

# 생활속 지진 안전

불안한 상상에서  
안전한 상식으로

생활속  
지진  
안전

불안한 상상에서  
안전한 상식으로

[www.mois.go.kr](http://www.mois.go.kr)



**01 지진 바로 알기**

그날, 땅이 흔들렸다 .....	04
지진은 왜 일어날까? .....	06
판과 판의 경계, 지진대 .....	08
지진해일이란? .....	10
규모와 진도의 차이 .....	12
우리나라 지진의 특성 .....	14

**02 지금 지진이 난다면?**

단계별 대피요령 .....	20
장소별 대피요령 .....	22
지진해일 대처법 .....	24
대피 후 행동요령 .....	26
비상 응급처치법 .....	27
지진대피소 찾기 .....	28
어린이 및 장애인 동반 행동요령 .....	30

**03 생활 속 안전 지키기**

비상용품 구비 .....	37
우리 집을 더욱 안전하게 .....	38
우리 집 안전 확인 .....	40
가족회의 .....	41
우리 일터를 더욱 안전하게 .....	42
해외 여행지에서 지진이 난다면? .....	46

# 01

# 지진 바로 알기



- 04 그날, 땅이 흔들렸다
- 06 지진은 왜 일어날까?
- 08 판과 판의 경계, 지진대
- 10 지진해일이란?
- 12 규모와 진도의 차이
- 14 우리나라 지진의 특성

# 그날, 땅이 흔들렸다



● **2017년 11월 15일. 포항 지진**

규모 5.4 지진으로 92명이 다쳤고 공공·사유 시설 약 2만 7000곳이 피해를 입었다. 주택 파손도 많이 발생해 1700여 명의 이재민이 대피소에서 생활했다. 진원의 깊이가 3~7km로 비교적 지표면에서 가까워 위력이 더욱 강하게 느껴졌다.



© 연합뉴스

● **2016년 9월 12일. 9.12 지진**

규모 5.8 지진으로 1978년 지진 관측 이래 최대 규모였다. 이 지진의 영향으로 23명이 다치고 111명의 이재민이 발생했다. 문화재와 한옥 피해도 다수 있었으며, 이로써 우리나라가 '지진 안전지대'가 아니라는 것이 확인됐다.

● **2004년 5월 29일. 울진 앞바다 지진**

규모 5.2의 지진으로 건물이 심하게 흔들렸다. 거의 모든 사람들이 진동을 느꼈고, 지역에 따라 액자가 떨어지고 가구가 흔들리기도 했다.

● **2007년 1월 20일. 오대산 지진**

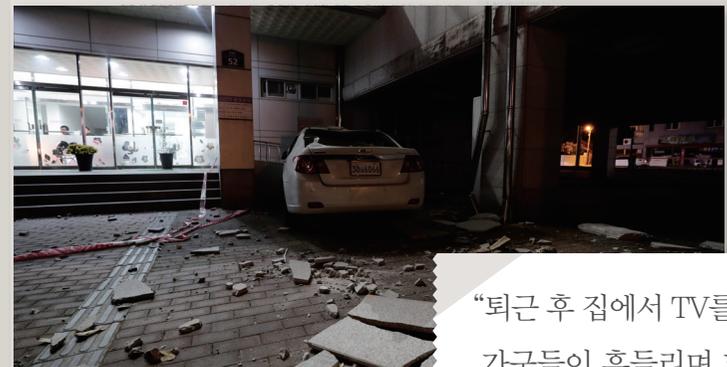
제주도를 제외한 전국에서 진동이 느껴졌다. 평창군과 강릉시에서는 노후 건물 벽면에 균열이 생기거나 건물 외벽 타일이 떨어지는 등의 피해가 발생했다. 1978년 이후 강원도 지역에서 발생한 최대 규모 4.8 지진.

# 그 순간의 증언

첫지진 48분뒤 더 강력한 5.8...지붕 무너지고 담벼락

“갑자기 차가 1차선, 2차선으로 왔다 갔다 했어요. 여진을 몇 번 겪다 보니 아무 일 없을 때도 속이 울렁거려요.”  
포항 주민 (SBS, 2017. 11. 15.)

“건물 전체가 막 흔들렸어요. 눈으로 보일 정도로 건물이 흔들리고, 천장 등이 왔다 갔다 하고, 책꽂이 위의 쇠로 된 시계가 떨어지고 그랬어요.”  
포항 주민 (SBS, 2017. 11. 15.)



“퇴근 후 집에서 TV를 보고 있었는데 갑자기 바닥과 가구들이 흔들리며 힘이 빠지는 느낌이 들었어요. 인터넷과 메신저도 안 돼 더욱 불안했어요.”  
경주 불국동 주민 (《아시아투데이》, 2016. 9. 12.)

“건물 자체가 땅과 30cm 정도 뜨는 걸 느꼈습니다. 흔들리는 기분이... 당황해서 그다음에 보니까 모든 물건이 다 쓰러졌습니다.”  
경주 그릇가게 주인 (MBC, 2016. 9. 13.)

# 지진은 왜 일어날까?

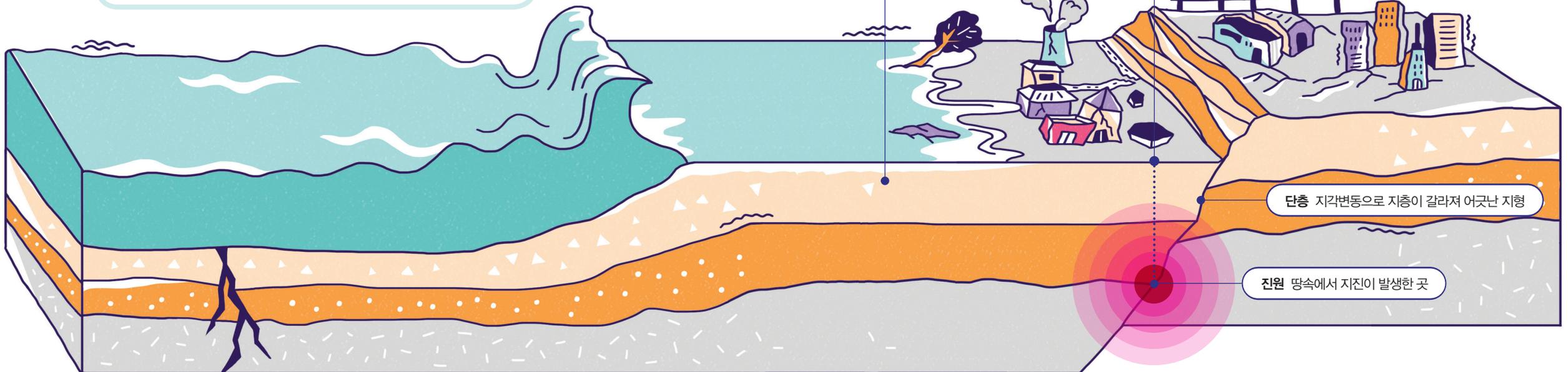
## 지진이란,

지구 내부의 급격한 변동에 의해 생긴 에너지가 밖으로 나오면서 땅이 흔들리는 현상을 말한다.

지구 표면은 13개에서 15개 정도의 조각으로 나뉘져 맞물려 있다. 이 조각들을 '판'이라고 한다. 이 판들은 1년에 수cm씩 천천히 움직이는데, 이때 판과 판이 만나는 경계에 압력이 쌓인다. 그 에너지가 암반에 변형을 가져오고 결국 어느 부분이 견딜 수 없을 때 급격한 파괴를 일으켜 지진이 발생한다.

### ▶ 지진이 다 재앙은 아니다?

큰 지진이 나면 건물과 도로가 파괴되고 많은 인명 피해가 발생하기도 한다. 그러나 모든 지진이 다 그런 것은 아니다. 작은 지진은 관측 기관에서만 기록 될 뿐 사람은 미처 느끼지 못한다. 지진은 지구 내부에 쌓인 에너지를 해소하는 자연스러운 현상이다.



