뉴욕시 비상대비 안내서

시장 Michael R. Bloomberg

국장 John T. Odermatt

뉴욕시 재난 관리국 – NYC.GOV

가정용 준비 안내서

비상사태 발생시 행동요령에 대한 정보 안내

- 머리에 기억해둘 것
- 손에 들 것
- 집에 비치해둘 것

차례...

비상사태 대비 권고사항 **3**
일반적인 비상사태 대처법 **4**
대피 4
실내 대피 4
재난 대피소 4
공공서비스의 중단 5
위험 대처 안내 **6**
기상 재난 6
악천후: 뇌우, 돌발적인 홍수 & 토네이도 6
겨울 날씨 7
해안 폭풍 7
혹서 8
화재 9
지진 9
일산화탄소 9
질병 발생 및 생물학적 사건 9
방사능 노출 10
건물의 붕괴나 폭파 10
위험물질이나 화학물질 유출 10
테러에 대해 11
귀하 및 귀하가 사랑하는 사람들을 위한 정보 **12**
노인과 신체장애자 12
정신 건강 12
부모와 가족 13
애완동물 소유자를 위한 도움말 13
지하철내 대처법 14
시를 돕는 법 14
더 많은 정보 14
비상용 참조 카드 **15**
비상시 시당국에 연락 **16**

여러분은 재난에 대비할 수 있습니다

친애하는 뉴욕시민 여러분,

뉴욕시는 비상사태에 대처하기 위해 부단히 대비를 하고 있습니다. 우리 시는 대비 계획을 세우고 정기적으로 훈련을 실시하고 있습니다. 학교와 비영리단체, 그리고 기업 또한 대비를 하고 있습니다. 그러나 시 차원에서의 대비와 더불어 여러분 자신과 가정에서도 준비가 필요합니다. 이 안내서를 보시면 손쉽게 대비를 하실 수 있습니다.

뉴욕시 비상대비 안내서는 뉴욕 시민들이 직면할 수 있는 여러 비상사태들과, 그에 어떻게 대처하고 준비하는 지에 대한 중요한 정보를 담고 있습니다. 이 권고사항을 따르시면 여러분과 여러분의 가정이 재난에 잘 대처할 수 있습니다. 이 안내서를 신중히 정독하고 쉽게 찾을 수 있는 곳에 놓아두시기 바랍니다. 이 정보를 가족과 친구들, 이웃들과 함께 나누십시오. 항상 대비를 하십시오!

감사합니다.
시장 Michael R. Bloomberg

귀하와 귀하 가족을 위한 비상사태 대비 권고사항

미리 계획을 세우면 비상사태 대비가 쉽습니다. 누구나 쉽고 저렴하게 준비할 수 있습니다. 아래의 점검 목록을 가족들과 함께 잘 검토하여 비상사태 대처 방법을 결정하기 바랍니다. 일광 절약 시간 동안 시계를 변경할 때 가정용 생존 키트를 점검하고 필요에 따라 새로운 것으로 바꾸십시오. 바로 가져갈 수 있는 완벽한 준비가 되어 있는지 확인하십시오.

가정 재난 계획 점검 목록

머리에 기억해둘 것
위급 상황에서 무슨 행동을 취하고, 서로를 어떻게 찾고, 어떻게 연락할 지에 대해 미리 준비할 수 있도록 가족 구성원들과 함께 상의하여 재난 계획을 수립하십시오. 이 용도로 사용할 수 있도록, 15페이지의 '비상용 참조 카드 (Emergency Reference Card)'에 지갑 크기의 카드가 2장 들어 있습니다. 필요에 따라 복사를 해서 사용하십시오. 또한 4페이지의 '대피'를 참고하시기 바랍니다.

- ☐ 재난 발생 후에 가족들이 재집결할 곳을 정한다. 집결 장소 두 곳을 지정한다. 1차 집결지는 바로 집 밖으로 하고, 2차 집결지는 도서관, 커뮤니티 센터, 종교 시설 등, 인근 지역을 벗어난 곳으로 정한다.
- ☐ 2차 집결지의 주소와 전화번호를 모든 가족이 알도록 한다.
- ☐ 집과 인근에 있는 모든 가능한 탈출 경로를 숙지하고 훈련한다.
- ☐ 재난 시에 서로 헤어진 경우 가족들이 전화를 할 다른 주의 친구나 친척을 정한다. 뉴욕시 전화 회선의 통화량이 폭주할 경우 다른 주의 연락처가 가족 구성원들의 중요한 연락 수단이 될 수 있다. 시내 전화 회선의 통화량이 폭주할 경우, 장거리 전화 통화가 더 용이할 수 있다.
- ☐ 모든 사람의 필요 사항들, 특히 노인, 장애인, 영어를 못하는 사람들에 대해 고려한다.
- ☐ 전 가족이 함께 계획한 것을 훈련한다.
- ☐ 가족 구성원 모두 가족 재난 계획서를 각자 한 부씩 지갑과 배낭에 보관한다.

비상용 백(Go Bag) 점검 목록

손에 들 것
모든 가족 구성원들은 반드시 비상용 백(Go Bag)을 준비해 두어야 합니다. 비상용 백에는 대피시에 필요한 물품들을 넣어두십시오. 각 가족 구성원의 비상용 백을 배낭이나 바퀴 달린 여행용 가방처럼 튼튼하고 휴대하기 편리한 가방에 넣어 두십시오. 비상용 백은 급히 집에서 나갈 때 쉽게 가져갈 수 있어야 합니다. 연중 언제나 반드시 준비해 두십시오. 또한 4페이지의 '대피'를 참조하십시오.

- ☐ 방수가 되는 휴대용 용기에 자신의 중요한 서류의 사본을 보관 (보험 카드, 출생 증명서, 등기부등본 증명서, 사진 신분증 등)
- ☐ 여분의 자동차 및 집 열쇠 세트
- ☐ 신용카드와 현금인출 카드, 그리고 가급적 작은 화폐 단위의 현금. 수중에 50-100 달러를 지니고 있는 것이 좋음.
- ☐ 병에 든 물, 그리고 에너지바 또는 그라놀라바(granola bar)처럼 상하지 않는 음식
- ☐ 손전등, 배터리로 작동하는 AM 라디오와 여분의 배터리. 배터리가 필요 없이 손으로 돌려서 자가 발전하는 라디오를 소매점에서 구입할 수도 있음.
- ☐ 최소 1주일분 의약품 및 기타 개인 필수품. 의약품은 유통기한 만료 이전에 새 것으로 교환해 주어야 함. 가족 구성원 각자가 복용하는 의약품의 목록 및 용량, 또는 모든 처방전의 사본
- ☐ 응급용 약품 세트
- ☐ 튼튼하고 편안한 신발, 가벼운 우비용품, 얇은 담요
- ☐ 가족용 연락처 정보와 집결 장소 정보, 작은 지도
- ☐ 어린이 보호용 물품 또는 기타 특수 품목들

비상용 생필품 키트 점검 목록

집에 비치해둘 것
최소한 3일 동안 자립적으로 생존하기에 충분한 생필품을 가정에 비치해 두십시오. 가급적 이 품목들을 찾기 쉬운 별도의 용기나 특별한 찬장에 보관하십시오. 이 생필품은 비상용이라는 점을 가족들에게 알려주어야 합니다. 4페이지의 '실내 대피'를 참조하십시오.

