

즐겁고 안전한

오키나와 여행을 위하여...



하나가사 마하에

오키나와 관광 안심 안전 가이드



마하로



쿠쿠루



치무 ©OCVB



오키나와현



긴급사태·갑작스런 돌발상황 시의 연락처

문의처에 따라서는 일본어로만 대응이 가능합니다.
문의할 때는 일본어를 아는 분을 통해 연락해 주십시오.

사건·사고, 돌발상황에는

- 각 지역의 경찰서 ☎110
- 구급차 ☎119
- 해난사고의 통보는 ☎118
- 오키나와 경찰 본부 ☎098-862-0110
- 제11 관할구역 해상보안부 ☎098-867-0118

교통정보·태풍시의 연락처

● 오키나와 도시 모노레일	☎098-859-2630	Peach Aviation	☎0570-001-292
● 일본 도로교통 정보센터	☎050-3369-6666	Vanilla Air	☎0570-6666-03
● 나하공항 빌딩			
국내선 여객터미널빌딩	☎098-840-1179		
국제선 여객터미널빌딩	☎098-840-1350		
● 날씨·태풍 정보 (오키나와 기상대 날씨 상담소)	☎098-833-4290	● 국제선 항공회사 문의처	
● 오키나와버스(주)	☎098-862-6737	중국	중국동방항공 ☎098-891-9055
● (주)류큐버스교통	☎098-852-2510		상해길상항공 ☎098-840-1888
● 나하버스(주)	☎098-852-2500		중국국제항공 ☎098-866-8661
● 동양 버스(주)	☎098-947-1040		북경수도항공 ☎86-10-95375
● 일반사단법인 오키나와현 버스협회	☎098-867-7386	대만	차이나에어라인·만다린항공 ☎098-863-1013
● 일반사단법인 오키나와현 택시협회	☎098-855-1344		에바항공 ☎0570-666-737
● 오키나와현 호텔·여관 생활위생 동업조합	☎098-861-4166		타이거에어대만 ☎03-6455-0242
● 일반사단법인 오키나와현 렌트카협회	☎098-859-3825	홍콩	홍콩익스프레스항공 ☎050-3852-0709
● 비행기 운항 상황 등의 문의처			캐세이드래곤항공 ☎098-851-8580
ANA	☎098-861-8800	한국	아시아나항공 ☎0570-082-555
JAL, JTA, RAC	☎098-891-8201		진에어 ☎098-840-1474
SKY	☎0570-039-283		제주항공 ☎0570-001-132
솔라시스 에어	☎0570-037-283		티웨이항공 ☎098-996-3260
Jetstar	☎0570-550-538		이스타항공 ☎+82-1544-0080
			대한항공 ☎0088-21-2001

목 차

- 마린 레저 시의 주의점 01
- 바다의 위험 생물에 주의! 04
- 즐거운 섬 여행(시마타비)을 위해 08
- 열사병과 자외선 09
- 감염증을 예방합시다 11
- 재해시의 대응 13
- 밤시뱀(독사) 주의! 18
- 안바루 뚝부기, 이리오모테 야생고양이를
■ 교통사고로부터 지킵시다 19
- 병·상처 때의 긴급 병원 연락처 20
- 구급병원 이용법 21
- 의료기관 이용법과 주의사항 22
- 증상·병상 설명을 위한 대화 지목 시트 23
- 미리 써두면 안심, 의료에 관한 자기 정보 24



마린 레저 시의 주의점

바다가 아무리 아름다워도 상대는 자연이니 방심하면 안됩니다. 날씨와 컨디션을 늘 체크하면서 즐기십시오.



바다에서의 사건·사고는 118번으로!



스노클링

5개의 주의사항

- ① 시원 듯이 보여도 연습은 필수
스노클(숨대롱), 마스크, 핀(오리발)의 사용방법을 습득한다.



- ② 물 위에서 뜬다는 게 생각보다 어려움
구명조끼, 잠수복을 착용해서 부력을 확보한다.

생명을 지켜준다!



- ③ 아름다운 바다이지만 위험도 많다!
수영할 장소 확인과 함께 기상상태와 바다의 상황을 잘 파악하고 절대 무리하지 말 것.



- ④ 바다에서의 컨디션 불량은 사고로 연결됩니다.
컨디션이 안 좋을 때는 무리하지 말고 중지할 것.
음주 후에는 절대 엄금. 중년, 고령자의 사고가 증가하고 있습니다.

절대 무리하지 말 것



5 혼자서는 구조요청도 할 수가 없습니다.

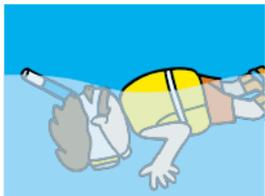
바다에 들어갈 때는 반드시 2명 이상이 행동해야 합니다. 1회에 1시간을 기준으로 합니다. 적당한 휴식과 수분 보충도 중요합니다.

혼자서 바다에
가는 것은 위험!



사고가 일어나고 있습니다!

