

지진 안전 체크리스트

(Earthquake Safety Checklist) - Korean

FEMA 526/2005 년 8 월

중요한 번호 및 주소

911

응급상황 시에는 911 에 전화할 것

지진이 발생할 때 귀하의 가족이 함께 있지 않을 수도 있습니다. 그러므로 밑의 공간을 사용하여 서로 연락할 수 있게끔 도와 줄 수 있는 정보를 기록하십시오. 대형 지진후 처음 24 시간 동안은 응급상황의 경우에만 귀하의 전화를 사용하실 것을 명심하십시오.

경찰서 전화 _____

소방서 전화 _____

구급차 전화 _____

_____의 직장 주소

전화/휴대 전화 _____

_____의 직장 주소

전화/휴대 전화 _____

_____의 학교

전화/휴대 전화 _____

학교 규정: 학생을 대기시킴 학생을 방출함

_____의 학교

전화/휴대 전화 _____

학교 규정: 학생을 대기시킴 학생을 방출함

헤어진 가족 구성원을 위해 연락망으로 행동할 수 있는 타지역 거주 친척 혹은 친구의 이름과 전화/휴대 전화 번호:

재난 비축품 키트의 위치:

미국의 지진 위험 요소

인접 미국에 관한 미국 지질학 조사 전국 진도 위험 요소 지도
(http://eqhazmaps.usgs.gov/html/map_graphic.html).

귀하는 다음 지진을 위한 준비가 되어 있습니까?

이 책자는 귀하와 귀하의 가족이 대형 지진을 위해 준비하고 생존할 수 있도록 돕기 위하여 고안되었습니다. 준비를 위한 행동을 취함으로써 귀하는 귀하의 가족에게 미치는 지진의 영향을 감소시킬 수 있습니다. 응급 비축품을 마련해 놓고 귀하의 가족에 재난이 일어나는 동안과 후에 집에서 무엇을 할 것인가를 교육하십시오. 최고 72 시간 동안 도움을 못 받을 수도 있으므로 그만큼의 기간 동안 대처하는 방법을 배우십시오.

지면의 움직임은 사망 혹은 상해의 실제 원인이 되는 경우가 드뭅니다. 대부분의 부상은 부분적 건물 붕괴와 무너지는 굴뚝, 떨어지는 벽돌, 천정 회반죽, 조명 장치와 같이 떨어지는 물체 및 파편 때문에 발생합니다. 이러한 상태의 많은 경우는 쉽게 방지될 수 있습니다.

지진이 경고 없이 발생하기 때문에 귀하가 무엇을 하고 어떻게 대처할 수 있는 지 알기 위하여 지금 준비하는 단계를 밟는 것이 중요합니다. 즉 건설적이고 예방적인 행동이 가능합니다.

어떠한 응급상황에서도 용이하게 대비-가정, 직장 및 자동차를 위한 방법

지진이 일어날 때 귀하가 어디에 있을 지 모르기 때문에 가정, 직장 및 자동차를 위한 재난 비축품 키트를 준비하십시오.

*물. 1일 1인당 최소한 1 갤론의 물을 저장하고 72 시간의 기간을 위해 준비해 놓습니다. 정상적으로 행동하는 사람은 마시는 물로 매일 최소한 반 갤론의 물을 필요로 합니다. 적당한 양을 결정하는데 있어서 다음의 사항을 고려하기 바랍니다:

- 개인적인 요구는 연령, 육체적 상태, 활동, 식단 그리고 기후에 따라 다릅니다.
- 아동, 수유부 및 병자는 더 많은 물을 필요로 합니다.
- 아주 뜨거운 기온은 필요한 물의 양을 배로 증가시킬 수 있습니다.
- 의학적 응급상태에서는 더 많은 물을 필요로 할 수 있습니다.

상업적으로 병 포장된 물을 구매할 것을 권장합니다. 병 포장된 물을 원래의 용기에 보관하고 사용할 필요가 있을 때까지 개봉하지 마십시오. 또한 만기일 혹은 “언제까지 사용” 날짜에 주의하십시오.

