

WAR EDITION

대한민국 생존주의 바이블

: 전쟁편

2026년 대한민국 맞춤형 생존주의 지식

생존주의 매거진

THE KOREAN
SURVIVAL BIBLE

‘준비’는 당연하게도 미리 해두는 것입니다.
그 누구도 ‘생존’을 준비한다고 생각하지 않지만,
2026년 한반도, “생존주의”는 이제 필수 교양입니다.

도서출판 부관

대한민국 생존주의 바이블 : 전쟁편

© 생존주의 매거진

초판 1쇄 제작 | 2026년 9월 15일

지은이 | 생존주의 매거진

기획 | 생존주의 편집팀

편집 | 생존주의 편집팀

디자인 | 부관컴퍼니

펴낸곳 | 도서출판 부관

이메일 | bugwanbusiness2@gmail.com

ISBN | 979-11-999916-5-1

* 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.



안 내

생존과 안전처럼 생명과 직결된 정보를 다루는 책이라, 본문으로 들어가기 전에 확인해 주셔야 할 안내가 기본편보다 조금 더 많습니다. 너른 양해를 부탁드립니다. 급하시면 이 안내는 나중에 읽으셔도 됩니다. 경보가 울렸을 때 어디로 갈 것인지부터 알고 싶으시다면 3부부터 펴셔도 괜찮습니다.

안녕하세요, 여러분. 이 책은 2026년 9월 현재를 기준으로, 전쟁이나 그에 준하는 국가 비상사태가 닥쳤을 때 국가의 공적 구조와 지원이 도달하기 전까지 일반 민간인이 자신과 가족의 생명과 안전을 지키기 위해 참고할 수 있도록 정리한 실무 안내서입니다.

『대한민국 생존주의 바이블 : 기본편』의 후속편이며, 기본편의 일러두기와 면책 조항은 전쟁편에도 그대로 적용됩니다. 여기에 전쟁편이기 때문에 덧붙이는 사항이 있습니다.

◆ 면책 및 적용 범위

이 책은 예측할 수 없는 상황에서 피해를 줄이기 위한 보조적 안내를 제공할 뿐, 안전이나 생존을 보장하지는 못합니다. 전쟁의 양상은 공격의 종류와 지역, 개인의 위치와 체력, 주변 환경에 따라 매번 다르게 나타나므로, 어떤 지침도 모든 상황에 그대로 들어맞을 수는 없습니다. 최종적인 행동은 그 자리의 조건을 확인한 독자가 판단하게 됩니다. 실제 상황에서는 정부와 지방자치단체, 군과 경찰, 소방 등 권한 있는 기관의 지시가 이 책의 어떤 내용보다 우선합니다. 여기 적힌 내용과 당국의 안내가 다르면 당국의 안내를 따르시기 바랍니다.

◆ 정부 지침과 해외 자료의 인용에 관하여

이 책의 정보와 대피에 관한 서술은 행정안전부 『비상시 국민 행동요령』 2026년 8월판과 국내 법령을 기준으로 업데이트해둔 상태이며, 국내 지침이 다루지 않는 항목은 우크라이나·이스라엘·스웨덴·핀란드·스위스·일본·대만·미국 등 각국 정부가 자국민에게 공개 배포한 지침과 UN 기구·국제형사재판소 등의 공개 기록을 근거로 정리했습니다. 해외 지침은 그 나라의 위협과 주거, 제도를 전제로 만들어진 것이므로, 전쟁편은 그것을 한국 조건에서 어떻게 읽을 수 있는지를 함께 적었을 뿐 한국의 공식 지침으로 제시하는 것이 아닙니다. 본문에서 “저희의 종합”, “저희가 정리한 기준”, “저희의 제안”이라고 표시한 항목은 여러 지침을 합쳐 저희가 정리

한 것이며 어느 정부의 공식 지침도 아닙니다. 정부 지침과 법령은 개정될 수 있으므로, 본문에 적힌 시행일과 판본을 확인하고 최신 내용은 해당 기관의 안내로 다시 확인하시기 바랍니다.

◆ 수치와 기록에 관하여

이 책에 나오는 전쟁 피해 수치는 집계 주체와 기준 시점을 함께 적었습니다. 진행 중인 전쟁의 수치는 출판 시점(2026년 9월) 이후 달라질 수 있으며, 서로 다른 기관의 집계는 방법과 범위가 달라 직접 비교할 수 없습니다. 체험담과 회고는 체험담임을 밝히고 인용했으며 통계로 쓰지 않았습니다. 북한군에 관한 서술은 정보기관의 국회 보고와 공개된 민간 분석에 의존하며, 확정된 사실과 분석을 구분해 적었습니다.

