

생존주의 바인더

: 생존 물품편

무엇을 살지보다
무엇부터 챙길지가 먼저입니다.

매일 지나는 것부터 30일 비축까지, EDC-GHB-BOB-INCH 4단계로 정리한 생존 물품 가이드

생존주의 매거진

권장 물품
66종
단계별 정리

생존주의 바인더 : 생존 물품편

© 생존주의 매거진

초판 1쇄 제작	2026년 9월 22일
지은이	생존주의 매거진
기획	생존주의 편집팀
편집	생존주의 편집팀
디자인	부관컴퍼니
펴낸곳	도서출판 부관
이메일	bugwanbusiness2@gmail.com
ISBN	979-11-999916-4-4
정가	9,900원

-
- 이 책은 저작권법에 의해 보호를 받는 저작물이기에 무단 전재와 복제를 금합니다.
 - 전자책 특성상 해당 PDF를 수신받으신 경우에는 환불이나 교환이 어렵습니다.
 - 본 전자책은 도서 발송을 위해 1회성으로 발송되었습니다. 수집된 개인정보는 「개인정보 보호법」 제21조에 의거하여 발송과 동시에 안전하게 파기 처리되었습니다.

면책 조항 및 안내	005
------------	-----

권장 물품 한눈에 보기	006
--------------	-----

EDC — 매일 몸에 지니는 것	006
-------------------	-----

GHB — 집으로 돌아가기 위한 가방	006
----------------------	-----

BOB — 72시간을 버티는 생존배낭	006
----------------------	-----

INCH — 돌아갈 곳이 없다고 가정할 때	006
-------------------------	-----

들어가며: 재난 대비 물품 4단계 구성	013
-----------------------	-----

01 EDC — 생존휴대품	016
-----------------------	------------

1-1 개념과 목적: 왜 상시 휴대가 1순위인가	018
----------------------------	-----

1-2 EDC 판별 기준: 몸에 붙는가, 가방에 들어가는가	019
----------------------------------	-----

1-3 3대 상시휴대품: 스마트폰 / 신분증 / 현금	020
-------------------------------	-----

1-4 선택 장비: 라이터, 멀티툴, 손전등, 시계, 호루라기, 손수건 등	022
---	-----

1-5 나이프·도검 소지 관련 법규 정리	025
------------------------	-----

1-6 도심 EDC의 함정: 왜 칼·불·빛의 가치가 도심에서 달라지는가	027
---	-----

1-7 계절과 환경에 따라 달라지는 것	029
-----------------------	-----

02 GHB — 생활 가방	031
-----------------------	------------

2-1 개념과 목적: “집에 가는 것”만이 목표다	032
-----------------------------	-----

2-2 GHB의 3원칙: 이동성·지속성·적응성	033
---------------------------	-----

2-3	핵심 구성품: 화재 대피용 마스크, 은박 담요, 식수·식량	035
2-4	선택 구성: 의약품, 보조 배터리, 지혈대, 발화 도구, 호신용품	037
2-5	상황별 조절: 항공기 탑승 시, 해외여행 시, 고립 가능성이 있는 곳, 하이힐 착용자 등	039
2-6	비치 요령: 직장·차량·사무실 보관 노하우	041
2-7	EDC+GHB 통합 운용 사례: 최소한으로 겹치지 않게 짜는 법	041
2-8	계절별 조정: 여름 GHB와 겨울 GHB	042

03 BOB — 생존배낭 (72시간)

044

3-1	개념과 목적: 왜 72시간인가, 왜 직접 구성해야 하는가	045
3-2	배낭 선택: 형태별 분류와 무게 원칙	047
3-3	3일 치 식수 설계: 휴대량 계산, 채집·정수 수단	049
3-4	3일 치 식량 설계: 소비기한 전략, 선택 원칙	051
3-5	보온 대책 — 의류와 침구	053
3-6	보온 대책 — 불 피울 도구와 난로	055
3-7	위생 용품: 씻을 물이 없다는 전제로 짜다	059
3-8	구급약품	060
3-9	대피 계획 수립: 사전 대피 vs 긴급 대피	063
3-10	통신·조명·신분증·화폐	064
3-11	공구와 호신: “둘은 하나, 하나는 없는 것” 원칙	067
3-12	아동·반려동물 동반 시 추가 고려사항	069

3-13	정신적 위안 물품	071
3-14	어디에 두는가: 주거 형태별 보관	072
3-15	가족 구성별로 더해야 할 것	073

04 INCH — 돌아갈 곳이 없을 때 076

4-1	개념과 목적: BOB와 무엇이 다른가	077
4-2	자급자족 수단: 낚시 등 식량 획득 도구	079
4-3	반영구 장비 구성	080
4-4	중기 생존과의 경계: 30일 비축과 어떻게 이어지는가	082

05 [번외] 중기 생존 — 30일 비축의 기술 084

5-1	왜 30일인가: 공공 지침과 한국의 지리적 리스크	086
5-2	30일 식수 설계	088
5-3	30일 식량 설계와 소비기한 관리	091
5-4	30일 위생과 배변 처리	093
5-5	공구와 의류, 폐기를 재활용	094
5-6	점검 주기와 교체 기준	097

마치며: 계획은 용의주도하게, 실전은 임기응변으로 100

정기 점검 — 소비기한과 배터리 수명	100
장비보다 앞서는 것은 생존 지식과 체력	101

면책 조항 및 안내

이 책이 다루는 생존 지식과 대응 기법은 예기치 못한 재난과 위기 상황에서 개인과 가족의 안전을 지키기 위한 참고 정보입니다. 상황에 따라 적절한 대응이 달라질 수 있으므로, 실제 재난에서는 행정안전부와 소방·경찰 등 관계 기관의 안내를 우선 따르시기 바랍니다.

