을 깍지 끼듯이 올림
- 1분당 100회 이상의 속도로 체중을 이용해 가슴이 4cm ~ 5cm 들어가는 깊이로 실시
- 가슴을 누른 후 압박된 가슴이 완전히 올라온 후 다시 압박

3

- 만약 심폐소생술을 배우고 방법을 알고 있을 경우 가슴압박과 인공호흡을 번갈아 가면서 실시 (가슴압박 30회, 인공호흡 2회의 비율)

※ 인공호흡을 전문적으로 배우고지 못하거나 방법을 모를 경우에는 가슴압박만 실시하고 전문 구조대원이 올 때까지 지속

## 가슴 통증

## ▶ 다음의 경우 즉시 병원 진료 필요

- 가슴의 통증이 아주 심함
- 조금만 몸을 움직여도 숨이 참
- 기관지에서 썩썩거리는 소리가 남
- 어지럼증이 있거나 실신을 동반함
- 열이 나거나 짙은 가래가 나오는 경우

## 심각한 복통

## ▶ 다음의 경우 즉시 병원 진료 필요

- 통증이 극심하거나 구토가 지속
- 복통과 고열이 같이 나타나거나 혈압이 낮은 등 활력 징후의 변화 수반
- 충수염(맹장)이 의심되는 경우

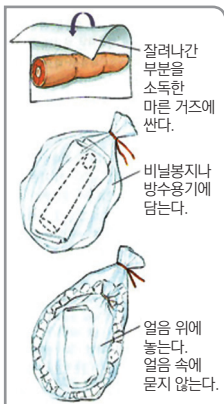
## 손가락 절단

- 문틈에 끼이거나 칼을 가지고 장난치다 다치는 경우가 많음
- 다친 사람을 편안하게 눕히고 출혈 부위를 직접 압박하여 지혈이 되게 눌러주어야 함

※ 지혈제 등을 절단 부위에 부릴 경우 재접합 수술에 방해될 수 있으므로 사용을 지양

- 절단된 손가락을 찾아 깨끗한 거즈 등으로 싸 뒤 비닐 주머니에 넣어 밀봉하고, 얼음이 채워진 비닐봉지에 넣어 보관하여 환자와 함께 병원에 직행

※ 절단된 손가락이 얼음에 직접 닿을 경우 조직의 손상을 증가시키므로 주의



의식소실

증상	대처방법
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 오래 서있다 쓰러지거나 오래 앉았다 일어나면서 쓰러지는 경우</li> <li>※ 전조증상 : 시야 흐려짐, 어지러움, 창백해짐, 구역질, 식은땀, 두근거림 혹은 흥부 불편감</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 꼭 조이는 옷은 느슨하게 풀어 줌</li> <li>■ 머리를 측면으로 돌려 허가 기도를 막지 않도록 함</li> <li>■ 뇌로 가는 혈류량을 늘리기 위해 다리를 머리보다 높게 들어 올리도록 함</li> <li>■ 정신을 차리더라도 병원으로 후송하여 이상이 없는지 확인</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 출혈, 심장 외상, 알레르기 반응 등으로 쇼크에 빠지는 경우</li> <li>· 피부가 창백하고 차가움</li> <li>· 빠른 호흡</li> <li>· 빠르고 약한 맥박</li> <li>· 과도한 목마름</li> <li>· 메스꺼움과 구토</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 피가 날 경우 지혈</li> <li>■ 담요 등을 이용하여 체온손실 최소화</li> <li>■ 다리를 가슴보다 높게 위치 (머리, 목, 등, 엉덩이, 다리 등의 부상인 경우 제외)</li> <li>■ 119에 도움 요청</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 머리의 충격으로 인한 의식소실</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 119에 도움 요청하여 병원에서 검사를 받고 조치를 취할 수 있도록 함</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 발작</li> <li>· 팔다리를 흔들고 입에서 거품이 남</li> <li>· 발작이 끝난 뒤에도 일정기간 동안 의식회복을 못하는 경우도 있음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 무리하게 환자의 몸을 잡지 말고 놓아 둠, 특히 무리하게 입을 막지 않도록 함</li> <li>■ 주변의 위험물체를 치우고 부드러운 천으로 머리 밑을 받쳐 줌</li> <li>■ 구도가 있을 시 옆으로 누워 토사물이 자연스럽게 나오도록 함, 입안에는 어떠한 것도 끼워 넣지 않도록 함</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 무더운 날씨에서 야외활동 중 쓰러지는 경우 (열사병)</li> <li>· 높은 체온(심한 경우 섭씨 40도 까지 상승)</li> <li>· 건조하고 뜨거운 붉은 색 피부</li> <li>· 점차 의식 혼미</li> <li>· 약하고 빠른 맥박</li> <li>· 알고 빠른 호흡</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 환자의 옷을 느슨하게 함</li> <li>■ 차가운 타월이나 천으로 몸을 식혀줌</li> <li>■ 분무기 등으로 환자에게 직접 물을 분사해 주거나 선풍기나 부채바람을 쐬게 함</li> <li>■ 119에 도움 요청</li> </ul>

