



가정 비상 계획

이 문서는 개인 또는 가정 비상 계획을 수립하는 데 도움이 될 것입니다. 비상 상황에 대비하기 위한 네 가지 기본 단계는 다음과 같습니다.

정보 얻기

계획 세우기

비상용품 키트 준비하기

참여하기

이 가이드를 활용하여 비상 상황이 자신에게 어떤 영향을 미칠 수 있는지 미리 생각해보고, 더 잘 대비하세요.

정보 얻기

정보를 얻는다는 것은 자신이 사는 지역에서 발생할 수 있는 일반적인 위협을 이해하는 것을 의미합니다. 다음은 하워드 카운티에 영향을 미칠 수 있는 위험 요소에 대해 알아보고 현재 상황을 파악하는 데 도움이 되는 방법입니다.

- [지역사회 재난 안내서를 검토하십시오](#). 이를 통해 하워드 카운티에 영향을 미칠 수 있는 가장 일반적인 위험 요소를 이해할 수 있습니다.
- 하워드 카운티 정부 및 하워드 카운티 비상관리국(OEM)을 [페이스북](#)과 [X](#)에서 팔로우하십시오.
- 즐겨 사용하는 날씨 앱을 활용하여 해당 지역의 악천후 상황을 파악하세요.
- 위험 발생 전, 발생 중, 발생 후에는 지역 TV 뉴스 방송을 시청하세요.

- 정전 중에도 실시간으로 악천후 경보를 받을 수 있도록 NOAA 기상 라디오를 구입하세요.
 - 악천후 및 기타 비상 상황에 대한 무선 긴급 경보(WEA)를 받으려면 휴대전화를 가까이 두십시오.
-

계획 세우기

비상 지원 네트워크 구축하기

응급 상황을 혼자서 겪고 싶지는 않을 겁니다. 가족, 친구, 이웃, 간병인, 직장 동료 또는 지역 사회 단체 구성원 등 최소 두 명에게 여러분의 네트워크에 참여해 달라고 요청하세요. 비상시에는 서로 도와야 한다는 것을 기억하세요.

비상 지원 네트워크는 다음과 같아야 합니다.

- 비상시 연락을 유지하세요.
- 여분의 열쇠를 준비해 두세요.
- 비상용품을 어디에서 찾을 수 있는지 알아두세요.
- 반려동물을 어디에서 찾을 수 있는지, 그리고 어떻게 돌봐야 하는지 알아두세요.
- 응급 상황 시 의료 장비 작동법이나 이동 방법을 숙지하십시오.

지원 네트워크 연락처

비상시 연락할 수 있도록 해당 주 내에 거주하는 연락처를 지정하세요.

주 내 연락처: _____

재난 발생 시 연락할 수 있도록 다른 주에 사는 친구나 친척을 지정해 두세요. 지역 전화 회선이 통화 중일 경우, 장거리 전화나 문자 메시지를 이용하는 것이 더 편리할 수 있습니다. 다른 주에 있는 연락처를 통해 네트워크에 있는 사람들과 소통할 수 있습니다.

주 외 연락처: _____

계획 수립하기

다음과 같은 중요한 건강 및 생명 구조 정보를 기록하십시오.

알레르기:

특수 의료 조건:

복용 약물 및 일일 복용량:

안경 처방전:

혈액형:

통신 기기 및 기타 장비:

건강 보험 플랜:

보험 증권 번호 #:

보험 그룹 번호 #:

선호하는 병원:

의료 서비스 제공자 1 이름:

의료 서비스 제공자 1

전화번호 #:

의료 서비스 제공자 2 이름:

의료 서비스 제공자 2

전화번호 #:

약국 이름:

약국 전화번호 #:

약국 주소:

약국 팩스 번호 #:

교통수단

지하철이나 버스가 운행하지 않을 경우를 대비하여 다른 교통수단을 미리 준비해 두세요.

친구 이름: _____

친구 전화번호 #: _____

택시 서비스: _____

택시 전화번호 #: _____

계획에 연락 방법 포함하기

비상시 친구나 구조대원과 어떻게 연락할지 미리 계획해 두세요. 응급 상황에서는 환경 변화, 소음 또는 혼란으로 인해 평소의 의사소통 방식에 영향을 받을 수 있습니다.

비상시 연락해야 할 방법과 필요한 정보를 숙지하십시오.