이 책은 의료, 법률 자문이 아닙니다. 발행인과 생존주의 매거진 팀은 독자가 이 책의 내용을 활용하거나 응용하는 과정에서 발생하는 법적 책임, 소송, 사고, 손해에 대해 책임을 지지 않습니다. 본문에 인용한 법령과 공공 지침은 작성 시점을 기준으로 정리한 것이며, 이후 개정될 수 있으므로 실제 적용 전에는 최신 조문을 확인해 주십시오.

생존 기술을 익히고 실천할 때에는 지역의 실정법, 토지 소유주의 권리, 도검류 등 무기류와 야생 동식물 보호에 관한 관련 법규를 반드시 준수해야 합니다.

권장 물품 한눈에 보기

본문에 들어가기 전에, 네 단계의 가방에 무엇이 들어가는지를 한 장으로 먼저 보여 드립니다. 영문 약자는 이렇게 읽습니다. EDC(매일 몸에 지니는 물건, Everyday Carry), GHB(집으로 돌아가기 위한 가방, Get Home Bag), BOB(72시간을 버티는 생존배낭, Bug Out Bag), INCH(돌아갈 곳이 없을 때 쓰는 가방, I'm Never Coming Home). 지금 무엇이 준비되어 있고 무엇이 비어 있는지 확인하는 용도로 쓰시면 됩니다.

한 가지 말씀드릴 것이 있습니다. 이 책에서는 특정 상품이나 브랜드를 추천하지 않습니다. 생존 물품은 각자의 예산과 체력, 사는 곳과 이동 경로에 따라 맞는 물건이 달라지는데, 저희가 특정 제품을 지목하는 순간 그 조건들이 가려지기 때문입니다. 그래서 품목을 **카테고리**로만 정리했습니다. 같은 기능을 하는 제품이라면 어느 것을 고르셔도 괜찮습니다. 고르는 기준은 본문에서 항목마다 따로 적어 두었습니다.

아래 목록은 “전부 갖춰야 하는 목록”이 아닙니다. 위에서부터 차례로 채워 가시되, 채우지 못한 칸이 있어도 준비가 실패한 것은 아닙니다. 빈 칸을 아는 것 자체가 준비의 절반입니다.

EDC — 매일 몸에 지니는 것

일상에서 마주치는 사고(교통사고, 화재, 승강기 고립, 정전)를 전제로 합니다. 별도 가방 없이 주머니와 소형 파우치만으로 휴대되는 범위이며, 목표 무게는 500g~1kg 이내입니다. 이보다 무거워지면 결국 몸에서 떼어 두게 됩니다.

- ☐ 스마트폰 — 내충격 케이스, 오프라인 지도와 생존 자료를 미리 저장
- ☐ 실물 신분증 — 모바일 신분증은 기기 전원이 꺼지면 쓸 수 없습니다
- ☐ 소액 현금 — 지갑 한 곳에 몰지 말고 몸 여러 곳에 나누어 보관
- ☐ 소형 보조 배터리 — 상시 휴대 목적이라면 2000~5000mAh급으로 충분
- ☐ 일회용 라이터 — 값싸고 부피가 작은 것 하나
- ☐ 멀티툴 — 가위·드라이버 등 공구 기능이 결합된 형태, 날 길이 기준은 본문 1-5 확인
- ☐ 소형 손전등 — AAA 건전지급, 한 손에 들어오고 은닉 휴대가 가능한 크기
- ☐ 손목시계 — 방수·내충격 기능이 있는 디지털형
- ☐ 호루라기 — 고립 시 조난 신호용, 부피가 거의 없습니다
- ☐ 손수건 — 연기 차단, 목 보온, 지혈, 부목 고정까지 겸용
- ☐ 종이와 필기구 — 정전으로 기기를 못 쓸 때의 기록·전달 수단
- ☐ 장갑 — 손 부상을 크게 줄여 줍니다. 부피 여력이 있을 때

GHB — 집으로 돌아가기 위한 가방

퇴근길이나 외출지에서 재난을 맞아 24~48시간 안에 집으로 걸어서 돌아가는 것만을 목표로 합니다. 무게는 3~5kg, 부피는 10~20L를 넘기지 않는 것이 원칙이며, 하루 중 가장 오래 머무는 장소(사무실·차량)에 둡니다.