### 3. 참가자 실종

#### 예방

활동장소	장소특징	사전교육
 <p>수련관, 수련원, 연수원 등 활동·교육 전문시설</p>	<p>활동 실시, 혹은 교육을 받는 집단을 확연히 구분 가능한 시설 등</p>	<p><b>지도자</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 시설 특징 교육</li> <li>■ 실종자 발생대비 탐색 계획 교육 (인원별 구역 할당, 탐색 및 출입구 통제)</li> <li>■ 활동 시작 전 인원파악 실시</li> </ul> <hr/> <p><b>청소년</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 프로그램 실시 전 시설 설명</li> <li>■ 안내 사무실 위치 등 소개</li> <li>■ 친구가 없어졌을 시 지도자에게 신속히알림</li> </ul>
 <p>대규모 점포, 교통시설 (역·터미널), 문화시설, 전문체육시설, 공항 등</p>	<p>불특정 다수의 유동인구가 많은 시설 등</p>	<p><b>지도자</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 시설 특징 교육</li> <li>■ 활동 시작 전·후 인원파악 철저</li> <li>■ 참여청소년 연락처 숙지</li> <li>■ 실종자 발생 시 대기 장소 사전약속</li> <li>■ 실종자 발생대비 탐색 계획 교육                     <ul style="list-style-type: none"> <li>· 인원별 구역 할당, 탐색 및 출입구 통제</li> <li>· 안내방송, 혹은 전광판 송출 실시</li> </ul> </li> </ul> <hr/> <p><b>청소년</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 지도자 연락처 알림</li> <li>■ 사전에 약속한 색 옷 착용</li> <li>■ 안내방송 및 전광판 주시</li> <li>■ 일행을 잃어버렸을 경우를 대비한 대기 장소 사전약속</li> <li>■ 일행을 잃어버렸더라도 아이라도 나가지 않도록 교육                     <ul style="list-style-type: none"> <li>· 실내 : 건물 밖</li> <li>· 야외 : 출입구 너머, 혹은 활동장소</li> </ul> </li> <li>■ 친구가 없어졌을 시 지도자에게 신속히알림</li> </ul>
 <p>유원시설, 행락지, 유적지, 피서지, 시가지 등</p>		

