

 한국소비자원 Korea Consumer Agency	<h1>보도자료</h1> <p>“소비자 주권 시대를 열어가는 국민의 기관”</p>	 페이스북 @kcanews  인스타그램 @kca.go.kr	
이 자료는 2월 11일(월) 06시부터 사용하시기 바랍니다.			
배포일	2019년 2월 8일(금) (총 8쪽)	담당부서	위해정보국 위해예방팀
		담당자	최윤선 팀장 (043-880-5421) 조지영 대리 (043-880-5424)

가정 내 운동기구로 인한 어린이 안전사고 다발

- 실내 사이클 · 러닝머신 관련 사고 많아 -

최근 바쁜 일상과 미세먼지 등에 대한 우려 등으로 가정 내 운동기구를 두고 간편하게 운동할 수 있는 홈트레이닝*이 인기를 끌고 있다. 그러나 집 안에 기구를 두고 지도자 없이 스스로 운동법을 습득하는 과정에서 안전사고가 발생할 수 있어 각별한 주의가 요구된다.

* 홈트레이닝은 '집(Home)'과 '운동(Training)'을 합한 용어로 집 안에서 아령, 러닝머신, 실내 사이클 등으로 간단하게 할 수 있는 운동을 의미하며 주로 전문가의 영상이나 사진을 참고해 스스로 운동법을 습득함.

□ 가정 내 운동기구에 의한 만 1~3세 영유아 안전사고 다발

한국소비자원(원장 이희숙)에 따르면 최근 3년간(2016년~2018년) 소비자위해감시 시스템(CISS)*에 접수된 홈트레이닝 관련 위해사례는 총 207건으로, 매년 60건 이상 지속적으로 접수되고 있다.

* 「소비자기본법」에 따라 전국 62개 병원 18개 소방서 등 80개 위해정보제출기관과 1372소비자상담 센터 등을 통해 위해정보를 수집하고 분석·평가하는 시스템(Consumer Injury Surveillance System)
 ※ 연도별 위해사례 접수 현황 : ('16년) 77건 → ('17년) 68건 → ('18년) 62건

연령별로는 '10세 미만'이 124건으로 전체의 61.4%를 차지해 가장 많았고, 이 가운데 특히 위험 환경에 대한 인식이 부족하고 신체 근육 발달이 완전하지 못한 만 1~3세 영유아의 사고 비율(50.0%, 62건)이 높은 것으로 분석됐다.

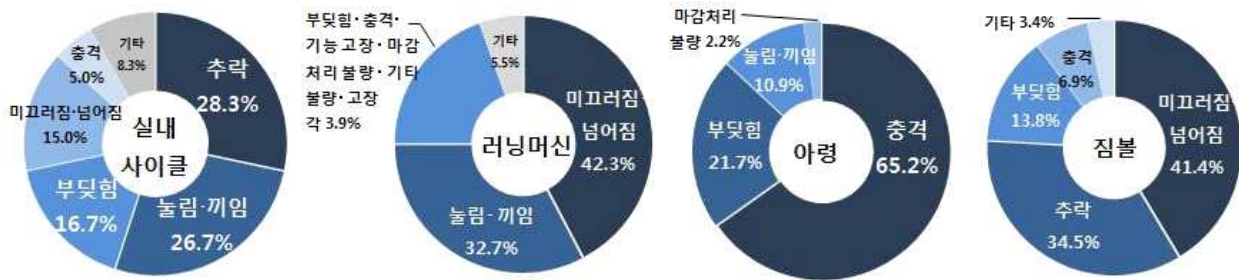
10세 미만 어린이 사고의 주요 증상은 '열상(찢어짐)' 37.9%(47건), '타박상' 25.0%(31건), '골절' 15.3%(19건) 순이었으며, 실내 사이클과 러닝머신 틈에 끼는 사례, 아령에 짓눌리거나 짐볼에서 균형을 잡지 못하고 넘어지는 사례 등이 있었다.

□ 실내사이클 · 러닝머신 · 아령 · 짐볼로 인한 사고가 대부분

품목별 현황으로는 '실내 사이클'로 인한 사고가 29.0%(60건)으로 가장 많았으며 '러닝머신' 25.1%(52건), '아령' 22.2%(46건), '짐볼' 14.0%(29건) 순이었다.

