

# 우리 집 지진 대비 체크리스트

## 지진 대비 체크

- 옷장이나 그릇장, 냉장고 등을 **넘어지지 않도록 고정**하였습니다.
- 창문, 그릇장의 유리가 깨졌을 때 **흩어지지 않도록 투명필름이나 테이프**를 붙여 두었습니다.
- 가구 배치 등을 고려하여 **안전한 공간**을 **확보**해 두었습니다.
- 불을 사용하는 장소 주위에 **소화기**를 **마련**해 두었습니다.
- 텔레비전이나 꽃병 등을 **높은 곳에 두지** 않았습니다.
- 집안에 흩어진 유리 조각 등에 **다치지 않도록 두꺼운 실내화**를 준비해 두었습니다.
- 건물이나 담장 등 **주변을 수시로 점검**하고 **위험한 부분**을 **안전하게 수리**하였습니다.
- 지진·지진해일이 발생했을 때 **대피 장소**를 **알아**두었습니다.
- 비상용품**을 미리 준비해 두었습니다.

## 비상용품 체크

- |       |     |           |
|-------|-----|-----------|
| 물     | 라면  | 손전등 및 건전지 |
| 연고    | 라이터 | 화장지, 물티슈  |
| 라디오   | 통조림 | 소화제       |
| 간단한 옷 | 감기약 | 비상금       |

# 지진, 이렇게 대비해요

## 상황별 행동요령

### 지진으로 흔들릴 때는?



- 튼튼한 **탁자 아래**로 들어가 몸을 보호하고 탁자 다리 꼭 잡기

### 흔들림이 멈췄을 때는?



- 전기와 가스를 차단하고 문을 열어 **출구 확보**하기

### 건물 밖으로 나갈 때는?



- 신발을 신고 **계단을 이용해** 신속하게 밖으로 대피하기 (**엘리베이터 사용 금지**)

※ 엘리베이터 안에 있을 경우 모든 층의 버튼을 누른 다음 먼저 열리는 층에서 내리기

### 건물 밖으로 나왔을 때는?



- 가방이나 손으로 **머리**를 보호하며 건물, 담장과 거리를 두고 이동하기

### 대피 장소를 찾을 때는?



- 떨어지는 물건**에 주의하며 신속하게 운동장, 공원 등 넓은 공간으로 대피하기 (**차량 이용 금지**)

### 대피장소에 도착한 후에는?



- 라디오나 공공기관의 안내 방송 등 **올바른 정보**에 따라 행동하기

## 장소별 행동요령

### 학교에 있을 경우



- 책상 아래로 들어가 책상 다리 꼭 잡기
- 흔들림이 멈추면 질서를 지키며 운동장으로 대피하기

### 백화점, 마트에 있을 경우



- 진열장에서 떨어지는 물건으로부터 몸을 보호하고 계단이나 기둥 근처에 가 있기
- 흔들림이 멈추면 밖으로 대피하기

### 극장, 경기장 등에 있을 경우



- 흔들림이 멈출 때까지 **가방** 등 소지품으로 몸을 보호하면서 자리에 있다가, **안내**에 따라 침착하게 대피하기

### 전철을 타고 있을 경우



- 넘어지지 않게 **손잡이**나 **기둥**을 잡고, 전철이 멈추면 **안내**에 따라 행동하기

### 운전을 하고 있을 경우



- 비상등을 켜고 서서히 속도를 줄여 **도로 오른쪽**에 차를 세우고, 라디오의 정보를 잘 들으며 **키**를 **꽂아** 두고 대피하기

### 산이나 바다에 있을 경우

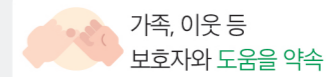


- 산사태, 절벽 붕괴**에 주의하고 **안전한 곳**으로 대피하기
- 해안에서 **지진해일** 특보가 발령되면 **높은 곳**으로 이동하기

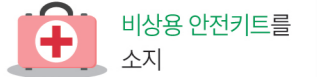
## 안전취약계층 행동요령

### 평소 준비사항

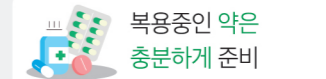
안전취약계층이란? 어린이, 노인, 장애인 등 재난에 취약한 사람들



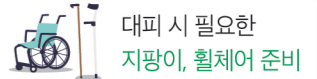
가족, 이웃 등 보호자와 도움을 약속



비상용 안전키트를 소지



복용중인 약은 충분히 준비



대피 시 필요한 지팡이, 휠체어 준비



보호자와 지진 행동요령을 주기적으로 교육 및 훈련하기



### 시력이 좋지 않거나 시각장애가 있는 경우

- 지진이 발생하면 우선 **라디오, TV** 등으로 상황 파악하기
- 바닥에 장애물이 있는지 확인하고, 주위 사람들에게 소리 내어 도움을 요청해 대피하기



### 거동이 불편하거나, 지체장애가 있는 경우

- 휠체어나 보행기 사용 시 **바퀴**를 잡고 **방석** 등으로 머리와 목을 보호하기
- 대피장소에 가지 않고 자택에 머무를 경우 **보호자**나 **관공서 직원**에게 도움을 요청하기



### 청력이 좋지 않거나, 청각장애가 있는 경우

- TV 자막방송이나 휴대전화 등으로 **지진 정보** 확인하기
- 움직일 수 없을 때에는 **호루라기** 등으로 소리를 내어 본인의 장소를 알리고 도움을 요청하기



### 정신이 불안정하거나 발달장애가 있는 경우

- 서둘러 급히 뛰어나가지 않고 **평소 보호자**와 **미리 정한 약속**을 기억하기
- 스스로 결정을 못 할 때는 **주위 사람들에게** 요청하기



### 어린이와 함께 있을 경우

- 유모차 보다는 아기 띠 사용
- 손을 꼭 잡고 야외 넓은 곳으로 이동
- 신발을 신겨 안고 신속하게 대피