

재난에 대비하고 계십니까?

계획:

비상 사태 대비 워크북



내 정보:

이름 _____

주소 _____

주소 _____

낮 시간대 연락처 _____ 저녁 시간대 연락처 _____

휴대전화 _____

이메일 _____



소개

화재, 홍수, 테러와 같은 비상 사태가 발생하면 수많은 사람들이 큰 난관에 부딪히게 됩니다. 따라서 재난 발생 시 자기 자신과 가족을 보호하기 위해 미리 계획을 세우고 지속적으로 관련 정보를 확인해야 합니다. 몽고메리 카운티(MD) 비상 사태 대비 워크북은 개개인이 비상 사태에 필요한 계획을 세우고 대비할 수 있도록 제작되었습니다. 계획은 혼자서 세우지 않아야 합니다. 계획을 논의하고 비상용품 키트를 마련하는 데 가족, 친구 및 지원 연락망의 기타 구성원들이 도움을 주시기 바랍니다. 모든 사람이 볼 수 있는 공개된 장소에 계획을 게시하고 사본을 보관해 놓으십시오. 또한 계획에 참여한 모든 사람이 해당 사본을 가지고 있어야 합니다.

6단계 대비 과정



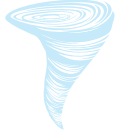
이 문서는 미국 국토안보부(DHS) 산하 연방재난관리청(FEMA) 내 재난 지원 프로그램 이사회의 승인하에 작성되었습니다. 이 문서의 견해 또는 의견은 작성자 개인의 소견이며, FEMA 내 재난 지원 프로그램 이사회 또는 미국 국토안보부의 공식 입장이나 정책을 나타내지는 않습니다.

1

지속적으로 정보 확인



커뮤니티의 위험 요인: 어떤 위험 요인이 귀하의 커뮤니티에 위협이 될 수 있는지 파악하고 이러한 위험 요인으로 인해 발생할 수 있는 위험에 대해 알고 있어야 합니다. 어떤 위험 요인이 몽고메리 카운티에 영향을 줄 수 있는지 알아보십시오.



비상 사태가 발생하면 이를 알리고 이때 해야 할 일에 대한 지침을 전달하는 다양한 경고 시스템이 있습니다.



**Alert.MontgomeryCountyMD.gov에
등록하고 알림을 받으세요.**



Twitter 페이지
@MontgomeryCoMD
@ReadyMontgomery



소셜 미디어:
메릴랜드 주 몽고메리
카운티, 재난관리 및
국토안보부



TV

WRC/Channel 4
WTTG/Channel 5
WJLA/Channel 7
NewsChannel 8
WUSA/Channel 9
County Cable Montgomery
Rockville 11
Takoma Park City TV
MCPS-TV



라디오

WTOP-FM 103.5
WNEW-FM 99.1
WAMU-FM 88.5
WMAL-AM 630 / FM 105.9



스페인어 라디오 방송국

WACA-AM 1540
WLXE-AM 1600

311

311은 비상급 상황 시 정부의
정보 및 서비스를 받을 수 있는 몽고메리
카운티의 담당 전화번호입니다.



통신 중계 서비스 240-777-0311
(Relay Calls)

문자 입출력 301-251-4850
서비스(TTY)



311에 요청하여 카운티의 대응 및 대피
계획에 대해 알아보십시오.

비상 사태 시 311에 전화하거나 웹 페이지
www.montgomerycountymd.gov를
참조하여 지정 대피소를 확인하십시오.

중요 전화번호 및 유관기관 정보

경찰 - 911(응급) 및 301-279-8000(비응급) 모두 TTY/TDD 서비스를 제공합니다.

화재 - 911(응급)

구급차 - 911(응급)

범죄 제보 - 800-492-TIPS(8477). TTY 사용자는 메릴랜드 통신 중계 서비스를 이용해야 합니다.