## 지진이 일어나는 과정은?



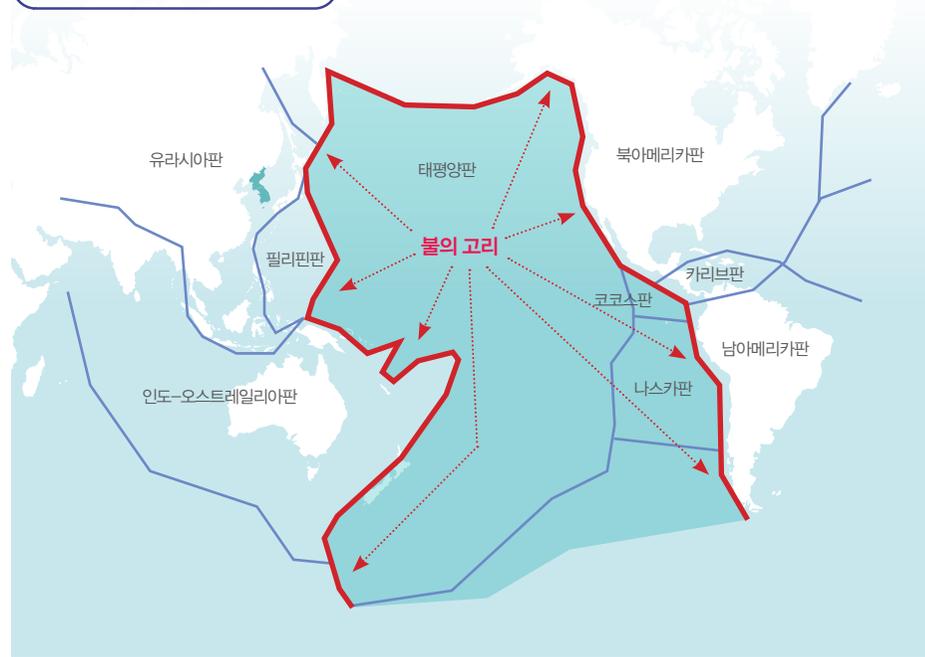
# 판과 판의 경계, 지진대

지진은 판과 판이 이동하며 생기는 에너지로 인한 현상인 만큼 판의 경계를 중심으로 많이 발생하는데, 이러한 지역을 '지진대'라고 한다. 주요 지진대로는 '환태평양 지진대'와 '알프스-히말라야 지진대'가 있다. 전 세계 지진의 80% 이상이 태평양을 에워싼 형태로 펼쳐진 환태평양 지진대에서 발생한다.

환태평양 지진대는 남아메리카 안데스산맥, 미국 서부 해안지역을 지나 알류산열도, 쿠릴열도, 일본열도를 거쳐 타이완과 말레이제도, 뉴질랜드로 연결된다. 태평양을 둘러싸고 있는 모양이 지도상에서 고리와 같아 '불의 고리(Ring of Fire)'라고 불리기도 한다.

이 지역 전체에서 지진 활동이 고르게 일어나고 있지는 않으나 여러 지점에 수 많은 진원이 있다. 우리나라도 환태평양 지진대의 간접 영향권에 속한다.

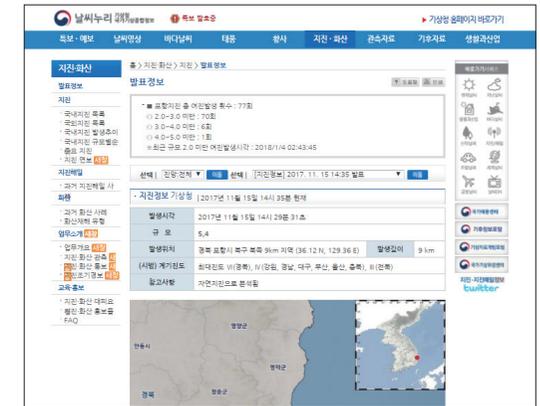
환태평양 지진대 - 불의 고리



# 지진 정보 검색 CLICK!

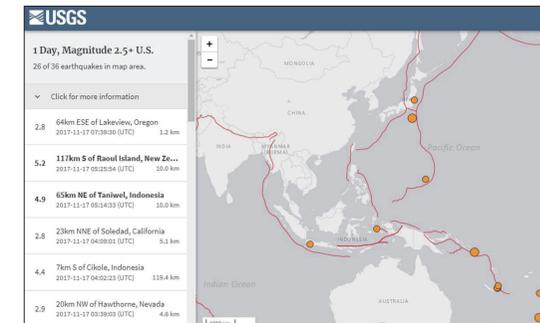
## 국내 지진 정보 알아보기

기상청 웹사이트(<http://www.weather.go.kr>)에서 다양한 지진 정보를 제공하고 있다. 사이트에 접속한 뒤 '날씨' 메뉴에서 '지진·화산' 항목을 선택하면 발표된 지진 정보와 국내 지진 목록, 국내 지진 발생 추이, 국내 지진 규모별 순위, 국외 지진 목록 등을 알아볼 수 있다. 지역과 기간을 지정해 검색할 수 있어 최근 지진이 많이 발생하는 지역을 확인, 해외여행 시 참고하기에도 유용하다.



## 최근 전 세계 지진 정보 찾아보기

미국지질조사국 지진정보센터(<http://earthquake.usgs.gov>)에 접속해 'Latest Earthquakes' 항목을 선택하면 전 세계에서 최근 하루 동안 일어난 지진을 표시한 지도를 볼 수 있다. 지진 지역 위에 표시된 원의 크기로 규모를 비교할 수 있으며, 표시된 부분을 클릭하면 발생 시간과 정확한 위치 등 자세한 정보를 볼 수 있다.



# 지진해일이란?

해저면이 수직 운동을 하면서 생기는 매우 거대한 파도를 지진해일(쓰나미)이라고 부른다. 지진해일은 수심 1km 이상인 해저에서 지진이 일어날 때 발생할 수 있다. 수심이 얇은 해안가로 해일이 다가오면 파고가 급격히 높아져, 해안가 저지대에 심각한 피해를 입히기도 한다.

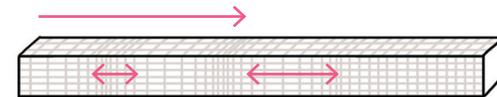
우리나라의 경우 일본 서쪽 바다에서 대규모 지진이 발생하면 동해안에 지진해일이 일어날 수 있다. 이 경우 지진 발생 후 1~2시간이면 동해안에 지진해일이 도달한다. 실제로 1983년과 1993년 일본 북서 해부에서 일어난 지진으로 인해 우리나라 동해안 지역에 지진해일이 발생한 바 있다. 특히, 1983년 일본 바다에서 일어난 규모 7.7 지진 때문에 우리나라 동해안에 지진해일로 인한 피해가 발생했다. 당시 최대 4.2m 높이의 파도가 해안을 덮쳐 배 90여 척이 파괴되고 사망 1명·실종 2명의 인명 피해가 있었다.



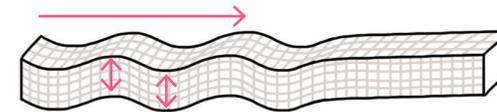
## 더 알아보기 지진파의 종류

지진파는 지진 발생에 따라 지구에서 일어나는 파동을 말한다. 진행 방향과 진동 방향의 관계에 따라 종류가 나뉜다.

### 실체파: 지구 내부를 통과하는 지진파

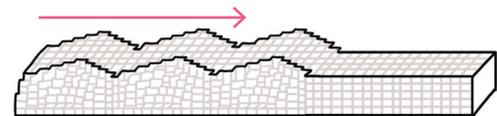


**P파:** 파의 진행 방향과 입자의 진동 방향이 같고 첫 번째로 도착한다.

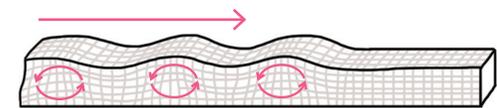


**S파:** 파의 진행 방향과 입자의 진동 방향이 서로 직각이며 두 번째로 도착한다.

### 표면파: 지표면 근처를 따라 전파하는 파

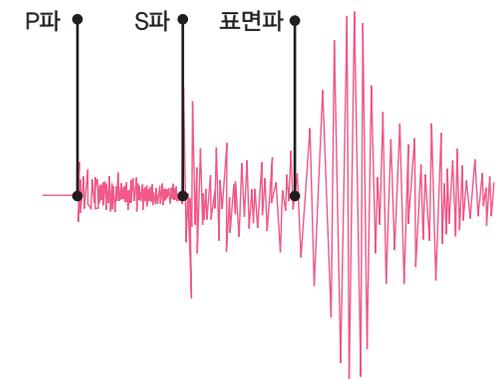


**러브파:** 파의 진행 방향과 입자의 진동 방향이 서로 직각이며 수평으로 움직인다.



**레이리파:** 입자가 타원운동을 하면서 지표면을 흔들리게 한다.

### 지진파의 파괴력 차이



지구 내부로 전파되는 P파와 S파보다 지표면을 따라 파동이 전달되는 표면파가 더 큰 피해를 입힌다. P파와 S파가 멀리까지 전달되는 데 비해 표면파는 진원에서 가까운 곳에서만 큰 파괴력을 보이고 빠르게 소멸한다. 즉, 파괴력 크기는 'P파 < S파 < 표면파'로 나타낼 수 있다.

