

개인을 위한 비상 계획

이 문서는 개인/가족 비상 계획을 수립하는 데 도움이 될 것입니다. 긴급 상황이 자신에게 어떤 영향을 미칠지 생각해 보세요. 긴급 상황은 주택 화재부터 허리케인까지 다양합니다. 가장 일반적인 하워드 카운티의 위협에 대해서는 커뮤니티 위험 핸드북을 참조하세요. 지금 이 가이드를 참고하여 긴급 상황 시 필요한 물품 목록을 작성하세요.

비상 사태에 대비하기 위한 네 가지 기본 단계가 있습니다.

- 정보 얻기
- 계획 세우기
- 키트 만들기
- 참여하기

정보 얻기

긴급 지원 네트워크 구축

비상 사태를 혼자 겪고 싶지 않으실 겁니다. 가족, 친구, 이웃, 간병인, 동료, 커뮤니티 그룹 구성원 등 최소 두 명에게 네트워크에 참여하도록 요청하세요. 긴급 상황에서는 서로 도와야 한다는 점을 기억하세요.

비상 지원 네트워크가 있어야 합니다.

- 긴급 상황 시 연락을 유지하세요.
- 여러분의 키 세트를 보관하세요.
- 비상용품을 찾을 수 있는 위치를 파악하세요.
- 반려동물을 찾을 수 있는 위치와 돌보는 방법을 알아두세요.
- 장비를 작동하거나 응급 상황에서 이동을 돕는 방법을 알아두세요.

네트워크 연락처를 지원합니다.

재난 발생 시 가족이나 친구들이 연락할 수 있는 타주에 있는 친구나 친척을 지정하세요. 로컬 전화 회선이 사용 중일 경우 장거리 통화가 더 쉬울 수 있습니다. 이 타주 연락처는 네트워크에 있는 사람들과 소통하는 데 도움이 될 수 있습니다.

타주 연락처: _____

계획 세우기

중요한 건강 및 생명을 구하는 정보를 문서화하세요:

- 알레르기: _____
- 특별한 건강 상태: _____
- 약물 및 일일 복용량: _____
- 안경 처방전: _____
- 혈액형: _____
- 통신 장치/장비: _____
- 건강 보험 플랜: _____
- 선호하는 병원: _____
- 개인 번호: _____
- 그룹 #: _____
- 의사/전문가: _____ 전화: _____
- 의사/전문가: _____ 전화: _____
- 약국: _____ 전화: _____
 - 주소: _____

- 팩스: _____

교통편

지하철이나 버스가 운행되지 않는 경우 다른 교통편을 이용할 수 있도록 준비하세요.

(친구)에게 전화하겠습니다. _____

전화(집/직장/휴대 전화): _____

택시 서비스: _____

전화: _____

새로운 장소(예: 쇼핑몰, 식당, 영화관)에 갈 때마다 출구 위치를 알아두는 습관을 들이는 것이 좋습니다.

계획에 커뮤니케이션 포함

지금 시간을 내어 긴급 상황 시 친구나 비상 근무자에게 어떻게 연락할지 계획해 보세요. 비상 상황에서는 환경의 변화, 소음 또는 혼란으로 인해 평상시의 의사 소통 방식이 영향을 받을 수 있습니다. 비상 상황 시 필요한 의사 소통 방법과 내용을 파악하세요.

- 청각 장애가 있거나 난청인 경우 제스처, 메모 카드, 문자 메시지 또는 기타 수단을 통해 요구 사항을 전달하는 연습을 하세요.
- 시각 장애가 있거나 시력이 약한 경우, 다른 사람들에게 최선의 안내 방법을 설명할 수 있도록 준비하세요.

짧고 의미 있는 문구로 요구 사항을 설명할 수 있는 내용을 지금 준비하세요. 메시지를 전달할 시간이 많지 않을 수 있습니다. 미리 작성된 카드나 문자 메시지는 스트레스가 많거나 불편한 상황에서 정보를 공유하는 데 도움이 될 수 있습니다. 문구에는 다음이 포함될 수 있습니다.

- *무슨 말을 하는지 이해하기 어려울 수 있습니다. 천천히 말하고 간단한 언어를 사용해 주세요.*
- *디바이스를 사용하여 통신합니다.*
- *저는 청각 장애가 있으며 미국 수화를 사용합니다.*
- *길을 찾는 방법을 적어주세요.*
- *저는 [언어 삽입]를 구사합니다.*

대피 방법 알기

- 생명이 위험하거나 공공 안전 요원의 지시에 따라 즉시 대피하세요.
- 가스 냄새가 나거나 연기나 불이 보이면 즉시 대피하세요.
- 고립되어 긴급 대피 지원이 필요한 경우 911에 전화하세요.

- 지역 라디오 및 TV 방송국을 청취하고 Facebook을 통해 하워드 카운티 정부 및 OEM에 액세스하는 것을 잊지 마세요.