메릴랜드 통신 중계 서비스 - 711

독극물통제센터 - 800-222-1222

몽고메리 카운티 정부 정보 및
서비스(비응급)

311

문자 입출력 서비스(TTY) - 301-251-4850

공공기업

PEPCO

202-833-7500

202-872-2369(청각 장애인을 위한 TTY-TDD -
스페인어 지원: 202-872-4641)

WSSC

301-206-4002

301-206-8345(청각 장애인을
위한 TTY-TDD)

BG&E

800-685-0123

800-735-2258 (청각 장애인을 위한 TTY-TDD)

Washington Gas

703-750-1400

800-735-2258(청각 장애인을
위한 TTY-TDD)

First Energy

888-544-4877(TDD 서비스도 제공)

유관기관 웹 사이트

몽고메리 카운티:

재난관리 및 국토안보부: www.montgomerycountymd.gov/oemhs

경찰국: www.mymcpnews.com

소방국: www.montgomerycountymd.gov/FireRescue

카운티 보건복지부: www.montgomerycountymd.gov/hhs

노인 및 장애인을 위한 교통수단 정보

- www.montgomerycountymd.gov/senior/Resources/Files/transportation_flyers_SeniorTransportationFlyer_english.pdf

- www.montgomerycountymd.gov/HHS-Program/Resources/Files/A%26D%20Docs/TransportationOptionsforSeniorsandPWD.pdf

메릴랜드 통신 중계 서비스 711: 메릴랜드 통신 중계 서비스(<http://doit.maryland.gov/mdrelay>)는 일반 전화기를 사용하는 데 어려움이 있는 메릴랜드 지역 주민에게 도움을 드리고 있습니다. 통화 선택 사항, 무료 통신 장비, 교육 등 다양한 솔루션을 제공합니다.

기타 유관기관:

연방재난관리청(FEMA): www.fema.gov

질병통제예방센터: www.cdc.gov

재난지원국: www.disasterassistance.gov

미국 적십자: www.redcross.org

미국 국토안보부(DHS): www.ready.gov

미국 동물보호협회(Humane Society of the United States)(반려동물을 위한 대비): www.hsus.org/disaster

2 지원 연락망 파악

비상 사태를 혼자 극복하는 것은 어려운 일입니다. 가족 구성원, 친구, 이웃, 간병인, 직장 동료 또는 커뮤니티/신뢰를 기반으로 하는 그룹 구성원 중 두 명 이상에게 귀하의 비상 지원 연락망이 되어 줄 것을 요청하십시오. 귀하의 비상 지원 연락망 구성원들에게 다음 사항을 요청하십시오.

비상시
연락 유지



열쇠
여유분
보관



비상용품
키트의
위치
파악



특수 의료
장비 또는
이동 장비
작동 방법
이해(가지고 있는
경우)



필요한
경우
비상시 귀하가
대피하거나
대피소에 머물 수
있도록 도움



지원 연락망

이름 _____ 관계 _____

전화 1 _____ 전화 2 _____

주소 _____

이메일 _____

이름 _____ 관계 _____

전화 1 _____ 전화 2 _____

주소 _____

이메일 _____

만나는 장소

비상 사태가 종료된 후에 가족, 친구 또는 간병인을 만날 장소를 알고 있어야 합니다. 만날 장소를 두 군데 정하십시오. 한 곳은 집과 가까운 장소로, 다른 한 곳은 도서관, 커뮤니티 센터, 종교 시설 등 집에서 떨어진 장소로 정하십시오.

집과
가까운 장소: _____

집에서
떨어진 장소: _____

주소: _____

주소: _____

3 계획 세우기

귀하와 귀하의 지원 연락망이 쉽게 갈 수 있는 장소에 있도록 계획을 세웁니다. 다음의 중요한 건강 및 구명 정보를 계획에 포함하십시오.

알리지 _____

특이 건강 상태 _____

의약품 및 일일 복용량 _____

안경 처방전 _____ 혈액형: _____

의사/전문의

주치의
의사 이름 _____ 주치의 의사
전화번호 _____

전문의 이름 _____ 전문의
전화번호 _____

병원 및 약국 +

선호 병원 _____ 병원 전화번호 _____

약국 _____ 약국 전화번호 _____

보험

보험 회사 _____ 개인 번호 _____

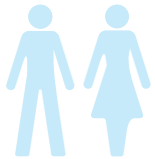
보험 회사 전화번호 _____ 그룹 번호 _____

그 외 중요 건강 정보를 아래에 기입하십시오.