- ☐ 소형 배낭 — 10~20L, 눈에 띄지 않는 무채색 계열
- ☐ 화재 대피용 마스크 — 국내 인증 제품, 사용 시간이 짧은 '탈출용'으로만 계산
- ☐ 은박 보온 담요 — 부피 대비 보온 효과가 가장 좋은 품목
- ☐ 식수 — 최소 500ml 한 병, 음료수보다 물
- ☐ 행동식 — 초콜릿·사탕·에너지바 등 조리가 필요 없는 것
- ☐ 상처 치료용 연고와 밴드 — 상처 소독약은 마시는 물에 넣지 않습니다 (물 소독은 정수제로)
- ☐ 일반의약품 — 진통·소염·지사 계열
- ☐ 개인 처방약 여유분 — 담당 의료진과 상의해 확보
- ☐ 보조 배터리와 충전 케이블 — 하루 사용 기준 5000~10000mAh
- ☐ 지혈대 — 사용법을 미리 익혀 두는 것을 전제로
- ☐ 발화 도구 — 방수성냥이나 파이어스틸(EDC의 라이터와 겹치지 않게)
- ☐ 조명 — 소형 손전등 또는 헤드램프
- ☐ 여벌 운동화 — 구두·하이힐 착용자는 직장이나 차량에 한 켄레

- ☐ 지도와 나침반 — 낯선 지역 이동이 잦은 경우
- ☐ 예비 안경·콘택트렌즈·안약 — 해당하는 분만
- ☐ 지퍼백과 방수팩 — 전자기기·서류 보호, 정리용

BOB — 72시간을 버티는 생존배낭

집을 떠나 최소 3일을 버티며 이동하는 것을 전제로 합니다. 무게는 체중의 10~20% 안에서 잡고, 체력이 평균 이하라면 15kg, 그 이상이라도 20kg을 넘기지 않는 것이 좋습니다. 식수·식량·보온 세 가지는 타협하지 않습니다.

- ☐ 하중 분산 배낭 — 어깨와 허리(가능하면 가슴)로 무게가 나뉘는 40~60L급
- ☐ 식수 — 함수율(식량에 든 물기의 비율)이 낮은 식량 기준 6~7.5L, 통조림 위주라면 3~4L
- ☐ 휴대용 정수 필터 — 바이러스는 걸러지지 않는 제품이 많습니다
- ☐ 정수제(살균제) — 필터와 방식이 다른 수단을 하나 더
- ☐ 조리 없이 먹는 식량 3일분 — 최소 하루 치는 뜯어서 바로 먹을 수 있는 것으로
- ☐ 여벌 의류 — 양말 네 켤레 이상(토시·쿠션 대응 겸용), 가볍고 세탁이 쉬운 상하의 한 벌
- ☐ 여벌 신발 — 트레킹화나 경등산화, 새것일 필요는 없습니다

- ☐ 외투 — 계절과 무관하게. 겨울이라면 두꺼운 패딩이 침낭을 대신합니다
- ☐ 보온 침구 — 은박 담요가 기본, 동계를 본격 대비한다면 침낭까지
- ☐ 판초 우의 — 방수·방풍, 수면용과 외투 대응까지 겸함
- ☐ 라이터와 파이어스틸 — 차량 보관 배낭에는 가스라이터를 넣지 않습니다
- ☐ 휴대용 버너와 연료 — 겨울이거나 물을 끓여야 할 때만
- ☐ 멀티슈·휴지·손 소독제 — 씻을 물이 없다는 전제에서 물을 대신하는 수단
- ☐ 배변용 비닐봉지와 지퍼백 — 대피소 화장실이 막히는 상황 대비
- ☐ 생리용품·기저귀 — 필요한 구성원이 있다면 배낭에도 따로
- ☐ 구급 파우치 — 드레싱(밴드·거즈·붕대), 소독제, 해열진통제, 개인 지병약
- ☐ 건전지식 라디오와 여분 건전지 — 기지국이 끊겨도 수신되는 유일한 통로
- ☐ 조명 두 종 — 헤드램프 하나와 랜턴형 하나
- ☐ 신분증·서류 사본과 소액권 현금 — 지퍼백으로 방수 포장하고, 몸과 배낭에 나누어 보관
- ☐ 멀티툴과 쇠지렛대 — 쇠지렛대는 1~2kg급, 자기 집·간헐한 공간 탈출용
- ☐ 수리용품 — 덕트테이프, 케이블타이, 바늘과 실, 가위
- ☐ 비상 연락망 인쇄물 — 가족 연락처와 관할 경찰서·소방서, 집결 지점
- ☐ 동반 가족 용품 — 아동 간식·기저귀·장난감, 반려동물 사료·이동장·예방접종 증명서
- ☐ 정신적 위안 물품 — 소형 카드 게임, 사진, 종이책 등 부피가 작은 것

INCH — 돌아갈 곳이 없다고 가정할 때

거주지가 사라져 복귀를 전제하지 않는 단계입니다. BOB 구성을 그대로 유지한 채, 소모되는 물건 대신 오래 쓰는 도구를 얻는 방식으로 꾸립니다. 국내 여건에서는 안전 가옥 확보나 무리 이동이 더 현실적인 대안이므로, 이 단계는 개념으로 이해해 두시는 편이 좋습니다.

