

비상시 국민행동요령

# 비상시 안전하기 위해 꼭 기억해야 할 3가지



일상생활 중에

### 1. 꼼꼼히 준비

- 대피장소 사전에 파악하기
- 전시 대비 물품 구비하기



공습 경보가 울리거나 포탄이 떨어질 때

### 2. 안전하게 대피

- 신속하게 대피 후
- 신체 보호 하기

※ 노약자, 어린이, 임산부, 장애인 등 대피 취약자를 도와 함께 대피하세요.



공습이 멎고 조용해졌을 때

### 3. 귀 기울여 듣기

- 잘 듣고 정부의
- 안내에 따라 행동



꼭 기억하세요!  
비상시 국민행동요령은  
준비! 대피! 듣기!

## 동구 생활안전체험센터 운영현황

### 1일 일정

- 평일 : 1일 4회, 1회 30명 정원  
※ 오전 : 09:40 ~ 10:40, 10:50 ~ 11:50  
※ 오후 : 14:00 ~ 15:00, 15:30 ~ 16:30
- 휴일 : 첫번째 토요일, 세번째 일요일 가능  
※ 오전 : 10:30 ~ 11:30, 오후 : 13:30 ~ 14:30

### 프로그램

- 기본과정 : 생활안전체험
- 응급처치실습과정 : 심폐소생술 + 자동심장충격기
- 종합과정 : 기본과정 + 응급처치실습과정

### 이용방법

동구청 홈페이지 <http://donggu.ulsan.kr> 또는  
전화를 이용하여 신청합니다.  
※ 전화예약 : 052-209-3119

- 1회당 5명 ~ 30명 예약이 가능합니다.
- 3일전까지 예약취소바랍니다.
- 체험시간 10분전까지 도착바랍니다.

### 동구 생활안전체험센터

(44021)울산광역시 동구 봉수로 155(화정동)  
Tel. (052)209-3119 <http://donggu.ulsan.kr>



# 생활안전 체험센터

우리 모두가 꿈꾸는 안전한 세상  
동구 생활안전체험센터와  
함께합니다!!



# 심폐소생술



## 1 의식 확인

환자의 어깨를 가볍게 두드리며 "괜찮으세요?"라고 환자의 반응을 확인한다.



## 2 119 신고

주변 사람에게 큰소리로 119에 신고부탁 심장충격기 요청 주위에 아무도 없으면 직접 119에 신고



## 3 호흡확인

환자의 얼굴과 복부를 번갈아 보면서 호흡유무를 확인(10초정도)



## 4 가슴압박

- 압박위치: 가슴뼈 아래쪽 ½지점
- 압박속도: 분당 100~120회
- 압박깊이: 5cm ~ 6cm
- 팔은 수직을 유지하면서 30회 압박



## 5 기도유지

머리를 뒤로 젖히고 턱을 위로 들어 올려 기도를 열어 준다.



## 6 인공호흡 2회

환자의 코를 막고 입 속으로 가슴이 부풀어 오르도록 2회 불어준다.

★구소자가 인공호흡을 모르거나 능숙하지 않을 경우에는 인공호흡을 제외하고 지속적으로 가슴압박만 시행 "가슴압박소생술"



## 7 가슴압박과 인공호흡의 반복

가슴압박 30회 인공호흡을 2회 119구급 대원이 도착하거나 의식이 돌아올 때까지 반복 시행

## 생활안전체험장



신호체계에 따른 횡단보도 앞 교통흐름을 경험하고, 생활 속에서 일어나는 전기, 가스 관리 요령을 체험

## 심폐소생술체험장



실습용 마네킹을 이용하여 심폐소생술 요령을 배우고 자동심장충격기 작동방법을 습득

## 지진체험장



가정 내 지진발생시 대피요령을 교육하고 지진발생 상황을 가상으로 체험

## 열연기대피체험장

화재발생상황을 연출하여 탈출 체험을 해보며, 실제 상황에서 보다 빠르고 신속히 탈출 할 수 있도록 교육



## 완강기체험장

화재발생시 높은 곳에서 완강기를 이용해 탈출하는 법을 학습



## 화재진압체험장

현장/일상에서 발생할 수 있는 화재 발화 상황을 교육하고 물 소화기를 이용하여 화재진압을 체험