대피: 생명이 위험에 처하거나 가스 냄새가 나거나 연기 또는 화재가 보이는 경우 즉시 대피하십시오. 집에 갇혀 있는 경우 대피를 위해 긴급 지원이 필요한 경우 911로 전화하십시오. 911의 지원이 필요한 비상 사태는 아니지만 아래의 교통수단 옵션 외에 다른 대피 지원이 필요한 경우에 대비하여 미리 **대체 교통 수단**을 신청하십시오.

교통수단: 비상 사태 시 대피해야 하는 경우가 있습니다. 비상 사태 중에는 대중교통과 개인 교통수단 모두 통제를 받을 수 있습니다. 상황에 따라 도로 및 보도가 폐쇄될 수 있으며, 교통체계에 사람이 밀집하여 접근이 어렵거나 교통체계가 아예 운영되지 않을 수도 있습니다. 따라서 평소 이용하는 교통수단이 통제되는 경우에 대비하여 비상 사태가 발생하기 전에 대응 조치를 마련해 두어야 합니다. 이 **종합 가이드**에는 장애인 및 노인을 위한 교통 정보가 포함되어 있습니다. 비상 사태에 대비하여 가장 이용하기 편리한 대체 교통수단 목록을 작성하십시오.

교통수단 정보:



1) 가족/친구 _____

전화번호 _____



2) 이용 가능한 차량 서비스 _____

전화번호 _____



3) 택시 서비스 _____

전화번호 _____

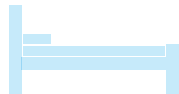
대피를 해야 하는데 마땅히 머물 곳이 없는 사람들을 위해 카운티 비상 대피소가 설치될 수 있습니다. 대피소는 일반적으로 다음을 지원합니다.



기본 식사와 물



응급 처치 및
비응급 보건
서비스



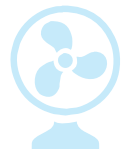
잠을 자거나
앉을 수 있는
간이 침대



대피소 내
보안



개인 위생을 위한
수돗물



난방 또는 냉방
센터

접근성 및 기능적 요구 사항이 있는 개인이 일반인 대피소에서도 독립성을 유지할 수 있도록 기능적 지원 서비스가 제공됩니다. 여기에는 내구성이 강한 의료 장비, 소모 의약품, 장애인 지원 서비스, 장애인 도우미 동물 지원이 포함됩니다.

4 비상용품 키트 만들기

집에서 탈출하여 대피소로 가야 하는 경우에 대비하여 **비상용품 키트**를 마련하십시오. 비상용품 키트는 바퀴가 달린 작은 여행 가방이나 배낭처럼 튼튼하고 운반하기 쉬워야 합니다. 신속히 대피할 수 있도록 이 키트를 비상구 문 가까이에 두십시오. 아래 물품 중 일부는 대피소 비상용품 키트에도 포함되어 있습니다(9페이지).

- ☐ 날씨에 적합한 의류 및 신발
- ☐ 작은 단위의 현금
- ☐ 위생용품(칫솔, 치약, 데오도란트 등)
- ☐ 안경 처방전
- ☐ 통신 기기/장비
- ☐ 가장 좋아하는 개인 물품 및/또는 안정감을 주는 물건
- ☐ 휴대전화 충전기
- ☐ 가족 및 지원 연락망 구성원의 연락처
- ☐ 의약품(복용하는 약물 목록, 복용 이유, 복용량 기입)
- ☐ 반려동물 또는 장애인 도우미 동물 용품 (아래 참조)
- ☐ 방수 용기에 보관하는 중요 문서(보험 증서, 의료보험증, 여권이나 운전면허증과 같이 사진이 부착된 신분증, 주소 증명, 혼인 및 출생 증명서, 신용카드/현금카드 사본)



직장과 차량에 추가로 키트를 두는 것도 좋습니다. 시간을 자주 보내는 장소를 특히 고려하십시오.

반려동물 또는 장애인 도우미 동물의 주인이 챙겨야 할 물품

- ☐ 식품, 의약품, 좋아하는 장난감
- ☐ 이름표
- ☐ 비닐봉지, 일회용 장갑, 동물을 보살피는 데 필요한 기타 물품
- ☐ 리드줄, 목줄, 가슴줄, 입마개
- ☐ 주인의 연락처 정보 라벨을 붙인 케이지/캐리어
- ☐ 홀림 방지 식기/물통
- ☐ 동물 병원 진료 기록 및 소유 증명
- ☐ 기타 _____



아래에 귀하의 비상용품 키트에 넣을 물품을 추가하십시오.

