



하와이 여가활동 및 실외활동 안전수칙 및 주의사항



2015년

미 해군 하와이 지역사령부



하와이 휴가 중 사망한 병사 지역사령관 언급 내용 :

“하와이는 아름답고 특별한 곳입니다. 하지만, 파도, 절벽, 산책로 등 여러 곳에 위험이 도사리고 있습니다. 하와이 지역사령관은 군 장병 및 가족들에게 ‘안전제일’의 수칙을 지속적으로 강조해왔습니다. 우리는 이러한 사고가 없도록 최선을 다 할 것입니다.”

From Navy Region Hawaii Public Affairs
Story Number: NNS140610-12
Release Date: 6/10/2014 9:49:00 PM



OPNAVINST 5100.25C

해군 여가 및 실외 활동 안전 프로그램

- 여가 및 실외 활동시 모든 현역 해군과 예비군 장병에게 적용
- 고 위험 여가 활동 식별
- 각 개인별 책임의무
 - 고 위험 여가활동시 직속상관에게 보고
 - 작전적 위기관리 평가 수행
 - 모든 여가활동 관련 사고 보고



고 위험 여가 활동

민간 비행기 탑승

행글라이딩

스카이다이빙 *

스쿠버 다이빙 *

번지점프

사냥

말타기(로део)

등산*

오프로드 오토바이*

산악자전거*

민간 헬기 탑승

서핑*

카이트 서핑

전 지형 차량

패러세일링

절벽 다이빙*

암벽등반

카약*

BMX 자전거*

스케이트 보드*

*** 해군 병사들이 다치거나, 사망한 활동**

• 굵은 글씨 - 역사 위험이 있는 활동



야외활동 사전 숙지사항



Caution

Approach with caution, conditions can change. This is the safest level of nearshore or offshore conditions.



CLOSED

Beach is closed.



No conditions available

Conditions do not apply to this location, for example offshore islands have no nearshore rating.



High Hazard

Conditions are hazardous. People are advised to stay out of the ocean.



Extreme

Conditions are extremely hazardous. People are advised to stay out of the ocean.

Oahu North Shore

Nearshore	Offshore	Beach
●	◆	Sunset Beach
●	◆	Ehukai Beach
●	◆	Ke'Waena Beach
●	◆	Chun's Reef
●	◆	Waimea Bay
●	◆	
●	◆	
●	◆	

아래 웹사이트를 참고
www.hawaiibeachsafety.com

10분 간격 업데이트!

FORECAST SURF HEIGHTS

updated: Nov 12, 2014 9:38AM

[National Weather Service](#) predicted surf heights are based on a Oahu forecasting system. Kauai forecast coming soon.

LOCATION	SURF HEIGHTS	TIDES
North	25-35 ft.	
West	12-22 ft.	
South	1-3 ft.	view graph
East	1-3 ft.	view graph

Surf heights are forecast heights of the face or front of waves. Some waves may be more than twice as high as the significant wave height. Expect to encounter rip currents in or near any surf zone. National Weather Service Weather Hotline: 808-245-6001

파고는 정보제공자마다 다를 수 있으며, 묘사된 파고는 두배까지도 높을 수 있음.

아래 웹사이트를 참고:

