

지진 안전

지진은 언제든지 경고없이 발생할 수 있습니다. 여러분이 매일 의지하고 있는 전기, 가스, 물, 통신 및 교통과 같은 많은 서비스들을 이용할 수 없게 됩니다.

미국 적십자 베이 지역 지부는 여러분 지역에 지진이 발생했을 경우 여러분과 사랑하는 이들의 안전을 유지하기 위해 다음 정보를 제공합니다.

계획 세우기.

미리 계획을 세우는 것은 여러분 가족이 지진에 대비할 수 있는 첫 번째 단계입니다.

- **통신 계획 준비:** 재해가 일어난 후 흔히 장거리 전화를 거는 것이 더 쉬울 수 있으니 외부 지역의 연락처를 정해 중앙 연결 지점의 역할을 할 수 있도록 합니다. 이 연락처에 모두의 상황을 보고하도록 하여 다른 이들에게 그 정보를 전달할 수 있도록 합니다. 외부 연락처에 귀하의 통신 계획에 대해 알립니다. 작은 사건일 경우 현지 비상 연락망을 가지고 있도록 합니다.
- **재해가 일어난 후 만날 장소 정하기:** 긴급 사태를 위해 집에서 가까운 장소를 선택합니다. 집으로 돌아갈 수 없을 경우에는 동네 밖의 두 번째 장소를 선택합니다. 또한 직장, 학교 또는 데이케어에서 대피 장소를 알아둡니다.
- **각 방에서 안전한 장소 고르기:** 안전한 장소는 튼튼한 가구 아래 또는 귀하의 위로 떨어질 수 있는 창문, 책장 또는 높은 가구에서 떨어진 실내 벽이 될 수 있습니다.
- **탈출 경로 결정하기:** 집의 각 방에서 나오는 두 가지 방법을 찾고 동네의 대피 경로를 알아 둡니다.
- **애완 동물에 대한 계획:** 서비스 동물을 제외한 애완 동물은 재해 대피소 진입이 허락되지 않습니다. 따라서 응급 시 귀하의 애완 동물을 대피할 수 있는 가족 일원, 친구, 기숙 시설, 수의사 및 애완 동물 허용 호텔에 대한 목록을 작성하십시오. 자세한 사항은 [애완 동물 및 재해 안전](#)을 참조하십시오.
- **계획을 개인화하기:** 장애가 있는 경우, 반드시 응급 시 연락할 이웃, 친구 또는 친척들의 연락망을 정해 두어 귀하의 안부를 확인할 수 있도록 합니다.
- **계획 검토 및 연습하기**



필수품 상자 마련

가족 모두가 적어도 3일간 지낼 수 있는 충분한 필수품을 저장합니다.애완 동물, 아이들, 노인 및 장애가 있는 사람들에게 필요한 품목 포함. 집, 직장 및 차를 위한 필수품 상자 준비하기.

- **잘 썩지 않는 음식:**에너지 바, 통조림 수프 또는 땅콩 버터와 같은 품목을 챙깁니다.
- 하루에 한 사람 당 1갤런(3.785리터)의 물
- 구급 상자 및 의약품
- **손전등, 배터리 작동 또는 충전 라디오, 필수 도구 및 지도:**배터리, 누출이 있을 경우 가스를 차단할 수 있는 렌치, 강통 따개, 스크루 드라이버, 망치, 펜치, 칼, 덕트 테이프 및 쓰레기 봉투 포함.
- **의복 및 튼튼한 신발**
- **개인 용품 및 위생 용품:**중요한 문서, 위생 용품, 책 및 장난감과 같은 위안품을 챙깁니다.
- **잔돈**
- **비상 연락처 정보**

알아 둡시다

자신을 보호할 수 있는 방법에 대해 배우고 지진 발생 전, 발생 중, 발생 후에 다른 사람들을 도울 수 있도록 교육을 받으십시오.

지진이 시작되었을 때 **실내**에 있는 경우:

- 실내에 남아서 **엎드리고, 밑으로 들어가서 꼭 붙잡으십시오.**
- 바닥에 엎드리십시오.
- 무거운 가구 아래로 피하십시오.
- 한 손으로 머리를 보호하십시오.
- 다른 한 손으로 가구를 잡으십시오.
- 그것으로 움직이십시오.

- 튼튼한 가구가 주변에 없는 경우, 실내 벽에 머리를 대고 몸을 웅크린 후 머리와 목을 보호하십시오.
- 휠체어에 앉아 있는 경우, 브레이크를 잠그고 머리와 목을 보호하십시오.
- 침대에 있는 경우, 침대에 남아 시트를 잡아당겨 잔해로부터 몸을 보호하고 베개로 머리와 목을 보호합니다.
- 건물을 나가려고 하는 것은 더 큰 상해의 위험에 놓이게 합니다. 대부분의 지진 상해는 사람들이 진동 중에 이동하려고 하거나 밖으로 나간 후 떨어지는 잔해로부터 일어납니다.

지진이 시작되었을 때 **외부**에 있는 경우:

- 건물, 가로등, 나무 및 유틸리티 전선에서 떨어진 빈 곳으로 이동합니다.
- 빈 곳으로 이동한 후, 진동이 멈출 때까지 **엎드리고, 몸을 덮고 그 상태로 기다립니다.**
- 건물 가까이 있는 경우, 빨리 안으로 들어가서 **엎드리고, 몸을 덮고 그 상태로 기다립니다.**
- 차 안에 있는 경우, 안전하게 차를 길가에 세우고 차를 주차 기어에 놓고 머리와 목을 보호합니다.

지진 후

상해 여부 확인: 먼저 귀하의 상해 상태를 확인한 후 귀하의 응급 처치 교육 수준에 따라 다른 사람들을 돕습니다. 생명을 위협하는 상황이 있는 경우에만 응급 서비스를 부릅니다.

라디오 듣기: 베이 지역 주민들은 740 AM 또는 88.5 FM에 맞출 수 있습니다. 지역 공무원의 지시를 따릅니다. 대피하도록 지시하면 그렇게 하십시오. 보호복과 튼튼한 신발을 신으십시오.

귀하의 공간 확인: 귀하의 주변에 불, 쓰러진 전력 공급선 및 구조적 손상과 같은 위험한



상황이 있는지 확인하십시오. 누출 또는 가스 냄새가 있을 경우에만 가스를 차단하십시오. 손상된 건물에서 멀리 떨어지고 가스 냄새가 나거나 다른 화학물질로부터 연기가 날 경우 그 장소를 떠나십시오. 당국에서 안전하다고 말할 경우에만 집으로 돌아가십시오.

계획을 행동으로 옮기기: 자녀, 애완 동물 및 사랑하는 사람들을 보호하십시오. 외부 지역 연락처에 전화를 합니다. 그리고 난 후 전화선을 비상 시를 위해 대기 상태로 둡니다. 이웃의 안부를 확인하고 노인과 장애가 있는 사람들을 도와주도록 합니다.