5 대피소에 가져갈 물품 준비

집에서 대피소에 가져갈 72시간(또는 3일)용 물품을 준비합니다. 여기에는 귀하의 비상용품 키트와 다음 물품이 포함되어야 합니다.

- | | |
|---|--|
| ☐ 물(1인당 하루 1갤런) | ☐ 바람이 빠진 휠체어 또는 스쿠터
타이어를 수리하기 위한 에어로졸
타이어 수리 키트 및/또는 타이어
팽창기 |
| ☐ 쉽게 부패하지 않는 식품 및 수동
캔 오프너 | ☐ 메모지와 펜 |
| ☐ 손전등과 배터리 | ☐ 라디오와 배터리 |
| ☐ 보조 의료 장비(예: 산소 치료 장비,
의약품, 스쿠터 배터리, 보청기, 이동
보조 장치, 안경, 마스크, 장갑, 예비
지팡이 또는 보행 보조기) | ☐ 구급 상자 |
| | ☐ 두꺼운 장갑 한 쌍 |
| | ☐ 호루라기 또는 종 |



대피소에 가져갈 물품을 아래에 추가하십시오.



6개월마다 비상용품 키트와 대피소용 비상 키트의 상태를
확인하고 정기적으로 식품, 물, 배터리, 의약품을 교체하십시오.

마지막으로 내 비상용품 키트를 보완한 날짜:

(년/월/일)

(년/월/일)

(년/월/일)

(년/월/일)

(년/월/일)

마지막으로 내 대피소용 비상 키트를 보완한 날짜:

(년/월/일)

(년/월/일)

(년/월/일)

(년/월/일)

(년/월/일)

6 비상 사태에 대비

- 전기 의료 장비가 반드시 필요한 경우 해당 의료용품 회사에 문의하여 보조 전원 에 대한 정보를 얻으시기 바랍니다. 필수 의료 장비에 보조 전원 장치를 연결하고 전원 공급을 시작하는 방법에 대해 알아보십시오.
- 본인이 생명유지 장치를 사용할 요건을 갖추었는지 공공기업에 문의해 보고, 알림 프로그램에 등록할 수 있는지 알아보십시오.
- 산소 치료 장비가 반드시 필요한 경우 해당 장비 공급업체에 문의하여 비상시 대체 방법에 대해 알아보십시오.
- 투석이나 화학요법과 같은 치료를 받고 있는 경우 해당 의료기관의 비상시 계획에 대해 알아 두십시오.
- 비상 사태 중에 가정 내 간호 지원을 받을 수 없는 경우 개인 간호 지원 일정을 잡으십시오.
- 새로운 장소(예: 쇼핑몰, 음식점, 극장)에 갈 때마다 출입구의 위치를 알아 두는 습관을 들이고 이용 가능한 대체 출입구가 있는지 파악하십시오.

통신/의료 기기/장비

장치 유형 _____

스타일 _____ 일련번호 _____

수리 문의 _____

처방 의사 _____

지침 _____

장치 유형 _____

스타일 _____ 일련번호 _____

수리 문의 _____

처방 의사 _____

지침 _____

구명 파일



“구명 파일” 자석을
구비하십시오.
오른쪽과 다음
페이지에 기입한
정보를 통해 응급
의료진은 시간을
절약하고 중요한
정보를 신속하게
확인할 수 있습니다.

오른쪽 섹션을 잘라 냉장고에 자석으로
붙여 놓으면 해당 정보를 살펴보도록
교육을 받은 의료진이 이를 확인할 수
있습니다. 카운티 내 노인 및 장애인 지원
유관기관에 문의하여 무료로 구명 파일
자석을 얻거나, 311로 전화하여 자세한
내용을 알아보십시오.

잠재적 피해 줄이기

다음은 통해 집에서 발생하는 재난 피해를
예방하거나 줄일 수 있습니다.

