

# Part 3



## 여행 유형별

1. 패키지여행
2. 수학여행
3. 트렌드 여행
4. 식도락 여행



# 여행 유형별 종합 안내

## 패키지여행

해당 여행 업체의 주의 사항과 위급 상황 시 대처 방법 등을 숙지해야 합니다.  
개인 여행자 보험 등 개별 안전 사항에 대한 준비가 필요하며 낯선 곳에서 안전사고에 주의하도록 합니다.

## 수학여행

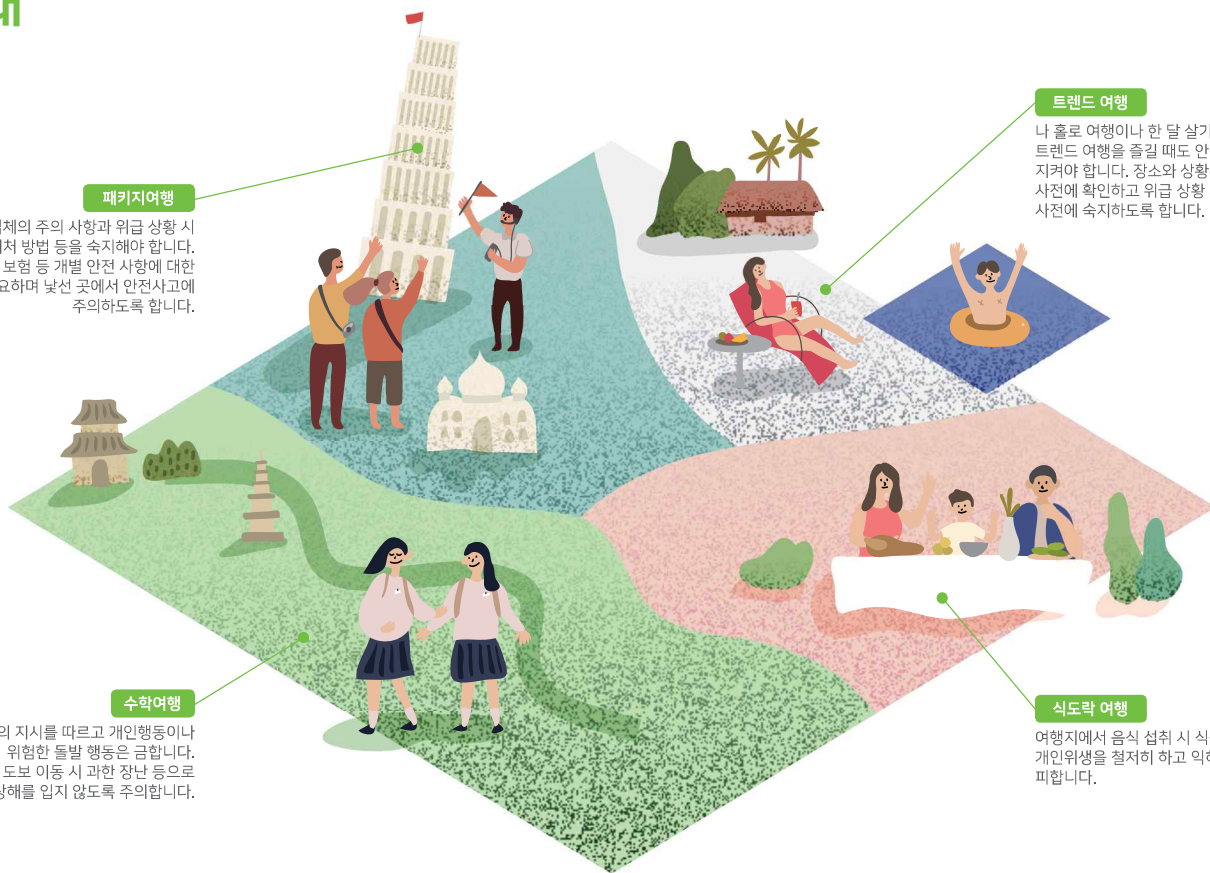
교사의 지시를 따르고 개인행동이나 위험한 돌발 행동은 금합니다.  
여행지에서나 도보 이동 시 과한 장난 등으로 상해를 입지 않도록 주의합니다.