- ☐ 1인당 하루에 마실 물 1갤런씩
- ☐ 상하지 않고 바로 먹을 수 있는 캔 식품과 수동 캔 오프너
- ☐ 응급용 약품 세트, 의약품과 처방전
- ☐ 손전등, 배터리로 작동하는 AM/FM 라디오와 여분의 배터리
- ☐ 호각
- ☐ 무취 표백제 1쿼트 또는 요오드 정제 (보건 당국에서 지시할 경우**에만** 이 약품으로 물을 살균 소독할 것), 그리고 안약병(표백제를 물에 첨가하기 위함)
- ☐ 개인 위생 용품: 비누, 여성용 위생 용품, 칫솔, 치약 등
- ☐ 튼튼한 신발, 두툼한 장갑, 따뜻한 옷, 얇은 담요, 가벼운 우비용품
- ☐ 여분의 소화기, 연기 감지기, 일산화탄소 감지기
- ☐ 어린이 보호용 물품 또는 기타 특수 품목들
- ☐ 기타 물품 및 도구

일반적인 비상사태 대처법

사전계획이 되어 있으면 비상사태 대처가 보다 쉬워집니다.

대피

경우에 따라 집이나 인근지역으로부터 대피할 필요성이 있습니다. 시 공무원들이 언론매체나 직접적인 경고를 통해 대피할 시점을 알려줄 것입니다. 대피는 공공의 안전에 중대한 위협이 존재할 때 최후의 수단으로 사용됩니다.

즉시 대피해야 할 상황:

- **재난요원에 의한 지시가 있을 때**
- **급박한 위험에 처했을 때**
- **가스나 연기를 맡았을 때**
- **화재가 났을 때**

대피를 위한 준비사항:

- 떠나기 전 집을 안전하게 단속하십시오: 창문과 문을 닫고 잠그고, 가전제품의 코드를 빼놓으십시오. 전원을 끌 필요성이 있을 경우 당국에서 지시를 할 것입니다.
- 튼튼한 신발, 그리고 긴 바지와 긴 소매 상의와 같이 편안하고 자신을 보호할 수 있는 옷을 입으십시오.
- 자신의 비상용 백(Go Bag)을 대피시 가져가십시오.
- 직장 대피 계획을 숙지하십시오.
- 자녀의 학교 대피 계획을 숙지하십시오.
- 재난의 성격에 따라 대피 경로가 다르다는 점을 유념하시고, 지역방송국에 주파수를 맞추거나, NYC.gov에 접속하거나 311로 전화해서 최신 정보를 입수하십시오.

3페이지의 '비상사태 대비 권고사항'을 참조하십시오

실내 대피

대피소로 대피하는 것이 부적절하거나 불가능할 경우에는, 자신이 있는 장소에 그대로 머물러 있도록 지시될 수도 있습니다. 실내 대피는 대기 오염과 관련된 각종 비상사태에서 자신을 보호할 수 있는 효과적인 방법입니다. 그러나 반드시 재난요원의 지시가 있을 때만 그렇게 해야 합니다.

실내 대피 지시를 받았을 때:

- 자신의 집이나 가장 가깝고 적절한 시설(학교, 도서관, 종교시설 등)의 내부로 들어가십시오.
- 문이나 창문이 적은 방을 대피소로 삼으십시오. 이상적으로는 최소한 1인당 10평방피트의 대피공간이 확보되어야 합니다.
- 모든 문과 창문을 잠그십시오.
- 모든 환기 장치를 끄십시오.
- 긴급 전화가 올 수 있도록 전화를 사용하지 마십시오.
- 라디오나 텔레비전 채널을 비상사태 정보에 맞추고 최신 정보를 입수하십시오.
- 비상용 백(Go Bag)과 비상용 생필품 키트를 활용하십시오.

3페이지의 '비상사태 대비 권고사항'을 참조하십시오

재난 대피소

비상사태의 성격에 따라 집을 떠나 재난 대피소로 이동할 필요가 있습니다. 뉴욕시는 다양한 재난 유형에 따른 적절한 대피소의 목록을 마련해 놓고 있습니다. 대피소로 대피할 필요가 있는 경우, 지역 공무원이 통보해 드릴 것입니다.

재난 대피소 지침:

- 가능하면 친구나 친척들과 함께 재난 영향권을 벗어난 대피소를 찾아가십시오.
- 학교나 관공서, 종교시설 등에 시영 대피소가 세워질 수 있습니다. 시영 대피소에서는 기본적인 음식과 의약품, 물을 제공합니다. 가능하면 의복과 침구류, 목욕 및 위생용품, 특수식품과 처방전 및 기타 의약품들을 소지하고 대피소로 오십시오.
- 재난 대피소에 주류나 총기류, 불법적인 물건은 반입할 수 없습니다.
- 애완동물은 대피소에 데려갈 수 없습니다. 단, 봉사용 동물만 입장이 허가됩니다. 애완동물을 키우는 경우 13페이지의 '애완동물 소유주를 위한 도움말'을 읽어보시기 바랍니다.
- 자신의 비상용 백(Go Bag)을 대피소로 가지고 오십시오.

재난 대피소(계속)

재난 대피소 지침:

- 힘든 상황에 보다 원활히 대처하기 위해 대피소의 감독관 및 다른 사람들과 협력하십시오.
- 비상사태의 성격에 따라 대피 경로가 다르다는 점을 유념하시고, 지역방송국에 주파수를 맞추거나, NYC.gov에 접속하거나 311로 전화해서 최신 정보를 입수하십시오.

공공서비스의 중단

공공서비스의 중단으로 인한 불편은 현대사회에서 종종 발생하고 있습니다.