- 키가 큰 책장은 벽기둥 쪽에 세워
안전하게 배치합니다.
- 깨지기 쉬운 물건은 치우거나 스탠드
또는 선반에 안전하게 보관합니다.
- 떨어지면 깨지거나 사람이 다칠 수 있는
큰 물건은 낮은 선반으로 옮깁니다.
- 창문이 깨지고 파편이 날아오더라도
상해를 입지 않도록 모든 거주자와
중요한 장비를 보호합니다.
- 재산에 대한 보험 적용 범위가 충분한지
확인합니다. 특히, 귀하가 거주하는
지역에서 자주 발생하는 재난 유형이
무엇인지 생각해 보십시오.
- 기본 차단 위치에서 수도, 가스, 전기를
차단하는 방법과 시기를 알아 둡니다.
- 모든 가족 구성원에게 소화기 사용
방법과 보관 위치를 보여 줍니다.



PERSONAL PLANNING FOR EMERGENCIES



Aging and Disability Services

240-777-3000

ADS@MontgomeryCountyMD.gov

Fire & Rescue Safety Education

240-777-2430

Use pencil to fill out one card for each person.

Fold card; insert in red magnetic pouch.

Place on refrigerator door. Update as changes occur.

Call with questions or for a new clean card.

Name: _____

Address: _____

Doctor: _____

Phone: _____

Language Spoken: _____

Blood Type: _____ Sex: ☐ M ☐ F

Date of Birth: _____ Religion: _____

Check All Medical Conditions That Exist

- | | |
|--|---|
| ☐ No known medical conditions | ☐ Eye Surgery |
| ☐ Abnormal EKG | ☐ Glaucoma |
| ☐ Adrenal Insufficiency | ☐ Hard of Hearing |
| ☐ AIDS | ☐ Heart Valve Prosthesis |
| ☐ Alcohol Addiction | ☐ Hemodialysis |
| ☐ Alzheimer's | ☐ Hypertension |
| ☐ Angina | ☐ Internal Defibrillator |
| ☐ Anxiety | ☐ Irregular Heart Rhythm |
| ☐ Asthma | ☐ Kidney Failure |
| ☐ Behavior | ☐ Laryngectomy |
| ☐ Bleeding Disorder | ☐ Leukemia |
| ☐ Blind | ☐ Lung Disease/Emphysema |
| ☐ Cancer | ☐ Lymphomas |
| ☐ Cardiac Dysrhythmia | ☐ Malignant Hypothermia |
| ☐ Cataracts | ☐ Memory Impaired |
| ☐ Congestive Heart Failure | ☐ Mental Illness |
| ☐ Clotting Disorder | ☐ Mental Retardation |
| ☐ COPD | ☐ Myasthenia Gravis |
| ☐ Coronary Bypass Graft | ☐ Pacemaker |
| ☐ Deaf | ☐ Previous Heart Attack |
| ☐ Dementia | Date: _____ |
| ☐ Depression | ☐ Seizure Disorder |
| ☐ Diabetes/Insulin Dependent | ☐ Sickle Cell Anemia |
| ☐ Diabetes/Non-Insulin | ☐ Stroke |
| ☐ Drug Addiction | ☐ Tobacco Use |
| ☐ Epilepsy/Seizures | ☐ Vision Impaired |
| ☐ Other: _____ | |

ALLERGIES

- | | | |
|---|--|---------------------------------------|
| ☐ No Known Allergies | ☐ Environmental | ☐ Penicillin |
| ☐ Aspirin | ☐ Horse Serum | ☐ Sulfa |
| ☐ Barbiturates | ☐ Insect Stings | ☐ Tetracycline |
| ☐ Codeine | ☐ Latex | ☐ X-Ray Dyes |
| ☐ Demerol | ☐ Lidocaine | ☐ Morphine |
| ☐ Novocaine | | |
| ☐ Other: _____ | | |



MEDICATIONS			
Medical Problem	Medication	Dosage	Frequency

Date of last flu shot: _____

Date of last pneumonia shot: _____

EMERGENCY CONTACTS

NAME: _____

Address: _____

Relationship: _____ Phone: _____

NAME: _____

Address: _____

Relationship: _____ Phone: _____

HEALTH INSURANCE INFORMATION

Health Insurance Co. Name: _____

Policy Number: _____

Other Insurance Co. Name: _____

Policy Number: _____

Medicare Number: _____

Medicaid Number: _____

HEALTHCARE DECISIONS

Do Not Resuscitate Order on file? ☐ YES ☐ NO

IF YES, Location: _____

Advance Directive on file? ☐ YES ☐ NO

IF YES, Location: _____

To access File of Life, go to
www.MontgomeryCountyMD.gov
 and search for "File of Life."