자신이 직접 용기에 물을 준비하기로 선택한 경우, 밀봉되고 음식용 물 저장 용기를 농산물 혹은 캠프 비축품 상점에서 구매해야 합니다. 용기를 채우기 전에 식기 세제와 물로 닦고 완전히 물로 헹구어서 잔여 세제가 없도록 합니다. 귀하의 용기에 저장된 물은 매 6 개월마다 교체되어야 합니다.

물 외에도 할로존 및 글로발린과 같은 정수제를 상비하십시오 그러나 정수제를 사용하기 전에 병 위에 붙은 라벨을 꼭 읽도록 하십시오.

*음식. 귀하의 식단에 교대로 들어갈 수 있고 정기적으로 공급될 수 있는 부패되지 않는 음식의 비축품을 가까이에 보관하는 것은 항상 실용적인 생각입니다. 최소 72 시간 동안 사용할 수 있는 깡통 혹은 건조 음식, 가루 우유, 캔 주스를 충분히 비축하십시오. 건조한 시리얼, 과일 및 무염분 견과류는 좋은 영양분을 제공합니다. 다음의 사항을 명심하십시오:

- 목이 마르게 하는 음식을 삼가하십시오. 무염분 크래커, 전립 시리얼, 고액체 성분을 함유한 캔 음식을 선택하십시오.
- 냉장, 요리, 물 혹은 특별한 준비를 요하지 않는 음식을 비축하십시오. 귀하는 이러한 것중의 많은 것을 손 닿은 곳에 이미 갖고 있을 수 있습니다.
- 유아와 특별한 식단 요구를 위한 음식을 포함하는 것을 명심하십시오.

또한 주방 용구와 요리 도구, 특히 수동식 캔 따개를 가지고 있어야 합니다.

*플래시 및 여분의 건전지. 귀하의 침대 옆, 직장 그리고 차 안에 플래시를 보관하십시오. 지진이 발생한 후에는 가스 누출이 없는지 확인할 때까지 성냥 혹은 촛불을 사용하지 마십시오.

*휴대용 및 건전지 작동 라디오 혹은 텔레비전과 여분의 건전지. 대부분의 전화는 고장이 나거나 응급 목적을 위해 사용될 것입니다. 그러므로 라디오가 귀하에게 최선의 정보를 제공할 것입니다. 또한 건전지 작동 CB 혹은 다른 송수신 라디오를 마련할 것을 권장합니다.

*응급 처치 키트 및 설명서. 응급 처치 키트를 집과 차 안에 보관하십시오. 또한 미국 적십자의 “표준 응급 처치 및 개인적 안전”과 같은 설명서를 마련하십시오. 귀하의 가족 구성원들이 기본적인 응급 처치 및 심폐소생법에 관한 수업을 수강하도록 하십시오.

*소화기. 소화기를 집과 차 안에 보관하십시오. 일부 소화기들은 전기, 기름 혹은 가스와의 특정한 화재에만 효과가 있습니다. ABC 급 소화기들은 어떤 종류의

화재에도 안전하도록 고안되었습니다. 귀하의 해당 소방서는 소화기를 적절하게 사용할 수 있는 방법을 보여줄 수 있습니다.

*특수 요구: 약품, 여분의 안경, 콘택트 렌즈 용액, 보청기용 건전지, 유아를 위한 물건(분유, 기저귀, 젖병, 고무 젖꼭지), 위생 및 청결 물건(물수건 및 화장실 휴지)과 같은 특수 요구 물건들의 비축품과 귀하의 가족에게 필요한 모든 물건을 보관하십시오.

*중요한 서류 및 현금. 현금인출기, 은행, 신용 카드 제도가 작동이 안 되는 경우를 대비하여 충분한 현금을 보유하도록 하십시오. 또한 신용 및 신분 카드와 보험 약관, 재정 기록과 같은 중요한 서류의 사본을 보관하십시오.