익식소실 / 참가자 실종 예방

대처

단계	행동요령
<p><b>최초 발생</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 실종 신고자 혹은 목격자와의 면담을 통해 실종자 특징 파악                     <ul style="list-style-type: none"> <li>· 범죄관련 여부, 자발적 혹은 비자발적 실종 여부 확인</li> </ul> </li> <li>■ 범죄관련 실종(유괴, 납치 등)으로 의심될 경우 우선 112 신고</li> </ul>
<p><b>실종자 발생경보 발령</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 프로그램에 참여한 모든 지도자에게 실종자 발생 사실 공지                     <ul style="list-style-type: none"> <li>· 프로그램 참여 지도자에게 무전기, 문자메시지 등을 활용하여 신고정보 및 사진 등의 사항 전파</li> <li>· 시설 내 CCTV가 설치되어 있을 경우 모니터링 실시</li> </ul> </li> <li>■ 안내방송 송출                     <ul style="list-style-type: none"> <li>· 방송의 내용에는 신장, 연령, 설명, 신발종류, 옷 색상 등 실종당시 특징 포함</li> <li>· 이용자가 충분히 인지 가능하도록 지속적 반복 실시 (5분에 1회 등)</li> <li>· 시설 내 소음으로 안내방송이 비효율적일 경우 전광판 송출 등 대체 수단 강구</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>수색</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 출입구 감시 (사전에 지도자별 배치장소 지정)                     <ul style="list-style-type: none"> <li>· 실종자 특징 및 정보 활용하여 실종자 출입여부 확인</li> </ul> </li> <li>■ 수색                     <ul style="list-style-type: none"> <li>· 각 지역별로 구역을 할당하여 수색</li> <li>· 수색은 특히 사전약속 장소, CCTV 사각지대, 화장실, 창고, 비상구, 승강기, 주차장 및 기타 이용자의 접근이 제한되는 장소 및 시설에 대해서 수색</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>미발견 시 조치</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 관련자에게 연락                     <ul style="list-style-type: none"> <li>· 보호자에게 연락</li> <li>· 보호자의 동의를 있는 경우에 관할 경찰서의 장에게 신고</li> </ul> </li> </ul>

## 4. 활동장 이동 시 안전수칙

### 도보 이동



- 횡단보도에서 보행신호가 초록불로 바뀌더라도 차량의 움직임을 먼저 살핀다.
- 인도와 차도가 구분이 안 된 도로의 경우에는 길의 가장자리로 다닌다.
- 비가 오는 날에 우산을 똑바로 쓰고 차도에서 떨어진 길의 가장자리로 걷는다.
- 차에서 내리는 사람은 지나가는 자전거, 오토바이, 차량에 주의한다.
- 걸으면서 책, 휴대전화를 보거나 장난하지 않고 뛰거나(걷는 것보다 사고위험이 7배 높음), 갑자기 방향을 바꾸지 않는다.
- 큰 차량이 회전할 때는 가급적 가까이 서 있지 않는다.
- 위급상황 시에는 사고지점에서 안전지대로 이동하는 것이 중요하며, 2차 사고 예방을 위해 신속히 도로 밖으로 대피하고 112나 119로 신고한다.

## 자전거 이동



- 앉았을 때 두 발이 땅에 닿아야 하며, 안전모, 무릎과 팔꿈치 보호대를 착용한다.
- 자전거를 타기 전에 모든 장치의 고장 여부(바람상태, 브레이크, 체인 등)를 확인한다.
- 밝은 색의 옷을 입고 착용감이 좋은 신발을 신으며, 양손으로 핸들을 잡고 주행한다.
- 가능한 자전거 도로를 이용하며 횡단보도를 건널 때에는 자전거를 끌고 보행한다.
- 자전거를 타고 갈 경우에는 차량 신호를 따르고 우측으로 주행하며, 끌고 갈 경우에는 보행자 신호를 따른다.
- 인도와 도로 구분이 없는 도로에서 자전거를 탈 경우 트럭이나 버스와 같은 대형차가 옆으로 지나갈 때에는 서행하거나 정지하여 차가 지나가기를 기다린다.
- 자전거를 탈 때에는 휴대전화, DMB를 사용하지 않는다.
- 야간 운행 시에는 전방과 후방의 라이트를 켜고 자전거 도로에서는 20km 이내의 안전속도를 준수하며 가급적 주간에 라이트를 켜도록 한다.
- 사고가 발생했을 때는 전방/후방용 라이트를 켜서 본인의 위치를 알린다.
- (도로교통법 제2조 16호 가목 상) 법적으로 자전거는 '자동차'에 해당된다. 따라서 자전거를 타다 사고가났을 경우 '도로교통법'이 적용된다. 따라서 자전거 운전자도 자동차를 운전하는 사람과 마찬가지로 교통법규를 준수해야 하며, 사람과 부딪혔을 때는 즉시 자전거에서 내려 구호하는 등 필요한 조치를 하고 112나 119로 신고한다. 자전거로 사고를 입었을 때는 보험처리 여부를 확인하고 가해자로부터 연락처를 받는다.