## 트렌드 여행

나 홀로 여행이나 한 달 살기와 같은 트렌드 여행을 즐길 때도 안전을 기본으로 지켜야 합니다. 장소와 상황별 안전 사항을 사전에 확인하고 위급 상황 시 대처 방법을 사전에 숙지하도록 합니다.

## 식도락 여행

여행지에서 음식 섭취 시 식중독 예방을 위해 개인위생을 철저히 하고 익히지 않은 음식은 피합니다.



# 1. 패키지여행



패키지여행 시 여행 업체의 안전 주의 사항과 위급 상황 시 대처 방법을 사전에 반드시 확인하고 개인 여행자 보험에 가입하도록 합니다. 여행지에서의 단체 이동에 주의하며 부분 패키지여행을 선택할 때도 안전을 기본으로 확인합니다.



## 준비

국내 여행의 경우 여행자 보험은 개별적으로 가입해야 합니다.  
황사, 강풍, 폭우, 폭설 등 계절별 기상 악화를 대비해, 마스크, 우산, 긴팔  
겉옷 등을 준비합니다.  
랜턴, 호루라기 등 안전 장비와 소화제, 상처 치료제 등 구급약을 챙깁니다.



## 여행 중

차량 운행 중에는 전 좌석 안전벨트를 착용하고, 승하차 시 넘어지지 않도록 주의합니다.  
일행을 잃어버리지 않도록 주의하며 가이드와 운전자의 비상 연락처를  
저장해 둡니다.  
패키지 일정에 맞출 수 있도록 자신의 체력을 고려하여 무리하지 않도록  
합니다.  
사람이 많은 여행지에서는 다른 사람이나 시설물과의 충돌에 주의합니다.  
개인위생을 지켜 식중독에 주의하고, 남은 음식을 포장해 먹거나 익히지  
않은 음식 섭취는 피합니다.



## 부분 패키지여행

버스나 기차, 비행기 등 교통수단별 안전 사항을 지킵니다.  
렌터카 이용 시 전 좌석 안전벨트를 착용하고 낯선 곳에서는 더욱 주의 깊게  
운전합니다.  
숙박 시설 이용 시 소화기와 비상 대피로 등 안전시설을 숙지하고 시설물  
이용에 주의합니다.  
레저 시설 이용 시 안전시설 인증 여부를 확인하고 안전 장비를 필수로  
착용합니다.



## 사례 “넘어지지 않도록 주의합니다.”

국내 섬 패키지여행을 떠난 한 남성이 갯바위를 걷다가  
넘어지는 사고가 있었습니다. 인근 병원에서 치료를 받은 후  
바로 집으로 돌아와야 했다고 합니다.  
인솔자가 동행하는 패키지여행에서도 개인 안전에 주의해야 합니다.  
섬이나 해변, 강가나 계곡 등 물기가 있는 바닥에서는 미끄러지거나  
넘어지지 않도록 조심해야 합니다. 특히 주변을 살피지 않고  
풍경만 감상하다 넘어질 수 있으니 낯선 곳에서 도보로 이동할 때는  
항상 주의합니다.



## TIP

### 렌터카 선택 시 주의!

렌터카 차량을 받으면, 차량의 내·외부를 촬영하여 이상 유무를 기록합니다.  
낯선 곳에서는 안전에 더욱 주의하며 자신의 운전 능력을 과신하지 않아야 합니다.

### 여행 업체 안전사고 대처 방법 및 보험 확인!

여행 업체에서 마련한 상황별 안전사고 대처 방법을 사전에 문의하고 숙지해야 합니다.  
부분 패키지 선택 시 개별 안전 주의 사항과 위급 상황 시 대처 방법을 반드시 확인합니다.

## 여행 유형별 2. 수학여행



수학여행에서는 일행으로부터 이탈하지 않도록 주의해야 합니다. 많은 인원이 함께 이동해야 하니 충돌에 주의하며 체험 활동 시 안전 장비를 착용하고 위험한 행동을 삼갑니다. 위급 상황 시에는 교사에게 알리고 지시에 따르도록 합니다.



### 준비

귀중품이나 금지 물품\*을 소지하지 않도록 합니다.  
굽이 높은 신발이나 짧은 치마 등을 피하고, 활동이 편한 복장을 착용합니다.  
호루라기, 소형 랜턴, 체온 유지용 여벌 옷, 자외선 차단제 등을 챙깁니다.