전화가 불통인 경우:

- **휴대폰을 사용하거나 가능하면 친구나 이웃들로부터 휴대폰을 빌려서 전화 회사에 서비스 중단을 알리십시오.**
- **무선 전화 사용자들은 정전 시 전화를 이용할 수 없다는 사실을 유념하십시오. 전기가 필요 없는 전화기를 마련해 두는 것이 좋습니다.**
- **화재 경보기는 계속적으로 작동됩니다.**

가스 냄새가 나는 경우:

- **절대로 담배를 피우거나 라이터나 성냥에 불을 붙이지 마십시오. 냄새가 아주 심한 경우에는 전화를 사용하거나 전구를 켜거나 전자제품을 작동시키면 안됩니다. 조그만 불똥이 튀어도 화재가 발생할 수 있습니다.**
- **창문을 여십시오.**
- **즉시 대피하고 911에 연락하십시오.**

상하수도 관련 문제

집에서는 항상 병에 든 물을 준비해 놓는 것이 좋습니다.

- 땅이나 도로에서 물이 올라오는 것을 목격하거나, 상수도관 파열이 의심될 경우는 311로 전화를 해서 환경보호부(Department of Environmental Protection)에 신고하십시오. 전화상으로 다음 사항들을 보고해 주십시오: 상황에 대한 자세한 설명, 물이 새는 지점(도로, 지하실, 지하철 등), 문제가 발생한 정확한 장소, 자신의 이름과 주소, 전화번호.
- 물이 나오지 않거나 아주 조금만 나오면 311을 통해 환경보호부에 연락해 주십시오.
- 식수로서의 품질에 우려가 있다는 판정이 나면, 당국에서 여러분이 취해야 할 행동을 권고해줄 것입니다. 어떤 경우에는 끓이거나, 표백 및 요오드 처리를 거치거나, 혹은 기타 약품으로 살균소독되지 않은 물은 요리용이나 식수로 사용될 수 없다고 공지될 수 있습니다. 극단적인 경우에는 요리용, 식수용, 세면용 또는 목욕용으로도 사용할 수 없다는 발표가 날 수도 있습니다.
- 가뭄 시 당국은 물 절약을 권고할 것입니다. 물 사용량을 최대한 제한하시기 바랍니다. 가뭄이 심화되는 경우, 강제적인 가뭄 제한조치가 내려질 수 있습니다. 제한조치는 물 저장량의 고갈 속도를 늦출 수 있고, 심각한 물 부족의 위협을 잠재적으로 늦추거나 막을 수 있습니다.

정전된 경우:

- 즉시 전기 공급회사에 전화하여 정전 사실을 알리십시오.

  ConEdison 24시간 직통 전화: 1-800-75-CONED (752-6633)

  KeySpan 24시간 직통 전화: 1-718-643-4050
- 전기가 다시 들어오면 자동적으로 켜지게 되어 있는 가전 제품들은 미리 코드를 빼거나 전원을 끄십시오. 여러 가전 제품들이 동시에 켜지면 전기회로에 과부하가 일어날 수 있습니다.
- 음식의 부패를 막기 위해서 냉장고와 냉동고의 문을 최대한 닫은 채로 두십시오. 문이 열릴 때마다 열기가 들어와 해동 과정이 가속화됩니다.
- 가급적 집에 머물러 계십시오. 반드시 밖에 나가야 할 일이 있다면, 바닥에 떨어져 있거나 아래로 늘어져 있는 전선을 멀리하십시오. 바닥에 떨어진 모든 전선을 위험물로 취급하십시오.
- 복구 과정에 대한 최신 정보를 얻기 위해 건전지로 작동되는 라디오를 켜 놓으십시오.
- 겨울에 전력공급이 끊기거나 난방공급이 중단될 경우, 집을 최대한으로 단열하십시오.
- 실내에서 숯을 피우거나 방을 데울 목적으로 부엌의 가스레인지를 사용하지 마십시오. 화재 또는 유해한 연기가 발생할 수 있습니다.
- 실내에서 발전기를 사용하지 마십시오. 적절한 환기 없이 사용하면 일산화탄소가 발생할 수 있습니다.

위험 대처 안내

아래 내용은 뉴욕시에 영향을 미칠 수 있는 구체적인 위급상황에 대한 정보를 담고 있습니다.

기상 재난

여러 정부 기관들이 날씨를 면밀하게 감시하고 있습니다. 악천후는 귀하와 귀하의 재산에 위험과 해를 끼칠 수 있기 때문에 중대한 문제로 다루어 집니다.

악천후: 뇌우, 돌발적인 홍수 및 토네이도

뇌우 발생시:

- 금속류와 전기제품, 전화기, 욕조, 수도꼭지와 싱크대를 만지지 마십시오. 번개가 전선과 파이프를 따라올 수 있기 때문입니다. 특히 텔레비전을 주의하십시오.
- 강한 뇌우의 경우에는 즉시 안전한 시설로 들어가고, 나무는 피하십시오.

돌발적인 홍수 발생시:

- 높은 곳으로 가십시오. 괴어 있는 물을 통과해서 운전하는 것은 절대로 안됩니다.

토네이도 발생시:

- 지하실 또는 집에서 가장 낮은 곳으로 가십시오. 대피장소를 찾을 수 없으면 도랑이나 움푹 들어간 곳으로 피하십시오.

대피 명령이 떨어지면 즉시 대피하십시오.

폭풍에 대처하는 데 도움이 되는 행동 요령

- 창문의 셔터를 닫거나 판자를 대십시오.
- 잔디밭에 있는 가구나 쓰레기통이 바람에 날아가 피해나 상해를 입힐 수 있으므로 외부에 놓인 물건들을 안전하게 단속하십시오.
- 바닥에 떨어진 전선에서 멀리 떨어지십시오.
- 심각한 상황에는 가전제품이 손상되지 않도록 전원과 가스 스위치를 끄는 것을 고려하십시오.