숙련자나 스노클링 전문강사에게 배우도록 하십시오.
발이 닿은 얕은 바다에서 충분히 연습하십시오.



턱을 당기면 스노클의
끝부분이 물속에 잠기면서
물이 들어오게 됩니다.



단숨에 숨을 내쉬어
스노클 안의 물을
밖으로 빼줍니다.



턱을 들어 스노클
끝부분이 수면위로
나오도록 합니다.

리프 커런트

리프 커런트란?

리프(산호초) 틈에서 리프 밖으로 흘러나가는 강한 물살의 흐름을 말합니다. 특히 리프 틈이 해안선에 깊숙이 들어간 형태의 리프 주변에서 많이 발생합니다.



바다쪽으로
떠내려가고 있다고
느꼈을 때는...

- 1 흐름에 역행하지 말고 바닷가와 평행을 유지하면서 해엄칩시다.
- 2 리프 커런트를 빠져 나온 후에는 가장 가까운 육지로 향합니다.
- 3 최상의 회피방법은 리프 커런트에 휘말리지 않는 것.

'오키나와 리프 커런트 정보'는 제11관구 해상보안본부와 이시가키 해상보안부 웹사이트에서 제공하고 있습니다.

바다 안전 정보

▶▶ <https://www6.kaiho.mlit.go.jp/11kanku/kisyou.html>

바다에서의 사고·사건은 118번으로!



다이빙

다섯가지 주의사항

1 잠수 기술의 향상

바다에 잠수할 때 필요한 기술을 몸에 익히고 스텝업할 수 있도록 노력합니다.

수영은 잘 하나요?



2 철저한 건강관리

질병의 유무를 파악하고, 때에 따라서는 의사의 승낙을 받을 필요가 있습니다. 다이빙 종료로부터 비행기에 탑승할 때까지 충분한 시간을 갖도록 합니다.

유리한 컨디션에 유의하십시오



3 무리는 금물

당일의 컨디션이나 체력 또는 정신적으로 잠수가 부적당하다고 느꼈을 경우에는, 참가를 단념하는 용기도 필요합니다. 충분한 수면을 취하고 전날에는 과음을 금하는 등 컨디션 관리를 철저히 합니다.

수면이 충분하



4 면밀한 계획과 충분한 협의

잠수 시간, 심도, 잔압, 경로 확인 뿐만 아니라 E N · E X 방법, 포인트에서의 주의사항, 핸드 시그널, 긴급시의 대처방법 등을 확실히 확인하십시오. 조금이라도 불안한 점이 있을 시에는 바로 스텝에게 상의하십시오.

사전확인 철저하게!



5 안전은 기재 점검으로부터

보수관리가 제대로 안된 기재를 사용하는 것은 아주 위험합니다. 안심하고 다이빙을 즐기기 위해서도 최상의 컨디션을 유지시키도록 합니다.

점검을 잊지 말 것



바다의 위험 생물에 주의!

아름다운 산호초 바다에는 다양한 생물이 서식하고 있는데 그 중에는 독을 가진 것들도 있습니다.

이러한 위험생물에 대한 지식을 갖추어야 합니다. 함부로 만지거나 장난만 치지 않는다면 안전하므로 올바른 이해를...



해파리 네트

해파리 네트 안에서 수영합니다.
※ 해파리 방지 네트가 설치되어 있다 해도 해파리가 침입해 들어오는 경우도 있습니다.

상자 해파리

5~10월에 걸쳐 발생하는 해파리. 수심 50cm 정도의 얇은 곳에도 볼 수 있습니다. 쏘이면 굉장히 아프며 쇼크상태에 빠질 수도 있습니다.



상자해파리에 쏘였을 때의 응급처치

- 1 쏘이면 바로 바다에서 나간다.
쏘인 부분은 절대로 문지르지 말 것.
- 2 식초를 충분히 끼얹는다.
※ 식초는 상자 해파리에게만 유효합니다.
다른 해파리의 경우에는 사용하지 마십시오.
- 3 촉수를 손으로 신중하게 뽑아낸다.
- 4 통증이 있을 때는 얼음이나 차가운 물로 진정시킨다.
※ 호흡이나 심장이 멈추었을 경우에는 즉시 인공호흡과 심장마사지를 실시한다.



해파리 네트가 설치되어 있는 비치

(2018년 5월 현재)



- 해파리 네트 설치 조사대상은 조레에 근거하여 신고를 마친 해수욕장입니다. (오키나와현 수난사고 방지 및 수영하는 자 등의 안전확보 등에 관한 조레)
- 비치에 따라 네트 설치 시기에 차이가 있습니다. 따라서 현재 네트가 설치되어 있지 않은 경우도 있습니다. 외출 시 직접 비치에 확인하여 주시기 바랍니다.

기타 바다의 위험 생물

만약 피해를 입었을 경우에는 선부른 자가판단은 하지 말고 응급처치를 한 다음에 반드시 병원에 가십시오.