### 교통 이용

책임 교사와 차량 운전자의 연락처는 미리 저장합니다.  
버스 안에서는 안전벨트를 착용하고 고속 도로 휴게소나 주차장에서는 좌우를 살피며 이동합니다.  
선택 이용 시 구명조끼 비치 여부를 확인하고 안전 수칙에 따라 착용합니다.  
또한 비상구와 소화기, 비상 대피로 등 안전시설을 확인합니다.  
항공 이용 시에는 승무원의 지시를 따라야 합니다.



### 여행 중

개인위생을 지켜 식중독에 주의하며 불량 식품을 피하고 과식하지 않아야 합니다.  
도보 이동 시 장난을 삼가고 다른 사람과의 충돌에 주의합니다.  
개별 행동은 피하고 정해진 일행과 함께 이동합니다.  
야외에서는 독성 식물과 뱀, 벌, 진드기 등을 조심하며 함부로 만지지 않습니다.  
정해진 숙소와 객실을 이용하고 취침 시간을 지킵니다.



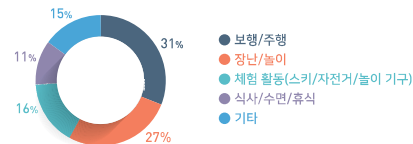
### 체험 활동

음식 만들기 체험 시 불과 조리 도구에 다치지 않도록 조심합니다. 날카로운 칼이나 가위 등을 사용할 때에는 더욱 신중합니다.  
수상 레포츠 체험 시 안전 장비를 착용하고 자신의 수영 실력을 과신하지 않습니다.  
안보 관광 시 교사의 지시를 따르며 출입 금지 구역에는 들어가지 않습니다.  
전시 공간 방문 시 전시물과 시설물을 훼손하지 않도록 주의합니다.



\*소지 금지 물품 : 학생 신분증 부적절한 주류, 전자담배를 포함한 담배류, 사행성 게임 도구 등

도보 이동 시 주의하고  
친구들과의 장난은  
자제합니다.



수학여행 사고 주요 원인(%)

[출처 : 학교안전예보10월호, 경기도교육청, 2019; 학교안전공제회]

### 사례 ❶ “대피 시 교사의 지시를 잘 따라야 합니다.”



2019년 수학여행을 떠난 학생들이 있는 지역에 산불이 났습니다. 학생들과 교사들은 버스를 타고 빠르게 대피했지만 마지막 버스에 불이 옮겨붙었다고 합니다. 다행히 버스 안에 있던 학생들과 교사는 빠른 대처로 전원 무사할 수 있었습니다.  
화재가 발생하면 불과 연기로 인해 피해가 커질 수 있습니다. 화재 등 위급 상황 시에는 교사의 지시에 따라 빠르게 대피하도록 합니다. 또한 대피할 때는 코와 입 등 호흡기를 보호하고 버스 등 차량 화재는 폭발로 이어질 수 있으니 멀리 대피하는 것이 좋습니다.



### 사례 ❷ “도보 이동 시 장난을 삼갑니다.”

수학여행에서 유적지에 방문한 친구들이 장난치며 돌계단을 오르다 넘어져 부상을 입는 사고가 있었습니다. 친구들끼리 서로 장난을 치며 걷는 도중 발생한 사고였습니다.  
여행지에서 도보 이동 시에는 장난을 삼가고 돌이나 나무에 걸려 넘어지지 않도록 주의해야 합니다.  
특히 돌계단이나 흙길은 미끄러우니 조심합니다.

### TIP

#### 스마트폰 넉넉히 충전!

위급 상황 시 활용할 수 있도록 스마트폰 배터리 소모를 방지하도록 합니다.  
휴대용 배터리의 충전기가 있다면 소지하도록 합니다.

#### 행정안전부 안전디딤돌 앱!

긴급 재난 정보와 민방위 대피소, 병원 등 시설물 위치, 재난 유형별 국민 행동 요령 정보를 제공합니다.

## 여행 유형별

# 3. 트렌드 여행



여행의 목적과 방법, 형태는 끊임없이 변화하지만 안전은 항상 기본으로 지켜야 합니다. 지역과 상황에 따른 안전 수칙을 기억하고 위급 상황 시 대처 방법을 숙지하도록 합니다.