*도구. 파이프 렌치와 크레센트 렌치(가스 및 수도 밸브를 잠그는 용도) 외에도 라이터, 방수 용기에 담은 충분한 양의 성냥 그리고 구조 요원에게 신호하기 위한 호루라기를 가지고 있어야 합니다.

*옷. 추운 기후에 거주하는 경우, 따뜻함을 생각해야 합니다. 지진이 발생한 후에는 난방이 없을 수도 있습니다. 귀하의 옷과 침구 용품에 대해 생각해 보십시오. 다음의 사항을 포함하여 1인당 완전한 한벌의 옷과 신발을 가지고 있어야 합니다.

- 자켓 혹은 코트
- 긴 바지
- 긴 소매 셔츠
- 튼튼한 신발
- 모자, 장갑, 목도리
- 슬리핑 백 혹은 따뜻한 담요 (1인당)

*애완 동물 요구. 귀하의 애완동물을 위한 쉼터를 확인하고 필요한 비축품을 모으며 귀하의 애완동물 적절한 신분증과 최근 수의 기록을 가지고 있도록 합니다. 그리고 애완동물 운반기와 매는 줄을 가지고 있도록 합니다.

가정에서의 준비

지진이 발생하는 경우, 집안의 공공사업 서비스를 잠그도록 지시 받을 수 있습니다. 귀하 가족중 책임있는 구성원에게 가스, 전기, 수도의 밸브와 주요 스위치를 어떻게 잠그는지 가르치십시오. 더 상세한 정보가 필요한 경우, 귀하의 거주 지역 공공사업에 문의하십시오.

수도가 집에 진입하는 곳에 있는 수도 잠금 밸브와 보도 혹은 마당에 있는 콘크리트 박스 안에 있는 미터에 있는 본관 수도 잠금 밸브에 표시하십시오.

주의: 응급상황이 아닌 한 가스를 잠그지 마십시오. 가스가 잠긴 경우, 전문가가 서비스를 복귀시켜야 합니다.

지진 위험 요소 조사

지진 위험 요소 조사를 실시하여 귀하 가정에 있는 잠재적인 위험을 식별할 수 있습니다. 귀하가 방에서 방으로 다니면서 지진 발생시 무슨 일이 일어날지 상상하면 선견지명과 상식이 모든 필요한 일입니다.

가능한 위험성은 다음과 같습니다:

- 책장, 접시 진열장 혹은 조립식 벽장과 같이 넘어질 수 있는 높고 무거운 가구.
- 파이프에서 당겨져 나와서 파열할 수 있는 수도 난방기.
- 가스 혹은 전기 선을 파열시킬 수 있는 정도로 움직일 수 있는 전기 기구
- 혹 없이도 흔들거릴 수 있는 무거운 화분에 담긴 걸린 화분
- 침대 위에 걸린 무거운 그림 액자 혹은 거울
- 지진 발생 동안 문이 잠기지 않는 주방의 걸쇠 혹은 다른 캐비닛
- 높거나 개방된 선반에 보관된 깨지기 쉽거나 무거운 물건
- 받침이 안 된 지붕을 통해 붕괴되고 내려앉을 수 있는 석조 굴뚝
- 차고 혹은 실외 저장실에 있으면 더 안전할 만한 페인트 혹은 청소 제품과 같은 가연성 액체

이러한 위험 요소를 고치기 위해 행동 단계를 밟으십시오-적절하게 무거운 물건을 단단히 고정하거나 옮기십시오.

가족 지진 훈련

귀하의 집이 흔들리기 시작할 때 보호를 위해 어디로 가야할 지 아는 것은 중요합니다. 지진이 발생하기 전에 무엇을 할 지 계획하고 연습함으로써 첫번째 흔들림 혹은 진동이 느껴질 때 귀하는 자신과 귀하 가족이 적절하게 그리고 자발적으로 반응할 수 있도록 훈련시킬 수 있습니다. 지진 훈련은 귀하 가족으로 하여금 지진 발생시 무엇을 해야할 지 가르쳐 줄 수 있습니다.