- ☐ BOB 전 구성 — INCH는 BOB를 대체하지 않고 그 위에 얹습니다
- ☐ 톱 — 벌목과 장애물 처리에 가장 효율이 좋은 도구
- ☐ 도끼 — 무겁지만 내구성이 압도적이라 장기 생활에서 값을 합니다
- ☐ 파이어스틸 — 가스가 떨어지지 않는 반영구 발화 수단
- ☐ 교체형 정수 필터 — 필터 수명 자체가 변수가 되는 단계입니다
- ☐ 자작 정수 재료 — 자갈·모래·숯, 소모품 의존도를 낮추는 방법
- ☐ 간이 증발 응결기 — 부피는 크지만 쓸 수 있는 수원의 제한이 거의 없습니다
- ☐ 낚시 도구 — 낚싯줄·바늘·봉돌. 장소와 시기는 관련 법령과 지자체 조례를 확인
- ☐ 바늘과 실, 수선 도구 — 옷을 사는 것이 아니라 고쳐 입는 단계입니다
- ☐ 면직물 의류 — 관리가 쉽고 손상되면 불쏘시개로도 쓰입니다
- ☐ 가죽 부츠 또는 군화 — 노면이 나뻐수록 발목 보호의 가치가 커집니다
- ☐ 반영구 취사 도구 — 스테인리스 수통 겸 화목 난로처럼 연료 의존이 낮은 것

☐ 장기 보관 식량 — 완전 건조 곡물, 하드택, 멸균 포장 당류

☐ 지도와 나침반 — 전자 기기가 멈춘 뒤에도 쓸 수 있는 형태로

■ 함께 보기

각 품목의 선택 기준과 이유, 그리고 빼도 되는 항목과 빼면 안 되는 항목의 구분은 본문 제1~5장에서 다룹니다.

들어가며: 재난 대비 물품 4단계 구성

『기본편』과 『전쟁편』 두 권을 통해 보셨겠지만, 우리가 일상에서 마주할 수 있는 재난은 결코 영화처럼 단순하게 찾아오지 않습니다. 저희 채널 댓글에도 종종 달리듯, 누가 미리 알리고 전쟁을 시작하겠느냐는 말처럼 재난과 전쟁이 시작되는 양상은 누구도 쉽게 예측하기 어렵습니다. 퇴근길에 갑자기 지하철이 멈춰 서고 새벽에 사이렌이 울리는 일상적인 순간부터, 삶의 터전이 붕괴되어 영원히 집으로 돌아갈 수 없는 극단적인 장면들까지, 재난의 폭은 넓고 불확실합니다.

단 하나의 무거운 배낭으로 이 모든 변수를 완벽히 방어하겠다는 것은, 두 권에서 거듭 강조했듯 낭만적이고 일차원적인 발상에 불과합니다. 어찌 보면 '내가 준비를 해뒀으니, 나는 전쟁이나 재난이 터져도 안전할 거야'라는 방어기제에 가까울지도 모릅니다. 그러니 사실, 평범한 도심 속 우리에게 진짜 필요한 것은 상황의 경중에 따라 유연하고 신속하게 대응할 수 있는 현실적인 '운영 체계', 즉 시스템입니다. 이 책에서 소개할 4단계 생존 가방 시스템(EDC - GHB - BOB - INCH)은 바로 그 체계의 실질적인 뼈대가 되어줄 것입니다.

생존의 3요소는 생존 의지, 지식과 기술, 그리고 장비로 이루어집니다. 어떤 단계의 가방을 꾸리든, 그 내용물은 단순히 장비를 긁어모으는 것이 아니라 생존의 4원칙인 P.L.A.N.(보호·위치 알림·획득·길 찾기의 영문 머리글자)에 입각하여 철저한 검증을 거쳐야 합니다.

- **보호(Protection):** 닥쳐오는 위험과 가혹한 비바람, 추위 등 외부 요소로부터 자신을 안전하게 지켜낼 수 있는 은신처와 불, 방한 대책을 마련해야 합니다.
- **위치 알림(Location):** 고립된 상황에서 신속하게 구조될 수 있도록, 자신의 위치를 구조대나 외부에 적극적으로 알릴 수 있는 신호 수단이 필요합니다.
- **획득(Acquisition):** 외부의 지원이 끊긴 상태에서 구호를 기다리거나 이동하는 동안, 생존에 가장 필수적인 식수와 식량을 주변에서 조달하고 보충할 수 있어야 합니다.
- **이동 및 길 찾기(Navigation):** 머물고 있는 위험 지대를 무사히 벗어나, 안전한 목적지까지 올바른 경로를 찾아갈 수 있는 방향 감각과 도구를 갖춰야 합니다.

이 책을 읽어주실 독자 여러분께 당부하고 싶은 가장 핵심적인 본질이 있습니다. 세상에서 가장 완벽한 생존 지식과 훌륭한 장비, 많은 물자를 배낭에 채워 두었다 하더라도, 정작 '살고자 하는 의지'가 없다면 그 모든 것은 무용지물이 될 수 있습니다. 재난이라는 극한의 공포와 스트레스를 돌파하게 만드는 가장 강력한 원동력은, 어떠한 상황에서도 절대 포기하지 않겠다는 굳건한 정신력입니다.

이 책을 통해 각 단계별 가방이라는 생존의 시스템을 구축하시기 쉽도록 해드리겠습니다. 그러나 그 뼈대 위에 여러분 자신과 가족의 특성, 그리고 각자가 처한 상황과 지형지물에 맞추어 살을 붙이고 진정한 생존 기술로 '체득'하는 것은 오롯이 독자 여러분의 몫입니다.

이 책도 잘 부탁드립니다. 감사합니다.

네 단계와 중기 생존을 한 장으로 정리하면 이렇습니다. 숫자는 절대 기준이 아니라, 짐을 꾸릴 때 스스로를 붙잡아 줄 상한선 정도로 보시면 됩니다.