품목별 위해원인을 분석한 결과, '실내 사이클'은 기구에서 추락하는 사례(28.3%)가 많았고, '러닝머신'과 '짐볼'은 넘어짐(각 42.3%, 41.4%), '아령'은 충격(65.2%)에 의한 안전사고가 많이 발생했다.

[상위 품목별 위해원인 현황]



□ 가정 내 운동기구 보관에 각별한 주의 필요

홈트레이닝에는 빠르게 작동하거나 무거운 운동기구가 주로 사용되므로 알맞은 사용법과 보관법을 숙지해야 한다. 특히, 어린이가 운동기구 주변에 머물거나 기구를 가지고 놀면서 안전사고가 발생할 수 있으므로 보호자의 각별한 주의가 요구된다.

이에 한국소비자원은 가정 내 운동기구 이용 시 소비자 주의사항으로 ▲운동기구 구입 즉시 부품에 헐겁거나 날카로운 부분이 없는지 확인할 것, ▲어린이가 접근하지 않는 장소에서 기구를 이용·보관할 것, ▲운동 시에는 주변을 깨끗하게 정리하고 본인에게 맞는 운동을 할 것, ▲운동 전후에는 기구의 전원상태를 확인할 것을 당부했다.

또한, 기구의 하자가 발견되면 즉시 제조·판매업체에 연락하고 소비자 피해를 입거나 예상되는 경우 한국소비자원 소비자위해감시시스템(www.ciss.go.kr)에 신고할 것을 요청했다.

아울러 한국소비자원은 유통업체(대형마트·TV홈쇼핑·통신판매중개업자) 정례 협의체와 협력하여 홈트레이닝 기구 판매 시 위해사례, 주의사항 및 보관법을 게시하도록 하는 등 사고 예방캠페인을 실시할 계획이다.



넓게 듣겠습니다
바르게 알리겠습니다

위 자료를 인용하여 보도할 경우에는
출처를 표기하여 주시기 바랍니다.
www.kca.go.kr



공공누리 공공저작물 자유이용허락

< 붙임 >

1 홈트레이닝 관련 위해사례 분석

- **(현황)** 최근 3년간(2016년~2018년) CISS에 접수된 홈트레이닝 관련 위해 정보는 총 207건으로 매년 60건 이상 지속적으로 접수되고 있음.

[연도별 현황]

(단위 : 건, %)

구분	2016년	2017년	2018년	합계
건수	77	68	62	207
증감률	-	△11.7	△8.8	-

- **(연령별)** 연령 확인이 가능한 202건 중 '10세 미만'이 124건으로 전체의 61.4%를 차지해 가장 많았음.

[연령별 현황]

(단위 : 건, %)

구분	2016년	2017년	2018년	합계(비율)
10세 미만	40	46	38	124 (61.4)
10대	11	3	5	19 (9.4)
20대	3	3	3	9 (4.5)
30대	4	3	4	11 (5.4)
40대	3	1	2	6 (3.0)
50대	4	3	5	12 (5.9)
60세 이상	8	9	4	21 (10.4)
합계	73	68	61	202 (100.0)

* 미상 5건 제외

- 10세 미만 연령을 세부적으로 살펴보면, 걸음마기(만 1~3세) 영유아가 62건으로 전체의 50.0%를 차지한 바, 위험 환경에 대한 인식이 부족하고 신체 근육발달이 완전하지 못해 사고 비율이 높은 것으로 분석됨.

[10세 미만 연령 현황]

(단위 : 건, %)

구분	영아기 (~12개월)	걸음마기 (만1~3세)	유아기 (만4~6세)	취학기 (~만9세)	합계
건수	12	62	30	20	124
비율	(9.7)	(50.0)	(24.3)	(16.0)	(100.0)

- **(발생시기별)** 발생 시기를 확인할 수 있는 193건을 분석한 결과, '겨울(12월~2월)'이 57건(29.5%)으로 다소 많았고, '가을(9월~11월)'이 30건(15.7%)으로 가장 적었음.