가시면류관 불가사리



황색링성게 (가시왕관성게)



속치 (stone fish)



쓸종개(새기)



쓸배감펍 (Lion fish)



수국성게

응급처치

눈에 보이는 큰 가시를 빼낸 다음에, 40~45°C 정도의 더운 물에 담근다. 비닐 봉지에 더운 물을 넣어 환부에 대도 괜찮다. 화상에 주의하십시오.



은바치이소긴착(말미잘의 일종) 후사은바치이소긴착(말미잘의 일종)

응급처치

쏘인 부부는 비비지 말고 바닷물로 자포구를 흘러 씻어낸 후 얼음이나 찬 물로 진정시킵시오.

※식초는 사용하지 마시오. 식초에 의해 자포의 발사가 촉진되는 경우가 있습니다.



바닷뱀의 일종

지도청자고둥

응급처치

상처 부위를 청결히 한 후 신속히 병원으로 이송해 주시오.



풍선해파리(전기해파리)

푸른띠문어와 같은 종류

응급처치

바닷물을 흘러 촉수를 씻은 다음에 얼음이나 찬 물로 진정시킵니다.※식초는 절대로 사용하지 마시오.

응급처치

입으로 빨아내지 말고 상처 부위를 청결히 한 후 신속하게 병원으로 이송한다.

즐거움 섬 여행(시마타비)을 위해

오키나와 본섬, 미야코지마 섬, 이시가키지마 섬 이외의 섬에는 편의점이나 드럭스토어와 같은 편리한 가게는 없습니다.

● 주변 섬에는 섬마다 다른 문화와 전통, 풍부한 자연 환경이 있어 오키나와 본섬, 미야코지마 섬, 이시가키지마 섬과 또 다른 여유로운 시간의 흐름과 조용한 생활이 있습니다.

매력적인 섬에서는 다소 불편이 따릅니다. 섬 여행을 즐기기 위해 다음의 사항을 지킵시다.

1. 약과 상비약은 평소보다 넉넉히 준비할 것

섬에서는 태풍이나 악천후로 인해 예상보다 체류기간이 길어질 수 있습니다.

진료소의 약은 종류, 양이 한정되어 있어 모든 약을 처방할 수는 없습니다. 약이 부족하여 진찰을 받아도 처방받을 수 없거나 제네릭 약품으로 대체되는 일도 있습니다.

- 자신이 평소에 처방받은 약을 정확히 알고 있도록 합니다.
(장기 체류하는 분은 주치의의 진료정보제공서류를 가지고 갑시다.)
- 질병에 대한 약은 넉넉히 여유있게 가지고 갑시다.
- 발작이 일어난 경우의 약을 처방받은 분은 반드시 가지고 갑시다.

2. '몸이 안좋다'고 느끼면 서둘러진찰을 받을 것

두통이나 복통, 몸에 이상을 느끼면 낮동안에 서둘러 진료소에서 진찰을 받도록 합니다.

(일단 산이나 바다로 나가면 진찰받을 때까지 시간이 걸립니다.)

3. 진료시간을 지킬 것

의료인은 섬의 재산입니다. 주변 섬의 진료소에는 의사도 간호사도 한 명 밖에 없습니다.

진료시간 내에 진찰을 받도록 하고, 긴급하지 않은 경우 시간 외에 진찰받는 것은 삼갑시다.

각 진료소의 접수 시간 등은 여기를 확인하세요. →



열사병과 자외선

열사병

열사병이란?

고온다습한 환경으로 인해 체온조절이 되지 않아 체내의 수분과 염분(나트륨)의 균형이 깨지면서 일어나는 장애의 총칭입니다. 자칫하면 사망에 이르기까지 하는 무서운 병이지만 예방법을 알고 있으면 방지할 수 있으며, 또한 응급처치법을 알고 있으면 구명 가능성이 있습니다.



현장에서의 응급처치

1 시원한 곳으로 피난

통풍이 잘 되는 그늘진 곳이나 냉방이 되어 있는 실내 등 시원한 곳으로 피난한다.



2 탈의와 냉각

옷을 느슨하게 풀어 몸 안의 열이 방산될 수 있도록 한다. 얼음이나 물로 목과 겨드랑이 밑, 허벅지 위의 사타구니 부분을 식혀준다.



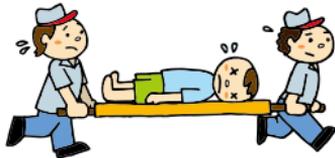
3 수분과 염분의 보급

차가운 물이나 스포츠 음료 등을 준다.(다만 의식이 뚜렷하지 않은 경우에는 절대로 물을 먹여서는 안됨).



4 의료 기관으로 옮긴다

의식이 뚜렷하지 않을 때나 자력으로 수분 보급을 할 수 없을 때는 곧바로 의료 기관으로 이송한다.



예방 대책



○ 틈틈이 수분을 보충해준다.



○ 아주 더운 날의 장시간의 해수욕은 피한다.



○ 양산이나 모자를 쓴다.



○ 더위를 피하도록 하고 복장도 목 부분은 느슨하게 하는 등 신경을 쓴다.