<http://www.alohasurfguide.com/know-the-waves/>

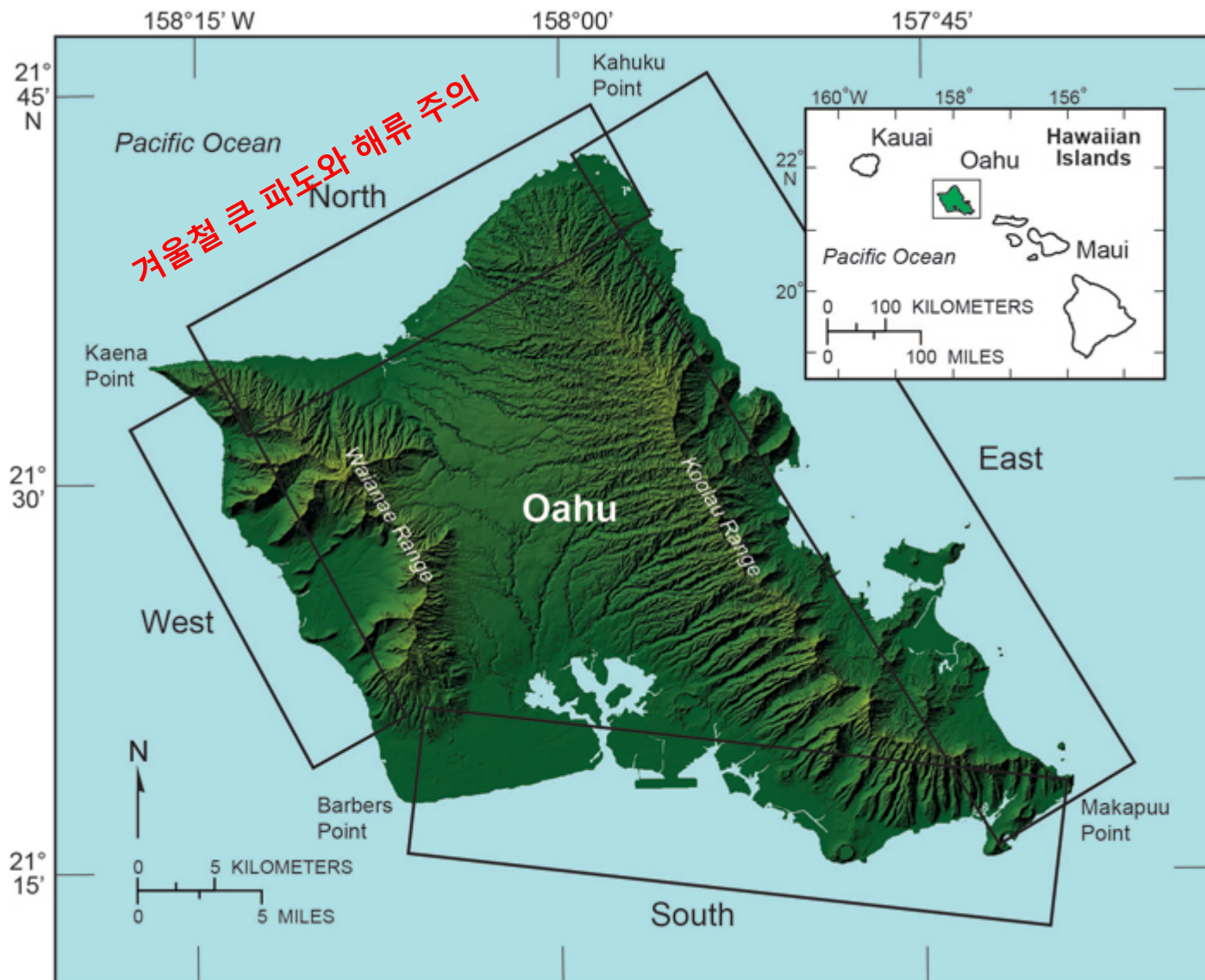


주요 유명한 바닷가 위험물 (사례)

카우아이 섬	위험사항
루마하이 비치(Lumaha'i Beach) * 별칭 (죽음의 루마 "Luma- die ")	크고 거친 파도 및 이안류. 미끄러운 바위 주의. 큰 파도 주의 (11월 – 4월)
카나파이아 비치(Kanapali Beach)	크고 거친 파도 및 이안류. 큰 파도 주의(11월 – 4월)
하나카파아 비치(Hanakapi'ai Beach)	세계에서 가장 위험한 바닷가 중 한곳 (위험한 바다 전세계 10위)
오아후 섬	위험사항
노쇼어(North Shore) 해군 사고 발생지역	파도 및 이안류 경보 - 11월부터 4월
샌드 비치(Sandy Beach) 해군 사고 발생지역	연중 해변 충격 골절 – 사고 발생지역
와이메아(Waimea Bay) 해군 사고 발생지역	거친 파도와 이안류 주의 – 큰 파도 (11월 – 4월) 절벽 점프 시 익사 사고 발생지역
하나우마 베이(Hanauma Bay)	강한 이안류 주의 – 사고 발생지역 .
스피팅 동굴(Spitting Caves) 해군 사고 발생지역	절벽 점프/익사 사고 – 이안류 - 사고 발생지역
중국 동굴(China Walls)	절벽 점프/익사 사고 – 이안류 - 사고 발생지역



오아후 섬 해안 지역 지도





경고 안내문 – 가볍게 보지 말 것!