기상청에서 사용하는 용어:

강한 뇌우 주의보 (Severe Thunderstorm Watch):
풍속 58mph이상의 돌풍 및/또는 지름 3/4인치 이상의 우박을 유발할 수 있는 뇌우 발생 가능성이 있는 경우

강한 뇌우 경보 (Severe Thunderstorm Warning):
강한 뇌우가 발생한 경우

토네이도 주의보 (Tornado Watch):
몇 시간 안에 토네이도가 발생 가능한 경우

토네이도 경보 (Tornado Warning):
토네이도 발생이 보고되거나 기상청 레이더가 토네이도나 토네이도의 징후를 감지한 경우

돌발적인 홍수 주의보 (Flash Flood Watch):
폭우로 인한 국지적인 홍수가 발생 가능한 경우

돌발적인 홍수 경보 (Flash Flood Warning):
폭우로 인한 국지적인 홍수가 발생하기 직전인 경우

우박 예보 (Freezing Rain Advisory):
비의 응결로 인한 소량의 얼음 축적이 예상되는 경우

겨울 날씨 예보 (Winter Weather Advisory):
눈, 진눈깨비, 우박의 소량 축적이 예상되는 경우

눈 예보(Snow Advisory):
12시간 이내에 1-4인치의 눈 축적이 예상되는 경우

눈보라 경보 (Blizzard Warning):
몇 시간 내에 강풍과 앞이 안 보일 정도의 폭설, 그리고 위험할 정도의 찬바람이 예상되는 경우

겨울철 폭풍 주의보 (Winter Storm Watch):
36시간 내에 다량의 눈 및/또는 얼음 축적 가능성이 있는 경우

겨울철 폭풍 경보 (Winter Storm Warning):
24시간 내에 6인치 이상의 눈/진눈깨비/우박을 동반한 폭풍이 예상되는 경우

기상청(National Weather Service) 웹사이트 **www.weather.gov**에서 더 많은 정보를 보실 수 있습니다.

악천후가 계속되는 동안:

- 적절한 옷을 입으십시오.
- TV 시청이나 라디오 청취를 통해 최신 소식을 계속 입수하기 바랍니다. 기상청에서는 예보와 경보 및 기타 정보를 하루 24 시간 방송하고 있습니다. 특수 기상 라디오는 지역의 소매점에서 구입할 수 있습니다.

기상 재난(계속)

겨울 날씨

위험한 겨울 날씨에는 겨울철 폭풍과 눈보라가 있습니다. 폭설과 빙판, 위험한 정도의 찬바람이 함께 동반될 수도 있습니다.

따뜻하게 입으시고 건조함을 유지하십시오:
모자와 목도리를 착용하고, 옷을 겹겹이 껴입고 방수 코트를 입으십시오. 일반 장갑보다 따뜻한 벙어리 장갑을 착용하십시오.

입을 가리십시오:
밖에서는 입을 가림으로써 극도로 찬 공기로부터 귀하의 폐를 보호하십시오.

무리한 활동을 피하십시오:
눈을 치우거나 차를 밀 때 서두르지 말고 천천히 하십시오. 밖으로 나가기 전에 스트레칭을 하고, 알코올이나 카페인이 함유되지 않은 음료를 많이 마시기 바랍니다.

자동차의 안전:
자동차에 시동을 걸기 전에 배기구에서 눈을 치워 일산화탄소 중독을 방지하십시오. 9페이지의 '일산화탄소' 항목을 참조하십시오.

안전한 난방:
뉴욕시에서는 매년 수많은 화재와 위급 상황이 난방 관련 문제로 인해 발생하고 있습니다. 귀하의 난방기구가 안전한 지 확신할 수 없다면 311로 연락하여 화재 점검을 받으십시오.

- 난방이 되지 않을 경우 건물 소유주에게 연락하십시오. 난방이 복구되지 않으면 311을 통해 뉴욕시 주택 보존 개발부(New York City Department of Housing Preservation and Development)로 연락하십시오.
- 연료로 불을 피우는 난방기구(화로, 보일러, 온수 히터, 의류 건조기 등) 사용 시에는, 일산화탄소 중독을 방지하기 위해 환기를 하고 전문가에게 정기적인 점검을 받으십시오.
- 전기 히터 사용 시에는 전기충격이나 화재, 화상의 위험에 극도로 조심해야 합니다.
- 히터 부근의 물건들은 화재 예방을 위해 열원으로부터 최소한 3피트의 거리를 두어야 합니다.
- 가스 오븐이나 버너는 실내 온도를 높이기 위해 사용하면 절대 안됩니다.

해안 폭풍

해안 폭풍은 뉴욕시에 심각한 손해와 위험을 초래할 수 있으며, 특히 저지대 지역은 홍수 피해 가능성이 더욱 큽니다. 귀하가 해안가에서 10블럭 이내에 거주하고 있다면, 강한 해안 폭풍이나 허리케인 발생 이전에 대피 지시를 받을 가능성이 높다는 점을 명심하십시오.

기상청이 지역 라디오와 TV를 통해 발표하는 지역 기상 예보와 속보에 주의를 기울이십시오.

허리케인이 오기 전에 자신의 집이 허리케인 대피지역에 속하는지 알아 보려면, 지역 뉴스를 보고 NYC.gov에 접속하거나 311로 전화해서 최신 정보를 입수하십시오.

뉴욕시에 영향을 주는 해안폭풍에는 3가지가 있습니다.

북동풍(Nor' easters)
북동풍(Nor'easters)은 특수한 열대성 사이클론으로서 폭우/폭설과 강풍, 해안지역 홍수를 발생시킬 수 있습니다.

- 북동풍은 연중 어느 때나 발생 가능하지만 가을과 겨울철에 가장 보편적으로 발생합니다(9월부터 4월까지).
- 북동풍 발생시 대체로 대피는 필요치 않습니다. 그러나 폭풍이 심각할 경우 시에서 주민들에게 안전한 대피소를 제공할 수 있습니다.

열대 폭풍(Tropical Storms)
열대 폭풍은 풍속이 39-73 mph사이에서 지속되는 열대성 사이클론입니다.

- **열대 폭풍 주의보(Tropical Storm Watch):** 24-36시간 내에 열대 폭풍의 발생 위협이 있는 경우 열대폭풍 주의보가 발령됩니다.
- **열대 폭풍 경보(Tropical Storm Warning):** 24시간 내에 열대 폭풍이 예상될 경우 발령됩니다.

허리케인(Hurricanes)
허리케인은 풍속이 74mph이상으로 지속되는 열대성 사이클론입니다.

- 허리케인 시즌은 대서양과 멕시코만에서 허리케인 형성이 예측되는 시기로서, 6월부터 11월까지 계속됩니다.
- 허리케인 발생 동안 허리케인 대피지역의 주민들은 대피할 것이 요청됩니다. 시에서 지역방송을 통해 구체적인 대피 및 대피소 정보를 제공할 것입니다.
- **허리케인 주의보(Hurricane Watch):** 24-36시간 내에 허리케인의 위협이 존재할 때 발령됩니다.
- **허리케인 경보(Hurricane Warning):** 24시간 내에 만조 수위의 위험과 거친 파도가 예상될 때 발령됩니다.