계획에 대비하여 연락 연습하기

이제 비상시에 친구나 구급 대원에게 어떻게 이야기할 것인지 계획을 세워야 합니다. 비상 사태 중에는 일반적인 통신 방식이 환경, 소음 또는 혼잡으로 인해 변화하는 영향을 받을 수 있습니다. 인터넷이나 휴대전화 서비스가 차단될 수도 있습니다. 비상 사태 중에 어떻게 연락을 취하고 무엇이 필요한지 알아 두십시오.

통신 접근성 및 기능적 요구 사항이 있는 경우 최적의 지원 방식을 다른 사람들에게 설명할 수 있도록 대비해야 합니다. 한 가지 방법은 귀하에게 필요한 지원을 짧고 명확한 문구로 적어둔 지갑 크기의 “비상 카드”를 준비하는 것입니다. 사진이 부착된 신분증도 함께 넣어두어야 합니다. 미리 적어 놓은 카드나 텍스트 메시지는 곤란하고 불편한 상황에서 정보를 공유하는 데 유용할 수 있습니다. 문구/정보에는 다음과 같은 내용이 포함될 수 있습니다.

- “말씀하시는 내용을 이해하는 데 어려움이 있습니다.”
- “천천히 말씀해 주시고 간단한 용어를 사용해 주세요.”
- “저는 대화를 할 때 기기를 사용합니다.”
- “저는 청각 장애인이고 미국 수화를 사용합니다.”
- “지침을 적어 주세요.”
- “저는 [언어 삽입]를 사용합니다.”
- “저는 현재 [질병 삽입]을(를) 치료하기 위해 [의약품 및 복용량 삽입]을(를) 복용하고 있습니다.”
- “저의 혈액형은 [혈액형 삽입]형입니다.”



어린이의 비상 사태 대비

언제 311 및 911을 사용하나요?

911은 비상 사태에만 사용합니다!

- 급박한 위험에 처한 경우, 연기를 보았거나 흡입한 경우 화재를 본 경우 또는 범죄 현장을 목격한 경우
- 심각한 부상을 입은 경우 또는 응급 상황인 경우

정보를 얻기 위해 또는 정전 상태를 알리기 위해 **911**에 전화를 걸지 마세요.

응급 상황이 아닌 경우 **911**에 전화를 거는 행위는 법에 저촉됩니다.

다음과 같은 정보 또는 비응급 상황에 대해 알아보려면 **311**에 문의하세요.

- 대중교통 정보
- 카운티의 공공 수영장 운영 시간
- 동네에서 진행되고 있는 봉사 활동
- 재난 상황 동안 반려동물을 돌보는 방법 배우기
- 가족 구성원을 위한 건강 및 상담 서비스

311 상담원은 평일 오전 7시부터 오후 7시까지 서비스를 지원합니다.



포켓형 재난 계획서

꼭 필요한 경우 쉽게 찾을 수 있도록 이 계획서를 항상 소지하고 있거나 찾기 쉬운 곳에 두세요!

이름:

부모님/보호자 이름:

부모님/보호자 직장 주소:

부모님/보호자 직장 또는 휴대전화 번호:

집 근처의 만나는 장소:

집에서 떨어진 위치의 만나는 장소:

멀리 사는 친구/친척 전화번호:

기타 중요 정보(의약품 목록, 알러지, 의사 전화번호)

선생님, 친척 및/또는 가깝게 지내는 다른 이웃과 가족 재난 대비 계획을 공유해야 하는지 부모님께 물어보세요.

어린이용 활동 또는 컬러링 관련 책을 받으려면

emergency.management@montgomerycountymd.gov를 참조하거나 311로 전화하세요.



반려동물 대비

반려동물을 위한 중요 연락처 정보

비상 사태가 발생하기 전에 연락처 목록 만들어 두십시오. 거주 지역 내외의 여러 유관기관 정보를 고려하시기 바랍니다. 전화기 옆에 이 연락처 목록의 사본을 보관해 두십시오.