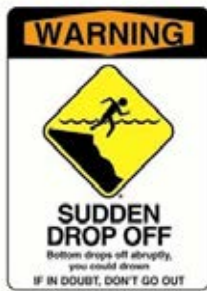
바닷가 경고 안내문을 확인할 것



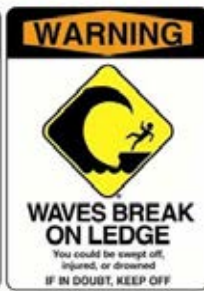
해안충격



강한해류



급수심주의



파쇄파도



군함통항



해파리



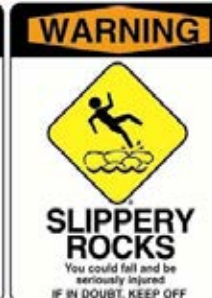
쇄기형 파도



상어 출현



산호초



낙상

등산 및 해안가 경고 안내문을 확인할 것

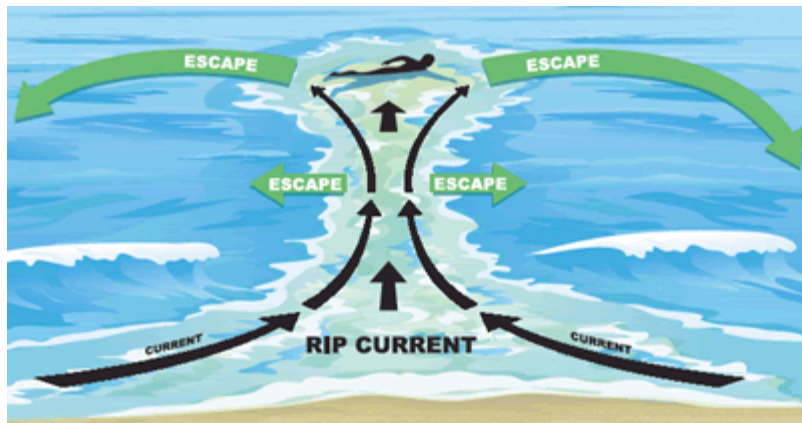


Area Closed

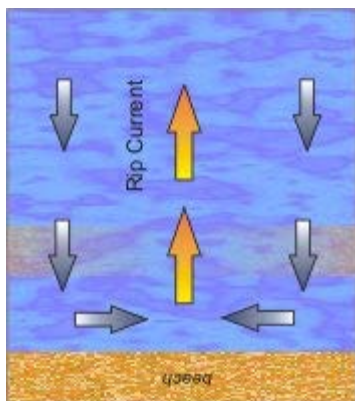




수영 - 이안류



- 당황하지 말고 침착할 것
- 이안류를 거스르지 말 것
- 해안가와 평행으로 수영할 것
- 이안류를 벗어날 시 대각선으로 빠져나올 것
- 구조 신호를 보낼 것



http://www.noaa.gov/features/monitoring_0609/ripcurrent.html



바다에서의 안전 수칙

- 인명구조원이 있는 곳에서 수영할 것
- 수영 전 인명구조원에게 바닷가 및 파도 상태, 안전수칙을 문의할 것
- 단독 수영 금지
- 잘 모르는 바닷가 및 낮은 바다에서 다이빙 금지
- 큰 파도에 다이빙 시도 금지
- 강한 해류에 빠져나올 수 없을 시, 구조신호를 보낼 것
- 절벽 위에 서 있거나, 절벽에 근접하여 수영 금지
- 시정이 탁한 곳을 피할 것

의심이 되면, 바다에 들어가지 말 것!



스노클링(Snorkeling)

- 단독 스노클링은 피할 것
- 자신의 수준을 파악할 것
- 얕은 수심에서의 혼절 조심
- 급류에 대비하여, 해안가를 지속적으로 확인할 것
- 수시로 해안선 확인(순식간에 원거리 이격 가능)
- 햇볕 차단용 옷 착용
- 멈춰야 할 때를 인지할 것



Check out the MWR activities at
<http://www.greatlifehawaii.com/>



서핑(Surfing)



- 파도 기상예보를 사전 파악
- 일부 파도는 기상예보의 예측보다 2배보다 더 높을 수 있음
- 서핑 장소 근처에 이안류 주의
- 규칙 준수

FORECAST SURF HEIGHTS

updated: Nov 12, 2014 9:38AM

[National Weather Service](#) predicted surf heights are based on a Oahu forecasting system. Kauai forecast coming soon.