○ 스포츠 등으로 땀을 많이 흘릴 때는, 충분한 수분과 염분을 섭취한다.



○ 날씨가 갑자기 더워질 때는 주의합니다.



○ 실내에서는 선풍기나 부채 등을 이용해서 열을 방산시킨다.

자외선

오키나와의 자외선에 대하여

오키나와의 자외선은 일본의 다른 현보다 강합니다. 자외선에 의한 선탠은 발열이나 수포, 통증을 일으키며, 지나친 선탠으로 입원하는 경우도 있습니다. 자외선으로 인한 피해를 막기 위해서 자외선 대책을 합니다.

예방 대책

- 모자를 쓴다.
- 그늘을 이용한다.
- 옷으로 감싼다.
- 선글라스를 쓴다.
- 자외선 차단제를 자주 바른다.



적절한 자외선 대책으로 건강한 휴식을!

감염증을 예방합시다

감염증에 주의해서
오키나와 여행을
즐겨 주십시오.



오키나와현의 감염증의 특징

- 레푸트스피라증의 발생이 보고되고 있습니다. 여름철이 되면 하천에서 놀 기회가 많아지는데, 이 때 피부를 통해 감염되는 경우도 있습니다. 강에 들어간 후 약 5~14일 후에 갑작스런 발열, 결막염, 근육통의 증상이 있으면 의료 기관을 찾아가 주십시오.



인플루엔자에 주의!

- 오키나와에서는 여름철에도 인플루엔자가 유행합니다. 손씻기와 양치질을 하도록 합시다.



2차감염 방지!

아래와 같은 증상이 있다면 주위 사람들에게 옮길 가능성이 있습니다.

- 발열, 기침, 재채기, 구토, 설사 등.
- 신속히 의료기관에서 진찰을 받도록 합니다.

감염경로를 차단하기 위해서

- 기침을 하는 사람이 있다면 마스크 착용을 권합니다.
- 설사나 구토물을 처분할 때에는 각별히 주의합니다.
- 노로바이러스 위장염은 2차 감염으로 퍼집니다.



★ ★ 감염증 유행에 관한 정보를 입수합니다 ★ ★

- 오키나와현 감염증 정보센터 TEL 098-987-8211
- 오키나와현 지역보건과 TEL 098-866-2215

★ ★ ★ 가까운 보건소에서 상담을! ★ ★ ★

- 북부 보건소 TEL 0980-52-2714
(북부, 이헤야, 이제나 지역)
- 중부 보건소(중부지역) TEL 098-938-9886
- 나하시 보건소(나하시) TEL 098-853-7971
- 남부 보건소 TEL 098-889-6351
(우라소에시, 남부지역, 주변의 섬들, 남북 다이토지마 지역)
- 미야코 보건소(미야코 지역) TEL 0980-72-2420
- 야에야마 보건소(야에야마 지역) TEL 0980-82-3240

※ 문의처에서는 일본어로만 대응가능합니다.

재해시의 대응



태풍이 오면

강풍으로 인해 물건이 날아오거나 쓰러질 수 있으므로 외출을 삼가고 숙박시설 등의 실내에서 지냅니다.

폭풍우가 수그러들더라도 방심하지 말고 기상정보를 충분히 확인한 후 행동합니다.

폭풍이 불 때 실내에서는 유리창에서 가능한 한 멀리 떨어집니다.

태풍이 통과한 후에도 파도가 높기 때문에 해안에서는 주의해야 합니다.

버스나 모노레일, 비행기, 선박 등 교통기관에 큰 영향을 주기 때문에 정보를 확인합니다.

단체나 투어 항공권을 소지하신 분은 투어를 실시하는 여행사에 문의바랍니다.

개인 항공권을 소지하신 분은 항공사에 따라 태풍 시의 대응이 다르므로 이용하실 항공사에 직접 문의바랍니다.

※ 태풍시는 아래 사이트에서 정보를 입수하시기 바랍니다.

기상청

<http://www.jma.go.jp/jma/index.html>

오키나와 관광정보 웹사이트 <Be. Okinawa>

<https://www.visitokinawa.jp/?lang=ko>



「Be.Okinawa」



큰지진이 오면



숙박시설에서는

- 진동이 계속되는 동안에는 가구나 유리창에서 가능한 한 떨어지고 머리를 보호합니다.
- 건물 밖은 유리 등이 떨어질 위험이 있습니다. 당황해서 밖으로 뛰어나가지 않도록 합니다.
- 객실 내에 있을 때는 문을 열고 대피로를 확보합니다.
- 진동이 멈출 때까지 기다린 후 시설 직원의 지시에 따라 신속히 대피합니다.



건물 밖에서는

- 진동이 계속되는 동안에는 몸을 낮추고 간판이나 유리, 타일 등이 떨어질 수 있으니 머리를 보호합니다.
- 블록 담이나 좁은 골목, 절벽, 해안, 하천 등에서 멀리 떨어집니다.
- 광장이나 공원, 공터 등 넓은 장소가 있으면 그곳으로 대피합니다.



