

가정용품 체크리스트

- 식수 (3-6일 공급)
- 음식 (3-6 일 공급, 취사 및 고도의 에너지 불필요)
- 손전등 (정기적으로 배터리 확인하기)
- 이동 가능한 라디오 (정기적으로 배터리 확인하기)
- 응급처치 키트
- 여분 배터리
- 수동 캔 따개
- 야광 막대
- 방수 성냥
- 의약품
- 의약품 목록
- 핸드폰
- 현금
- 응급의료 양식
- 위생 용품
- 예비 도수 안경
- 여분 의복
- 우비
- 운동화
- 담요
- 물병
- 방진마스크
- 기타: _____



간병인을 위한 응급상황 준비 체크리스트



본 프로젝트는 Orange County Board of Supervisors로부터 할당되었고, Office on Aging가 운영하며, California Department of Aging, Area Plan 및 ARPA로부터 부분적으로 보조금을 받았습니다. 자료 및 상품들은 California Department of Aging (CDA)와의 계약에 의한 자금으로 운영되는 프로젝트의 결과입니다. 보여진 결과 및 견해는 CDA의 결과 및 견해가 아닐 수도 있고, 발표는 모든 원본데이터가 포함되거나 그에 따른 것이 아닐 수도 있음을 밝힙니다. 서비스는 무료로 제공됩니다. 감사한마음으로 자발적인기부를받고있지만, 기부할수없는상황에놓여있는사람을외면할사람은그누구도없습니다.

© 2020 Caregiver Resource Center OC. All rights reserved.

caregiver **OC**
RESOURCE CENTER
A Program for Family Caregivers

St. Joseph Health 
St. Jude Medical Center
A member of the St. Joseph Hoag Health alliance

실내대피

지방 공무원이 귀하에게 자택대기를 요청한 경우, 이는 스스로 및 사랑하는 사람들을 보호하기 위해서 귀하에게 귀하의 집, 학교 또는 직장 안에 있을 것을 요청하는 것입니다. 이는 자연재해, 사고, 공격등과 같은 응급상황 때문에 발생할 수 있습니다. 실내 대피와 같은 상황에 빠질 경우에 대비하여 다음 정보가 귀하에게 도움을 줄 것입니다.

실내 머무름

- 실내에 머무르십시오. 사랑하는 사람과 긴급보급품, 귀하의 반려동물과 함께 실내에 머무르십시오.
- 본 장소에서 안전한 공간을 찾으십시오. 이는 응급상황의 유형에 따라 다릅니다.
- 지방 공무원이 떠나도 안전하다는 말을 하기 전까지, 본 장소에서 머물러 주십시오.

의사소통이 가능한 상황유지

- 비상연락처 또는 가족에게 전화 또는 문자를 하십시오. 누군가가 사라졌다면, 귀하가 어디에 있는지 모두가 잘 지내고 있는지 확인해 주십시오.
- 필요하다면, 귀하의 핸드폰만을 사용해 주십시오. 응급 신고가 필요한 경우에 대비하여 핸드폰을 근처에 두십시오.
- 지시 및 최신소식을 알기 위해서 라디오, 텔레비전, 핸드폰을 계속 확인해 주십시오. 관계 당국이 안전하다고 알려주기 전까지 실내를

참고: 질병 통제 예방센터 (2017).
가만히 있기 - 실내 대비에 대해 학습하기.
<https://emergency.cdc.gov/shelterinplace.asp>

벗어나지 마십시오. 그 지역을 대피해야 한다는 소식을 들을지도 모르니 지시에 따라주십시오.

실내대피, 자연재해 및 비상대책과 관련한 더 많은 정보를 위해, 다음과 같은 기관에 방문해 주십시오: 미국 질병통제예방센터:

비상준비 및 대응

<https://emergency.cdc.gov/shelterinplace.asp>

체크리스트

귀하가 준비하는데 도움을 줄 수 있는 수단으로서, 본 팜플렛에 포함된 체크리스트를 확인해 주십시오. 사랑하는 사람이 가장 안전해 질 수 있는 기회를 제공하기 위해서는 귀하도 안전한 상태에 있어야 한다는 사실을 기억하십시오.

Caregiver Resource Center OC에 의함

홍수, 지진, 토네이도, 눈보라... 어디에 살고 있는지에 관계없이, 비상상황이 발생할 수 있는 다양한 자연재해들의 잠재력은 모든 곳에 존재합니다. 사랑하는 사람을 돌보고 있을 때 특히, 그러한 비상상황을 대비했다는 사실에 감사함을 느낄 것입니다.

귀하의 응급장비를 준비하기 위해 본 체크리스트를 사용해 주십시오.

질문	네	아니오	코멘트
내가 살고 있는 지역에서 발생하는 가장 중요한 자연재해 문제에 대해 알고 있습니까(지진, 홍수 등)?			
작은 경고 또는 경고 없이 발생하는 자연재해에 있어 어떻게 반응해야 할지 알고 있습니까?			
대피 명령이 떨어졌다면, 권고된 대피 경로를 알고 있습니까?			
나의 이동 수단은 무엇입니까?			
가장 가까운 대피소는 어디입니까?			
자신의 집 주변에 차단 밸브가 어디에 있는지 알고 있습니까? 어떻게 차단 밸브를 사용하는지 알고 있습니까? 특별한 도구가 필요한 경우, 그 도구를 가지고 있습니까? 어디에 있는지 알고 있습니까?			
비상연락을 취할 수 있는 그 지역이 아닌 곳에 거주하는 사람이 있습니까? 친척 또는 가까운 친구가 그 사람이 누구인지 알고 있습니까?			
응급상황에서 서로를 도울 수 있도록 이웃주민과 알고 있습니까?			
가정건강서비스를 받고 있는 경우라면, 서비스 제공회사와 비상절차에 대해 논의해 본 적이 있습니까?			
특수 요구를 가지고 있는 상황이라면, 비상상황 시, 그러한 특수 요구를 어떻게 처리할 것인지 계획하였습니까? (이동성, 의료기구, 요실금 보급품, 기타)			
노인 커뮤니티에서 거주하고 있는 경우, 비상 계획 및 절차에 대해 잘 알고 있습니까?			