◆ 다루지 않는 범위

이 책은 화기의 취급과 사격, 교전 기술, 무기 제작을 다루지 않습니다. 총포의 소지는 총포·도검·화약류 등의 안전관리에 관한 법률에 따른 허가 사항이며, 동원에 응한 뒤의 장비 사용은 소속 부대의 교육과 통제를 따릅니다. 이 책이 지향하는 것은 무장, 이를테면 영화 속 람보처럼 총기로 맞서는 대응이 아니라 비무장 상태의 대피와 은폐, 생활 유지입니다. 약의 용량과 복용법, 증상의 판단과 처치 같은 의료 정보도 다루지 않습니다. 여기 나오는 건강과 안전에 관한 언급은 전문 의료인의 진단과 치료, 보건당국의 안내를

대신할 수 없습니다. 법령과 조약은 조문을 인용하고 확인처를 적는 데 그쳤으며, 개별 사안에 대한 법적 판단은 변호사나 대한법률구조공단(국번 없이 132) 등 전문가에게 확인하시기 바랍니다.

◆ 이 책을 읽는 방법

위기가 닥친 뒤에는 책을 처음부터 끝까지 읽을 시간이 없습니다. 그래서 이 책은 평시에 읽고 준비해두는 것을 전제로 썼습니다. 0-3에 독자 유형별로 먼저 읽을 부를 안내했고, 각 부의 끝에 “이 부를 덮으며” 같은 이름으로 그 부에서 확인하고 준비할 것을 정리했으며, 부록에 점검표와 서식을 두었습니다. 서식은 각자의 환경에 맞춰 고쳐 쓰셔도 됩니다. 그 과정 자체가 준비입니다.

참고로 이 책은 텍스트 위주의 전자책이라 삽화나 사진을 충분히 실지 못했습니다. 이 부분에서 사전에 양해를 구합니다.

 일러두기 및 면책 조항

 프롤로그 경보를 받는 것과 경보를 쓸 수 있는 것은 다릅니다

 0부 이 책의 사용법

0-1	기본편과 전쟁편의 분업: 무엇을 어디서 찾을 것인가	22
0-2	이 책이 근거로 삼은 전쟁들, 그리고 수치를 해석하는 법 ..	27
0-3	독자 유형별 읽는 순서	31
0-4	이 책이 다루지 않는 것과 그 이유	34

 1부 최근 전쟁이 증명한 여섯 가지

1-1	경보에서 대피까지의 시간이 생사를 가릅니다	41
1-2	전력 한 방이 난방·물·통신·결제·의료를 동시에 끊습니다 ..	45
1-3	정보 단절은 적국이 아니라 자국 정부도 만들 수 있습니다	48
1-4	피난은 한 번으로 끝나지 않고, 피난 자체가 위협합니다 ...	50
1-5	장기화와 포위: 72시간이 아니라 수개월	53
1-6	끝났다는 신호 뒤에 2차 피해가 옵니다	55

2부 적을 먼저 본다: 우크라이나 전장의 북한군

2-1	파병의 실체: 특수작전군 정예와 사전훈련	62
2-2	쿠르스크의 첫 겨울: 준비된 부대에 벌어진 일	65
2-3	편제를 바꾸다: 중대 돌격에서 소규모 전술팀으로	69
2-4	드론을 배우다: 대드론 사격과 FPV 운용	72
2-5	무전과 정찰: 통신 체계의 도입	74
2-6	그 전장에서 민간인은 어떻게 죽고 있는가	76

3부 한국의 시간표: 경보 체계와 대피시설의 실제

3-1	민방공 경보 다섯 단계와 각각의 행동	82
3-2	공격 유형에 따라 대피 장소가 정반대로 바뀝니다	93
3-3	한국 대피시설의 구조적 현실	97
3-4	내 동네 대피소 점검 체크리스트	103
3-5	지하주차장의 의미: 한국 지침과 해외 기준의 차이	108
3-6	집·직장·통근길 세 곳의 도달시간표 만들기	111
3-7	드론과 대남풍선: 최근 지침에 추가된 위험	115

4부 첫 10분: '보호공간 서열'

4-1	이스라엘 홈프런트커맨드의 보호공간 서열	121
4-2	우크라이나의 두 벽 원칙과 그 한계	124
4-3	화장실을 두고 한국 지침과 해외 지침이 갈리는 이유	127
4-4	한국 아파트에서 가장 나은 공간 찾기	132