기상 재난(계속)

혹서

여름 동안 뉴욕 시민들은 무더운 날씨로 인한 위험에 특별히 취약합니다. 도시의 구조를 이루는 아스팔트와 콘크리트, 금속류는 열을 흡수하므로 뉴욕시의 기온이 내려가는 것을 어렵게 만듭니다. 이런 현상은 "열섬 효과"로 알려져 있습니다. 5페이지에 있는 '공공서비스의 중단'을 참조하십시오.

뜨거운 열기는 어린이와 노약자들에게 특별히 위험합니다. 이웃의 상황을 점검하여 도움을 제공하시기 바랍니다.

아래의 목록은 폭염으로 인해 나타날 수 있는 질병들입니다. 더위와 관련된 질병, 특히 열사병의 경우 위급한 상황이 될 수 있으므로 911로 연락하십시오.

열경련:
열경련은 격심한 활동으로 야기된 근육통과 근육경련을 말합니다. 열경련은 더위와 관련된 위험한 질병 중 가장 경미한 것이지만, 신체가 더위에 대처하는 데 문제가 생겼다는 조기 신호이므로 즉시 안정 및 수분 공급 처치를 받아야 합니다. 또한 스트레칭이나 직접적인 환부 마사지가 경련을 완화시켜 줄 수 있습니다. 매우 심각한 경우가 아니라면 응급 치료를 받을 필요가 없습니다.

열탈진:
열탈진은 격심한 운동이나 고온다습한 곳에서 작업한 결과, 땀을 지나치게 흘려 신체의 수분이 부족해져서 나타납니다. 다음의 증상을 포함합니다: 땀, 창백한 안색, 차갑고 습한 피부, 피로, 두통, 현기증, 얕은 호흡, 맥박이 약해지고 빨라지는 현상. 열탈진 환자는 피로를 느끼지만 정신이 혼란하지는 않습니다. 이런 증상을 보일 경우 반드시 서늘한 곳에서 안정을 취하고 물이나 전해질 음료를 마시고, 발을 12 인치 위로 올려놓아야 합니다. 상태가 심각할 경우 추가적인 진료를 받아야 합니다. 적절한 처치 없이는 환자의 상태가 열사병으로 발전할 수 있습니다. 환자가 기본적인 처치에도 반응하지 않는다면 병원에 보내십시오.

열사병:
"일사병"이라고도 합니다. 체온을 내리기 위해 땀을 배출하는 체온 조절 시스템이 멈춘 경우입니다. 피부가 붉고, 뜨겁고 건조하며, 체온의 상승이 일어날 수 있습니다. 환자는 정신적인 혼란증상을 나타낼 수 있으며, 발작증세나 얕은 호흡, 그리고 맥박이 약하거나 빨라지는 증상을 보입니다. 열사병은 더위와 관련된 질병 중 가장 심각한 것으로, 이러한 증상을 보이는 사람은 반드시 응급 치료를 받아야 합니다.

더위와 관련된 용어:

혹서기간(Heat Wave): 극심한 더위와 함께 종종 과도한 습기가 수반되는 기간

불쾌지수(Heat Index): 대기 온도에 상대적인 습기가 더해질 때 느껴지는 체감 온도

더위 예보(Heat Advisory): 화씨 100도를 넘어서는 불쾌지수가 이틀 연속으로 3시간 미만으로 나타날 때

폭염 경보(Excessive Heat Warning): 불쾌지수가 화씨 115도를 넘어설 것으로 예상되거나, 이틀 연속으로 3시간 이상 화씨 100도를 넘어서는 경우

폭염 주의보(Excessive Heat Watch): 과도한 더위에 대한 장기간의 경계령

오존 주의보(Ozone Advisory): 8시간 이상의 기간 동안 0.08ppm을 넘는 오존 레벨이 예상될 때 발령됩니다. 야외 활동을 제한해야 하며, 천식과 같은 호흡기 관련 문제가 있는 사람은 특별히 더 주의하고 격렬한 활동을 피해야 합니다.

서늘하게 지낼 수 있는 도움말:

- **햇볕을 피하고, 태양 아래 있을 때는 최소한 SPF 15 이상의 선크림을 바르십시오.**
- **가볍고 밝은 색의 헐렁한 옷으로서, 햇볕에 타지 않도록 최대한 피부를 많이 가리는 옷을 입으십시오.**
- **급격한 기온 변화에 자신의 신체가 적응할 수 있는 시간을 주어야 합니다.**
- **알코올이나 카페인이 함유되지 않은 음료수를 많이 마시는 것이 좋습니다.**
- **블라인드나 차양을 이용하십시오.**
- **공공 수영장이나 에어컨이 나오는 상점, 쇼핑몰로 가는 것을 고려하십시오.**
- **냉방 센터(cooling center)를 찾아보십시오. 불쾌지수가 위험수위로 상승될 것이 예상되면 뉴욕시는 냉방센터를 개장하여 시민들이 혹서에서 벗어나 에어컨 환경에서 휴식할 수 있는 공공 시설을 제공합니다. 더위로 인한 응급상황 시에는 311로 전화하여 냉방센터나 수영장의 위치를 문의하십시오. 또한 NYC.gov에 접속하여 자기 지역의 냉방센터를 찾아볼 수 있습니다.**

화재

연기 감지기가 경보를 울리거나 화재가 발생하면 침착성을 유지하십시오. 큰 화재를 진압하려고 시도하지 마십시오.