단계	언제 쓰는가	목표 무게·규모	버티는 시간
EDC	늘 몸에 지니고 다님	500g~1kg 이내	상시
GHB	밖에서 재난을 만나 집으로 돌아감	3~5kg · 10~20L	24~48시간
BOB	집을 떠나 이동함	체중의 10~20% (15~20kg 이하)	72시간
INCH	돌아갈 집이 없음	BOB + 반영구 장비	기한 없음
중기 생존	집에 머무르며 버팀	휴대가 아닌 보관 · 30일분	30일 안팎

앞 단계는 뒤 단계에 포함됩니다. EDC가 GHB 안에 들어가고, GHB가 BOB 안에 들어갑니다. 그래서 준비의 순서도 이 표의 위에서 아래로 내려가는 것이 자연스럽습니다. 가장 먼저 할 일은 비싼 배낭을 사는 것이 아니라, 지금 주머니에 무엇이 있는지 확인하는 일입니다.

제 1 장

EDC

생존휴대품



이 장의 요약

이 장에서 정리하는 것	내용
핵심 질문	지금 이 순간 몸에 지니고 있는 것만으로 무엇을 할 수 있는가
다루는 범위	상시 휴대 판별 기준, 3대 필수품, 선택 장비, 날붙이 관련 법규
준비 난이도	낮음 — 대부분 이미 가진 물건을 정리하는 수준입니다
먼저 볼 절	1-3, 1-5

영국 SAS 출신 존 로프티 와이즈만의 『SAS 생존 가이드』 같은 일종의 ‘전통적인’ 군사 생존 교본은 장비가 부족한 극한의 자연환경을 전제로 합니다. 그래서 장비 없이 자연물만으로 불을 피우고 물을 정수하는 '기술'을 최우선 가치로 두고 있습니다.

하지만 이 책이 다루는 EDC나 GHB, BOB 같은 현대 프레퍼 시스템은 결이 다릅니다. 군사적 생존 기술의 가치를 부정하지 않으면서도, 도심 붕괴나 전력망 마비 같은 현대 도시형 재난에 맞춰 “필요한 물자를 미리 챙겨둔다”는 실용적 운영 체계에 가깝습니다. 극한의 야생이 아니라 지하철, 사무실, 엘리베이터, 아파트 단지가 우리가 실제로 살아남아야 할 주된 무대이기 때문입니다.

이 관점에서 EDC는 4단계 생존 시스템의 출발점이자 가장 상시적인 단계입니다.

1-1

개념과 목적: 왜 상시 휴대가 1순위인가

EDC(Every Day Carry)를 한국어로 옮기면 생존휴대품입니다. 정의는 단순합니다. 매 순간 몸에 지니고 다니는 “최소한의 생존 물품”, 그뿐입니다.

여기서 중요한 건 무게나 종류가 아니라 '상시성'입니다. 아무리 훌륭한 생존배낭을 차 트렁크에 실어놔어도, 정작 우리가 마주하는 사고는 하다 못해 화장실에서, 회사 안에서, 엘리베이터 안에서, 운전 중에도 일어납니다. 현대인이 실제로 마주칠 확률이 높은 위기는 대규모 재난보다 교통사고, 화재, 지진, 승강기 고립처럼 지극히 일상적인 사고에 가깝습니다. 그 순간 트렁크나 어디 구석에 넣어둔 배낭은 아무 도움도 되지 않습니다.

그래서 EDC의 유일한 절대 조건은 휴대성입니다. 불편하다는 이유로 자꾸 몸에서 떼어놓고 서랍에 넣어두게 되는 물건은, 아무리 성능이 좋아도 EDC가 아닙니다. 무게 기준은 보통 500g에서 1kg 이내로 봅니다. 이 이상 무거워지면 사람은 반드시 어느 순간부터 소지를 포기하게 됩니다.

1-2

EDC 판별 기준: 몸에 붙는가, 가방에 들어가는가

어떤 물건이 진짜 EDC인지 아닌지 헛갈릴 때는 다음 다섯 가지 질문을 던져보면 됩니다.

- 지갑 안에 들어가는가
- 열쇠고리에 매달 수 있는가
- 휴대폰이 그 기능을 대신하거나, 휴대폰 케이스에 수납되는가
- 시계·팔찌·목걸이·모자·의류 등에 결합되는가
- 신체 다른 부위에 부착 및 소지가 가능한가

이 다섯 가지 중 하나도 만족하지 못한다면, 그 물건은 EDC가 아니라 GHB(생환 가방)나 그 이상 단계에 속하는 물건입니다.

실제로 EDC 콘텐츠를 보다 보면 온갖 장비를 바닥에 펼쳐놓고 “이게 제 EDC입니다”라고 소개하는 경우가 많은데, 이 중 상당수는 사실 몸에 상시 밀착 소지하는 게 아니라 별도 가방에 넣고 다니는 물건들입니다. 그 물건들만 가방 없이 몸에 지니고 다니라고 하면 일상생활 자체가 불가능해질 겁니다. 진짜 EDC는 별도 가방이 없어도 주머니, 옷깃, 허리춤 결속만으로 휴대되거나, 많아야 소형 파우치 하나로 끝나야 합니다. 이 책에서는 이 기준을 엄격하게 적용합니다.