자동차 운전 중에는

- 급브레이크를 밟지 말고 천천히 차를 갓길에 세운 다음 엔진을 끄고 지진이 멈출 때까지 차 안에서 기다립니다.
- 자동차 라디오를 켜고 정보를 입수합니다.
- 차를 두고 대피할 때는 가급적 갓길 근처에 세우고 키는 꽂은 채, 문은 잠그지 말고 대피합니다.



쓰나미에 주의!

- 강한 진동이나 길고 느린 진동을 느꼈을 때는 쓰나미가 올 우려가 있으므로 해안이나 하천을 떠나 고지대나 튼튼하고 높은 건물로 대피합니다.



쓰나미 경보를 알리는 정보를 들으면



★ 쓰나미 경보를 알리는 정보를 들으면 ★

- 즉시 해안을 떠나 고지대나 튼튼하고 높은 건물로 대피합니다.
- 대피장소를 모를 때는 주위 사람에게 물어봅니다. 호텔 등 숙박시설에서는 미리 대피장소, 대피경로를 확인해 둡니다.
- 해변에서 헤엄치는 사람 등에게 대피를 알리고 서둘러 해안을 떠납니다.
- 쓰나미 도달 예정 시각이 지나더라도 주의보·경보가 해제될 때까지는 절대로 가까이 가서는 안됩니다.



★ 자신이 있는 장소의 해발을 확인합니다 ★



- 오키나와의 주요 관광지에는 그 장소의 해발을 표시한 간판이 설치되어 있습니다.
- 쓰나미 경보가 발표된 후에는 가능한 한 해발이 높은 곳으로 신속하게 대피합니다.
- 해안 근처를 관광할 때는 지금 자신이 있는 장소의 해발을 확인해 둡니다.

★ 서로 도우며 대피합니다 ★

- 대피가 필요할 때는 그곳의 직원이나 주위 사람의 유도에 따라 신속히 대피합니다.
- 대피에 도움이 필요한 사람을 발견하면 주위 사람의 협조를 받아 대피를 도와줍니다.



재해정보 는 아래를 참조하십시오.

오키나와 방재 정보 포털 사이트 하이사이! 보우사이드 ~ 비루

오키나와 지역의 재해에 관한 포털사이트입니다.
아래와 같은 정보와 서비스를 제공 받을 수 있사오니
부디 많이 활용해 주세요.



- 지자체가 발령하는 피난 권고, 피난 지시, 피난소 개설 정보
- 기상청이 발령하는 기상주의보, 경보, 특별경보, 지진, 쓰나미 정보
- 소방청이 발령하는 국민 보호 정보
- 위의 정보를 얻기 위한 방재 메일과 SNS 등록

등록 무료!

URL, QR 코드

PC버전 <http://www.bousai.okinawa.jp/kre>

스마트폰 버전 <http://www.bousai.okinawa.jp/kre/sp>



방재 정보 포털사이트에
관한 문의

오키나와현 지사공실 방재위기관리과 TEL 098-866-2143





차량 내부 도난사고 조심!



★ ~피해 방지를 위한 마음가짐~ ★

귀중품을 차 안에
방치하지 않기!

자동차문
꼭 잠그기!

도로상에
주차하지 않기!

도난 사건 조심!



방법
포인트

- ◆ 귀중품(지갑, 휴대전화, 가방 등)은 항상 들고 다니세요!
- ◆ 물품보관함을 이용하세요!
- ◆ 단시간이더라도 소지품을 방치하지 마세요!



STOP!! 음주운전

음주운전 하지 않기! 시키지 않기! 허락하지 않기!

~하룻밤 잤어도 음주운전이 될 수 있어요!~

[숙취 운전에 대해서] 음주운전으로 검거된 사람들 중 약 25%가 숙취운전(오전 6시부터 10시)입니다. 술을 마신 다음 날 운전할 경우, 음주운전이 되지 않도록 음주량을 적당히 조절하세요.



좋은 데
있는데
가보실래요?



호객권을 조심하십시오.

- 호객 행위를 없애고 안심하고 다닐 수 있는 환락가! 현민과 관광객 여러분의 협조를 부탁드립니다. 특정한 상대에게 말이나 동작으로 풍속관련업소의 손님 또는 종업원이 되기를 권하는 "권유-호객행위" 등은 금지되어 있습니다.



추라상(아름다운) 오키나와 만들기 운동

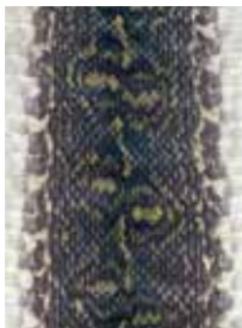
추라 사람 만들기 추라 길거리 만들기 추라 공동체 만들기

거주민과 방문객 모두에게 범죄가 없으며 안심되는 안전하고 매력적인 오키나와현을 만들고자, 전 현민이 하나가 되어 벌이는 방법 활동입니다.

밤시뱀 **특사** 주의!