[발생시기별 현황]

(단위 : 건, %)

구분		2016년	2017년	2018년	합계(비율)
봄 (53건/27.4%)	3월	3	7	7	17 (8.8)
	4월	7	4	8	19 (9.8)
	5월	5	7	5	17 (8.8)
여름 (53건/27.4%)	6월	6	6	6	18 (9.3)
	7월	9	5	3	17 (8.8)
	8월	6	6	6	18 (9.3)
가을 (30건/15.7%)	9월	9	4	2	15 (7.8)
	10월	3	4	4	11 (5.7)
	11월	1	-	3	4 (2.2)
겨울 (57건/29.5%)	12월	7	8	2	17 (8.8)
	1월	9	6	4	19 (9.8)
	2월	6	10	5	21 (10.9)
합계		71	67	55	193 (100.0)

* 시기 불분명한 14건 제외

- **(품목별)** '실내 사이클'로 인한 사고가 60건(29.0%)으로 가장 많았으며 '러닝머신'이 52건(25.1%), '아령' 46건(22.2%), '짐볼' 29건(14.0%) 순으로 나타남.

[위해품목별 현황]

(단위 : 건, %)

구분	2016년	2017년	2018년	합계(비율)
실내 사이클	19	26	15	60 (29.0)
러닝머신	24	13	15	52 (25.1)
아령	16	15	15	46 (22.2)
짐볼	9	10	10	29 (14.0)
기타 헬스 장비*	9	4	7	20 (9.7)
합계	77	68	62	207 (100.0)

* 줄넘기 줄, 스텝퍼, 역기, 트램폴린, 저항밴드 등

- 10세 미만 어린이가 많이 다치는 품목으로는 '실내 사이클'이 39건(31.5%)으로 가장 많았고, '아령' 29건(23.4%), '짐볼'과 '러닝머신'이 각각 24건(19.3%)으로 나타남.

[10세 미만 품목별 현황]

(단위 : 건, %)

구분	실내 사이클	아령	짐볼	러닝머신	기타*	합계
건수	39	29	24	24	8	124
비율	(31.5)	(23.4)	(19.3)	(19.3)	(6.5)	(100.0)

* 줄넘기 줄, 스텝퍼

- **(품목별 위해원인)** 품목별 위해원인을 분석한 결과, '실내 사이클'은 '추락' (17건, 28.3%)이 가장 많았고 '러닝머신'은 '미끄러짐·넘어짐'(22건, 42.3%), '아령'은 '충격'(30건, 65.2%), '짐볼'의 경우 '미끄러짐·넘어짐' (12건, 41.4%)이 가장 많았음.

[상위 품목별 위해원인 현황]

(단위 : 건, %)

순위	실내 사이클	러닝머신	아령	짐볼
1	추락 (17건, 28.3%)	미끄러짐·넘어짐 (22건, 42.3%)	충격* (30건, 65.2%)	미끄러짐·넘어짐 (12건, 41.4%)
2	놀림·끼임 (16건, 26.7%)	놀림·끼임 (17건, 32.7%)	부딪힘 (10건, 21.7%)	추락 (10건, 34.5%)
3	부딪힘 (10건, 16.7%)	부딪힘·충격·기능고장·마감처리 불량 기타 불량고장 (각 2건, 3.9%)	놀림·끼임 (5건, 10.9%)	부딪힘 (4건, 13.8%)
4	미끄러짐·넘어짐 (9건, 15.0%)		마감처리 불량** (1건, 2.2%)	충격 (2건, 6.9%)
5	충격 (3건, 5.0%)		-	기타 (1건, 3.4%)

* 아령을 떨어뜨려 다친 사례들이 포함됨.

** 아령의 날카로운 부분에 다친 사례가 포함됨.

- **(위해부위별)** '머리 및 얼굴'이 71건(34.3%)으로 가장 많았고, '팔 및 손' 부위는 64건(30.9%), '둔부, 다리 및 발' 50건(24.2%) 순으로 나타남.

[위해부위별 현황]

(단위 : 건, %)

구분	2016년	2017년	2018년	합계(비율)
머리 및 얼굴	23	25	23	71 (34.3)
팔 및 손	27	23	14	64 (30.9)
둔부, 다리 및 발	18	15	17	50 (24.2)
목 및 어깨	1	3	2	6 (2.9)
기타*	8	2	6	16 (7.7)
합계	77	68	62	207 (100.0)

* 몸통, 신체내부 등

- (위해증상별) ‘열상(찢어짐)’이 66건(31.9%)로 가장 많았고, ‘타박상’이 46건(22.2%), ‘골절’ 34건(16.4%) 순으로 나타남.