4-5	야외와 차량, 대중교통, 다중이용시설에서	138
4-6	경보해제 전에 나가지 않습니다	143

5부 첫 72시간: 통신이 끊긴다는 가정

5-1	인터넷은 끊깁니다	149
5-2	라디오와 종이, 두 가지로 되돌리기	152
5-3	가족 집결지 1차, 2차, 3차	156
5-4	생존배낭의 전쟁 특화본	161
5-5	비상사태가 선포되면: ‘가정 복귀’의 정확한 의미	168

6부 다시 불러가는 남자들: 통지에서 응소까지

6-1	내 병역 상태와 전시 의무를 먼저 확정합니다	176
6-2	소집통지서는 이미 나와 있습니다	179
6-3	병력동원소집: 대상과 지정 원칙, 응소 절차	182
6-4	전시근로소집: 대상과 통지서, 입영	186
6-5	민방위 동원: 요건과 공고, 그리고 직장 보장	188
6-6	응소하지 않으면: 조문이 정한 결과	191
6-7	갈 수 없는 상황의 처리	195
6-8	개인이 챙겨야 할 것	199
6-9	떠나기 전 가족에게 넘길 것	203
6-10	드론 아래에서 몸을 지키는 원칙	206

7부 정전의 겨울: 인프라 붕괴의 연쇄

7-1	전력망은 군사 목표입니다: 우크라이나 2025-26년 겨울	219
7-2	고층 아파트의 취약성: 난방과 급수, 엘리베이터의 동시 정지	223
7-3	전기 없는 겨울: 한 방에 모입니다	228
7-4	일산화탄소: 베란다도 계단실도 실외가 아닙니다	232
7-5	먹는 물과 쓰는 물: 기준이 서로 다른 이유	238
7-6	화장실: 처리 방식이 아니라 처리량의 문제	244
7-7	전시 금융과 결제	247

8부 머물 것인가 떠날 것인가

8-1	대피 명령은 안전 보장이 아닙니다: 가자와 레바논	254
8-2	피난 결정표: 떠나기 전 확인할 네 가지	259
8-3	한국전쟁 피난민이 남긴 기록	266
8-4	떠날 수 없는 가족을 위한 제자리 계획	271
8-5	검문소와 신분 증명: 통제선에 서기 전에	277
8-6	국외 탈출: 육로 국경과 영사조력	282

9부 포위와 장기화

9-1	사라예보 1,425일: 사람을 죽인 것은 전투가 아니라 이동이었습니다	295
9-2	사람이 모이는 곳이 표적이 됩니다	299

9-3	수단 엘파세르: 포위는 결국 기근으로 갑니다	303
9-4	세 단계 비축: 배낭 2~3일, 집 30일, 공동체 수개월	307
9-5	전시 경제: 수수료, 통행료, 물물교환	314
9-6	공동체 단위 생존: 전시에 달라지는 것	319

10부 화생방과 핵

10-1	공격 유형별 대피 장소: 기본편 2-5와 2-6의 갱신	326
10-2	낙진의 원리와 시간	332
10-3	요오드화칼륨의 한계: 방사능 해독제가 아닙니다	338
10-4	원전 피격: 자포리자가 보여준 것	342
10-5	오염된 물은 끓여도 안전해지지 않습니다	347

11부 전쟁 속의 약자

11-1	피해는 균등하지 않습니다	354
11-2	아이: 보호자가 준비할 것과 학교로 달려가지 않는 이유	357
11-3	노인, 장애인, 만성질환자	362
11-4	학교 대피소: 우크라이나가 정한 기준	369
11-5	반려동물: 공공 대피 체계 바깥의 준비	373

12부 정보전과 심리 방어

12-1	유언비어와 공황: 정보가 무기가 될 때	381
12-2	뉴스 섭취를 통제합니다: 스웨덴 민방위청의 심리 방어	386

12-3	아이에게 말하는 법: 확인된 것만, 모르면 모른다고	390
12-4	가족 중 한 사람이 맡는 심리적 응급처치	394

13부 해제 이후

13-1	휴전은 귀가 신호가 아닙니다: 레바논 2026	402
13-2	폭발성 잔재: 접근하지도 만지지도 건드리지도 않습니다	405
13-3	요격 파편과 파손 건물	410
13-4	오염된 수원: 수돗물이 다시 나올 때	414
13-5	귀환 판단과 재정착	417

14부 민간인의 권리

14-1	제네바 제4협약과 제1추가정서 제51조	425
14-2	갈리치 판결이 인정한 것	429
14-3	민간인 신분을 스스로 포기하게 되는 행동들	432
14-4	법이 해주는 것과 해주지 않는 것	437