밤시뱀을 분간하는 방법(예)

반시뱀류의 머리에는 가늘고 작은 비늘이 많이 있으며, 그 밖의 뱀들은 큰 비늘로 덮여 있습니다. 반시뱀의 등체 무늬는 아래 그림과 같습니다.



반시뱀의 무늬

히메 반시뱀
회색 또는
갈색 바탕에
검은색 무늬



반시뱀의 생태

주된 활동기는 4~11월이지만 거의 일년 내내 쫓 볼 수 있으며 동면은 하지 않습니다. 야행성으로 낮에는 돌담이나 구멍안, 풀숲에 숨어 지내며, 주로 쥐를 잡아 먹습니다. 나무에 기어오르거나 헤엄을 잘하지만 점프는 못합니다.



반시뱀
황색 또는 흰색 바탕에 복잡한 모양의
검은색 무늬
쥐를 먹으므로 인가 주변에 많음.



사키시마 반시뱀
갈색바탕에 검은 지그재그 무늬

만약 반시뱀에게 물렸다면...



응급처치

- 1** 당황하지 말고 먼저 밤시뱀인지 아닌지부터 확인합니다.

설령 뱀종류를 모른다고 해도 반시뱀이라면 물린 이빨자국이 보통 두 군데(1군데 또는 3군데, 4군데인 경우도 있음)나 있으며, 5분도 채 안되어 부어오르기 시작하면서 물린 자국이 엄청 아파옵니다.



- 2** 반시뱀이라는 것을 알았다면 큰소리로 구조를 청하고 병원으로 가도록 합니다.

뛰거나 하면 독이 빨리 퍼지게 되므로 자동차로 병원으로 데려가 달라고 청합니다. 걸을 때도 천천히...



하부(반시뱀)에 물리면 생명이 지장을 줄 수 있으므로, 즉시 병원을 찾도록 하시기 바랍니다.



【반시뱀에 관한 문의는】

■ 오키나와현 보건의료부 위생약무과
TEL.098-866-2055
■ 위생관 경연구소 위생생물반
TEL.098-987-8223

※문의는 일본어로만 대응가능합니다.

- 3** 병원까지 시간이 걸릴 경우에는 손가락 하나가 들어갈 수 있을 정도로 느슨하게 맵니다.

물린 부위에서 심장과 가까운 부위 혈액의 흐름을 줄일 수 있는 정도로 가볍게 묶습니다. 결코 가느다란 끈 등으로 세계 묶어서는 안 됩니다. 너무 세게 묶으면 혈액이 멈추어 역효과를 부를 수 있습니다. 반드시 15분에 한 번정도는 가볍게 풀어 주십시오.



얀바루 뜰부기, 이리오모테 야생고양이를 교통사고로부터 지킵시다.

다친거야? 죽은거야?

본섬의 북부나 이리오모테 섬에서는
좀 더 느긋하게 경치를 즐기면서 드라이브 합시다.



나뭇가지에 앉아 있는 관수리



건강한 이리오모테 야생고양이



도로를 횡단하는 얀바루 뜰부기

**얀바루 뜰부기와 이리오모테 야생고양이 등의
교통사고는 속도를 줄이면 막을 수 있습니다.**

오키나와현에서는 얀바루 뜰부기와 이리오모테 야생고양이 등의 희소 생물이
교통사고를 당하는 피해가 발생하고 있습니다. 관광객 여러분도 도로를 달릴
때는 속도를 너무 내지 않도록 주의해 주십시오. 만약에 동물을 차로 치었다해도
고의가 아니라면 죄를 묻지 않으므로 보호를 위해 연락해 주십시오.

연 락 처

얀바루 뜰부기 · 게나가네즈미

- 쿠이나 다이얼 TEL 090-6857-8917
- 환경청 얀바루 야생생물 보호센터 우후기자연관 TEL 0980-50-1025

이리오모테 야생고양이 · 관수리

- 이리오모테 야생생물 보호센터 TEL 0980-85-5581

관수리

- 이시가키 자연보호관 사무소 TEL 0980-82-4768

신속한 연락이 소중한 생명을 구합니다.

※문의처에서는 일본어로만 대응합니다.