지역 내 수의사:

대체 수의사:

비상시 반려동물 연락처:

지역 내 위탁 시설(집에서 30~90마일 거리)

동물 친화적인 호텔(집에서 30~90마일 거리)

지역 내 동물 보호소:

장애인 도우미 동물 및 반려동물



장애인 도우미 동물 이름

반려동물 이름

장애인 도우미 동물 종류

수의사 이름

반려동물 종류

수의사 전화번호

반려동물용 비상용품 키트 만들기

귀하의 비상용품 키트에 반려동물 또는 장애인 도우미 동물용 물품이 포함되어 있는지 확인하십시오. 귀하와 귀하의 반려동물이 집 또는 대피소에서 최소 72시간 동안 머무는 데 도움이 될 수 있는 기본 물품을 준비해 주시기 바랍니다. 여기에는 다음과 같은 물품이 포함됩니다.

- 반려동물용 음식 또는 특수 식이 요구 사항 및 사료 식기
- 용기에 담긴 깨끗한 물
- 의약품 및 반려동물용 구급 상자
- 휴대 가능한 상자 또는 캐리어
- 입마개, 목줄, 리드줄
- 반려동물이 편안히 쉴 수 있도록 캐리어 위에 깔아줄 먼 시트
- 안정감을 주는 장난감 또는 간식
- 반려동물용 화장실, 배변판, 배변처리용 삽 및/또는 기타 필수 위생 용품
- 담요, 캔 오프너, 쓰레기봉투, 신문, 용기
- 귀하와 귀하의 반려동물이 최근에 함께 찍은 컬러 사진(반려동물을 잃어버린 경우에 대비)
- 광견병 백신 접종 상태를 포함하는 반려동물의 의료 기록 사본
- 식별 정보 및 소유 증명(마이크로칩 정보)
- 반려동물의 신체적 특징

반려동물의 ID 업데이트

개와 고양이는 항상 광견병 태그, 반려동물 라이선스 태그, 식별 정보가 기재된 목줄 또는 가슴줄을 착용하고 있어야 합니다. 식별 태그에는 귀하의 이름, 주소, 전화번호, 비상시 연락할 수 있는 전화번호가 포함되어 있어야 합니다. 귀하의 반려동물에게 마이크로칩을 삽입하는 것에 대해 수의사와 상담해 보시기 바랍니다. 제대로 등록된 마이크로칩이 있으면 반려동물을 잃어버렸을 때 빠르고 쉽게 찾을 수 있습니다.



직장 및 공공 장소 대비

언제 어디로 가야합니까? 대부분의 비상 사태는 위험이 해결될 때까지 **대피소**에서 머무르거나 안전한 장소로 **대피**해야 합니다. 두 가지 중 무엇을 선택하든지 즉시 행동을 취할 수 있도록 대비하십시오.

대피소

- 안전한 공간을 대피소로 지정하여 계획을 세우십시오.
- 대피소에서 최대 72시간 동안 머무는 데 도움이 될 수 있도록 준비하시기 바랍니다.
- 문과 창문을 모두 닫거나 안전하게 고정되도록 대비하십시오.
- Alert Montgomery 웹 페이지, 신뢰할 수 있는 소셜 미디어 또는 TV/라디오를 통해 지속적으로 관련 정보를 확인하십시오.
- 직장에서는 환기 시스템과 전기 시스템의 전원을 끄는 방법을 숙지하고 비상 관리자의 지시가 있을 경우 문을 봉쇄하십시오.
- 직장 또는 집 밖에 있을 때에 대비하여 준비해 놓은 비상용품 키트를 사용하십시오.

대피

- 비상 관리자가 지시를 내리면 즉시 대피하고 긴급구조대 및 대원의 지침을 따르십시오.
- 여러 대피 경로와 계획을 염두에 두고 있어야 합니다.
- 지정된 집결 장소가 어디인지 모든 사람들에게 알려주십시오. 한 곳은 귀하의 직장 건물 근처로 정하고 다른 한 곳은 멀리 이동해야 하는 경우에 대비하여 직장 건물과 먼 곳으로 정하십시오. 동시다발적인 재난에 대비하여 두 번째 대책이 필요하지 않도록 직장 근처에 있는 공공 집결 장소를 포함하십시오.
- 직장의 경우 집결 장소에서 모든 직원, 방문객, 계약직 근로자 및/또는 고객의 소재를 확인하십시오. 건물에 남아 있거나 소재가 확인되지 않은 사람이 있는 경우 소방대원 또는 경찰에게 알리십시오.
- 건물이 비어 있는 경우 중요한 비즈니스 시스템 및 업무 운영을 중단하고 문을 잠그도록 지시하십시오.