미팅 장소

응급 상황 발생 후 가족, 친구 또는 간병인을 만날 수 있는 장소를 파악하세요. 집 바로 밖과 도서관, 커뮤니티 센터, 예배당 등 동네 밖에서 만날 장소 두 곳을 선택하세요.

집과 가까운 만날 장소: _____

주소: _____

동네 밖에서 만날 장소: _____

주소: _____

집에 머물 수 없는 경우 함께 지낼 수 있는 친구나 가족을 선택하세요.

함께 머물 수 있습니다. _____

정기적으로 대피하는 연습을 하고 막힌 길이나 출구 등 발생할 수 있는 다양한 상황을 고려하세요. 장애인 보조 동물을 훈련에 참여시켜 비상구 경로에 익숙해지도록 하세요.

쉼터

마땅히 머물 곳이 없는 사람들을 위해 학교, 카운티 건물 또는 예배당에 비상 대피소가 설치될 수 있습니다. 기본적인 음식과 물을 제공합니다. 대피소에는 특수 장비(예: 산소, 이동 보조기구, 배터리)가 없는 경우가 많습니다. 직접 가져올 준비를 하세요. 반려동물을 허용하는 쉼터도 있고 허용하지 않는 쉼터도 있습니다. 대피소는 비상 상황에 따라 변경될 수 있습니다. 가족이나 긴급 지원 네트워크에 있는 사람에게 대피소에 함께 가자고 요청하세요.

키트 및 이동 가방 만들기

가족 구성원 모두가 급하게 떠나야 할 때 필요한 물건들을 모아놓은 고백을 하나씩 가지고 있어야 합니다. 고(Go) 가방은 백팩이나 바퀴가 달린 작은 여행 가방처럼 튼튼하고 휴대하기 편한 것이어야 합니다.

이 목록을 참고하여 고(Go) 가방을 꾸리세요.

- 중요한 서류 사본(예: 보험 카드, 메디케어/메디케이드 카드, 사진이 부착된 신분증, 주소 증명, 결혼 및 출생 증명서, 신용 카드 및 ATM 카드 사본)을 방수 용기에 넣어 보관하세요.
- 손전등, 배터리로 작동하는 AM/FM 라디오 및 추가 배터리

- 복용하는 약의 목록, 복용 이유 및 복용량
- 가족 및 지원 네트워크 구성원의 연락처 정보
- 현금, 소액 지폐
- 메모장 및 펜
- 펑크 난 휠체어 또는 스쿠터 타이어를 수리하기 위한 에어로졸 타이어 수리 키트 및/또는 타이어 공기 주입기
- 장애인 보조 동물 또는 반려동물을 위한 용품(예: 사료, 여분의 물, 그릇, 목줄, 청소용품, 예방접종 기록, 약품)
- 백업 의료 장비(예: 안경, 배터리)
- 기타 개인 물품:

비상 보급품 키트 구성

해안 폭풍이나 토네이도와 같은 일부 비상 상황에서는 집에 머물러야 할 수도 있습니다. 비상 보급품 키트에는 **최소 3일** 동안 사용할 수 있는 충분한 물품이 있어야 합니다.

가지고 있는 항목을 체크하고 필요한 항목을 추가하세요:

- 1인당 하루 1갤런의 식수 제공
- 부패하기 어려운 식품, 바로 먹을 수 있는 통조림, 수동식 캔 따개
- 손전등, 배터리로 작동하는 AM/FM 라디오, 여분의 배터리 또는 배터리가 필요 없는 와인드업 라디오
- 호루라기 또는 벨
- 예비 의료 장비(예: 산소, 약품, 스쿠터 배터리, 보청기, 이동 보조기, 안경, 안면 마스크, 장갑)
- 의료 기기(예: 심박 조율기)의 스타일 및 일련 번호와 사용 지침

특별 고려 사항

- 전기 의료 장비에 의존하는 경우 의료 공급업체에 문의하여 백업 전원에 대한 정보를 확인하세요.
- 생명 유지 장비 고객 자격이 되는지 유틸리티 회사에 문의하여 우선 전력 복구에 가입할 수 있는지 확인하세요.
- 산소에 의존하는 경우, 산소 공급업체에 긴급 대체품에 대해 문의하세요.
- 투석이나 화학 요법같은 치료를 받는 경우 의료진의 응급 계획을 알아두세요.
- 또한 부양 가족에게 필요한 물품이나 장비도 고려하세요.

정보 얻기

- 하워드 카운티의 분기별 지역 비상 계획 위원회(LEPC) 회의에 참석하세요.
<https://www.howardcountymd.gov/emergency-management/local-emergency-planning-committee>.
- 심폐소생술 및 지혈 교육 신청하기: 이메일 outreach@hcdfrs.org 또는 전화 410- 313-2016
- OEM 지원팀에 (410) 313-6030으로 전화하거나
이메일(emergencymanagement@howardcountymd.gov)로 문의하세요



Ready
HoCo
choose preparedness

개인을 위한 비상 계획
메릴랜드주 하워드 카운티