부록 A 해외 공공지침 비교표

부록 B 소집 대상자 실무 서식집

B-1	내 병역 상태 확인표 (6-1)	453
B-2	소집통지서 확인표 (6-2, 6-3, 6-4)	454

B-3	응소 준비 목록 (6-8)	455
B-4	떠나기 전 가족 인계 목록 (6-9)	456
B-5	응소 불가 상황 기록표 (6-7)	457

부록 C 내 동네 대피소 점검표

C-1	대피소 기본 정보	460
C-2	도달 시간 (3-6)	461
C-3	시설 상태 (3-4)	462
C-4	공격 유형별 대안 (3-1, 3-2, 10-1)	463
C-5	결론	464

부록 D 가족 비상 연락·집결 카드

D-1	개인 사항	467
D-2	가족 사항	468
D-3	집결지와 연락 (5-3)	469
D-4	남는 가족과 조력자 (8-4, 11-3)	470
D-5	반려동물 (11-5)	470
D-6	신고와 연락처	471

부록 E 최근 전쟁 타임라인과 수치

E-1	타임라인	475
E-2	수치표 (집계 주체·기준 시점)	481

부록 F 서지

F-1	한국 정부·공공기관	493
F-2	국내 법령 (시행일 기준)	498
F-3	해외 정부·국제기구·법원	500
F-4	단행본·체험담·보고서 (체험·의견 층위)	507
F-5	언론 (정부 발표·기관 조사를 전한 보도)	508

경보를 받는 것과 경보를 쓸 수 있는 것은 다릅니다



먼저 이번 전쟁편까지 손에 들어주신 독자 여러분께 감사드립니다. ‘생존주의’라는 주제는 여전히 호불호가 갈립니다. 누군가는 공포를 팔아 장사한다고 말하고, 누군가는 실제로는 쓸 일 없는 지식이라고 말합니다. 당연히 저희도 그 말들을 듣고 있습니다. 그럼에도 이 자료들을 아득바득 모아온 이유는 하나입니다. 이 중 단 몇 페이지라도 누군가에게 실제로 도움이 되는 순간이 온다면 그것으로 충분하다고 생각했기 때문입니다.

『대한민국 생존주의 바이블 : 기본편』을 지난 8월 출간한 직후, 저희는 곧바로 이 책의 디자인을 시작했습니다. 기본편은 한 가정의 어떤 종류의 위기를 만나더라도 무너지지 않도록 마음가짐과 전체 뼈대를 세우는 책이었습니다. 물과 식량을 어떻게 나누어 관리하고, 정전과 단수가 동시에 왔을 때 무엇부터 손을 대야 하며, 가족이 흩어졌을 때 어디서 다시 만날 것인지를 다뤘습니다. 재난의 종류를 가리지 않는 준비였고, 그래서 모든 가족에게 필요한 준비였습니다. 다만 원고를 덮고 나서도 충분히 다루지 못했다는 생각이 남는 영역이 하나 있었습니다. 전쟁이었습니다.

전쟁은 다른 재난과 준비의 성격이 다릅니다. 지진이나 태풍도 예고 없이 닥칠 수 있지만, 전쟁은 누군가가 의도를 가지고 공격 시점과 표적을 고르는 상황입니다. 경보가 울린 뒤 사람이 움직일 시간이 얼마나 주어지는지, 그 시간 안에 대피할 공간이 있는지, 그리고 경보보다 먼저 피해가 시작될 때 어디에 있었는지로 생사가 갈립니다. 그리고 2026년의 세계는 이 질문을 더 미뤄둘 수 있는 상태가 아니었습니다.

흔히 12일 전쟁이라 불리는 2025년 6월의 충돌, 그리고 2026년 2월 28일 시작되어 이 글을 쓰는 지금까지도 완전히 끝나지 않은 중동의 충돌은 그 차이를 분명하게 보여주었습니다. 양쪽 모두 공중에서 오는 공격을 받았지만, 죽은 사람의 수는 한쪽으로 크게 기울었습니다.

수치를 붙이면 이렇습니다. 2025년 6월의 충돌에서 이스라엘 당국이 발표한 자국 피해는 6월 23일 기준 사망 24명, 부상 1,217명이었고, 같은 기간 이란 보건부가 집계한 이란 피해는 6월 21일 까지 최소 400명 사망, 3,056명 부상이었습니다(두 수치 모두 UN 이란 진상조사단과 특별보고관이 6월 23일 성명에서 인용). 2026년의 충돌에서는 격차가 더 벌어져, 세계보건기구가 2026년 6월 11일 낸 중동 상황보고는 6월 9일 기준으로 이란의 사망 3,375명, 부상 33,806명, 실향 320만 명을, 같은 표에서 이스라엘은 사망 26명, 부상 7,834명을 집계했습니다. 민간인과 군인을 가리지 않은 추정치이고 출처마다 다르지만, 결과가 이만큼 달랐다는 점은 어느 집계로 봐도 같습니다.