폭행 현장을 마주친 경우



피하기 (대피)

- 공공 집결 장소를 비롯하여 여러 대피 경로를 생각해 둡니다.
- 소지품은 뒤쪽에 버리고, 대피할 경우 필요할 수 있는 휴대전화와 열쇠/출입 카드만 챙깁니다.
- 안전한 상황인 경우 911에 전화하여 위치, 잠재적 인질 또는 피해자, 폭행범의 인상착의, 무기 종류 및 기타 관련 정보를 알립니다.

거부하기(안전하게 대피할 수 없는 경우)

- 폭행범의 시야에서 벗어난 장소에 은신합니다.
- 숨어 있는 장소의 입구를 막고 문을 잠급니다.
- 휴대전화를 무음으로 설정하고 진동을 끕니다.
- 숨어 있는 장소를 소등합니다.

방어하기 (행동 취하기)

- 방어에 집중합니다.
- 해당 장소에서 임시 무기를 만듭니다.
- 신체적 공격을 가합니다.
- 폭행범이 움직일 수 없도록 공격합니다.

복구

집으로 돌아가는 경우 또는 전력이 복구된 경우:

집으로 돌아가는 경우 또는 전력이 복구된 경우 다음을 따릅니다.

- ☐ 가스 냄새 확인(가스 냄새가 날 경우 집에 들어가지 않음)
- ☐ 오염된 물을 접촉하거나 마시지 않기
- ☐ 구조, 배관 및/또는 전기 시설 손상 여부 확인
- ☐ 곰팡이가 생기지 않았는지 확인하고 오래된 음식 버리기
- ☐ 다른 사람들에게 지원 요청하기(특히 식료품, 의약품, 의료용품을 구하는 데 도움이 필요한 경우)
- ☐ 기타 _____

재난 또는 충격적인 사건에 대처하기

재난 상황을 겪는 동안, 그리고 재난이 지나간 후 평소와 다른 격한 감정을 느끼는 것은 자연스러운 일입니다. 충격적인 사건 전후로 스트레스를 받는 것도 일반적인 일입니다. 그러나 이에 잘 대처하지 못하고 스트레스로 인해 자기 자신과 가족을 돌보지 못하고, 학업 또는 업무에 방해를 받는다면 문제가 됩니다.

바로 기분이 나아지도록 하는 간단한 방법은 없습니다. 활발한 활동이 귀하와 귀하의 가족, 그리고 커뮤니티를 치유하는 데 도움이 될 수 있습니다. 가족, 친구, 커뮤니티에서 해당 사건의 영향을 받은 다른 사람들과 연락하며 지내십시오. 자기 자신과 다른 사람들을 돌보고 언제 어떻게 도움을 요청해야 하는지 알아 두십시오. 재난은 우리 모두에게 각기 다른 방식으로 영향을 준다는 점을 명심해야 합니다. 어떤 사람들은 즉각적으로 스트레스에 반응하지만 어떤 사람들은 나중까지도 스트레스를 겪지 않기도 합니다.

도움이 필요할 때 311로 전화하면 지역 내 몽고메리 카운티 유관기관의 도움을 받으실 수 있습니다. 몽고메리 카운티에는 [24시간 위기 관리 센터](#)가 설치되어 있으며 전화(240-777-4000) 또는 1301 Piccard Drive in Rockville(예약 불필요)로 직접 방문을 통해 위기 관리 서비스를 받을 수 있습니다. [약물남용 및 정신보건국\(SAMHSA\)](#)에서도 재난으로 인한 정신적 고통에 대한 전화 상담 서비스(1-800-985-5990)를 운영하여 자연 재해 또는 인적 재해와 관련된 정신적 고통을 겪고 있는 사람들에게 위기 상담 및 지원을 제공하고 있습니다.

이 문서의 사본을 추가로 받으려면 다음으로 문의해 주십시오.

Montgomery County Office of Emergency Management and Homeland Security
100 Edison Park Drive, Suite 1S31 Gaithersburg, MD 20878
전화 문의: 311

이메일: emergency.management@montgomerycountymd.gov