## 버스 이동



- 버스를 기다릴 때 버스가 도착한 다음 차례로 차도로 내려가 승차한다.
- 휴게소 등 버스에서 내릴 때는 자기가 탄 버스의 위치나 표시를 확인한다.
- 휴게소에는 이동하는 차량이 많으므로 장난치지 않고 주변을 주의하여 관찰한다.
- 버스 안에서는 자리를 지키고 차창 밖으로 손이나 머리를 내밀지 않는다.
- 선반 위에 가방을 제대로 올려놓고, 지정된 좌석에 앉는다.
- 버스가 출발하기 전에 안전벨트를 꼭 착용하고 작동에 이상이 없는지 확인한다.
- 버스에서 내릴 때 긴 치마, 끈 달린 옷, 가방 등이 차 문에 걸 수 있으므로 주의한다.
- 버스의 앞뒤로 횡단하는 경우 사고위험이 있으므로, 그 버스가 지난 다음에 길을 건넌다.
- 사고가 나면 주변의 어른, 선생님께 도움을 요청한다.
- 차 안에서 화재가 났을 경우 큰소리로 화재 발생을 알린다.
- 사고 시 인솔자의 안내에 따라 사고 차량 밖으로 나온 뒤 안전한 곳으로 이동한다.
- 문으로 내리기 어려울 경우 비상탈출용 망치로 창문을 깨고 나온다.

## 지하철 이동



- 지하철을 기다릴 때는 노란색 안전선 안에서 기다리며, 전동차가 들어올 때는 안전선 밖으로 물러난다.
- 지하철에 승차할 때에는 전동차 안 승객이 내린 후에 승차하도록 하며, 출입문에 기대거나 신체, 옷, 휴대물건 등이 끼지 않도록 주의한다.
- 지하철을 타고 내릴 때에는 전동차와 승강장의 간격이 넓으므로 발이 빠지지 않도록 주의한다.
- 선로에 내려가지 않으며, 만일 사고로 선로에 떨어진 경우 승강장 벽 여유 공간에 몸을 밀착하여 바짝 엎드린 후 큰소리로 도움을 요청한다.
- 선로에 물건을 떨어뜨렸을 때는 직접 주우려 말고 승무원에게 도움을 청한다.
- 화재 시 노약자-장애인석 옆에 있는 비상용 벨을 눌러 승무원과 연락하고 객실에 비치된 소화기로 불을 끈다.
- 출입문을 열어야 할 경우 출입문 비상콕을 개방하여 레버를 당긴 후 수동으로 문을 열고, 여의치 않으면 비상용 망치로 유리창을 깨고 나온다.
- 스크린도어 비상문을 열 경우에는 빨간색 바를 밀면 문이 열린다. 스크린도어 출입문이 열리지 않을 때는 스크린도어에 설치된 손잡이를 젖힌 후 좌우로 밀면 열린다.
- 화재 시 지상으로 대피하기 어려울 경우 지하철 진행방향과 바람이 불어오는 반대방향 터널로 대피하며 정전 시는 대피유도등을 따라 나가고, 유도등이 안 보일 경우 벽을 짚거나 시각장애인 안내용 보도블럭을 따라 나간다.

## 기차 이동



- 기차 승강장에서는 노란색 안전선 밖에서 조용히 서서 기다린다.
- 선로에 내려가지 않으며, 만일 사고로 선로에 떨어진 경우 승강장 벽 여유 공간에 몸을 밀착하여 바짝 엎드린 후 큰소리로 도움을 요청한다.
- 선로에 물건을 떨어뜨렸을 때는 직접 주우려고 하지 말고 승무원에게 도움을 청한다.
- 기차에 탈 때는 열차와 승강장 사이에 발이 빠지지 않도록 유의하며 기차에서 사람이 다 내린 후에 질서를 지켜 승차한다.
- 사람들이 지나다니는 통로는 막지 않는다.
- 기차 안에서는 천천히 걸어 다닌다.
- 사고 시 기관사와 승무원의 안내에 따라 움직이며, 약자가 우선 대피하도록 돕는다.
- 출입문을 열어야 할 경우 승강문 비상 열림 장치를 이용해 대피하고 승강문이 열리지 않을 경우 비상용 망치로 유리창을 깨고 나온다.