### 빛 여행

빛 여행은 화려한 조명 장식으로 꾸며진 정원이나 미디어아트 작품을 전시하는 미술관 관람 등을 목적으로 하는 여행을 말합니다. 어두운 바닥이나 갑자기 어두워지는 공간에서 넘어지지 않도록 걸음을 조심합니다.



실내 관람 시 바닥과 벽의 전선 등에 걸리지 않도록 주의하며 감전의 위험이 있으니 손으로 만지지 않도록 합니다.

야외 광장에서는 주변을 살피며 이동하고, 다른 사람이나 시설물과의 충돌에 주의합니다.

개막식이나 점등식, 불꽃놀이 행사는 안전거리에서 관람하고 불꽃이나 재, 연기가 눈에 들어가지 않도록 주의합니다.



### 나 홀로 여행

나 홀로 여행은 동행 없이 여행하며 여행 지역의 사람과 문화를 경험하는 여행을 말합니다.

호신용 호루라기나 가스 스프레이 등 휴대용 안전 장비를 지참합니다.

숙소 선택 시 안전시설과 안전 장비 유무를 반드시 확인합니다.

과음하거나 게스트하우스에서 처음 만난 사람들과 음주를 피합니다.

야간 통행은 자제하고, 낯선 사람의 차량에 탑승하거나 단둘이 이동하지 않아야 합니다.

공중화장실과 숙소 등에서 물레카메라를 주의합니다.

인적이 드문 곳은 방문을 자제하되, 방문 시 가급적 노출된 공간에 있습니다.



### 한 달 살기

한 달 살기 여행은 특정 지역에서 일정 기간 머물며 일상생활도 하고 주변 여행도 즐기는 것을 말합니다.

숙소 선택 시 주변 소방서, 경찰서, 병원의 위치를 사전에 파악합니다.

지역과 숙소의 위치, 여행 일정 등을 가족이나 지인에게 알립니다.

늦은 시간에 이동을 삼가고 문단속을 철저히 해야 합니다.

취침 전 전기 시설과 난방 기기를 확인하고, 취사 시 화재에 주의합니다.



### 호캉스

호캉스 여행은 호텔에서 머물며 휴식을 취하는 여행을 말합니다. 호텔 체크인 시 비상구, 대피 경로, 소화기 등 안전시설을 확인하고 위급 상황 시 이용합니다.

낯선 사람과의 동행에 주의하고, 판단력이 흐려질 수 있으니 과음은 자제합니다.

부대시설 이용 시 낙상이나 충돌을 주의합니다.

객실 내 전기 시설 사용 시 화재 및 사고에 주의합니다.

### 사례 ① “나 홀로 트레킹 사고가 늘고 있습니다.”

2016년, 인적이 드문 트레킹 로드를 홀로 걷던 여성이 강력 범죄의 피해를 입는 사고가 있었습니다.

나 홀로 여행 시에는 인적이 드문 장소의 방문은 자제해야 합니다. 만일의 경우에 대비해 호신용 스프레이 등 휴대용 안전 장비를 소지하는 것이 좋습니다.



### 사례 ② “시설 이용 시 넘어지지 않도록 주의합니다.”

2019년 11월 한 호텔에 묵던 30대 남성은 샤워를 하고 나오는 중 미끄러져 넘어지는 사고를 당했습니다. 동행자는 바로 신고했고 남성은 인근 응급실로 이송되었습니다.

호텔 객실과 같은 익숙하지 않은 공간에서는 화장실에서 미끄러지거나 가구에 부딪칠 수 있습니다.

호텔 수영장이나 헬스클럽 등 부대시설 이용 시에도 주의가 필요합니다.



### 휴대용 안전 장비!

여행 목적에 맞는 휴대용 안전 장비를 소지하도록 합니다.

호루라기, 간지 소화기, 호신용 가스 스프레이 등을 지참하여 위급 상황 시 이용합니다.



### INFO

행정안전부 국립재난안전연구원 생활 안전 지도 [www.safemap.go.kr](http://www.safemap.go.kr)

- 지역별 8가지 주제의 안전 정보를 지도로 확인할 수 있는 실시간 안전 검색 지도

## 여행 유형별

# 4. 식도락 여행



음식 섭취 시 식중독과 알레르기, 복통 등의 질병에 주의해야 합니다.  
음식 섭취 전 손을 깨끗이 씻고 날음식은 피하고 익혀 먹는 것이 좋습니다.  
여행 중 과식은 삼갑니다.