LOCATION	SURF HEIGHTS	TIDES
North	25-35 ft.	
West	12-22 ft.	
South	1-3 ft.	view graph
East	1-3 ft.	view graph



하와이 파도 높이

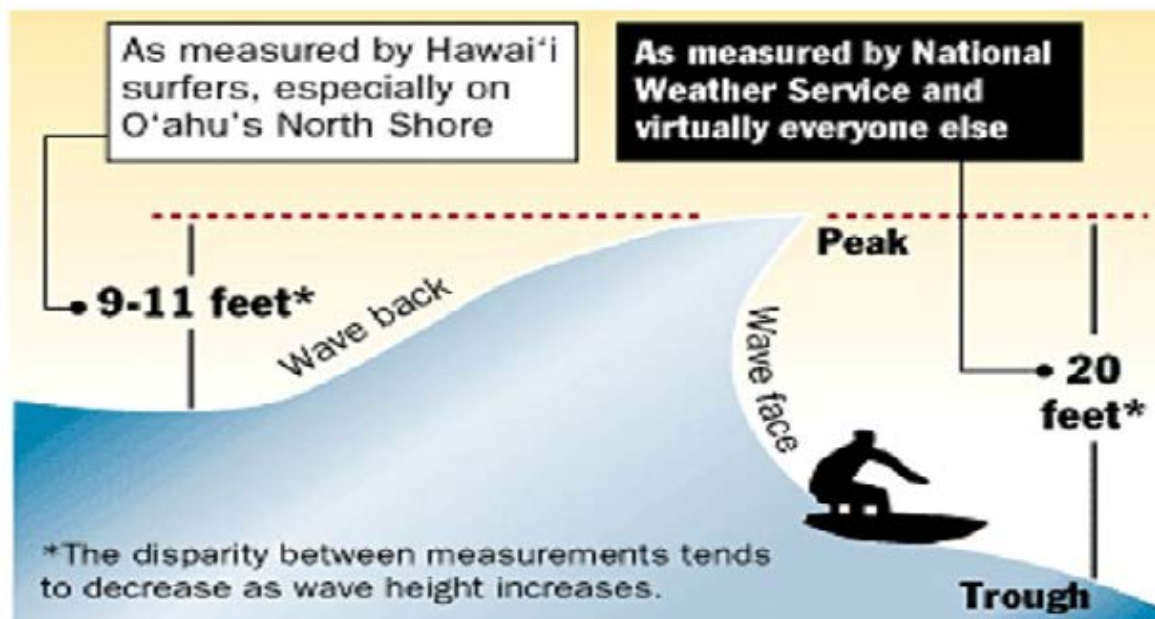
Measuring wave height

Wave heights are measured differently by surfers and other beachgoers in other parts of the world. The National Weather Service is trying to standardize wave-height reporting, measuring the wave face, from trough to peak.

파고 측정

파고는 서퍼나 해변을 찾는 사람마다 측정 방법이 다름.

기상국은 표준화된 파고를 보고하고, 파면, 파정에서 파꼭까지를 측정함.





보트 & 카약



올바른 방법 – 구명조끼 착용



잘못된 방법 – 구명조끼 미착용

- 항해계획 작성
- 구명조끼 착용
- 방수팩에 휴대전화 보관
- 해군 함정 100야드 내 접근 금지
- 진주만 접근금지 (MWR허가 필요)



PEARL HARBOR, Hawaii (NNS) -- With his cell phone battery dead, John Stockton knew that his best chance to stay alive was to be seen, not heard. Luckily for him, help was on the way. The aircrew aboard a Navy P-3C Orion aircraft saved the man's life off the coast of the Big Island on July 30 after Stockton had been **adrift at sea in a kayak for more than two days.**

카약 전복 또는 추락시 카약과 함께 머물 것
-항공 수색이 더 용이함



블루우 홀 (Blow Holes) 및 타이드 풀(Tide Pools) 해변 위험 요소

웹사이트 참조 : <http://hawaiibeachsafety.com/alerts>



바닷쪽을 향하여 등을 돌리지 마십시오



날카로운 산호초 주의



미끄러운 돌 주의



바닷가 안이나 육지의
해파리



바다 성게 가시 주의 (찔릴 수 있음)