## 선박 이동



- 배가 운항하기 전에 미리 배의 이름, 구조와 출구의 위치를 알아둔다.
- 함께 탄 선생님 또는 어른과 함께 구명보트, 구명조끼, 비상벨, 비상구, 소화기가 있는 위치를 확인한다.
- 선내에 게시된 구명조끼 착용방법 및 구명보트 사용법을 숙지한다.
- 여객선 내 출입금지 표시 장소에는 출입하지 않는다.
- 비상상황이 아닌 경우 소화기, 구명기구 등 선내장치 조작을 하지 않는다.
- 선박의 구조물은 단단한 철판으로 되어 있어 넘어지면 크게 다치므로 모든 계단을 오르고 내릴 때에는 난간을 잡고 이동한다.
- 비나 눈이 오거나 바람이 심하게 부는 경우 위험하므로 갑판으로 나가지 않는다.
- 선박 내 고립 또는 해상 등에 표류를 대비하여 휴대전화와 예비 배터리를 사전에 준비한다.
- 선박이 완전히 부두에 정지한 후 승무원의 안내에 따라 질서 있게 내린다.
- 해양 사고 등 긴급 상황이 발생하면 122에 신고한다.
- 배가 기울기의 변화, 굉음, 물이 차는 등 위험 증후가 나타나면 승무원의 안전지시에 따르되, 발생 가능한 상황을 고려하여 갑판으로 나와 구명조끼를 입는 등 조치를 취한다.

## 항공 이동



- 항공기 탑승 후 승무원이 산소마스크 사용법 등 안전교육을 하게 되므로 승무원 안전교육을 철저히 받아 대처법을 익힌다.
- 비행기 이착륙 시에는 반드시 좌석벨트를 착용하며, 좌석벨트 착용 표시등이 꺼진 후에도 기류 변화 등으로 인하여 비행기가 흔들릴 수 있으므로 좌석벨트를 착용한다.
- 비행기에 탑승하면 승무원의 안내 또는 비디오 안내에 따라 좌석벨트 사용법, 비상구의 위치 및 비상장비의 사용법을 숙지한다. 필요시에는 좌석 앞 주머니 속에서 승객브리핑 카드를 꺼내어 좌석벨트, 충격방지 자세, 탈출구 위치, 탈출구 작동법을 재확인한다.
- 비행기 좌석의 안전벨트 착용 신호를 확인하고, 비상시에는 두손을 포개 앞좌석에 대고 팔 사이로 머리를 감싸 안아 몸을 움크리는 충격방지 자세를 취한다.
- 의자가 뒤로 젖혀진 상태로 사고가 나면 충격의 범위가 넓어 사람들이 많이 다칠 수 있다. 비행기가 이륙하고 착륙할 때는 테이블을 사용 전 상태로 위치시키고, 젖혀 놓은 등받이는 최대한 직각으로 세운다.
- 비행 전 승무원의 안내방송에 귀를 기울이고 상황발생 시 승무원의 안내에 따른다.
- 비행기 착륙 시 창문 가리개 열기 : 사고 시 바깥 상황을 체크하기 위함으로 창문을 가리개로 닫아 놓은 상태에서 사고가 발생하면 기내에

있는 동안 둔해진 공감각 능력들로 사고에 빠르게 대처할 수가 없다. 따라서 비상탈출이 필요한 경우 즉각적으로 바깥 상황을 알 수 있도록 창문의 가리개를 열어 놓는다.

- 비상구 위치 확인한다.
- 기내 이상이 느껴질 때는 이착륙 외의 비행 시는 가능한 핸드폰, 노트북 등으로 관련 정보를 확인한다.