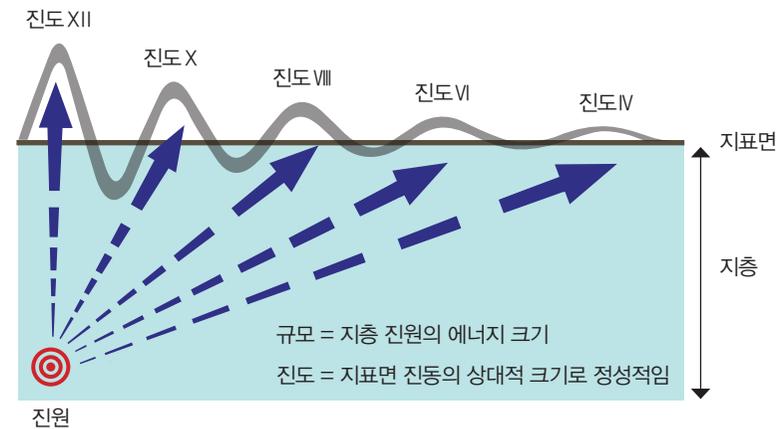
# 규모와 진도의 차이

## ● 규모(Magnitude): 지진에너지의 크기를 나타내는 단위

지진에너지의 크기를 나타내는 절대적인 개념으로 지진파가 관측된 어느 곳에서 계산하더라도 규모는 동일하며, 표기할 때에는 소수 첫째 자리까지 쓴다. 이 개념을 처음 도입한 미국 지진학자 리히터의 이름을 딴 '리히터 규모'가 주로 사용되는데, 이는 지진기록의 최대 진폭과 진앙거리를 이용해 계산하는 방식이다. 이 외에 지진 분석에 사용되는 규모로는 실체파 규모, 표면파 규모, 모멘트 규모 등이 있다.

## ● 진도(Intensity): 지표면에서 느껴지는 진동의 상대적 크기

지진의 세기에 따라 사람의 느낌이나 구조물의 흔들림 정도를 표현한 상대적인 개념이다. 큰 지진이라도 진원에서 아주 먼 곳에서는 그 영향이 작아져 진도가 작아진다. 같은 지역에서도 지반 조건이나 건물 상태 등 환경에 따라 진도가 달라진다. 우리나라의 진도 표기는 수정 메르칼리 진도(MMI)를 사용하고 있으며 로마 숫자로 표기한다.



# ● 지진 진도에 따른 현상

<b>진도 I</b> 사람이 거의 느낄 수 없는 미세한 진동.  규모: 1.0~2.9	<b>진도 II</b> 매달린 물건이 약하게 흔들리고 소수의 사람들만 느낌.  규모: 3.0~3.9	<b>진도 III</b> 실내에서도 느낄 수 있으며 큰 트럭이 지나가는 것과 같은 진동.  규모: 4.0~4.9	<b>진도 IV</b> 멈춰 있는 자동차가 흔들림.  규모: 4.0~4.9
<b>진도 V</b> 거의 모든 사람들이 흔들림을 느끼고, 그릇이나 창문이 깨지기도 함.  규모: 4.0~4.9	<b>진도 VI</b> 모든 사람들이 느끼며 무거운 가구가 움직이거나 벽에 금이 갈 수 있음.  규모: 5.0~5.9	<b>진도 VII</b> 모든 사람들이 놀라서 밖으로 뛰어나가며 운전자들도 흔들림을 느낌.  규모: 5.0~5.9	<b>진도 VIII</b> 창문이 떨어져 나가고 굴뚝이나 기둥, 벽 등이 무너짐.  규모: 6.0~6.9
<b>진도 IX</b> 모든 건물이 피해를 입고 지표면에 균열이 생김.  규모: 6.0~6.9	<b>진도 X</b> 땅이 갈라지고 기차선로가 휘어짐.  규모: 6.0~6.9	<b>진도 XI</b> 다리가 무너지고 지표면에 심한 균열이 생김.  규모: 7.0 이상	<b>진도 XII</b> 물건이 공중으로 튀어나가며 지표면에 파동이 보임.  규모: 7.0 이상

# 우리나라 지진의 특성

포항 11.15 지진은 진원이 지표면에서 비교적 가깝고, 지반이 무른 퇴적층 지역에서 발생해 규모에 비해 피해가 컸다.

9.12 지진은 일본 도호쿠(東北) 지방에서 발생한 규모 9.0의 동일본 대지진의 영향으로 단층이 움직여 지진이 발생한 것으로 추정된다.



우리나라는 유라시아판(Eurasian Plate) 내부에 위치하고 있다. 판 내부에 있기에 판 경계부에 있는 나라들과 달리 지진이 발생하는 빈도가 낮고, 지진이 재 발생하는 주기가 길다. 우리나라에서 일어나는 지진은 지하 50km 이내에서 발생하는데 인도 대륙과 유라시아판의 충돌, 태평양판과 필리핀판 삽입의 영향을 받는다.

## ▶ 우리나라 역사 속 지진은 몇 번이나 일어났을까?



지진계를 처음 설치한 1905년 이전까지의 지진을 '역사지진'이라고 한다. <삼국사기>, <고려사>, <조선왕조실록>, <일성록>, <동국문헌비고> 등의 문헌에서 역사지진 기록을 찾을 수 있다. 기록에 따르면 사람이 느낄 수 있는 지진은 서기 2년부터 1904년까지 약 1800회에 달하며, 인명 및 재산 피해 기록이 있는 지진도 40회 이상이다. 육지에서 발생한 지진의 최대 규모는 6.0~6.5로 추정된다. 가장 큰 피해 기록은 <삼국사기>에 나오는 779년(통일신라 혜공왕 15년) 경주 지진이다. "경도(경주)에서 지진이 나서 민가가 무너지고 100여 명의 사람이 죽었다"고 기록되어 있다.

## 더 알아보기 세계에는 어떤 지진이 일어났을까?



**아이티 지진** 2010. 1. 12. | 규모: M 7.0

사망자 약 23만 명, 구조자 약 132명으로 추산. 내진성능이 부족한 건물들이 대다수여서 대부분의 건축물에 붕괴와 손상이 발생했다. 대통령궁을 비롯해 재정부, 공공사업부, 의회 등 정부기관 건물들도 파괴됐다.



**중국 쓰촨성 지진** 2008. 5. 12. | 규모: M 8.0

학교 건물 7000동 이상이 무너져 많은 학생들이 사망했다. 학교 건축물의 내진설계 기준이 지나치게 낮았던 것이 큰 재앙을 불렀다.



**네팔 지진** 2015. 4. 25. | 규모: M 7.8

총 8947명 사망, 2만 3447명 부상. 많은 도로와 건물이 파괴되었으며 산사태로 인해 막대한 인명 피해가 생겼다.



**동일본 대지진** 2011. 3. 11. | 규모: M 9.0

총 1만 9533명 사망, 2285명 실종, 6230명 부상. 원자력발전소의 수소 폭발로 대량의 방사성 물질이 유출되는 심각한 원자력 사고로 이어졌다.