무엇이 이 차이를 만들었는지는 이미 여러 국제기구가 지적했습니다. UN 전문가들은 2025년 6월 성명에서 인구가 밀집한 이란의 도시에 유효한 경보 체계가 없었고 대피소에 접근하기 어려웠다는 점을 짚었고, 2026년 3월 성명에서도 300만 명이 넘는 사람들이 작동하는 공습 사이렌이나 대피소가 없는 도시를 떠나야 했다고 적었습니다. 게다가 이란에서는 두 차례 모두 전쟁 기간 중 국가 차원의 인터넷 차단이 이어졌습니다. 대피하라는 통보는 들려오는데 가족의 안부를 확인할 수도, 어디가 위험한지 알아볼 수도 없는 상태였습니다. 반대로 이스라엘에서는 1992년 이후 지어진 주택에 보호공간이 의무화되어 있었고, 전국을 나눈 경보 구역마다 대피에 쓸 수 있는 시간이 미리 어느 정도 정해져 있었으며, 경보는 사이렌과 함께 전용 애플리케이션으로도 전달되었습니다. 2025년 6

월 15일 새벽 이스라엘 바트얌의 아파트에 미사일이 직격해 아홉 명이 숨졌을 때, 이스라엘군은 그 건물에서 보호실이나 대피소에 들어가 있던 주민은 모두 살아남았다고 밝혔습니다. 적어도 그 건물에서는 주어진 시간 안에 보호공간에 들어갔는지 아닌지가 생사를 갈랐습니다. 나라 전체의 피해 차이를 이 조건 하나로 설명할 수는 없지만, 보호공간에 바로 닿을 수 있었는지가 그 차이에 크게 작용했다는 점은 여러 기록이 함께 가리킵니다.

그렇다고 해서 한쪽이 완비되어 있었다는 뜻은 아닙니다. 이스라엘조차 2024년 말 기준으로 전체 가구의 절반 넘게는 자기 집에 보호공간이 없다는 추정이 있습니다. 그러니 이 비교는 어느 나라가 잘했다는 이야기가 아니라, 경보를 받는 것과 그 경보를 실제로 쓸 수 있는 것은 전혀 다른 문제라는 이야기입니다. 그리고 이 지점에서 대한민국은 애매한 위치에 있습니다. 경보 체계는 갖추고 있지만, 주거 안에 보호공간을 가진 가정은 사실상 없는 것으로 파악됩니다. 국내 연구도 한국에 민간인용 핵·화생방 대피시설이 거의 없다고 적고 있습니다. 우리가 알고 있는 민방위 대피소의 상당수는 원래 지하주차장이거나 지하상가입니다.

그래서 이 책은 기본편과 역할을 나누기로 했습니다. 기본편이 모든 가족을 위한 준비의 뼈대였다면, 전쟁편은 2026년의 한국이라는 특정한 조건에 맞춰 좁고 깊게 다룬 책입니다. 러시아와 우크라이나, 이란과 이스라엘과 미국, 가자와 레바논, 수단, 그리고 사라예보에서 민간인이 무엇 때문에 죽고 무엇 덕분에 살았는지를 UN 인권감시단과 UN 인도주의업무조정국(OCHA), 세계보건기

구, (구)유고슬라비아국제형사재판소 판결문 같은 기록으로 추린 뒤, 그것을 한국의 주거 환경과 제도에 대입했습니다. 물과 위생, 응급처치, 공동체 운영처럼 기본편에서 이미 충분히 다룬 내용은 다시 쓰지 않고 어느 장을 보면 되는지만 표시했습니다. 대신 기본편을 쓸 때 저희가 놓쳤거나 최근 지침과 달라진 부분은 분명하게 바로잡았습니다. 예를 들어 기본편은 민방공 경보를 네 가지로 소개했지만, 행정안전부가 2026년 8월 펴낸 지침은 경보해제까지 포함해 다섯 단계로 안내하고 있습니다. 또 같은 공간을 두고 한국과 다른 나라의 공식 지침이 서로 다른 판단을 내리는 경우도 있었는데, 그런 지점은 어느 쪽이 맞다고 단정하지 않았습니다. 무엇을 어떻게 바로잡았는지는 0-1에 모아두었습니다.

집필 원칙도 하나 덧붙였습니다. 피해 수치에는 누가, 언제까지, 어떤 방식으로 집계했는지를 함께 적었습니다. 전쟁 통계는 집계 주체에 따라 몇 배씩 차이가 나고 지금도 매달 바뀌고 있기 때문입니다. 생존을 다루는 책에서 과장은 그 자체로 위험이라고 생각했습니다.