### 참고자료

滋架縣教育委員會事務局生涯學習課, 「自然體驗活動 安全管理マニュアル作成の手引き」, 滋架縣教育委員會, 2012年

甲架市教育委員會, 「青少年の自然體驗活動における安全対策マニュアル」, 甲架市教育委員會, 2007年

우옥영 외, 「청소년 창의체험활동을 위한 안전교육 가이드북」, 한국과학창의재단, 2014

네이버 건강백과, <http://terms.naver.com/list.nhn?cid=50871&categoryId=50871&mobile>

네이버 캐스트, <http://navercast.naver.com/>

초록우산 어린이재단, <http://www.missingchild.or.kr/>

국민안전처 국가화재정보센터, <http://www.nfds.go.kr/index.jsf>

### Ⅲ. 구급약품 및 장비 활용법

#### 구급약품 [first aid medication, 救急藥品]

구분	효용 및 효과	주의사항
물집방지 패드	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 손, 발 등이 옷이나 신발에 자주 마찰이 되는 부분에 물집이 생기는 것을 방지</li> </ul>	-
상처치료 연고	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 피부에 난 상처와 화상의 감염방지 및 치료</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 외용으로만 사용하고 복용하는 것은 금지, 눈과 귀에는 사용하지 않음</li> </ul>
정제소금	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 장기간의 야외활동으로 인한 근육경련, 어지러움, 발열, 구토, 탈진 등의 증상 완화 및 방지</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 일반적인 식용소금을 사용할 경우 입안에 상처가 날 수 있으므로 약국에서 판매하는 약용 정제소금을 사용하는 것을 권장 함</li> </ul>
소화제	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 음식물의 소화를 촉진하고 위와 장의 소화기능을 높이는 약</li> </ul>	-
지사제	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 장의 이상항진에 의한 설사를 멎게 하는 약제</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 세균성 장염일 경우 지사제 사용이 증상을 악화시킬 수 있으므로 상황상 급한 경우에만 사용해야 함</li> </ul>

## 해열제

- 체온이 비정상적으로 높아졌을 때 체온감소 및 열과 관련된 불쾌감 완화

- 미열 : 37.1 ~ 38.2도 미만
- 고열 : 38.2도 이상
- 과열 : 40도 이상

- 해열제의 주요 기능은 고열 등으로 인한 환자의 고통을 완화시켜 주기 위한 것으로 미열에도 무조건 해열제를 복용해서는 안 됨

- 해열제 복용 후 4~5시간 이후에도 열이 내려가지 않거나 하루 이상 지속될 경우 다른 질병이 원인일 수 있으므로 반드시 의사의 진찰을 받아야 함

## 항히스타민제

- 알레르기증, 기관지천식, 두드러기, 차멀미 등에 사용
- 말벌 등에 쏘여 극심한 알레르기 반응 질환이 일어났을 경우

- 졸음, 구강건조, 변비 등의 부작용이 있을 수 있음

## 진통제

- 질병 혹은 상해로 인한 통증 완화

- 진통제는 치료제가 아닌 통증을 완화하는 약품으로 장기간 복용 시 인체에 악영향을 줄 수 있으므로 주의하여야 함



## 구급장비 [first aid supplies, 救急裝備]

구분	사용처	사용례
면도칼	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 곤충이나 해파리 등의 침을 제거하거나 붕대 및 털을 제거할 시 사용</li> </ul>	
멸균거즈	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 개방된 상처 등 상처부위의 위생에 특별한 주의가 필요할 경우 사용</li> </ul>	
반창고	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 상처의 드레싱 및 붕대 등을 고정시키는데 사용</li> </ul>	
붕대	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 출혈을 막거나 상처의 드레싱, 몸이나 의학기구 등을 지탱하기 위해 사용</li> </ul>	

### 가위

- 붕대를 자르거나 털을 제거



### 삼각건

- 팔을 고정하거나 붕대 오염을 방지하기 위해 사용
- 특히, 어깨 탈구 및 팔의 골절 등에 유용



### 압박붕대

- 심한 출혈 등이 일어났을 경우 압박지혈을 실시하거나 염좌 등으로 인해 관절을 고정시켜야 할 경우 사용



### 자동 제세동기

- 심폐정지 상태에 있을 경우 소생을 위해 사용



# 청소년수련활동 안전 매뉴얼

청소년지도자용

**발행일** 2015년 7월 30일

**발행처** 여성가족부

서울특별시 종로구 세종로 209 (세종로)

한국청소년활동진흥원

서울특별시 서대문구 경기대로 47 진양빌딩 2층

**인쇄처** 형우디앤피 (02-2263-3887)



# 청소년수련활동 안전 매뉴얼

청소년지도자용



여성가족부



한국청소년활동진흥원



청소년활동안전센터