- 옷에 불이 붙었을 때는 걸음을 **멈추고**, 바닥에 **엎드리고**, 불이 꺼지도록 계속해서 바닥에서 **구르십시오**.
- 귀하가 고층 복합 건물에 거주하고 있고, 화재가 귀하의 집에 난 것이 아니라면, 연기로 가득한 복도로 나오지 말고 실내에 머물러 계십시오.
- 사무용 고층 빌딩에서는 화재가 귀하의 층이나 위층에서 났을 경우에만 대피하시고, 화재가 난 층보다 두 층 아래로 내려 오십시오. 기타 층에서는 자신의 층에 머물면서 추가 지시를 위해 안내 방송에 귀를 기울이십시오.
- 주택 또는 불연성이 아닌 아파트에 화재가 발생하면 즉시 나오십시오.
- 문을 열기 전에 손등으로 문의 온도를 느껴 보십시오. 만약 뜨겁다면 다른 탈출구를 찾아보십시오. 대피시 바닥으로 최대한 몸을 낮추어 대피하십시오. 연기와 열기가 위로 올라가므로 바닥의 공기가 더 깨끗하고 시원하기 때문입니다. **뒤에 있는 문들을 닫으십시오.**
- 어떤 이유로든 집에서 나올 수 없다면 창문 근처의 바닥에 가까이 계십시오. 문을 닫고 연기가 들어오지 못하도록 수건으로 문 아래를 틀어막으십시오. 가능하면 창문 밖으로 천을 흔들어 구조 신호를 보내십시오
- 이웃집 등 보다 안전한 곳에 가서 **911에 전화하십시오**.
- **물건을 가져가려고 멈추지 마십시오.**
- **엘리베이터를 이용하지 마십시오.**
- 화재 예방을 위해 가정에 ABC 소화기를 비치하고 작동이 원활한 연기감지기를 설치해 놓으십시오. 일광 절약 기간에 매년 두 차례 건전지를 점검하십시오.
- 아파트를 임대해준 경우 임차인이 보험에 들었는지 확인해 보십시오.
- 화재 안전에 대한 더 자세한 정보를 얻으시려면 FDNY 웹사이트(NYC.gov)를 방문하시거나 311로 전화주시기 바랍니다.

또한 이 페이지에 있는 '일산화탄소'와 4페이지에 있는 '일반적인 비상사태 대처법'을 참조하십시오.

지진

지진은 뉴욕시에 드물지만 가끔씩 진동이 발생하므로 시민들도 대비를 해 두어야 합니다. 지진이 발생한 뒤에는 공공서비스가 중단될 수 있음을 유념하십시오.

지진 발생시:

- 바닥에 **엎드리십시오**.
- 튼튼한 가구 밑이나 인테리어 벽 옆으로 **피신하십시오** 머리와 목을 팔로 감싸 보호하십시오.
- 튼튼한 가구를 잘 **움켜잡고** 자신을 거기에 고정시키십시오. 진동이 멈출 때까지 그 장소에 그대로 머물러 계십시오
- 지진 뒤 종종 수반되는 여진에 대비하십시오.

또한 4페이지의 '일반적인 비상사태 대처법'을 참조하십시오.

일산화탄소

난로의 환기 불량, 굴뚝이 막히거나 금이 간 경우, 온수기, 벽난로, 스토브, 자동차 배기구에서 위험한 수준의 무색무취 일산화탄소가 배출될 수 있습니다. 일산화탄소 중독 증상은 감기와 비슷하며, 두통과 현기증, 피로감과 구토를 동반하기도 합니다.

일산화탄소 중독이 의심될 때:

- 911에 연락합니다.
- 창문을 엽니다.
- 피해자를 즉시 신선한 공기로 옮깁니다.
- 지역의 담당 회사에 연락합니다.

또한 이 페이지에 있는 '화재'와 4페이지에 있는 '일반적인 비상사태 대처법'을 참조하십시오.

질병 발생 및 생물학적 사건

여러 질병과 생물학적 매개체에 대한 조치들이 마련되어 있습니다. 뉴욕시는 뉴욕 주 및 연방 정부 기관들과 협력하여 질병과 생물학적 사건이 발생할 수 있는 잠재적 상황에 대한 대처 계획을 수립해 놓고 있습니다.

- 뉴욕시의 "증후 감시(syndromic surveillance)" 시스템은 미국 최초로 시도된 것으로, 다른 주의 모델이 되고 있습니다. 뉴욕시의 건강 정신 위생부는 질병 패턴을 연중무휴 24시간 감시하는 최첨단 시스템을 갖추고 있습니다. 이 시스템은 질병 출현을 조기에 경고할 수 있도록 응급실 방문환자, 앰뷸런스 운행, 약국 판매 등을 상시 관찰하고 있습니다.
- 뉴욕시는 위험한 환자에게 약품이나 백신을 공급할 수도 있습니다. 이러한 조치는 특수한 보건상의 위험성에 따라 결정될 것입니다. 치료나 백신을 보급하기 위해 뉴욕시는 치료가 제공되는 진료소(Points of Dispensing: POD)를 개장할 수 있습니다. 진료소(POD)가 가동되면, 지역 방송을 듣거나311로 전화하거나 NYC.gov에 접속하여 가장 가까운 진료소를 찾을 수 있습니다.

방사능 노출

소량의 방사능은 안전한 것으로 간주됩니다. 가능성은 희박하지만, 만일 뉴욕시가 위험수준의 방사능에 노출되는 사건이 발생한 경우, 자신의 방사능 노출을 줄일 수 있는 대처법이 있습니다.

- 외부에 있다면 건물 안으로 들어가십시오. 모든 옷을 벗고 철저하게 씻으십시오.
- 사고가 실내에서 일어났다면, 오염된 지역을 통과하지 말고 건물 밖으로 나오도록 노력하십시오. 탈출이 불가능한 경우, 가능한 한 사고 지점과 멀리 떨어진 곳에서 실내 대피를 하십시오. 4페이지에 있는 '실내 대피'를 참조하십시오.
- 방사능 노출과 같은 희귀한 사고가 발생하면, 뉴욕시는 요오드화칼륨(통칭 KI)을 배포할 것입니다. KI는 소금의 일종으로 방사능 요오드에 노출되었을 경우에만 사용되며, 갑상선 손상을 막아주는 역할을 합니다. 다른 방사능 환경에서는 도움을 줄 수 없습니다. KI는 일반적으로 어린이와 청소년, 임산부, 그리고 갑상선 비대증 사람에게만 추천됩니다. 24 시간마다 한 개씩만 복용해야 합니다.

또한 4페이지의 '일반적인 비상사태 대처법'을 참조하십시오.

방사능 노출을 최소화할 수 있는 3가지 일반 지침:

1) 시간: 시간이 지남에 따라 방사성 물질에서 나오는 방사능이 감소합니다. 당국에서 위협이 지나갔다고 알려줄 때까지 실내에서 대기하십시오.

2) 거리: 방사능 노출 지점으로부터 멀면 멀수록 더 좋습니다. 당국에서는 방사능 유출 지점과 가까운 지역의 주민들에게 대피하도록 요청할 수 있습니다.

3) 보호막: 방사능 유출 지점과 귀하의 사이에 최대한 무겁고 밀도가 높은 물질을 두십시오. 이런 이유로 인해 당국에서 실내나 지하실에서 대기하도록 권고할 수 있습니다. 창문을 닫고 잠그십시오. 그리고 환기시설의 전원을 끄십시오.