# 02



## 지금

# 지진이 난다면?



- 20 단계별 대피요령
- 22 장소별 대피요령
- 24 지진해일 대처법
- 26 대피 후 행동요령
- 27 비상 응급처치법
- 28 지진대피소 찾기
- 30 어린이 및 장애인 동반 행동요령



## 퇴근 10분 전, 사무실에서...

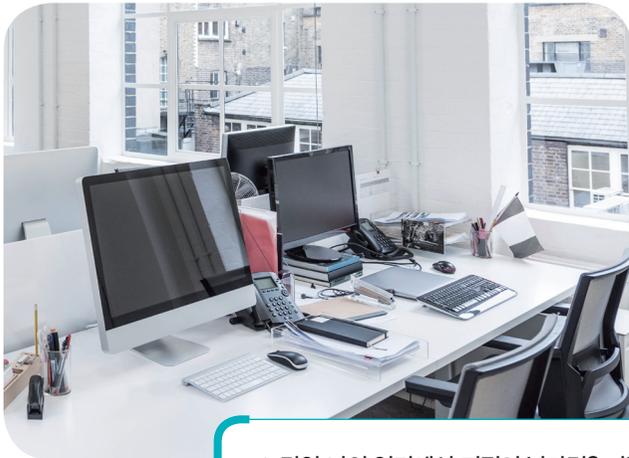
퇴근을 앞두고는 항상 바쁘다. 오늘 마무리 지어야 할 업무들이 아직 조금 남았다. 정신없이 정리하다가 나도 모르게 컴퓨터 모니터 하단에 있는 시계를 흘깃거린다.

“자자, 퇴근 전에 여기 새로 들어온 박스들 좀 한쪽으로 같이 옮기자고. 잠깐들 좀 와봐!”

가뜩이나 짐이 많은 사무실에 또 뭐가 잔뜩 들어왔다. 어차피 할 거 빨리 끝내자는 심정으로 짐을 옮긴다. 하나, 둘, 셋... 박스를 쌓아 올릴 때마다 출입구와 캐비닛 사이 벽이 조금씩 가려졌다. 박스를 내 머리 위까지 가득 세우고 나서야 일이 끝났다. 그 옆에 세워진 철제 캐비닛 상단에 나란히 서 있는 난 화분 세 개가 흔들흔들 움직인다.

‘덜컹’. 그 순간 바닥이 흔들렸다. 건물에 뭔가가 크게 부딪힌 것처럼. 처음 느껴보는 흔들림에 균형을 잡을 수 없었다. 머릿속이 하얘졌다.

당황해서 뛰어나가려던 동료 직원이 늘 거기에 늘어져 있던 전기코드 연장선에 걸려 넘어졌다. 무엇부터 해야 할지 몰라 두리번거리는 중에 뭔가 깨지는 소리가 들려왔다. 방금 쌓아둔 박스들이 넘어지며 출입구가 막힌 것이 보였다. 각자 흩어져 있을 가족들 생각이 났다.



1. 만약 나의 일터에서 지진이 났다면? 머릿속에 어떤 장면이 떠오르나요?
2. 일터 환경에서 지진 발생 시 위험 요소들은 무엇이 있을까요?



## 평소와 똑같은 저녁, 우리 집에서...

그때 저희는 거실 소파에 기대 TV를 보고 있었어요. 평소 저녁도 대부분 그렇게 보내요. TV에서는 항상 보던 프로그램이 아무 문제 없이 나오고 있었죠. 둘째는 자기 방에 있었고 첫째는 아직 들어오기 전이었어요.

전혀 생각도 못했던 거죠. 어떻게 우리 집이 흔들릴 거란 상상을 했겠어요. 그냥 그렇게 평소와 다를 것 없었는데 갑자기 어지럼증이 오듯 흔들거리더라고요. TV 옆에 세워둔 액자들이 밀려 떨어지고 부엌에서는 이삿짐 옮기는 것처럼 텅그럭거리는 그릇 소리가 들렸어요.

방에서 이게 무슨 일이냐고 묻는 아이 목소리가 들렸어요. 잠깐 동안 아무 생각이 없다가 문득 떠올라서 아이를 데리고 나와 온 가족이 식탁 밑으로 숨었죠. 식탁 다리를 꼭 잡고 상황을 살피고 있는데 싱크대에 올려뒀던 컵이 떨어져서 깨져 있는 게 보였어요. 그 상황에서도 ‘잘못하면 발 다치겠다’는 생각이 들더군요. 그때쯤 흔들림이 멈춰서 일단 계단으로 뛰어나갔어요. 주차장에 나갔더니 동네 주민들이 다 나와서 서성거리고 있더라고요. 그냥 그렇게 있었어요. 사실 그다음엔 어떻게 해야 하는지도 몰랐고요.



1. 만약 우리 집에서 지진이 났다면? 머릿속에 어떤 장면이 떠오르나요?
2. 우리 집 환경에서 지진 발생 시 위험 요소들은 무엇이 있을까요?

# 흔들림을 느낀 순간, 무엇부터 해야 할까?

갑작스러운 상황을 맞닥뜨리면 누구나 당황할 수밖에 없다. 나와 우리 가족의 안전을 위해 지진 발생 시 취해야 할 기본적인 행동요령을 익혀두자. 이 요령들은 당황한 순간에도 바로 떠올릴 수 있을 만큼 충분히 숙지하고 있어야 한다.

## ● 단계별 대피요령

**1**



튼튼한 탁자  
아래로 들어가기

**2**



가스와 전기를  
차단하고  
문을 열어  
출구 확보하기

**3**



신발을 신고  
밖으로 대피하기

지진으로 크게 흔들리는 시간은 길어야 1~2분 정도. 흔들림이 완전히 멈출 때까지 탁자 다리를 꼭 잡고 몸을 보호하며 기다려야 한다. 바로 피할 곳이 없다면 방석이나 가방으로 머리를 보호하자.



**4**



계단을 이용해  
밖으로 대피하기

**5**



건물, 담장에서  
멀리 떨어져  
이동하기

**6**



운동장, 공원 등  
넓은 공간으로  
대피하기

**7**



올바른 정보에 따라  
행동하기

건물 밖으로 나갈 때에는 엘리베이터를 타지 말고 계단을 이용해 신속하게 이동한다.



주변 가까운 곳에 넓은 공간이 없다면 최근에 지은 튼튼한 건물 안으로 들어가서 몸을 보호한다.



건물 밖에서는 유리, 간판, 기와 등에 의해 다칠 수 있다. 담장이나 전봇대는 지진으로 지반이 약해져 넘어지기 쉬워 위험하다.



장소별 대피요령

엘리베이터

지진 상황에서는 엘리베이터를 타지 말아야 한다. 이미 타고 있는 상태에서 지진을 느꼈다면 모든 층의 버튼을 눌러 가장 먼저 열리는 층에서 신속하게 내린다.



백화점 · 마트

진열장에서 떨어지는 물건이 가장 위험하다. 장바구니로 머리를 보호하고 계단이나 기둥 근처로 일단 피한 뒤 흔들림이 멈추면 안내에 따른다.



극장 · 경기장

흔들림이 멈출 때까지 가방과 같은 소지품으로 머리를 보호하고 잠시 동안 자리에 머물러 있다. 좁은 출구로 많은 사람들이 한 번에 몰리면 사고의 위험이 있으니 안내에 따라 대피해야 한다.



산 · 바다

산이나 급한 경사지 근처에서는 산사태가 일어날 수 있으니 가급적 멀리 떨어져서 안전한 곳으로 대피해야 한다. 바다에서는 지진해일 특보 여부를 확인하고 특보가 발령되면 지진해일 긴급대피장소나 높은 곳으로 대피한다.



자동차

비상등을 켜고 서서히 속도를 줄여 도로 오른쪽에 차를 세운 뒤 라디오 정보에 따라 행동한다. 대피할 때에는 열쇠를 차량 내부에 둔 채 문을 잠그지 않고 이동해야 한다.



사무실 또는 학교

책상 아래로 들어가 웅크리고 몸을 보호한다. 책상다리를 꼭 잡고 있어야 한다. 고층 건물의 경우 흔들림이 크고 오래 지속될 수 있으므로 실내에서 떨어지는 물건에 더욱 주의해야 한다.



지하철 · 전철

넘어지지 않도록 손잡이나 기둥, 선반 등을 꼭 잡고 기다린다. 차량이 정지한 뒤에도 많은 사람이 출구로 몰리면 위험하므로 안내에 따라 행동한다.