절벽 다이빙 사망 사건



2명의 해군 병사
절벽 다이빙 익사 사고
(2014년 4월, 6월)

관련 웹사이트를 참조할 것

<http://www.hawaiinewsnow.com/story/25734573/city-films-warning-message-about-spitting-caves-danger>

The use of ORM would likely have prevented these needless deaths



하와이 등산시 주의사항



올로마나 산(Olomana)은 3개의 꼭대기로 하와이에서 유명한 산이지만, 최근 등산객이 이곳에서 **사망**한 사건 발생.

등산 시 고려사항:

- 험난한 산길 등반 시 고도의 기술이 요구됨
- 기상 일기예보 상태 점검
- 본인의 몸상태 및 체력 및 장비 점검
- 일몰시간
- 여비 물, 대피장소 및 필요 시 도움요소 확인

하와이는 등산하기 좋은 곳이지만, 많은 위험요소가 도사리고 있음.

- 좁은 능선과 낭떠러지 주의
- 크고 작은 바위와 불안정한 지대
- 우천시 매우 미끄러운 오솔길
- 바람이 불어오는 쪽의 산악 지역 및 꼭대기에서 급격한 기상변동 주의
- 좁은 계곡 범람 주의
- 산돼지 및 사냥개 주의

Consult <https://hawaii.trails.ehawaii.gov>
For trail conditions, maps and more



등산 - 산줄기

낙뢰/호우 경보가 아닌 때에도 갑작스런 호우가 발생할 수
있으니,
등산시 주의 할 것



전



후



낙뢰 호우 위험

하와이의 하천 및 폭포에서 물놀이 시 알맞은 조건에서만 실시. 맑은 하천과 물놀이 장소가 강한 비바람으로 인하여 범람 가능성이 있음. 해류 상황을 항시 확인하고, 알맞은 경고안내를 준수할 것.

Use ORM to determine if your planned activity is safe.

하천 및 진흙탕 산악등반시 렙토스피라증 감염 주의

* Leptospirosis (렙토스피라의 감염으로 발생하는 전염성 질병)

- 인간과 동물에게 전염될 수 있음
- 전염병의 일종으로, 4개월 간 지속될 수 있음
- 모든 경고 안내사항을 준수할 것
- 상처 발생시 그대로 방치 한 뒤, 물에 들어가거나 진흙탕 길에 들어가지 말 것.
- 투명한 물이 깨끗한 물을 의미하는 것이 아님





산악 자전거

위험사항:

- 경사가 가파르고 울퉁불퉁한 좁은 길
- 부서진 돌이 많은 험난한 길
- 낭떠러지
- 우천시 매우 미끄러운 길
- 많은 산줄기와 날카로운 돌
- 가파른 산줄기 경사
- 급격한 기상 변동



사전 준비사항:

- 2인 이상 활동할 것- 단독 등산 금지
- 자전거 및 장비의 상태를 사전 점검
- 날씨 및 일몰시간 사전 확인
- 지정된 길을 사전 파악하고, 자신의 수준을 파악할 것
- 항상 긴급사태에 대비하고, 필요 시 캠핑장비를 준비할 것





스케이트 보드



스케이트 보드 공원과 같은
지정된 장소에서 탈 것



헬멧을 꼭 착용할 것



알맞은 보호 장비를 착용할
것



여가활동시 알맞은 보호 장비를 착용할 것



참고자료

관련 기관 및 홈페이지	웹사이트 주소
Naval Safety Center	http://safetycenter.navy.mil/
OPNAVINST 5100.25C RODS	http://doni.daps.dla.mil/allinstructions.aspx
MWR	http://www.greatlifehawaii.com
Hawaii News Now – sign up for weather alerts	http://www.hawaiinewsnow.com/category/202017/weather
Hawaii Government – sign up for weather alerts	https://portal.ehawaii.gov/page/alerts/
KSSK Radio weather broadcasts	KSSK AM 590 - FM 92.3
NOAA website	http://www.prh.noaa.gov/hnl/
Hawaii 24/7 website	http://www.hawaii247.com/weather/
Hawaii beach and surf information	https://www.tombarefoot.com/