병·상처 때의 긴급 병원 연락처

● 북부지역

오키나와 현립 북부병원
沖縄県立北部病院

☎0980-52-2719

사단법인 북부지구 의사회병원 EN
社団法人北部地区医師会病院

☎0980-54-1111

● 중부지역

하트라이프 병원 EN
ハートライフ病院

☎098-895-3255

중부 도쿠슈카이 병원 EN ZH KO RU TH
中部徳州会病院

☎098-932-1110

나카가미 병원 EN
中頭病院

☎098-939-1300

● 나하·우라소에·남부지역

류큐대학 의학부 부속병원 EN
琉球大学医学部附属病院

☎098-895-3331

우라소에 종합병원 EN ZH KO ES PT
浦添総合病院

☎098-878-0231

마키미나토 중앙병원 EN
牧港中央病院

☎098-877-0575

오키나와현립 남부료센터·어린이의료센터
沖縄県立南部医療センター・こども医療センター

EN ZH KO PT ☎098-888-0123

나하시립병원 EN
那覇市立病院

☎098-884-5111

오하마 제일병원 EN
大浜第一病院

☎098-866-5171

오키나와 협동병원 EN
沖縄協同病院

☎098-853-1200

도미시로 중앙병원 EN ZH KO ES PT
豊見城中央病院

☎098-850-3811

오키나와 제일병원
沖縄第一病院

☎098-888-1151

남부 도쿠슈카이 병원 EN ZH KO RU ES TH
南部徳州会病院

☎098-998-3221

● 미야코 지역

오키나와현립 미야코 병원 EN
沖縄県立宮古病院

☎0980-72-3151

진료 가능 외국어

EN 영어 ZH 중국어 KO 한국어 RU 러시아어 ES 스페인어 PT 포르투갈어 TH 태국어

* ☎표시가 있는 마크는 해당 외국어로 전화 문의도 가능하다는 것을 뜻합니다.

예 : EN

* 외국어 담당자 부재 시 및 문의 내용에 따라 대응할 수 없는 경우가 있으니 미리 양해 바랍니다.

※ 응급병원 지정의 유효 기간이 있으므로 사전에 문의해 주십시오.

구급병원 이용법

구급차
119call



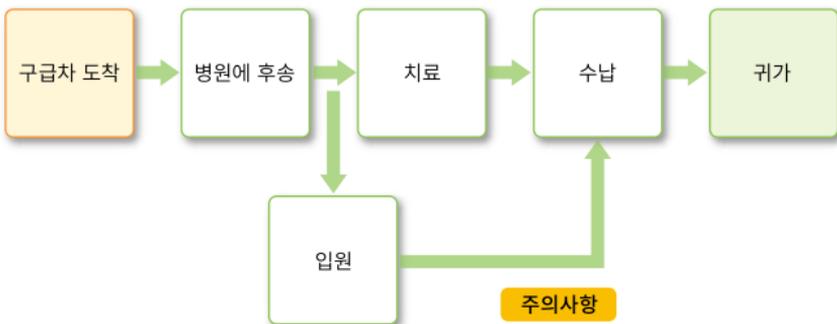
구급차를 부를 때 주위 일본인에게 아래 문장을 보여주고 불러 달라고 하세요.

救急車を呼んでください。

(구급차를 불러 주세요.)

교통사고나 긴급한 경우에는 구급병원에 후송을 부탁드립니다.

구급차 도착 후의 흐름



수용병원은 스스로 결정할 수 없습니다. 상황에 따라서는 문진 없이 치료에 들어가야 하므로 P27을 미리 기입해 두는 것이 중요합니다.

*3



AED

외출한 곳 등에서 심장에 문제가 생겨 쓰러져도 소생을 위해 할 수 있는 일이 있습니다. 그것이 AED(Automated External Defibrillator·자동 체외식 제세동기)입니다. 실제로 사용할 때는 AED의 패키지를 열면 사용방법이 그림으로 표시되어 있으니 확인하시기 바랍니다. 공항을 비롯해 많은 공공기관에 AED가 설치되어 있습니다.

「방일 외국인 여행자 수용 의료기관 리스트」

외국인 환자 수용태세가 갖춰져 있는 전국 의료기관 일람

http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/essential/emergency/mi_guide.html#search



의료기관 이용법과 주의사항

병원에서 접수 및
수납까지의 과정



접수를 합니다



문진표를 기입합니다



의사의 진찰과 **치리**를
받고 처방전을
수령합니다^{※1}



수납을 합니다^{※2}



약국에 처방전을
제출하고 **약**을
구입합니다^{※3}

의사에게
진료를 받을
정도는 아니다



주의사항

의료 시스템은 국가에 따라 다르
니다. 사전에 알아 두면 트러블을 회
피할 수 있습니다. 접수할 때 진료에
필요한 예상 비용을 사전에 확인하
세요.

※외국어에 대응 가능한 의료기관
은 한정되어 있습니다.

※1 진료 결과의 설명을 확실
히 들으세요.

※2 여기서 수납은 지금까지
받은 진료에 대한 보수. 신용카
드 지불이 가능한 곳은 대형
병원에 한정됩니다. 클리닉에
서는 현금이 일반적입니다.

비현금거래 포함 해외여행 보험에 가
입되어 있을 경우 지불할 필요가 없습
니다.

(주) 비현금거래의 조건은 보험에 따
라 상이하니 사전에 보험회사에
확인하시기 바랍니다.

※3 약제비에 대해서는 약국
에서 별도 요금이 발생합니다.
의료기관에 따라서는 원내 처
방을 하는 경우도 있습니다.

- 가까운 약국
- 약점 (드럭 스토어)

※가능하면 약제사에게 상담을.

※야간에 약제사가 부재일 경우에
는 약의 종류에 따라 구입할 수 없
는 것도 있습니다.