마지막으로 기본편에서 드렸던 당부를 다시 드립니다. 이 책도 여러분의 집과 직장, 일상 속의 모든 변수를 담아내지는 못합니다. 읽다가 내 상황에 곧바로 대입하기 어려운 부분이 나온다면, 아직 인터넷이 살아 있고 지도 앱이 작동하는 지금 한 번 확인해 보시면 좋겠습니다. 우리 아파트 지하주차장의 출입구가 몇 개인지, 야간에 차단기가 내려가는지, 가장 가까운 지정 대피소까지 걸어서 몇 분이 걸리는지는 검색만으로는 알기 어렵습니다. 이런 것을 일부

러 확인하러 다니는 사람이 많지 않고 유별나 보일 수도 있지만, 산책이나 퇴근길에 한 번쯤 눈여겨보는 정도로도 충분합니다. 그 확인을 마친 독자와 마치지 않은 독자의 차이가, 실제 상황에서는 이 책을 읽은 사람과 읽지 않은 사람의 차이보다 클 것이라고 저희는 생각합니다.

부디 이 책의 내용을 쓸 일이 오지 않기를 바랍니다. 그러나 오지 않기를 바라는 것과 대비하지 않는 것은 다른 일이라고 생각합니다. 그리고 또한, 여기까지 읽어주셔서 감사합니다.

0부

이 책의 사용법



대한민국 생존주의 바이블 : 전쟁편

기본편과 전쟁편의 분업: 무엇을 어디서 찾을 것인가



이 책은 『대한민국 생존주의 바이블 : 기본편』의 후속편입니다. 그러나 앞서 말했듯, 후속편이라는 말이 앞 책의 내용을 다시 정리했다는 뜻은 아닙니다. 같은 내용을 다시 읽게 만드는 것은 독자의 시간을 쓰는 일이고, 무엇보다 전쟁에 특화된 정보가 들어갈 자야 할 자리를 빼앗는 일이기 때문입니다.

그래서 본문에는 기본편의 특정 장을 가리키는 표기가 자주 등장합니다. 예를 들어 단수 상황에서 화장실을 어떻게 운영하는지는 여기서 다루지 않고 기본편 3-5를 보라고 적어두는 식입니다. 기본편을 아직 보지 않으신 분도 무엇을 가리키는지 알 수 있도록,

절 번호만 적지 않고 그 장이 무엇을 다루는지를 되도록 함께 적었습니다. 그 표기를 만났다면 그것은 생략이 아니라 안내입니다. 전쟁 상황에서도 기본편의 내용이 그대로 유효하고, 거기에 이미 충분히 적혀 있다는 뜻입니다. 다만 물과 위생, 응급처치처럼 급할 때 찾게 되는 항목은 이 책에서도 골자를 한두 문장으로 먼저 적은 뒤 기본편의 절 번호를 붙였습니다.

두 책의 관계는 세 가지로 나뉩니다. 먼저 기본편에 있으니 참조만 하는 내용입니다. 물과 식량의 등급 관리, 응급처치, 공동체 운영, 귀가 후 복구 절차 같은 것들로, 위기의 종류가 전쟁이든 지진이든 원칙이 달라지지 않는 영역입니다. 다음은 기본편에 없어서 여기서 처음 다루는 내용입니다. 소집 통지와 응소 절차, 드론 전장의 민간 위협, 포위와 봉쇄가 길어질 때의 운영, 검문소와 신분 증명, 국외 탈출과 영사조력, 민간인의 법적 지위 같은 영역이고, 이 책의 대부분이 여기에 속합니다. 마지막은 기본편에 적었으나 이번 전쟁편에서 바로잡는 내용입니다. 최근 각국의 공식 지침을 다시 검토하면서 전쟁에 맞춰 업데이트가 필요하다고 판단한 부분이며, 본문에 명시했습니다.