## 지진해일은 어떻게 대처해야 할까?

일반적으로 우리나라는 일본 서해안에서 규모 7.0 이상의 지진이 발생하면 약 1~2시간 후 동해안 지역에 3~4m 높이의 지진해일이 닥칠 수 있다. 따라서 바닷가에 갈 때에는 내가 있는 지역이 지진해일 위험이 있는 곳인지 미리 확인해야 한다.

### ● 지진해일 발생 시 대피요령

- 해안가에서 지진을 느꼈다면 곧 지진해일이 올 수도 있으니 해안을 벗어나 높은 곳으로 대피한다.
- 지진해일 특보가 발령되면 지진해일 긴급대피장소나 높은 지대로 대피한다. 장소를 이동할 시간이 충분하지 않다면 주변에 있는 튼튼한 건물의 3층 이상으로 피한다.
- 지진해일이 오기 전에 해안의 바닷물이 갑자기 빠져나가거나, 기차와 같은 큰 소리를 내면서 다가오기도 한다. 이런 현상을 본 경우에도 높은 곳으로 피한다.
- 지진해일은 큰 파도 한 번으로 끝나지 않는다. 수 시간 동안 여러 번 반복될 수 있으니 지진해일 특보가 해제될 때까지는 대피한 장소에서 기다린다.



## 아무리 급해도 반드시 기억하자!

- 촛불이나 라이터 등 화기를 사용하지 않는다.**  
 가스 누출로 인해 폭발이나 화재 발생의 위험성이 있으므로 반드시 손전등을 사용해야 한다.
 
- 주위 물건을 함부로 만지지 않는다.**  
 끊어진 전선과 같은 훼손된 물건에 의해 사고가 발생할 수 있다.
 
- 이러폰 사용을 자제한다.**  
 통화나 뉴스 청취 등의 목적이라도 위험하다. 소리를 듣고 반응해야 하는 경우도 있으므로 당장의 상황에 집중해야 한다.
 
- 화장실, 욕실에 있다면 거울에서 멀리 떨어져 이동한다.**  
 전구, 거울 등 유리로 된 물체의 파손으로 다칠 수 있다. 되도록 욕실에서 나와 안전한 장소로 이동한다.
 
- 겨울에는 추위에 대비한다.**  
 재난 상황에서 추위로 몸 상태가 나빠질 수 있다. 추위에 대비해 두꺼운 옷이나 휴대용 난로 등을 준비한다.
 
- 갑혔을 때에는 주변의 딱딱한 물건을 이용해 구조 요청을 한다.**  
 고립된 상황에서 소리를 지를 경우 체력이 빨리 소진될 수 있다. 소리를 낼 수 있는 물건으로 구조를 요청해야 한다.
 

## 대피 후 해야 할 일

일단 대피했다고 모든 상황이 끝난 건 아니다. 아직 해야 할 행동들이 남아 있다. 혼란한 상황 속에서 2차 사고가 발생할 수 있기 때문에 차분한 대처가 필요하다.

### ● 대피 후 행동요령

● **부상자가 있으면 즉시 구조 요청을 한다.**

흔들림이 멈춘 뒤 주변에 부상자가 있는지 둘러본다. 부상자가 있으면 이웃과 협력해 응급처치하고 119에 신고한다.

● **상황 정보를 확인한 뒤 귀가 여부를 결정한다.**

주택에 피해가 없는지 확인한 뒤 귀가해야 한다. 이때, 흔들림이 멈췄다고 스스로 귀가를 결정해서는 안 된다. 라디오 및 주변 공공기관이 제공하는 정보에 따라 행동해야 한다. 지진 상황에서는 통신기기 사용이 폭주해 일시적인 장애가 발생할 수 있으나 당황하지 말고 침착하게 정보를 파악하도록 한다.



© 연합뉴스

● **귀가 후 안전에 유의해 주변을 확인한다.**

가정이나 사무실로 돌아가서는 피해 상황을 확인한다. 안전이 의심된다면 전문가의 확인을 요청한다. 옷장이나 사무실 보관함 등은 성급히 문을 열다가 내용물이 쏟아져 부상을 입는 경우가 있으므로 특별히 주의한다.

● **올바른 정보를 확인한다.**

여진이 발생할 수 있으므로 지역방송 등이 제공하는 정보에 관심을 기울이며 대비해야 한다.

### ● 비상 응급처치법

대피 후 주변에 다친 사람이 있다면 할 수 있는 응급처치를 하고 119에 신고해야 한다. 본인이 응급환자 대처법을 모른다면 즉시 전문가에게 도움을 요청한다.

#### ● 찰과상 응급처치

1

수돗물이나 식수에 상처를 깨끗이 씻는다.



2

수건 혹은 거즈를 이용해 상처를 강하게 압박해 지혈한다.



3

소독약으로 상처 부위를 소독한 후 거즈나 밴드로 상처를 감싼다.



\* 고인 물이나 입으로 빨아내는 것은 상처 감염을 일으킬 수 있다.

#### ● 염좌 응급처치

1

편한 자세로 쉬 수 있도록 하고 얼음찜질 후 붕대로 부상 부위를 압박한다.



2

다친 관절을 높이 들어 증상을 완화한다.



3

통증이 지속될 경우 골절일 수 있으므로 119 및 인근 의료기관에 알린다.



\* 얼음이 없는 경우 찬물이나 수건 등을 냉찜질에 활용할 수 있다.

## 안전한 지진대피소를 찾아라!

지정된 대피소가 아니더라도 안전하게 이동할 수 있는 주변의 넓은 공원이나 운동장으로 대피한다. 주변의 지진 옥외대피소와 공원, 운동장을 미리 파악해 두는 것이 좋다.

### 공식 지정 지진대피소 찾기

지진대피소는 국민재난안전포털 홈페이지(<http://www.safekorea.go.kr>)와 인터넷 포털사이트에서 찾아볼 수 있다. 또 '안전디딤돌 앱'으로도 확인 가능하다. '지진 옥외대피소'는 운동장, 공원 등 낙하물로부터 안전한 외부 장소로 전국에 지정되어 있고, 지진피해 장기화 시 주거지가 파손된 이재민 대상 집단구호를 목적으로 하는 '지진 실내구호소'가 별도로 지정되어 있다.



### 지진해일 긴급대피장소 찾기

지진해일 긴급대피장소는 지진해일이 발생했을 때 긴급피난을 목적으로 10분 이내에 대피할 수 있는 안전한 공간이다. 동해안 일부 지역에 지진해일 긴급대피장소를 지정해두고 있다. 자세한 내용은 국민재난안전포털(<http://www.safekorea.go.kr>)에서 확인할 수 있다.



### 재난 상황이 일어질 때의 대피소 생활

지진 피해가 심각해 이재민이 다수 발생하고 복구가 늦어지는 경우 상황이 장기화될 수 있다. 이 경우 지자체에서는 피해를 입은 이재민들을 '지진 실내구호소'로 안내한다.

지진 실내구호소에서 생활할 때에는 관리자의 안내에 따라 관리본부에 이재민으로 등록해야 한다. 주류나 무기 등 불법적인 물건은 가지고 들어갈 수 없으며, 반려동물도 함께 지낼 수 없다.

지진 실내구호소에서는 가구별로 공간이 할당된다. 어려운 상황에서 여러 사람이 함께 지내는 만큼 상호 배려와 개인 청결이 중요하다. 유언비어가 확산되기 쉽기 때문에 올바른 정보를 파악하는 데 관심을 가져야 한다. 대피소를 드나들거나 다른 거처를 마련해 옮길 경우 관리자에게 알리고 절차를 밟아야 한다.

#### ▶ 대피소 생활 주요 행동요령

- 배정된 공간 사용(가구당 공간 할당)
- 공용물품 파손 금지
- 운영방침 따르기  
(거처 이동 시 관리자에게 공지)
- 올바른 정보 따르기(유언비어 확산 조심)
- 청결 유지(전염병 조심)



## 어린이와 함께 있다면?

영유아는 재난에 대응하기 어렵기 때문에 가족들과 이웃들이 함께 대처해야 한다. 또 영유아나 어린이가 있는 가정에서는 지진 상황이 발생할 경우 어떻게 행동할지 계획을 세워둬야 한다.

### ● 영유아 및 어린이 동반 행동요령

#### ● 유모차 사용 불가

영유아의 경우 대피 시 유모차 사용이 어렵기 때문에 업는 띠를 평소에 준비해둬야 한다. 대피 시 아기는 띠를 이용해 안고 손을 자유롭게 해 아기와 자신의 신체를 보호한다.