症状・病状説明のための指さしシート

《중상・병상 설명을 위한 대화 지목 시트》

痛みや症状の程度を示します

《고통과 중상의 정도를 가리킵니다.》



我慢できる

《참을 수 있다》



かなり辛い

《상당히 괴롭다》



● 頭が痛い
《머리가 아프다》



● 耳が痛い
《귀가 아프다》
● 聞こえない
《들리지 않는다》
● 耳鳴り
《이명》



*9 ● 息苦しい
《숨쉬기 힘들다》
● ヒューヒューする
《휘휘 소리가 난다》
● ゼーゼーする
《백백 소리가 난다》
● 息切れがする
《호흡이 벅차다》



*4 ● 熱がある
《열이 있다》



*5 ● 口の中が痛い
《입안이 아프다》
● 舌が痛い
《혀가 아프다》
● 味がわからない
《맛을 느낄 수 없다》



*11 ● 血尿がでた
《혈뇨가 나왔다》
● 排尿困難
《소변이 힘들다》
● 頻尿
《빈뇨》
● 排尿時に痛みがある
《소변서 고통이 있다》



*6 ● めまいがする
《어지럽다》



● 歯が痛い
《이가 아프다》
● 歯茎が痛い
《잇몸이 아프다》



● かぶれた
《염증이 생겼다》
● 発疹がでた
《발진이 생겼다》
● かゆみがひどい
《가려움증이 심하다》
● じんましん
《두드러기》



● 腹が痛い
《배가 아프다》
● 胃が痛い
《위가 아프다》
● 下痢
《설사》



*7 ● 首が回らない
《목이 돌아가지 않는다》
● 首が痛い
《목이 아프다》
● 首が腫れている
《목이 부어 있다》



*10 ● お腹が痛い
《배가 아프다》
● お腹が張る
《배가 당긴다》
● 膣から出血
《질에서 출혈》
● 膣から水が出た
《질에서 물이 나왔다》
● 赤ちゃんについて
気になることがある
《아기에게 걱정되는 부분이 있다》



● 眼が痛い
《눈이 아프다》
● 見えない・見えにくい
《보이지 않는다・보기 힘들다》
● 眼のかゆみ
《눈이 가렵다》



● 腰が痛い
《허리가 아프다》
● 下肢にしびれがある
《다리가 저리다》



● 不正出血
《부정출혈》
● 腹が痛い
《배가 아프다》



*8 ● 喉が痛い
《목 안이 아프다》
● 声が出ない
《목소리가 나오지 않는다》
● たんが出る
《가래가 나온다》
● せきが出る
《기침이 나온다》



● 膝が痛い
《무릎이 아프다》
● 曲げられない
《굽힐 수 없다》
● 歩けない
《걸을 수 없다》



● 不正出血
《부정출혈》
● 腹が痛い
《배가 아프다》



● 鼻水が出る
《콧물이 나온다》
● 鼻血が出る
《코피가 나온다》
● くしゃみ
《재채기》



● 胸が痛い
《가슴이 아프다》
● 動悸がする
《가슴이 두근거린다》
● 脈が乱れる
《맥이 고르지 않다》



● 泣き続けている
《계속 울고 있다》
● 吐いた
《토했다》
● 熱がある
《열이 있다》
● 食事をしない
《밥을 먹지 않는다》
● 元気がない
《기운이 없다》



● ケガをした
《다쳤다》

● 交通事故
《교통사고》
● ころんだ
《넘어졌다》
● あたった
《부딪혔다》
● 落ちた
《떨어졌다》

● 切った
《베었다》
● 刺さった
《찔렸다》
● やけどをした
《화상을 입었다》
● 虫に刺された
《벌레에 물렸다》

書いておけば安心 医療に関する自分情報

《미리 써두면 안심, 의료에 관한 자기 정보》

氏名 《이름》

性別 《성별》

男性 / 女性

《남성 / 여성》

生年月日 《생년월일》

年齢 《연령》

歳 《세》

● 現在治療中の疾患(ある / なし)

《현재 치료 중인 질환 (있다 / 없다)》

● 現在服用中の薬(ある / なし)

《현재 복용 중인 약 (있다 / 없다)》

● 妊娠について(している・していない) 《임신 중이다·아니다》

● 既往症 《과거 경험한 질병》

● アレルギー 薬 / 食物 / 虫(ハチなど) / 動物 / そのほか

《알러지 약 / 음식 / 벌레 (벌 등) / 동물 / 그 외》

※具体的に書いてください

《※ 구체적으로 써주세요.》

● 通常の会話は何語を使いますか？ ()

《일반 대화는 어떤 언어를 사용합니까?》

● 信仰する宗教は？ ()

《신앙하고 있는 종교는?》



 오кина와현

관광진흥과

☎098-866-2764 FAX.098-866-2765

<http://www.pref.okinawa.jp/>

 **OCVB**

일반재단법인 오кина와관광컨벤션뷰로

☎098-859-6129 FAX.098-859-6222

<http://www.ocvb.or.jp/>

 **Be.**
Okinawa



<https://www.visitokinawa.jp/?lang=ko>