- 각 가족 구성원은 각 방 안의 안전한 장소를 알고 있어야 합니다.

- 안전한 장소: 책상 혹은 튼튼한 테이블과 같은 무거운 가구의 밑, 받침이 있는 아치통로 그리고 벽의 내부가 가장 좋은 장소입니다.
- 위험한 장소: 창문, 걸린 물건, 거울, 벽난로, 높고 불안정한 가구에서 떨어지십시오.
- 안전한 장소에 자신을 직접 배치함으로써 이러한 지식을 강화시키십시오. 이것은 특히 어린이들에게 중요한 사항입니다.
- 이러한 훈련 후이 있는지 며칠 혹은 몇주 후에 기습 훈련을 실시하십시오.
- 지진이 발생한 후 귀하가 육체적으로 그리고 정서적으로 무엇을 경험할 지에 대처할 수 있도록 준비하십시오.

지진을 피해치고 나오는 방법

지진이 발생하는 동안에는 귀하의 움직임을 근방의 안전한 장소까지 몇발자국 움직이는 것으로 제한하십시오. 진동이 정지하고 떠나는 것이 안전하다고 확신할 때까지는 실내에 있으십시오.

귀하가 실내에 있는 경우:

- 엎으려서 몸을 감싸고 대기하십시오. 튼튼한 책상, 테이블, 벤취 밑이나 벽 내부에 기대어 감싸고 대기하십시오. 귀하 주변에 책상 혹은 테이블이 없는 경우, 귀하의 얼굴과 머리를 팔로 감싸고 건물의 구석 안에서 웅크리십시오.
- 유리, 창문, 실외 문 및 벽 그리고 조명 장치와 가구와 같이 떨어질 수 있는 물건에서 거리를 두고 떨어지십시오.
- 지진이 발생할 때 귀하가 침대에 누워 있는 경우, 그대로 대기하십시오. 귀하가 떨어질 수 있는 무거운 조명 장치 밑에 있지 않는 대기하고 귀하의 머리를 베개로 보호하십시오. 그러한 경우에는 가장 가까운 안전한 장소로 이동하십시오.
- 진동이 정지하고 실외로 나가는 것이 안전할 때까지 실내에서 대기하십시오. 지진이 발생하는 동안 생기는 대부분의 부상은 사람들이 건물을 들어가거나 나가는 동안 떨어지는 물건에 맞았을 때 일어납니다.
- 정전이 되거나 혹은 스프링클러 시스템 혹은 화재 경보기가 작동될 수 있는 점을 명심하십시오.
- 엘리베이터를 사용하지 마십시오.

귀하가 실외에 있는 경우:

- 그 장소에서 대기하십시오.
- 건물, 나무, 가로등 및 전선에서 떨어지십시오.

귀하가 움직이는 차 안에 있는 경우:

- 안전한 경우에 신속하게 정지하고 길 옆에 차를 주차한 후 차 안에서 대기하십시오.
- 건물, 나무, 육교, 전선의 근처 혹은 밑에 정지하지 마십시오.
- 파손된 다리 혹은 육교를 가로 질러 운전하지 마십시오.
- 지진이 멈춘 후에 도로와 다리의 파손을 주시하면서 조심스럽게 운전하십시오.

귀하가 파편 밑에 갇힌 경우:

- 성냥에 불을 켜지 마십시오.
- 움직이거나 먼지를 일으키지 마십시오.
- 손수건 혹은 옷으로 귀하의 입을 막으십시오.
- 파이프 혹은 벽에 가볍게 두들겨서 구조요원들이 귀하를 찾을 수 있도록 하십시오. 만약 가지고 있다면 호루라기를 사용하십시오. 마지막 수단으로만 소리를 지르십시오. 소리를 지르면 위험한 분량의 먼지의 흡입을 유발할 수 있습니다.