### 식중독

음식 섭취 후 설사, 구토, 복통, 오한, 메스꺼움, 발열, 두통 등의 증상이 있으면 식중독을 의심하고 병원을 방문합니다.  
수 시간에서 며칠 간의 잠복기를 지나 증상이 나타날 수 있습니다.  
두름, 다래손, 원추리, 고사리 등은 독성이 있어 익히지 않고 먹으면 위험합니다.



어패류 아가미, 껍질, 내장은 충분히 익혀 먹어야 합니다.  
바비큐 시 생고기를 잡은 조리 도구로 다른 음식을 집으면 안 됩니다.  
자동차 안에서 2시간 이상 방치된 음식은 상태를 반드시 확인합니다.

지하수, 계곡물, 샘물 등을 바로 마시지 않습니다.  
바다, 강, 계곡에서 물놀이 시 물을 삼키면 세균이 들어올 수 있습니다.



### 알레르기

알레르기 유발 찾은 음식: 복숭아, 토마토, 홍합, 새우, 굴, 오징어, 고등어, 호두, 땅콩, 밀, 닭고기, 돼지고기, 쇠고기 등  
입술이나 호흡기가 부어오르거나 기침, 두드러기, 복통, 설사 등의 증상을 동반할 수 있습니다.



특히 천식 등 호흡기 질환자의 경우 정상 호흡이 불가능할 수 있으니 즉시 병원을 방문해야 합니다.

### 복통, 소화 불량, 구토

과식은 복통이나 소화 불량, 구토 등을 유발할 수 있습니다.  
특정 과일이나 덜 익은 과일, 콩, 유제품에 민감한 사람은 음식 섭취 후 설사를 동반한 복통에 주의합니다.  
피로로 인해 신경성 복통이 올 수 있으니 여행 중 컨디션 조절을 잘 해야 합니다.  
설사를 동반한 복통이 있어도 탈수 방지를 위해 물을 자주 마시고, 미음이나 죽을 섭취하는 것이 좋습니다.  
구토 증상이 있을 때는 토사물에 의해 기도가 막힐 수 있으니 옆으로 누워 쉬도록 합니다.



식중독 예방 3가지를 기억합니다.



[참고 : 식품의약품안전처]



### 사례 ① “식중독은 여러 증상으로 나타날 수 있습니다.”

한 가족이 해변 물놀이를 즐긴 후 저녁을 먹고 휴식을 취했습니다.  
취침 준비를 하는데 아이의 다리에 두드러기가 올라 간지럼을 호소했다고 합니다. 가족은 숙소에서 나와 바로 응급실을 방문했습니다.  
식중독은 구토, 설사, 발열, 근육 경련, 두드러기 등 다양한 형태로 증상이 나타날 수 있습니다. 음식 섭취 전 손을 닦고 음식은 반드시 익혀 먹습니다. 또한 바다나 계곡의 물속에는 다양한 세균이 있으니, 물놀이 시 물을 삼키지 않도록 주의하고 야외 활동을 할 때는 컨디션을 조절해야 합니다.



### 사례 ② “도시락 섭취에 주의합니다.”

20대 여성은 친구와 함께 도시락을 챙겨 봄나들이를 떠났습니다.  
즐거운 시간을 보내고 집으로 돌아왔는데 갑자기 복통과 고열이 나기 시작했다고 합니다. 통증이 심해지자 응급실을 찾았고 식중독 판정을 받았습니다.

집에서 준비하는 도시락은 보통 익은 재료와 익지 않은 재료가 혼합된 복합 조리 음식이기 때문에 보관에 주의해야 합니다. 음식을 조리할 때와 섭취할 때 위생 관리를 철저히 하고 음식을 옮길 때는 아이스박스 등에 담아 보관해야 합니다. 식중독 발병과 증상은 사람마다 다르니 동행 중 식중독 환자가 발생하면 이상 증상이 없더라도 병원 검사를 받아야 합니다.

### TIP

식품의약품안전처 식중독잡GO 앱!

식중독 예방법과 먹거리 안전 주의사항을 모바일 게임으로 즐기면서 배울 수 있습니다.



### INFO

식품의약품안전처 기상청 국립환경과학원 식중독예측지도 <http://poisonmap.mfds.go.kr/>  
- 전국의 식중독 위험도 확인