1-3

3대 상시휴대품: 스마트폰 / 신분증 / 현금

수많은 EDC 물품 중에서도 절대 빠뜨려서는 안 되는 세 가지가 있습니다. 스마트폰, 신분증, 현금입니다. 이 셋은 공통점이 하나 있는데, 잃어버렸을 때 대체가 거의 불가능하다는 점입니다.

스마트폰

한 대의 스마트폰이 대체하는 물건의 목록은 길어도 너무 깁니다. 전화, 라디오, 지도, GPS, 손전등, 나침반, 지갑, 생존 교범까지. 재난 상황에서 정보 접근과 비상 연락, 기록이라는 세 가지 기능을 동시에 수행할 수 있는 물건은 사실상 스마트폰이 유일합니다.

관리 요령은 크게 세 가지입니다. 첫째, 내충격성 케이스 등으로 물리적 파손에 대비합니다. 방수 성능에는 한계가 있으니, 물가 활동이 잦거나, 잦을 것으로 예상한다면 방수팩을 따로 준비하는 것이 좋습니다. 급할 때는 비닐봉투도 대안이 됩니다(찢어지지 않는 한 폭우 정도는 막아냅니다). 둘째, 보조 배터리는 상시 휴대 목적이라면 2000~5000mAh급으로 충분합니다. 셋째, 통신망이 끊길 가능성에 대비해 오프라인 지도와 생존 자료를 미리 폰에 저장해둡니다.

배터리는 재난 상황일수록 아껴야 할 자원입니다. 화면 밝기를 낮추고, 당장 쓰지 않는 Wi-Fi·위치 서비스·백그라운드 앱을 끄고, 저전력 모드를

켜두는 습관이 실질적인 생존 시간을 늘려줍니다.

신분증

의외로 소홀히 여기는 사람이 많은데, 신분증은 절대 빠뜨리면 안 되는 물품입니다. 이유는 단순합니다. 의식불명 상태로 발견됐을 때 신원 확인이 안 되면 치료가 지연될 수 있고, 최악의 경우 무연고자로 처리될 수도 있습니다. 모바일 신분증은 기기 전원과 앱 구동이 전제되므로 실물 신분증을 완전히 대신하지는 못합니다. 급히 거주지를 떠나야 하는 상황이라면 신분증 없이는 혹시 모를 상황에서의 배급이나 취업에서도 불이익을 겪게 되고, 전시 상황에서는 신원 미상자가 적성 인물로 오인받아 더 큰 위험에 노출될 수 있습니다. 국경을 넘어야 할 가능성이 있다면 여권도 함께 챙기는 것이 안전합니다.

현금

세 가지 중 가장 눈에 띄지 않아야 하는 물품이면서 동시에 가장 결정적인 물품입니다. 이유는 명확합니다. 전자화폐는 결제 인프라가 살아있을 때만 작동하는, 즉 '주도권이 나에게 있지 않은' 자산입니다. 정전이든 통신 마비든 인프라가 멈추는 순간, 계좌에 얼마가 있든 현금 없는 사람은 그 자리에서 무일푼입니다.

휴대량은 치안 상황에 맞춰 조절합니다. 치안이 안정된 지역이라면 택시비 수준, 불안정한 지역이라면 조금 더 넉넉히 준비하되 지갑 한 곳에 몰아넣지 말고 신체 여러 곳에 분산 보관하는 것이 원칙입니다. 장지갑보

다는 머니클립처럼 부피를 줄이는 방식이 휴대에 유리하며, 해외 체류 중 이라면 현지 화폐나 달러를 함께 챙기는 것이 좋습니다.

스마트폰과 신분증, 현금까지 챙겼다면 상시휴대품의 핵심은 갖춘 셈입니다. 하지만 이 세 가지만으로는 부족한 순간이 반드시 옵니다. 정전으로 스마트폰 손전등이 무의미해지거나, 몸이 젖었을 때 체온을 지킬 수단이 없거나, 상처를 입었을 때 아무 대처도 할 수 없는 상황입니다. 여기서부터는 개인의 생활 반경과 직업, 이동 환경에 따라 선택적으로 채워 넣는 영역입니다.

1-4

선택 장비: 라이터, 멀티툴, 손전등, 시계, 호루라기, 손수건 등

선택 장비는 정답이 없습니다. 아래 항목들은 예시일 뿐이며, 본인에게 필요하다고 판단되는 것만 골라 담으면 됩니다.

라이터

발화 도구로는 라이터가 가장 실용적입니다. 흡연 여부와 무관하게 값싸고 부피가 작은 1회용 제품 하나면 충분합니다. 파이어스틸은 폭발 위험이 없어 보관용으로는 좋지만, 불붙이기까지 손이 많이 가고 별도의 굵개까지 필요해 상시 휴대용으로는 라이터보다 불리합니다. 같은 기능의 도

구를 두 개 챙기기보다는, 서로 특성이 다른 도구를 하나씩 나눠 챙기는 편이 효율적입니다. 파이어스틸은 GHB 뚫으로 남겨두는 것을 권장합니다.