#### ● 신발을 신겨서 안고 이동

지진 상황에서는 유리 파편, 건물 잔해 등으로 도로가 위험하기 때문에 걸을 수 있는 아이라도 안고 대피해야 한다. 업을 때에는 머리를 보호하고, 안거나 업더라도 반드시 신발을 신긴다.



#### ● 손을 꼭 잡고 행동요령 확인

혼란스러운 상황 속에서 떨어지지 않도록 손을 잡고 움직여야 한다. 어린이의 경우 행동요령을 알고 있더라도 필요한 행동을 말해주며 함께 대처할 수 있도록 이끈다.



## 장애인과 함께 있다면?

지진 상황에서 장애인 사망률은 비장애인보다 2~4배 정도 높다. 실제로 2011년 동일본 지진 당시 장애인 사망률은 전체 인구의 1.9%로 비장애인 사망률 1.1%의 두 배 가까웠다. 장애인 보호자는 집이나 자주 가는 공간에서 장애인과 함께 재난 시 대처법을 미리 숙지하고 동반 대피 연습을 해보는 것이 좋다.

### ● 장애인 동반 행동요령

#### ● 시각장애인

음성으로 지진 발생 상황을 전달한 뒤, 방석·쿠션 등으로 머리를 보호하고 안전한 장소로 함께 이동한다. 발 보호를 위해 신발은 반드시 신고 이동할 수 있도록 한다. 동반하는 보호자는 장애물의 위치를 알려주어 장애인이 적절히 대처할 수 있도록 유도한다.



#### ● 청각장애인

얼굴을 똑바로 들어 입을 되도록 또렷하고 크게 움직여 상황을 전달한다. 종이에 적어서 알리거나 손바닥 끝으로 글씨를 써서 전달할 수도 있다. 전달한 뒤 지진 행동요령에 따라 함께 대처한다.



#### ● 지체장애인

쿠션이나 두꺼운 모포로 장애인을 보호하고 지진 행동요령에 따른다. 흔들림이 멈춘 뒤 장애물을 정돈해 안전한 장소로 빠르게 대피할 수 있도록 출입구를 확보한다. 휠체어를 이용하는 장애인의 경우 계단으로 이동하기 어려우므로 업거나 안고 이동해야 한다.



이미지 트레이닝 지진이 났을 때 나의 행동은?

지진 상황에서 행동요령을 하나씩 생각하며 대처하기는 매우 어렵기 때문에, 평소 충분히 숙지해 익숙하게 움직일 수 있어야 합니다. 다음의 각 상황을 떠올리며 행동요령을 바탕으로 어떻게 행동할지 생각해봅시다.



집에서 TV를 보고 있다가 흔들림을 느꼈습니다. 이럴 때 당신은 어떻게 행동하겠습니까?



길에서 운전 중에 도로가 흔들리는 것을 느꼈습니다. 다른 차들의 움직임을 보니 혼자만의 느낌은 아닌 것 같습니다. 이럴 때 당신은 어떻게 행동하겠습니까?



사무실에서 일하던 중 지진을 느끼고 급히 책상 밑으로 피했습니다. 흔들림이 멈춘 뒤 나와 보니 떨어지거나 깨져 있는 물건들이 많았습니다. 이럴 때 당신은 어떻게 행동하겠습니까?

더 알아보기 지진에 대한 궁금증 Q&A

Q 지진이 일어나면 대피 이전에 왜 탁자 밑으로 피하나요?

A 지진으로 인한 부상은 깨진 유리창이나 떨어지는 물건에 맞아 다치는 경우가 많기 때문입니다. 바로 대피하는 것보다는 낙하물로부터 몸을 보호하는 것이 안전합니다.

Q 지진 발생 시 탁자 아래보다 화장실이 더 안전하다는 얘기도 있는데 사실인가요?

A 경우에 따라 화장실이 안전할 수 있지만 거울이나 타일, 욕실장 등 떨어져서 깨질 수 있는 물건들이 많아 사고의 위험이 높습니다. 지진이 발생했을 때에는 떨어지는 물건으로부터 머리와 몸을 보호하는 것이 가장 중요하기 때문에 튼튼한 책상이나 탁자 아래로 피하는 것이 원칙입니다.

Q 지진 상황에서 문을 열어두는 것이 왜 중요한가요?

A 흔들림으로 건물 구조가 훼손되면 문이 안 열릴 수 있습니다. 그 경우 대피로가 차단되어 고립되기 때문에 통로를 확보하는 것이 중요합니다.

Q 건물에서 꼭 나가야 하나요?

A 최근에 지어서 내진설계가 되어 있는 안전한 건물이라면 실내에 있는 것이 더 안전할 수 있습니다.

Q 내진설계가 된 건물은 어떻게 확인하나요?

A 내진설계 여부는 건축물대장에서 확인할 수 있습니다. 2005년 이후 신축 3층 이상 건축물에는 내진설계를 의무화했고, 2017년에는 2층 이상으로 내진설계 대상을 확대했습니다.

Q 여진이 끝나기까지는 보통 얼마나 걸리나요?

A 지진은 예측할 수 없는 자연 재난입니다. 여진이 끝나는 시기는 누구도 알 수 없지만 본진 발생 이후 시간이 지날수록 여진의 횟수 및 규모가 작아지는 것이 일반적입니다.

Q 지진을 미리 예측해서 대비하도록 알려줄 수는 없나요?

A 현재까지의 과학기술로는 지진을 예측하기 어렵습니다. 일부 동물은 지진을 미리 감지하고 피한다는 속설이 있지만 과학적인 근거는 없습니다. 현재는 지진파 중 P파가 파괴력이 더 큰 S파보다 먼저 도달하는 시간차를 이용한 경보 시스템이 연구되고 있습니다.

# 03



## 생활 속

# 안전 지키기



- 37 비상용품 구비하기
- 38 집 안에서의 안전 확보하기
- 40 안전한 집 관리
- 41 가족회의 하기
- 42 사무실에서의 안전 확보하기
- 46 해외 지진 발생 시 대처

# 지진 안전, 스스로 점검하기

지진은 언제 어디서 발생할지 모르기 때문에 모든 곳에서 안전한 대비가 필요하다. 내가 직접 대비할 수 있는 우리 집부터 시작하자.

## ☰ 자기 점검 체크리스트

우리 집은 지진이 나도 괜찮을까. 체크리스트를 따라 지진 대비 안전 수준을 확인해보자.

- 옷장이나 그릇장, 냉장고 등을 넘어지지 않도록 고정했다.
- TV나 꽃병 등을 높은 곳에 두지 않았다.
- 창문, 그릇장의 유리가 깨졌을 때 흩어지지 않도록 투명 필름이나 테이프를 붙여두었다.
- 집 안에 흩어진 유리 조각 등에 다치지 않도록 두꺼운 실내화를 준비해두었다.
- 가구 배치 등을 고려해 안전한 공간을 확보해두었다.
- 불을 사용하는 장소 주위에 소화기를 마련해두었다.
- 건물이나 담장 등 주변을 수시로 점검하고 위험한 부분은 안전하게 수리했다.
- 지진이 발생했을 때 대피장소를 알아두었다.
- 가족 비상연락망을 작성하고 가까운 대피장소에서 만날 약속을 정해두었다.
- 다음과 같은 비상용품을 미리 챙겨두었다.
 