건물의 붕괴나 폭파

건물의 붕괴나 폭파는 구조적인 손상이나 파괴행위에 의해 발생될 수 있습니다. 어떤 경우든 아래와 같은 규칙에 따라 행동하십시오.

건물 붕괴나 폭파 장소에 있을 때:

- 최대한 신속하고 침착하게 밖으로 나오십시오.
- 건물 밖으로 나올 수 없을 경우에는 튼튼한 탁자나 책상 아래로 피신하십시오.

파편을 치울 때:

- 장갑을 끼고 견고한 신발을 신으십시오.
- 파편을 유형별로 분류하십시오(나무, 가전제품 등).
- 전선이 들어있는 파편은 손대지 마십시오.
- 너무 크거나 무거운 파편은 옮기지 마십시오. 이웃이나 친구, 복구 작업자들에게 도움을 청하십시오.

화재가 발생했을 때:

- 건물 폭파 뒤에는 종종 화재가 발생합니다. 9페이지의 '화재'를 참조하십시오.

건물 잔해에 갇혔을 때:

- 천이나 옷으로 코와 입을 가리십시오.
- 바닥의 먼지를 발로 차지 않도록 될 수 있는 한 거의 움직이지 마십시오. 먼지를 마시면 해롭습니다.
- 가능하다면 손전등을 사용하여 주변 상황을 살펴보십시오.
- 파이프나 벽을 두드려서 구조자들에게 자신의 위치를 알리십시오. 호각이 있으면 부십시오. 소리를 지르는 것은 유해한 먼지를 다량 흡입할 위험이 있으므로 최후 수단으로 사용하십시오.

또한 4페이지의 '일반적인 비상사태 대처법'을 참조하십시오.

위험물질이나 화학물질 유출

우리는 가정과 직장에서 매일 위험 물질을 사용하고 있습니다. 이따금 소량 유출되기도 하지만, 이런 사고가 시민들에게 미치는 불편은 교통정체 이외에는 대부분 미미합니다. 대량 유출사고 발생시 당국은 최선의 행동방향을 지시해줄 것이지만, 우선 아래의 주의사항을 반드시 준수하도록 하십시오.

가정에서 일어난 사고는 '유독물질 통제소(Poison Control)'의 직통전화(1-212-POISONS, 1-212-764-7667)에 문의하거나, NYC.gov 혹은 311에 연락하십시오.

일반 지침:

- 가능하다면 바람이 불어오는 쪽을 향해 있으십시오.
- 필요한 경우 가급적 빨리 병원에 가십시오.
- 실내에서 일어난 사고라면 오염된 지역을 통과하지 말고 건물에서 나오도록 노력하십시오. 나올 수 없는 경우에는 사고지점에서 가능한 한 멀리 떨어진 곳에서 실내 대피하는 것이 좋습니다. 4페이지의 '실내 대피'를 참조하십시오.
- 유독물질에 노출되었다면, 겉옷을 벗은 뒤 몸을 씻으십시오.
- 어떤 상황에서는 유독물질에 노출된 후 "오염 제거"과정이 필요할 수도 있습니다. 특수 훈련을 받은 응급요원이 오염 제거 과정을 수행할 것입니다. 이 과정에는 개인 물품을 몸에서 제거하거나 노출된 신체부위를 세척하는 것이 포함될 수 있습니다. 필요한 경우 의학적 치료가 제공됩니다.

또한 4페이지의 '일반적인 비상사태 대처법'을 참조하십시오.

테러에 대해

테러리스트의 주요 목표는 공포심을 조장하는 것입니다. 정확한 정보와 기본적인 비상사태 준비를 갖추면 여러분이 맞서 싸울 수 있습니다. 때로는 사고가 테러처럼 보이기도 하고, 테러가 사고처럼 보일 수도 있음을 명심하십시오. 어떤 경우든 대처 방법은 비슷합니다.

사실을 알고 책임감 있게 행동:

- 상황에 대한 정확한 사실을 알고 객관적으로 판단하십시오. 정부나 대중매체와 같이 신뢰할 수 있는 다양한 정보원을 활용해 정보의 진위를 확인하십시오.
- 루머를 퍼뜨리지 마십시오.
- 낯선 사람으로부터 짐이나 상자를 받거나, 지하철 등의 공공장소에 짐이나 가방을 두고 가지 마십시오.

폭파:

- 10페이지의 '건물의 붕괴나 폭파'를 참조하십시오.

생물학적 공격:

- 생물학적 공격은 테러리스트들이 의도적으로 전염병을 퍼뜨리려 할 때 발생합니다.
- 비상사태 유형에 대한 구체적인 정보를 보려면 9페이지의 '질병 발생 및 생물학적 사건'을 참조하십시오.

화학적 공격:

- 유독물질의 의도적 유포는 테러의 한 형태입니다. 그러나 유독물질과 관련된 우연한 사고 역시 일어날 수 있습니다. 어떤 경우든 행동요령은 같습니다.
- 이런 유형의 비상사태에 대한 구체적인 정보를 보려면 10페이지의 '위험물질이나 화학물질 유출'을 참조하십시오.

방사능 공격:

- 방사능 공격은 방사성 물질이 의도적으로 유출된 경우에 발생합니다.
- **방사능 살포 장치(RDD):** 방사능 살포 장치는 방사성 물질을 광범한 지역에 살포하도록 고안되었습니다. 방사성 물질의 살포 범위가 넓을수록 위험성이 줄어듭니다. 대부분의 경우, 살포된 방사성 물질은 치사량이 못 됩니다.
- **"더러운 폭탄(Dirty Bomb)":** 더러운 폭탄은 방사능 살포 장치(RDD)의 일종으로, 재래식 폭탄과 방사성 물질이 결합된 것입니다. 이 폭탄은 방사성 물질을 퍼뜨리는 목적으로 사용됩니다. 방사능 자체보다는 폭발로 인해 더 큰 피해와 사상자가 발생할 수 있습니다.
- 더 많은 정보를 보시려면 10페이지의 '방사능 노출'을 참조하십시오.