- 청각 장애가 있거나 난청이 있는 경우, 몸짓, 메모, 문자 메시지 또는 기타 방법을 통해 필요한 것을 전달하는 연습을 하십시오.
- 시각 장애가 있거나 시력이 약한 경우, 다른 사람들이 당신을 안내하는 가장 좋은 방법을 설명할 준비를 하십시오.

지금 여러분의 필요를 간결하고 의미 있는 문구로 설명하는 내용을 준비해 두세요.

메시지를 전달할 시간이 많지 않을 수도 있습니다. 미리 작성한 카드나 문자 메시지는 스트레스가 많거나 불편한 상황에서 정보를 공유하는 데 도움이 될 수 있습니다.

다음과 같은 문구가 포함될 수 있습니다:

- *제가 당신이 말씀하시는 내용을 이해하는 데 어려움을 겪을 수도 있습니다. 천천히 말씀해 주시고 쉬운 말을 사용해 주세요.*
- *저는 소통을 위해 기기를 사용합니다.*
- *저는 청각 장애인이며 미국 수화를 사용합니다.*
- *지시사항을 적어주세요.*
- *저는 [언어 이름]을 할 줄 압니다.*

대피 방법을 알아두세요

- 생명이 위험하거나 공공 안전 요원의 지시를 받은 경우 즉시 대피하십시오.
- 가스 냄새가 나거나 연기 또는 불꽃이 보이면 즉시 대피하십시오.
- 고립되어 집에서 대피하는 데 긴급 지원이 필요한 경우 911 에 전화하십시오.
- 낯선 장소(예: 쇼핑몰, 레스토랑, 영화관)에 갈 때는 항상 출구를 확인하세요.
- 비상 상황 중 최신 정보를 확인하려면 지역 라디오 및 TV 방송을 시청하거나 [하워드 카운티 비상관리국의 페이스북 페이지](#)를 방문하십시오.

만남 장소

응급 상황 발생 후 가족, 친구 또는 보호자를 어디에서 만날지 미리 알아두세요. 만날 안전한 장소 두 곳을 정하세요. 하나는 집 바로 앞이고, 다른 하나는 동네 밖의 도서관, 커뮤니티 센터, 종교 시설 등입니다.

집에서 가까운 만남 장소:

주소:

동네 외곽의 만남 장소:

주소:

집에 머물 수 없는 경우를 대비하여 함께 머물 수 있는 친구나 가족을 정하십시오.

함께 지낼 수 있는

사람:

정기적으로 대피 훈련을 실시하고, 막힌 통로나 출구 등 발생할 수 있는 다양한 상황을 고려하십시오. 서비스 동물도 대피 훈련에 포함시켜 출구 경로에 익숙해지도록 하십시오.

대피 및 보호

머물 곳이 없는 사람들을 위해 학교, 카운티 건물 또는 종교 시설에 긴급 대피소가 설치될 수 있습니다. 그들은 기본적인 식량과 물을 제공합니다. 대피소에는 특수 장비(예: 산소, 이동 보조 장치, 배터리)가 없는 경우가 많습니다. 개인 물품을 지참할 준비를 하세요. 모든 보호소에서 안내견은 허용되지만, 반려동물은 일부 보호소에서만 허용됩니다. 대피소는 비상 상황에 따라 변경될 수 있습니다. 가족이나 비상 지원 네트워크에 있는 사람에게 함께 대피소로 가달라고 요청하세요.

비상가방 준비하기

가족 구성원 모두 비상시를 대비해 필요한 물건들을 모아둔 '비상가방'을 준비해 두어야 합니다. 비상가방은 배낭이나 바퀴 달린 작은 여행가방처럼 튼튼하고 휴대하기 쉬워야 합니다. 유통기한은 매년 확인하세요.

비상가방을 쌀 때 다음 목록을 참고하세요.

- ☐ 생수
- ☐ 상온 보관이 가능한 식품, 예를 들어 그래놀라바
- ☐ 방수 용기에 넣은 중요 서류 사본(예: 보험 카드, 사진이 부착된 신분증, 거주지 증명서, 은행 계좌 명세서 등).
- ☐ 여분의 배터리가 포함된 손전등
- ☐ 완충된 휴대용 충전기와 추가 전원 코드
- ☐ 배터리 또는 손으로 돌려서 작동하는 AM/FM 라디오
- ☐ 구급상자
- ☐ 비상용 담요
- ☐ 해당 지역 지도
- ☐ 가벼운 방수복
- ☐ 갈아입을 옷과 편안한 신발
- ☐ 현금(200 달러, 소액권 포함)
- ☐ 메모장과 펜