멀티툴

칼, 병파개, 드라이버, 가위를 한 몸에 담은 도구입니다. 나이프형(맥가이버칼), 카드형, 키형 등 형태가 다양하고, 크기가 커질수록 활용도는 높아지지만 휴대성은 떨어집니다. 본인의 생활 환경과 예상 상황에 맞춰 크기를 정하면 되는데, 포켓 클립이나 작은 파우치를 활용하면 다소 큰 멀티툴도 부담 없이 들고 다닐 수 있습니다. 선택의 이유는 하나 더 있습니다. 어느 정도 길이가 있는 나이프는 도점으로 분류되어 소지 허가 대상이 될 수 있지만, 멀티툴은 대체로 공구로 취급되어 상대적으로 부담이 적습니다. 다만 '멀티툴이니 무조건 괜찮다'고 단정할 수는 없으니, 날이 긴 제품이라면 기준을 한 번 확인해 두시는 편이 좋습니다.

손전등

스마트폰 내장 라이트는 조도가 약하고 배터리 소모도 커서 본격적인 조명 역할에는 한계가 있습니다. 다만 상시 휴대 기준으로는 AAA 건전지급 소형 손전등이 은닉 휴대의 한계선입니다. 지하나 실내 시설 근무자라면 필수품이고, 그렇지 않더라도 일반적인 도심 역시 야간에 최소한의 조명 조차 없다면 위험이 커집니다. 단순히 앞을 비추는 용도 외에, SOS 상황에서 구조 신호를 보내는 데도 쓸 수 있으니 기억해두면 좋습니다.

■ 손목시계

패션/메탈 시계보다는 방수·내충격 기능을 갖춘 디지털 시계가 생존휴대품으로 유리합니다. 날짜 표시와 방수 기능은 필수급이고, GPS·나침반 등은 있으면 좋은 부가 기능입니다. 다만 기능이 많을수록 무겁고 불편해져서 결국 안 차게 되는 역설이 있으니, 활동성이 제한된다고 느껴진다면 차라리 가볍고 저렴한 모델을 택하는 편이 낫습니다.

■ 호루라기

도시 생활자에게는 가장 실용적인 생존휴대품 중 하나입니다. 건물 붕괴나 화재로 고립됐을 때 조난 신호로, 평상시엔 호신용으로도 씁니다. 가격도 저렴하고 부피도 거의 없으니 챙기지 않을 이유가 없습니다.

■ 손수건

가장 눈에 띄지 않으면서 활용도는 가장 넓은 물건입니다. 오염물을 만질 때 손 보호, 화재 시 코와 입을 막아 유독가스 흡입 저감, 추위 속 목 보온, 골절 시 부목 고정(크기에 따라 다릅니다), 출혈 시 지혈까지 상황을 가리지 않고 씁니다.

■ 종이와 필기구(선택)

스마트폰 보급 이후 챙기는 사람이 줄었지만, 역설적으로 정전 상황에서는 다시 가치가 살아납니다. 접으면 부피가 거의 없고, 정보 기록이나 서신 전달 용도로 쓸 수 있습니다.

장갑

화상, 베임, 가시 박힘 같은 손 부상을 크게 줄여주는 물건입니다. 손바닥에 고무를 입힌 작업용 코팅 장갑처럼 범용성 좋은 제품이 이상적이지만, 목장갑이나 라텍스 장갑 정도로도 충분히 제 몫을 합니다. 다만 부피가 있어 상시 휴대성은 다소 떨어지는 편입니다.

이 밖에 지퍼백(방수·정리용), 호신용품, 파우치나 복대(휴대 여력이 되면 유용하지만 이 지점부터는 사실상 GHB 영역)도 함께 고려해볼 수 있습니다.

여기까지 갖춰지면 발화, 조명, 시간·방향 확인, 신호, 응급 대처까지 대부분의 일상 사고에는 대응할 수 있는 구성이 됩니다. 다만 한 가지, 이 모든 도구 중에서 유일하게 법의 테두리를 신경 써야 하는 물건이 있습니다. 바로 낫붙이입니다.

1-5

나이프·도검 소지 관련 법규 정리

칼은 생존 도구로서 가장 오래된 물건이고, 실제로 챙겨 두는 분도 많습니다. 다만 평상시 휴대에는 조심스러운 구석이 있고, 법이 정해 둔 선도 분명합니다. 근거 법령은 「총포·도검·화약류 등의 안전관리에 관한 법률」(약칭 총포화약법)과 같은 법 시행령입니다. 법 제2조 제2항은 칼날 길이가 15센티미터 이상인 칼·검·창·치도·비수 등으로서 성질상 흉기로 쓰

이는 것과, 15센티미터 미만이라도 흉기로 사용될 위험성이 뚜렷한 것 중 대통령령으로 정하는 것을 '도검'으로 정의하고, 시행령 제4조가 그 종류를 구체적으로 정하고 있습니다. 공개된 법령 정보를 기준으로 정리하면 대략 이렇습니다.

- 고정식 나이프: 칼날 길이 15cm 이상이면 소지 허가 대상입니다.
15cm 미만이라도 흉기로 쓰일 위험이 뚜렷하면 허가 대상에 포함될 수 있습니다.
- 접이식 나이프(재크나이프, 폴딩 나이프): 시행령은 날 길이 6센티미터 이상인 재크나이프를 도검의 한 종류로 정하고 있습니다. 자동 펼침 장치가 없더라도 개별 사안에 따라 흉기로 사용될 위험성이 뚜렷하다고 판단되면 도검으로 분류될 수 있습니다.
- 자동 전개형 나이프(비출나이프): 날 길이 5.5센티미터 이상이면서 45도 이상 자동으로 퍼지는 장치가 있는 형태는 시행령상 도검에 해당합니다.