<input type="checkbox"/> 물	<input type="checkbox"/> 통조림	<input type="checkbox"/> 라면
<input type="checkbox"/> 연고	<input type="checkbox"/> 감기약	<input type="checkbox"/> 소화제
<input type="checkbox"/> 라디오	<input type="checkbox"/> 손전등 및 건전지	<input type="checkbox"/> 비상금
<input type="checkbox"/> 간단한 옷	<input type="checkbox"/> 화장지, 물티슈	<input type="checkbox"/> 라이터

## ● 비상용품 구비

### 비상식품



물, 통조림 등 가열하지 않고 먹을 수 있는 것

### 구급약품



연고, 감기약, 소화제, 지병 약 등이 포함된 구급함

### 생활용품



간단한 옷, 화장지, 물티슈, 라이터, 여성용품, 비닐봉투 등

### 기타



라디오, 손전등 및 건전지, 휴대전화 예비배터리, 비상금 등

### 손바닥 위 재난안전정보 ‘안전디딤돌’

‘안전디딤돌’은 지진을 비롯한 재난 정보를 확인할 수 있는 재난안전 포털 앱이다. 지진과 태풍, 황사, 가뭄 등 자연 재난부터 사회 재난, 생활 안전에 이르기까지 폭넓은 재난 정보를 제공한다. 긴급재난문자 수신 기능이 없는 일부 스마트폰에서도 안전디딤돌 앱을 설치하면 재난문자를 받을 수 있다. 또 국민행동요령이나 대피소 위치, 재난 관련 뉴스 등을 별도로 검색할 필요 없이 간편하게 확인할 수 있도록 했으며, 기상 정보나 교통정보 등 생활 정보도 제공한다.



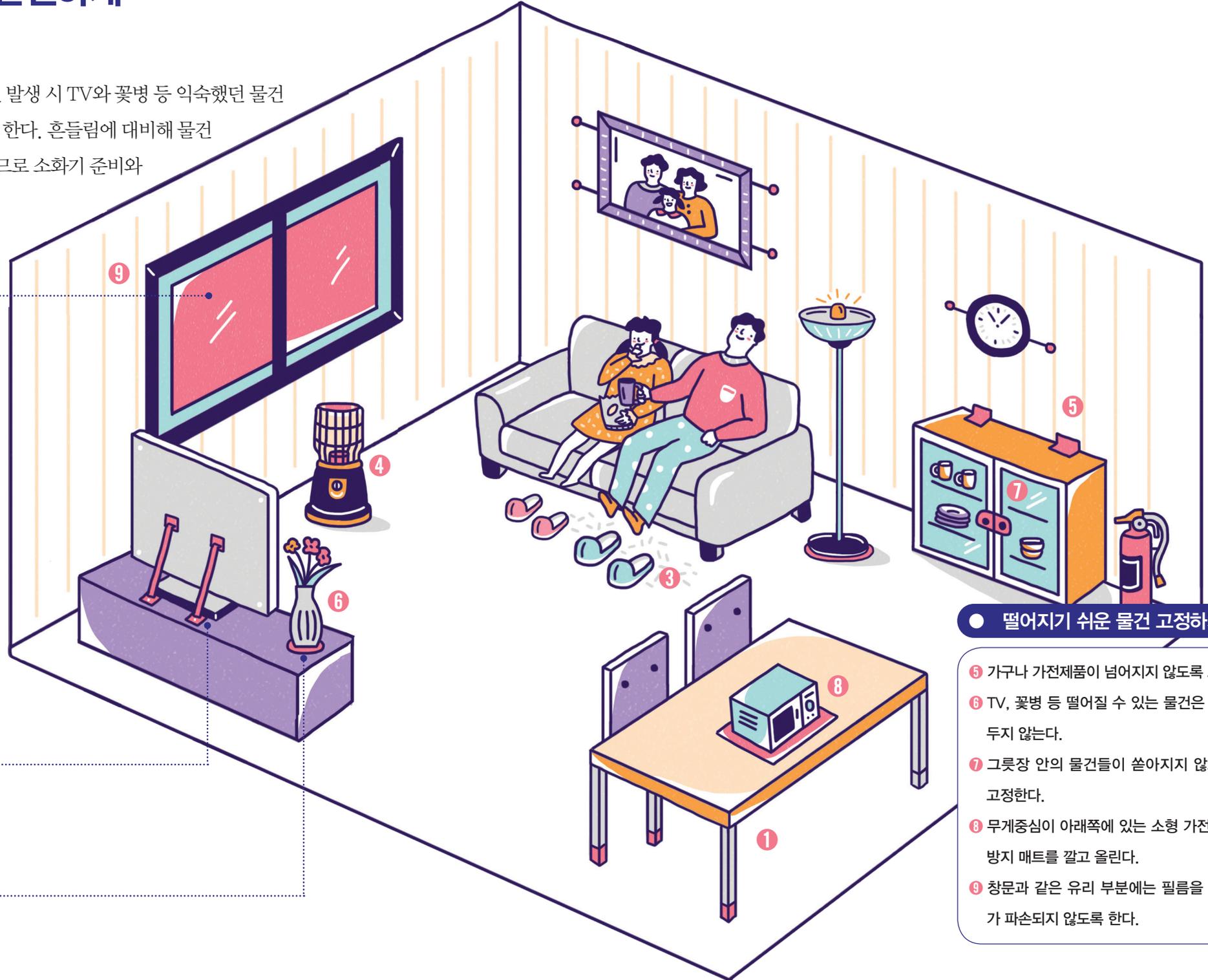
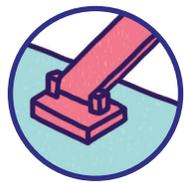
# 우리 집을 더욱 안전하게

평소에 대비해두지 않으면 지진 발생 시 TV와 꽃병 등 익숙했던 물건들이 2차 사고의 원인이 되기도 한다. 흔들림에 대비해 물건을 고정하고, 화재 위험이 있으므로 소화기 준비와 사용법 숙지도 필요하다.



## 집 안에서의 안전 확보하기

- 1 탁자 아래와 같이 집 안에서 대피할 수 있는 안전한 대피공간을 미리 파악해둔다.
- 2 지진 발생 시 피할 수 있도록 유리창이나 넘어지기 쉬운 가구 주변 등 위험한 위치를 확인해둔다.
- 3 깨진 유리 등에 다치지 않도록 두꺼운 실내화를 준비해둔다.
- 4 화재를 일으킬 수 있는 난로나 위험물은 주의하여 관리한다.



## 떨어지기 쉬운 물건 고정하기

- 5 가구나 가전제품이 넘어지지 않도록 고정한다.
- 6 TV, 꽃병 등 떨어질 수 있는 물건은 높은 곳에 두지 않는다.
- 7 그릇장 안의 물건들이 쏟아지지 않도록 문을 고정한다.
- 8 무게중심이 아래쪽에 있는 소형 가전은 미끄럼 방지 매트를 깔고 올린다.
- 9 창문과 같은 유리 부분에는 필름을 붙여 유리가 파손되지 않도록 한다.

## 안전한 집 관리

집 내부뿐 아니라 외벽과 담장, 전기·가스 설비 등도 꼼꼼한 안전관리가 필요하다. 평소에는 사소해 보이는 작은 문제점이 지진 발생 시에는 건축물 붕괴나 화재 등 큰 피해로 이어질 수 있다.



건물의 균열을 발견하면 전문가에게 문의해 보수하고 보강한다.



건물 벽과 기둥, 담장 등은 수시로 점검하고 위험한 부분은 안전하게 수리한다.



가스 및 전기를 정기적으로 점검한다.



## 재난 상황에 대비하는 가족회의 하기

지진과 같은 재난 상황에서는 통신이 두절되거나 교통이 마비될 수 있다. 각자 다른 곳에 있던 가족들이 만나려면 가족회의를 통해 미리 방법을 마련해둬야 한다. 또 집에 누가 있든 바로 상황에 대처할 수 있도록 필요한 행동요령을 공유해야 한다. 가족회의에서 해야 할 일은 다음과 같다.

- 지진 발생 시 대피할 수 있도록 주변의 넓은 공간을 알아둔다.
- 지진 상황에서 가족과 만날 약속장소와 연락할 방법을 정한다.
- 가스·전기 차단 방법, 소화기 사용법을 가족 모두가 알도록 한다.
- 응급처치 방법을 익힌다.
- 재난 시 비상연락망을 작성한다.

### 가족 비상연락망

● 가족 연락처 :

● 우리 지역 재난관리기관 연락처 :

● 우리 집에서 가까운 대피장소 :

● 우리 가족 약속장소 :



# 우리의 일터를 더욱 안전하게

낮시간 대부분을 보내는 일터에서의 안전은 무엇보다도 중요하다. 지진이 나도 안전할 수 있도록 미리 대비하자.