- ☐ 복용 중인 약물 목록, 복용 이유 및 복용량
- ☐ 며칠 분량의 처방약과 일반 의약품
- ☐ 가족 구성원 및 지원 네트워크 구성원의 연락처 정보
- ☐ 휠체어나 스쿠터 타이어를 수리하기 위한 에어로졸 타이어 수리 키트 및/또는 타이어 공기 주입기
- ☐ 보조 동물 또는 반려동물을 위한 용품(예: 사료, 여분의 물, 그릇, 목줄, 청소 용품, 예방 접종 기록 및 약품)
- ☐ 여분의 의료 장비(예: 안경, 콘택트렌즈, 콘택트렌즈 세척액, 배터리 등)
- ☐ 기타 개인 소지품:

가정용 비상 키트 준비하기

해안 폭풍이나 토네이도와 같은 비상 상황에서는 집에 머물러야 할 수도 있습니다. 가정용 비상 키트에는 **최소 3 일 동안** 사용할 수 있는 충분한 물품이 들어 있어야 합니다. 유효기간을 확인하고 가족의 필요에 따라 매년 비상 키트를 업데이트하세요. 이미 가지고 있는 물품을 체크하고, 가정용 비상 키트에 필요한 물품을 추가하세요.

- ☐ 1 인당 하루 1 갤런의 식수
- ☐ 3 일 분량의 상온 보관 가능한 통조림 식품과 수동 캔따개
- ☐ 방수 용기에 넣은 중요 서류 사본(예: 보험 카드, 사진이 부착된 신분증, 거주지 증명서, 은행 계좌 명세서 등).
- ☐ 여분의 배터리가 포함된 손전등
- ☐ 완충된 휴대용 충전기와 추가 전원 코드
- ☐ 배터리 또는 손으로 돌려서 작동하는 AM/FM 라디오, NOAA 기상 라디오
- ☐ 호루라기 또는 종
- ☐ 비상 도구(예: 수도 및 가스 밸브를 잠그는 데 필요한 렌치나 펜치, 소화기, 구급 상자)
- ☐ 방수 용기에 담긴 성냥

- ☐ 현금(200 달러, 소액권 포함)
 - ☐ 개인 위생 용품(비누, 여성 위생용품, 칫솔, 치약 등)
 - ☐ 편의 용품 (예: 갈아입을 옷, 담요, 베개)
 - ☐ 예비 의료 장비(예: 산소, 스쿠터 배터리, 보청기, 보행 보조기, 안경, 콘택트렌즈, 콘택트렌즈 세척액, 마스크, 장갑)
 - ☐ 의료기기(예: 심박조율기)의 모델명 및 일련번호와 사용 설명서
 - ☐ 복용 중인 약물 목록, 복용 이유 및 복용량
 - ☐ 며칠 분량의 처방약과 일반 의약품
 - ☐ 보조 동물 또는 반려동물을 위한 용품(예: 사료, 여분의 물, 그릇, 목줄, 청소 용품, 예방 접종 기록 및 약물)
 - ☐ 아이들을 즐겁게 해 줄 책과 게임
 - ☐ 기타 항목:
-

특별 고려 사항

- 전기 의료 장비를 사용하시는 경우, 백업 전원에 대한 정보는 의료 용품 공급업체에 문의하십시오.
 - 거주하시는 전력 회사에 생명 유지 장비 고객 자격이 있는지 문의하고, 우선 전력 복구 서비스를 신청할 수 있는지 알아보세요.
 - 산소에 의존하고 있다면 산소 공급업체에 비상시 교체에 대해 문의하십시오.
 - 투석이나 항암 치료와 같은 치료를 받고 있다면, 담당 의료진의 응급 계획을 숙지하십시오.
 - 또한 부양가족에게 필요한 물품이나 장비도 고려하십시오.
-

참여하기

- 하워드 카운티의 분기별 [지역 비상계획위원회\(LEPC\) 회의](#)에 참석하십시오.
- *Hands-Only CPR* 및 출혈 *Stop the Bleed Training* 에 등록하려면 outreach@hcdfrs.org 로 이메일을 보내거나 (410) 313-2016 으로 전화하십시오.
- OEM 홍보팀에 연락하려면 emergencymanagement@howardcountymd.gov 로 이메일을 보내거나 (410) 313-6030 으로 전화하십시오.