표 기본편과 전쟁편의 분업

이 책에서 다루는 주제	기본편의 해당 장	관계
경보 종류와 행동	2-2	전쟁편 3-1에서 경보해제 단계까지 확장
대피 장소의 선택 기준	2-4	전쟁편 3-2에서 2026년 지침의 공격 유형별 표로 갱신
핵과 낙진	2-5	전쟁편 10-1에서 갱신, 10-2에서 심화
화학·생물학 위협	2-6	전쟁편 10-1에서 갱신
지하 공간의 양면성	2-7	전쟁편 3-5와 연결
정전과 통신 마비	2-9	전쟁편 7부에서 전시 조건으로 확장
물과 식량, 위생 운영	3부	전쟁편 7-5-7-6에서 전쟁 상황에서 달라지는 점만 보강
응급처치	4부	참조만
현금과 서류, 생존 경제	5부	전쟁편 7-7-9-5에서 전쟁 상황에서 달라지는 점만 보강
공동체 운영	7부	전쟁편 9-6에서 전쟁 상황에서 달라지는 점만 보강
장기 고립의 심리와 루틴	8-4~8-7	전쟁편 12부에서 정보전 조건만
대피 여부 판단	9-1	전쟁편 8-2에서 네 가지 질문으로 확장
가족 합류와 집결지	9-4	전쟁편 5-3에서 확장
귀가와 복구	10부	전쟁편 13부에서 전시 조건만
생존 바인더 서식	부록 1	전쟁편 부록 D에서 확장
버그아웃 백	부록 2	전쟁편 5-4에서 전쟁 특화분만

핵심

기본편을 아직 읽지 않으셨다면, 함께 읽으시기를 권해 드립니다. 크게 어려운 내용은 없고, 전쟁편만 읽어도 도움이 되겠지만 함께 읽으시면 더 좋습니다.

덧붙일 것이 둘 있습니다. 하나는 기본편에서 저희가 적었던 내용 중 이 책에서 바로잡거나 보강하는 항목입니다. 대표적인 것이 민방공 경보의 단계입니다. 기본편은 경계경보, 공습경보, 화생방경보, 핵 경보의 네 가지로 소개했으나, 행정안전부가 2026년 8월 펴낸 『비상시 국민행동요령』은 경보해제까지 포함해 다섯 단계로 안내하고 있습니다. 경보해제는 단순히 상황이 끝났다는 통보가 아니라 그 시점에 해야 할 행동이 따로 정해져 있는 단계이므로, 여기서는 다섯 번째 단계로 다룹니다. 다섯 단계는 경계경보, 공습경보, 화생방경보, 핵 경보, 그리고 경보해제이며, 각 단계에서 무엇을 해야 하는지는 3-1에 표로 정리했습니다.

다른 하나는 성격이 다릅니다. 같은 공간을 두고 나라마다 공식 지침의 판단이 갈리는 경우입니다. 유리창이 없는 집 안의 화장실을 두고 한국의 공식 지침과 이스라엘·우크라이나의 공식 지침은 서로 다른 결론을 내리고 있습니다. 이런 경우 어느 쪽이 틀렸다고 단정하지 않고, 왜 판단이 갈리는지와 독자가 무엇을 기준으로 결정해야 하는지를 함께 적었습니다. 미리 한 줄로 줄이면, 공기를 막아야 하는 상황이나 파편을 막아야 하는 상황이나에 따라 같은

화장실의 값이 달라집니다. 4-3에서 다룹니다. 책을 낸 뒤에 더 나은 자료를 확인하고도 고치지 않는 쪽이 독자에게 더 나쁘다고 판단했습니다.

이 책이 근거로 삼은 전쟁들, 그리고 수치를 해석하는 법



이 책은 일곱 개의 사례를 근거로 삼았습니다. 2022년 2월부터 지금까지 이어지고 있는 러시아와 우크라이나의 전쟁, 흔히 12일 전쟁이라 불리는 2025년 6월 이스라엘과 이란의 충돌, 2026년 2월 28일 시작된 미국과 이스라엘의 대이란 공습, 2023년 10월부터의 가자, 2026년 4월 휴전 발표 이후에도 피난이 이어지고 있는 레바논, 2023년 4월부터의 수단, 그리고 1992년 4월 5일부터 1996년 2월 29일까지 약 4년, 1,425일 동안 이어진 사라예보 포위입니다.

이 사례들을 고른 기준은 하나였습니다. ‘민간인이 무엇 때문에 죽고, 무엇 덕분에 살았는지가 공신력 있는 기록으로 남아 있는가’입니다. 그래서 군사 작전의 성패나 어느 쪽이 옳은가는 다루지 않습니다. UN 인권감시단의 월간 보고, OCHA의 인도적 상황 보고, 세계보건기구와 통합식량안보단계분류(IPC)의 집계, (구)유고슬라비아국제형사재판소의 판결문, 그리고 각국 정부가 자국민에게 실제로 배포한 민방위 지침이 이 책의 재료입니다.

여기서 독자 여러분께 미리 부탁드립니다. 피해 수치를 보실 때는 숫자 자체보다 그 숫자가 어디서 나온 것인지를 먼저 확인해 주십시오. 전쟁 통계에는 누가, 어느 기간을, 어떤 방법으로 집계했는지가 반드시 따라붙어야 합니다. 같은 전쟁의 같은 시기라도 집계 주체에 따라 숫자가 몇 배씩 차이 나기 때문입니다. 그래서 모든 수치에 집계 주체와 기간을 함께 적었고, 숫자만 따로 떼어내 쓰지 않았습니다.