반대로 아래 경우는 날 길이가 기준을 넘어도 허가 없이 소지할 수 있습니다.

- 주방용 칼: 식칼, 회칼, 과도처럼 요리 목적으로 제조·유통되는 칼은 도검 규제 대상으로 보지 않는 것이 일반적입니다. 다만 소지 허가과 별개로, 정당한 이유 없이 흉기를 숨겨 지니고 다니는 행위 자체가 경범죄처벌법의 제재 대상이 될 수 있다는 점은 기억해 두셔야 합니다.
- 다용도 멀티툴: 칼 외에 가위, 드라이버 등 다른 공구 기능이 결합된 형태는 대체로 공구로 취급됩니다. 다만 날 길이와 형태에 따라 판단이 달라질 수 있어 제품별로 확인하는 편이 안전합니다.

- **농어업·작업용 공구:** 가축 공예용 칼 등 명확한 작업 목적의 도구입니다. 날이 긴 벌초·벌목용 칼은 형태에 따라 도검으로 볼 수 있으니 관할 경찰서에 확인하십시오.

법규를 알아야 하는 이유는 단순합니다. 재난 상황에서 자기 자신을 지키려고 챙긴 물건이, 평상시 휴대만으로 오히려 법적 위험이 되어 돌아올 수 있기 때문입니다.

한 가지 덧붙이면, 법령은 개정될 수 있고 실제 판단은 제품과 상황에 따라 갈립니다. 여기 정리한 내용은 공개된 법령을 참고한 것일 뿐 법률 자문이 아니므로, 구매나 휴대 전에 국가법령정보센터의 최신 조문이나 관할 경찰서 안내를 확인하시기를 권합니다. 이 문제는 다음 절에서 다룰 도심 환경의 특성과도 바로 연결됩니다.

1-6

도심 EDC의 함정: 왜 칼·불·빛의 가치가 도심에서 달라지는가

자연에서의 생존휴대품 3대 요소는 전통적으로 칼, 불, 빛입니다. 야생이라면 이 셋의 가치는 절대적입니다. 하지만 도심이라는 무대로 옮겨오면 이야기가 달라집니다.

도심에서는 불을 피울 상황 자체가 거의 발생하지 않습니다. 가로등과 건물 조명이 대부분의 공간을 밝히기 때문에 지하나 실내의 암실을 제외

하면 손전등의 가치도 상대적으로 낮아집니다. 반면 칼은 오히려 위험 요소가 됩니다. 나이프를 소지하고 다니는 사람은 필요에 의해서든 아니든 정신이상자나 범죄자로 오해받기 쉽습니다.

이것은 이 책에서 처음부터 강조하는 지점과 정확히 맞닿아 있습니다. 야생 생존 교범의 방식을 도시에 그대로 적용하면 실효성이 떨어지는 정도가 아니라, 때로는 위험해집니다. 그래서 날붙이를 휴대하고자 한다면 위협적으로 보이는 나이프 대신 멀티툴이나 맥가이버칼을 택하는 것이 실용적이면서도 법적으로 안전한 선택입니다.

한 가지 더, 당연하게도 항공기를 이용할 계획이 있다면 멀티툴은 미리 빼서 위탁 수하물로 보내야 합니다. 지갑이나 열쇠고리에 매달아 놓고 깜빡한 채로 탑승 수속에 갔다가 적발되면, 비싼 비용을 내거나 그 자리에서 버려야 하는 상황을 맞을 수 있습니다.

결국 EDC의 완성은 무엇을 채워 넣느냐만큼, 어디에서 쓰일 것인가를 얼마나 냉정하게 따지느냐에 달려 있습니다. 몸에 지닌 최소한의 도구가 상황에 맞지 않으면, 그 도구는 짐이 되거나 심지어 위험 요소가 됩니다.

1-7

계절과 환경에 따라 달라지는 것

EDC는 한 번 정해 두면 그대로 두게 되는 구성이지만, 실제로는 계절과 생활 환경에 따라 한두 가지가 바뀌어야 제 역할을 합니다.

여름

땀으로 빠져나가는 수분과 전해질이 문제가 됩니다. 손수건은 땀을 닦는 용도로 쓰임이 늘고, 사탕이나 소금 함량이 있는 간식을 하나쯤 넣어 두면 더위 속 이동에서 도움이 됩니다. 라이터는 차 안처럼 온도가 크게 오르는 곳에 두지 않는 편이 안전합니다.

겨울

장갑과 핫팩이 우선순위로 올라옵니다. 배터리는 낮은 온도에서 표시 용량만큼 쓰지 못하는 경우가 많으니, 보조 배터리와 휴대전화는 겉옷 바깥 주머니보다 안쪽에 두시는 편이 낫습니다. 얇은 비니나 목을 덮는 스카프 하나로도 체감 온도가 꽤 달라집니다.

생활 환경별

지하나 창이 없는 실내에서 일하신다면 소형 손전등과 호루라기의 우선 순위가 올라갑니다. 대중교통으로 장거리를 오가신다면 화재 대피용 마