## 사무용 가구

- 1 가구들이 넘어지거나 움직이지 않도록 L형 쇠파지식이나 미끄럼 방지 매트, 썬기(스토퍼) 등을 활용해 고정한다.
- 2 파티션은 쉽게 쓰러지지 않도록 ㄷ형, H형 등 견고한 구조로 배치한다.
- 3 수납장과 서랍장 등은 문에 잠금장치가 있는 것으로 택하고 가급적 문은 항상 닫아놓는다. 잠금장치가 없는 경우에는 문열림 방지 도어록 같은 안전용품을 활용한다.
- 4 바퀴가 달린 의자와 같은 가구류는 미끄럼 방지 고무(발)를 끼워준다.

## 비상대피로 확보

- 5 사무실(건물)의 비상대피로들로 향하는 길을 평소에 알아둬야 한다.
- 6 사무실 및 계단 출입구 가까이에는 절대 물건을 쌓아두지 않는다.
- 7 비상시 대피할 수 있는 장소들을 미리 알아두고 다른 직원들과 정보를 공유한다.



## 전자제품

- 8 TV와 컴퓨터 등은 와이어, 스토퍼 등으로 감거나 점착 매트로 고정하는 것이 좋다.
- 9 대형 가전제품은 전도 방지 스트랩, 와이어 등으로 고정한다.
- 10 높은 가구나 가전제품 위에는 되도록 물건을 올려놓지 않는다.
- 11 냉장고와 복사기 등 바퀴가 있는 전자제품에는 바퀴를 고정할 수 있는 썬기(스토퍼)를 끼운다.

## 장식품과 유리창

- 12 화분과 같은 장식품은 미끄럼 방지 매트 등으로 바닥에 고정한다.
- 13 못에 걸어둔 액자와 시계 등의 물건은 와이어, 고정형 액자고리 또는 받침대로 고정한다.
- 14 유리창에는 필름을 붙여 파손을 예방한다.
- 15 창문 앞에는 넘어지기 쉬운 물건을 두지 않는다.



## 해외 여행지에서 지진이 난다면?

여행이나 출장 등의 목적으로 해외에 있을 때에도 지진을 마주할 가능성은 언제나 있다. 국내에서보다 당황할 수밖에 없는 상황에서 어떻게 대처해야 할지 알아보자.

### ● 해외에서 지진 발생 시 대처

- 1 기본적인 행동요령은 어디에서나 동일하다. 안전하게 몸을 보호하고 흔들림이 멈춘 뒤 대피한다.
- 2 재외공관에 연락해 본인의 소재지 및 여행 동행자의 정보를 남기고 공관의 안내에 따른다.
- 3 TV와 라디오로 중앙행정기관에서 발표하는 상황에 귀를 기울이고, 현지 유언비어에 휩쓸리지 않도록 주의한다.

### ▶ 해외에서 위기 상황 시 연락처

#### 영사콜센터 (24시간 연중무휴)

- 해외 +82-2-3210-0404 (유료)
- 국내 02-3210-0404 (유료)
- 상담 내용: 해외 사건·사고 접수, 신속해외송금지원제도 안내, 가까운 재외공관 연락처 안내 등 전반적인 영사 민원

#### 외교부 '해외안전여행 어플리케이션'

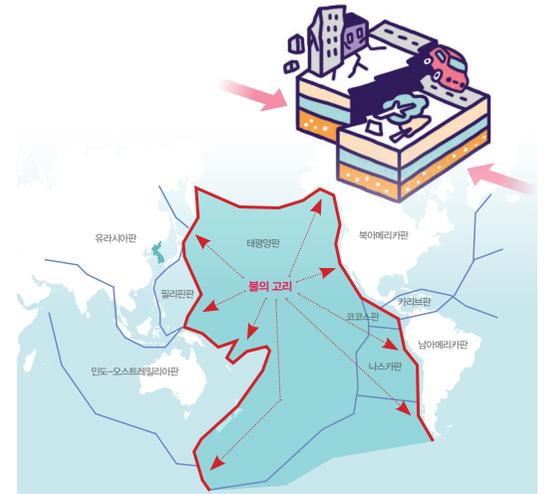
- 여행경보제도, 해외여행등록제, 동행, 위기상황별 대처 매뉴얼, 대사관 및 총영사관 연락처, 현지 긴급구조 전화 안내 등 제공



## 알아두면 유용한 지진 상식

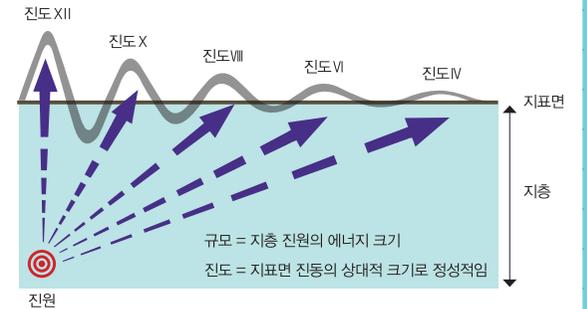
### ● 지진이 발생하는 이유

- 지진이란, 지구 내부의 급격한 변동에 의해 생긴 에너지가 밖으로 나오면서 땅이 흔들리는 현상을 말한다.
- 지구 표면은 '판'이라고 불리는 조각으로 나뉘져 맞물려 있다. 이 판들이 움직이면서 판의 경계에 에너지가 쌓인다.
- 지진이 많이 발생하는 판의 경계 지역을 '지진대'라고 한다. 특히 태평양을 에워싸고 있는 환태평양 지진대에서 전 세계 지진의 80%가 발생한다.



### ● 규모와 진도

- **규모**: 지진에너지의 크기를 나타내는 단위. 규모는 장소와 관계없는 상대적인 개념으로, 어느 곳에서 계산하더라도 동일하다.
- **진도**: 지표면에서 느껴지는 진동의 상대적 크기. 지진의 세기에 따라 사람의 느낌이나 구조물의 흔들림 정도를 수치로 표현한 것이다.



### ● 지진해일이란?

- 해저면이 수직 운동을 하면서 생기는 거대한 파도를 지진해일(쓰나미)이라고 한다.
- 우리나라의 경우 일본 서쪽 바다에서 규모 7.0 이상의 지진이 발생하면 동해안에 지진해일이 일어날 수 있다.



#### 지진해일 발생 시 대피 요령

해안가에서 지진을 느끼거나 지진해일 특보가 발령되면 지진해일 긴급대피장소나 높은 지대로 대피한다. 이동할 시간이 충분하지 않다면 주변에 있는 튼튼한 건물의 3층 이상으로 피한다.

# 알아두면 안전한 지진 상식

## ● 지진 대비 안전관리

- 넘어지거나 떨어질 수 있는 물건을 고정한다.
- 유리창에 필름을 붙여 파손되지 않도록 하고, 그릇장은 안의 물건이 쏟아지지 않도록 문을 고정한다.
- 탁자 아래처럼 대피할 수 있는 공간을 미리 파악해둔다.
- 비상식품과 구급약품 등 비상용품을 구비한다.
- 담장과 전기, 가스 설비 등을 꼼꼼히 점검한다.
- 가족회의를 통해 대피장소와 비상연락망 등을 공유한다.



## ● 지진 발생 시 행동요령

### 단계별 행동요령

1. 튼튼한 탁자 아래로 들어가 몸을 보호한다.
2. 가스나 전기를 차단하고 문을 열어 출구를 확보한다.
3. 신발을 신고 밖으로 대피한다.
4. 계단을 이용하고, 건물·담장에서 떨어져 이동한다.
5. 운동장·공원 등 넓은 공간으로 대피한다.



### 대피 후 요령

- 부상자 여부를 확인하고, 필요 시 구조를 요청한다.
- 상황 정보를 확인한 뒤 귀가 여부를 결정하고, 귀가 후에는 주변 안전을 확인한다.
- 여진이 발생할 수 있으므로 지진 정보에 관심을 기울이며 대비한다.

### 상황별 행동요령

- 엘리베이터 : 지진 상황에서는 이용해서는 안 되며, 이미 타고 있는 상태라면 모든 층의 버튼을 눌러 가장 먼저 열리는 층에서 신속하게 내린다.
- 다중이용시설 : 여러 사람이 이용하는 공간에서는 소지품으로 머리를 보호하며 기다린 뒤 안내에 따라 대피한다.
- 대중교통 : 지하철과 버스 등 대중교통 이용 시에는 넘어지지 않도록 기둥이나 선반을 붙잡고 기다린 뒤 안내에 따라 대피한다.