지면의 진동이 정지할 때

부상이 있는지 확인하십시오

어떤 사람이 호흡을 정지한 경우, 인공호흡 소생술을 실시하십시오. 상처에 직접적인 압력을 가해 출혈이 있는 부상을 정지시키십시오. 더 많은 부상의 위험에 처하지 않도록 하기 위해 심각하게 부상을 당한 사람들을 이동시키지 마십시오. 부상 당한 사람들이 따뜻하게 체온을 유지할 수 있도록 담요로 감싸 주십시오.

건전지로 작동하는 라디오를 보관하여 응급상황 업데이트와 뉴스 보고서를 듣도록 하십시오.

귀하가 해안 지역에 거주하는 경우, 태풍의 가능성에 대해 염두에 두십시오. 태풍은 또한 진동성 해양 파도라고 알려져 있습니다. 거주 지역 당국이 태풍 경고를 공고할 때 일련의 위험한 파도가 오는 중이라고 가정하십시오. 가능한 한 신속하게 내륙으로 높은 지면까지 이동하십시오.

심한 부상이 없는 한 전화를 사용하지 마십시오. 더 상세한 응급상황 절차에 대해서는 귀하의 응급 처치 설명서를 참조하십시오.

떨어진 파편 혹은 부서진 유리에 가까운 지역에서는 신발을 착용하십시오.

위험성을 확인하십시오

가능하면 작은 불을 끄십시오. 아니면 귀하의 집을 즉시 떠나십시오.
가능하면 소방서에 통지하고 이웃 사람들에게 경고하십시오.

귀하의 가정을 점검하기 위해 건전지로 작동하는 플래시를 사용하십시오.
가스가 있는 경우 배터리는 새는 가스를 점화시킬 수 있는 불꽃을 만들 수 있기 때문에 집에 들어가기 전에 플래시를 바깥에서 켜십시오.

가스, 전기, 수도의 관을 확인하고 전기 기구가 파손했는지 확인하십시오.
가스 냄새를 맡거나 부서진 관을 보는 경우, 외부에서 본 밸브를 잠그십시오.
전력 회사가 처음 귀하의 가정을 점검하기 전까지 전기를 다시 켜지 마십시오. 가스가 잠긴 경우, 전문가가 서비스를 복귀시켜야 함을 명심하십시오. 불을 붙인 성냥으로 가스 누출을 점검하지 마십시오.

주의: 불꽃이 부서진 관에서 가스를 점화시킬 수 있기 때문에 가스 누출이 의심되는 경우, 전기 스위치 혹은 전기 기구를 사용하지 마십시오.

귀하의 집의 전기 배선이 파손된 경우, 전력을 끄십시오. 상황이 안전하지 않은 경우, 귀하의 가정을 떠나서 도움을 요청하십시오.

떨어진 전선 혹은 부서진 전기 기구를 만지지 마십시오.

건물에 금과 파손이 있는지, 특히 굴뚝과 석조 벽 주변을 확인하십시오.
건물이 붕괴될 것처럼 보이는 경우, 즉시 떠나십시오. 굴뚝에 파손과 금이 없는 경우에만 벽난로를 사용하십시오.

엎질러진 약, 표백제, 가솔린 그리고 다른 인화성 액체를 치우십시오.

변기를 사용하기 전에 물과 하수도 관이 원래 상태인지 확인하십시오.
하수도가 막히는 것을 방지하기 위해 욕조와 세면대 배수관에 마개를 하십시오.

물과 음식 비축품을 확인하십시오. 단수되는 경우, 물 가열기와 녹은 얼음과에 있는 응급용 물 비축품을 사용하십시오. 상하거나 오염된 모든 음식을 버리십시오.

벽장과 찬장을 확인하십시오. 문을 주의해서 여십시오. 선반에서 굴러 떨어지는 물체를 조심하십시오.

응급시 요리를 위해 실외에서만 숯 혹은 가스 그릴을 사용하십시오.