◆ 수치를 해석할 때 기억할 네 가지

첫째, 이란 관련 사건은 두 시기를 반드시 구분해야 합니다. 2025년 6월 13일부터 24일경까지의 충돌과, 2026년 2월 28일 시작되어 지금까지 이어지는 충돌은 별개의 사건입니다. 두 시기의 사망자 집계를 섞으면 그 자체로 오류가 됩니다.

둘째, UN 인권감시단이 발표하는 우크라이나의 월간 민간인 사상자는 최소 확인치입니다. 현장 확인이 끝난 건만 집계한 숫자이므로 실제 피해는 더 클 수 있습니다. 이 단서는 UN이 보고서마다

직접 붙이고 있습니다.

셋째, 사라예보의 사망자 수는 재판 공소 기간의 확인치와 전체 포위 기간의 추정치가 다릅니다. 이 책에서는 두 숫자를 섞지 않았습니다.

넷째, 체험담과 기록은 활용의 차원이 다릅니다. 보스니아 내전을 겪은 생존자의 회고나 경제 붕괴를 겪은 개인의 기록은 그 상황의 공기를 전하는 데는 대체할 수 없는 가치가 있지만, 통계의 근거는 될 수 없습니다. 국제기구의 기록과 판결문을 앞에 세우고, 체험담은 그것이 체험담임을 밝히고 인용했습니다. 둘이 충돌할 경우 기록을 따랐습니다.

◆ 공식 수치가 없는 질문: 경보 뒤에 몇 분이 남는가

이 원칙 때문에 단정하지 않은 내용도 있습니다. 북한의 무기 체계별로 경보가 울리고 나서 대피까지 우리에게 몇 분이 있는지, 장사정포가 수도권 어디까지 몇 분 만에 닿는지는 독자들이 가장 궁금해할 질문입니다. 그러나 한국 정부는 구역별 대피 가능 시간을 공개하지 않고, 무기별 경보 여유 시간을 정리한 공식 자료도 없습니다. 그래서 분 단위 숫자를 확정해 적지는 않았습니다. 다만 공개된 범위까지는 적어둘 수 있습니다.

2020년과 2022년 『국방백서』, 그리고 이를 인용한 보도에 따르면 북한은 170mm 자주포와 240mm 방사포를 중심으로 사거리 40~60킬로미터급 장사정포를 군사분계선 인근 갭도 진지에 배치하고 있고, 사거리 연장탄을 쓰면 65킬로미터 안팎까지 닿는 것

으로 알려져 있으며, 300mm 방사포는 중부권까지 미치는 것으로 평가됩니다. 무기별 제원은 보도마다 조금씩 다르므로 사거리는 대략적인 범위로 읽어야 합니다. 서울 광화문에서 군사분계선까지는 약 40킬로미터입니다. 즉 수도권 북부는 장사정포의 사거리 안에 있고, 탄도미사일이라면 발사 뒤 몇 분 안에 수도권에 떨어진다 는 것이 공개 평가의 공통된 내용입니다. 이 숫자들은 무기의 제원이 지경보 뒤 남는 시간이 아닙니다. 경보가 언제 발령되는지, 요격이 어떻게 이루어지는지에 따라 실제로 쓸 수 있는 시간은 달라지고, 그것은 공개되지 않습니다.

다른 나라는 이렇게 다릅니다. 이스라엘 홈프런트커맨드는 국토를 약 1,700개 경보 구역으로 나누고 구역마다 대피 시간을 미리 정해두는데, 국토 대부분에서 그 시간은 1분 30초 이하입니다. 일본 정부는 탄도미사일이 발사 뒤 10분이 채 안 되어 닿을 수 있다고 안내하면서 구역별 시간을 따로 정하지 않고, 경보를 받으면 곧바로 튼튼한 건물이나 지하로 들어가고 건물이 없으면 엎드려 머리를 가리라는 행동만 정해두었습니다. 한국의 조건은 일본보다 이스라엘에 가깝다고 볼 수 있지만, 공개된 특정 시간에 따른 지침은 일본처럼 없습니다. 그래서 이 책은 방향을 바꿨습니다. 주어지는 시간을 알 수 없으니, 내가 대피에 필요한 시간을 줄이는 쪽으로 준비합니다. 집과 직장, 통근길에서 대피소까지 실제로 걸리는 시간을 가늠해보는 방법은 3-6에 있습니다.