[위해증상별 현황]

(단위 : 건, %)

구분	2016년	2017년	2018년	합계(비율)
열상(찢어짐)	21	22	23	66 (31.9)
타박상	10	20	16	46 (22.2)
골절	16	11	7	34 (16.4)
찰과상	8	4	1	13 (6.3)
기타*	22	11	15	48 (23.2)
합계	77	68	62	207 (100.0)

* 뇌진탕, 박리, 염좌, 출혈 및 혈종, 구토, 화상 등

- 10세 미만 연령의 경우에도 ‘열상(찢어짐)’ 47건(37.9%), ‘타박상’ 31건(25.0%), ‘골절’ 19건(15.3%)으로 전 연령 증상별 현황과 비슷하게 나타남.

[10세 미만 증상별 현황]

(단위 : 건, %)

구분	2016년	2017년	2018년	합계(비율)
열상(찢어짐)	11	19	17	47 (37.9)
타박상	5	13	13	31 (25.0)
골절	11	4	4	19 (15.3)
찰과상	7	4	1	12 (9.7)
기타*	6	6	3	15 (12.1)
합계	40	46	38	124 (100.0)

□ 주요 사례

- 위해품목별

실내 사이클	2016년 8월 A군(남, 만9세)은 헬스용 사이클에 올라가다 넘어져 팔꿈치 골절로 치료받음.
러닝머신	2017년 1월 B양(여, 만7세)은 러닝머신에서 넘어져 인종의 열상과 입술의 출혈, 타박상, 눈 주변의 피부 손상을 입고 치료받음.
아령	2017년 2월 C군(남, 10대)은 아령을 떨어뜨려 발가락 골절상을 입고 치료받음.
짐볼	2018년 5월 D씨(여, 50대)는 짐볼에서 균형을 잡지 못하고 떨어져 머리의 두통과 메스꺼움으로 치료받음.

○ 기타 사례

사례 1	2016년 1월 E씨(남, 60대)는 벤치프레스에 목이 눌러 의식 불명으로 치료받음.
사례 2	2016년 9월 F씨(남, 20대)는 높은 곳에 있던 아령이 머리로 떨어져 뇌진탕으로 치료받음.
사례 3	2018년 4월 G양(여, 만1세)은 줄넘기 손잡이 부분의 마개를 삼켜 치료받음.

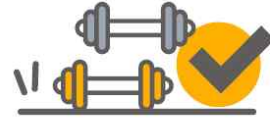
01



**운동기구 구입 즉시
부품이 헐겁거나 날카로운 부분이
없는지 확인 합니다!**

운동 중 기구 파손 등으로 다치거나 어린이가 기구 주변에서 놀다
기구의 날카로운 부분에 긁히는 사고가 발생할 수 있습니다.

02



**운동기구는 평평한 바닥에 설치하고
작은 운동기구는 어린이가 접근하지
않는 별도 장소에 보관합니다.**

아령, 바벨 등 기구로 인한 어린이 골절사고가 발생할 수 있으며 높은 곳에
있던 기구가 굴러 떨어져 머리를 다칠 수 있으므로 별도 보관합니다.

03



**운동 시에는 주변을 깨끗
하게 정리하고 본인에게
맞는 운동을 합니다.**

운동기구에서 넘어져 주변 가구에 부딪
히는 사고가 발생할 수 있습니다.

**가 정 내
운 동 기 구
사 용 시
주 의 사 항**



04



**기구의 하자가 발견되면
즉시 제조·판매업체에게
연락합니다.**

제품의 하자가 발견되는 즉시
제조·판매업체에 연락하여 조치를 받고
소비자 위해가 예상되는 경우
한국소비자원에 신고합니다.

www.ciiss.go.kr / 080-900-3500

05



**운동 중에는 어린이가 접근하지
못하도록 합니다.**

어린이가 작동 중인 러닝머신 또는 실내 사이클에 접근하여
벨트에 손가락이 끼는 사고가 다발합니다.

06



**운동 전후에는 기구의 전원 상태를
확인합니다.**

운동 후에는 기구 전원을 반드시 차단하여 작동 중인 기구로 인해
사고가 발생 하지 않도록 주의합니다.