응급상황이 아닌 한 차를 사용하지 마십시오. 피해 지역을 구경하러 가지 마십시오. 구조 노력을 방해할 뿐입니다. 응급 차량의 통과를 위해 거리에 나가지 마십시오.

지진 여파에 대해 준비하십시오. 이러한 두번째 지진은 일반적으로 주요 지진보다 덜 격렬하지만 추가의 피해를 유발시키고 건물을 약화시킬 정도로 강할 수도 있습니다. 경찰, 소방, 구조 기관에 의해 귀하의 도움이 특별히 요청된 경우가 아닌 한 피해 지역에서 떨어져 계십시오.

귀하가 피난해야 할 경우에는

귀하가 발견될 수 있는 장소를 명시하는 메시지를 뚜렷하게 붙이십시오. 귀하의 재난 비축품 리스트를 가져 가십시오. 헤어졌을 때를 대비하여 재회 장소를 열거하십시오. 그러한 장소들은 이웃 사람, 친구, 친척의 집이나 학교 혹은 지역사회 센터일 수도 있습니다. 재회 장소를 열거하기 위해 다음의 공백을 사용하십시오.

1. _____

2. _____

지진 위험성에 관한 정보 및 위험을 감소시키기 위한 방법은 다음에서 구할 수 있습니다:

FEMA/U.S. Department of Homeland Security

FEMA/미국 국토안보부

500 C Street, SW.

Washington, DC 20472

<http://www.fema.gov>

500 C Street, SW.

Washington, DC 20472

<http://www.fema.gov>

전국 지진 위험 요소 감소 프로그램

The National Earthquake Hazards Reduction Program

<http://www.fema.gov/hazards/earthquakes/nehrrp/>

FEMA 간행물:

FEMA 배포 시설 1-800-480-2520에 전화하여 다음의 간행물의 인쇄 사본을 주문할 수 있습니다. 명시된 것처럼 일부는 FEMA 웹사이트에서 다운로드하여 받을 수 있습니다.

“재난이 발생한 후에” (After Disaster Strikes) FEMA 292. 영어와 스페인어로 받을 수 있습니다.

“준비되었습니까? 시민 준비에 관한 심층 가이드” (Are You Ready? An In-depth Guide to Citizen Preparedness), IS-22, 2004년 8월. 전체 간행물과 개별 섹션들은 온라인에서 영어와 스페인어로 받을 수 있습니다.

http://www.fema.gov/preparedness/prepare_guides_links.shtm.

“재난이 발생하기 전에” (Before Disaster Strikes) FEMA 291. 영어와 스페인어로 받을 수 있습니다.

“지진 가정 위험 요소 조사” (Earthquake Home Hazard Hunt), FEMA 528, 2005년 9월.

“응급상황시 음식 및 물” (Food and Water in an Emergency), FEMA 477, 2004년 8월. 영어와 스페인어로 받을 수 있습니다.

http://www.fema.gov/preparedness/prepare_guides_link.shtm.

“어린이들이 재난에 대처할 수 있도록 돕기” (Helping Children Cope with Disaster), FEMA 478, 2004년 8월. 영어와 스페인어로 받을 수 있습니다.

http://www.fema.gov/preparedness/prepare_guides_link.shtm.

“장애와 특수 요구를 가진 사람들을 위한 재난 준비” (Preparing for Disaster for People with Disabilities and Special Needs), FEMA 476, 2004년 8월. 영어와 스페인어로 받을 수 있습니다.

http://www.fema.gov/preparedness/prepare_guides_link.shtm

미국 지질 조사

U.S. Geological Survey

12201 Sunrise Valley Drive

Reston, VA 20192

지진에 관한 정보를 얻으려면 다음의 USGS 지진 위험성 프로그램에 문의하십시오:

<http://earthquake.usgs.gov/>

미국 적십자

전국 본사

American Red Cross

National Headquarters

2025 E Street, NW.

Washington, DC 20006

<http://www.redcross.org>