다음과 같은 특징을 한 가지 이상 지닌 소포나 편지는 의심해 보십시오:

- 주소를 손으로 쓰거나 서투르게 타이핑한 경우, 직함이 정확하지 않거나 직함만 있고 이름이 없는 경우, 또는 쉬운 단어의 철자법이 틀린 경우.
- 퇴사한 사람 앞으로 오거나, 구체적인 수신인이 지정되지 않은 경우.
- 회신 주소가 이상하거나 회신 주소가 없는 경우.
- "Personal(사적인 내용)", "Confidential(기밀)" 혹은 "Do not X-ray(X-레이 투과금지)"와 같은 제한 표시가 있는 경우.
- 우편 요금이 지나치게 비싼 경우.
- 외부에 가루가 묻어 있는 경우.
- 크기에 비해 무게가 비정상적이거나, 한쪽으로 치우쳐 있거나, 형태가 이상한 경우.
- 비정상적으로 테이프를 많이 붙인 경우.
- 냄새가 나거나, 변색되어 있거나, 기름 얼룩이 묻어 있는 경우.

의심스러운 소포나 서신을 받았을 때:

- 바닥에 내려놓으십시오. 가급적 안정된 평면에 놓아두십시오.
- 휴지통이나 비닐 봉지와 같은 밀폐용기로 덮으십시오.
- 911에 신고하고 건물 안전요원에게 알리십시오.
- 다른 사람들에게도 소포의 존재에 대해 알리고 그 장소에서 대피하십시오.
- 손으로 소포를 만졌을 경우 손을 비눗물로 씻으십시오.
- 의심스러운 소포가 발견된 장소나 부근에 있던 사람들의 명단을 작성하여 당국에 제출하십시오.
- 자신이 영향에 노출되었다고 생각되면 그 지역을 멀리 벗어나지 마십시오.

폭탄 위협을 받았을 때:

- 전화를 건 사람에게 다음 질문들을 가능한 한 많이 물어보십시오:
  1) 폭탄이 언제 터질 것인가?
  2) 현재 폭탄이 어디에 있는가?
  3) 폭탄이 어떻게 생겼는가?
  4) 폭탄의 종류는 무엇인가?
  5) 지금 전화하고 있는 장소는 어디인가?
  6) 왜 폭탄을 설치했는가?
- 전화를 건 사람과의 통화를 최대한 오랫동안 지속시키고, 통화내용을 받아 적거나 녹음하십시오.
- 정확한 통화 시각과 통화 길이를 기록하십시오.
- 전화를 건 사람의 음성과 배경 소음을 주의 깊게 들으십시오.
- 전화를 끊은 뒤 즉시 911에 신고하십시오.

잠재적인 테러 정보를 입수하면 311로 연락하십시오.

귀하 및 귀하가 사랑하는 사람들을 위한 정보

노인과 신체장애자

노인과 신체장애자들은 비상사태에 대한 준비에서 추가적인 단계가 필요할 수 있습니다. 자신이나 가족 구성원에게 특별한 도움이 필요한 경우, 비상사태 계획을 준비할 때 아래의 도움말을 참조하십시오.

계획 수립에 있어 더 많은 도움이 필요하시면 311이나 TTY 전화(212-504-4115)를 통해 '뉴욕시 노인부(NYC Department for the Aging)'나 '장애인을 위한 시장 사무소(Mayor's Office for People with Disabilities)'에 연락할 수 있습니다.

- 7-14일 동안 사용할 수 있는 분량의 필수 의약품을 항상 휴대하십시오.
- 집, 직장, 학교, 커뮤니티 등 자신이 주로 시간을 보내는 장소마다 따로 비상사태 계획을 개인적으로 세우십시오.
- 비상시에 어떤 유형의 도움이 필요한지 판단하기 위해 자신의 능력과 한계, 요구사항과 주변환경을 평가해 보십시오.
- 자신을 도와주는 가정부 및 밀접한 다른 사람들을 계획 수립과정에 함께 포함시키십시오. 구체적인 계획 내용에 대해서는 NYC.gov의 재난 관리국(OEM) 웹사이트에 있는 '뉴욕시의 노인과 신체장애자를 위한 준비 안내서(New York City's Guide to Preparedness for Seniors and People with Disabilities)'를 참조하거나 311로 전화하십시오.
- 휠체어나 호흡기, 또는 기타 생명유지 장치가 전기로 작동되는 경우에는 전원공급이 끊긴 상황에 대한 계획을 수립하십시오. 전력회사와 상담하시기 바랍니다.
- 청각 장애자들은 비상 경보를 수신하기 위한 특별 조치가 필요할 수 있습니다.
- 움직일 수 없는 장애자들은 대피소로 대피하거나 건물을 탈출할 때 도움이 필요할 수 있습니다. 정전 시에는 엘리베이터가 작동되지 않는다는 것을 명심하십시오. 기계장치에 의존하는 장애자들은 반드시 911이나 주치의와 함께 상의하십시오.
- 특수한 음식섭취가 필요한 사람은 충분한 양의 비상용 음식을 확보해 두어야 합니다
- 자신에게 필요한 도움과 정확한 숫자를 적어두는 것도 좋습니다. 유사시 사용 가능하도록 의학적 상태, 복용하는 의약품과 용량, 알레르기, 특수한 장비, 의료 보험, 노인을 위한 의료보험(Medicare) 카드, 그리고 개인적인 연락처 및 의료기관의 연락 정보를 자세히 적어두는 것이 중요합니다. 비상시 이 목록을 지니고 있도록 하며, 친구에게 복사본을 갖고 있게 하십시오.
- 봉사용 동물이 있는 경우 등록된 봉사 명찰이 있는 지를 확인하십시오.

비상사태에 대한 기타 가족 대비

- 14페이지의 '더 많은 정보'에 수록된 웹사이트와 전화번호를 활용해 유사시 자신과 가족을 보호할 수 있는 다양한 방법들을 배울 수 있습니다.
- 응급처치 강좌나 지역사회 비상사태 대책팀(CERT)의 강좌에 등록하여 피해시 가족과 이웃을 돕는 법을 배울 수 있습니다.
- 연기와 일산화탄소 감지기를 집 곳곳에 부착하고 정기적으로 점검하여 제대로 작동하는지 확인하십시오.
- 가정에 소화기를 비치하고 모든 가족이 소화기의 위치와 사용법을 숙지하게 하십시오.
- 일광 절약 시간 동안 일년에 두 차례 연기와 일산화탄소 감지기의 건전지를 교환하고 비상용 생필품들을 점검하십시오.

정신 건강

재난 피해자들은 다음과 같은 감정적 반응을 하나 이상 보일 가능성이 큽니다: 분노, 피로, 식욕감퇴, 불면증, 악몽, 우울증, 주의력 결핍, 과다활동, 알코올 또는 약물 사용 증가.

감정적 고통을 완화하기 위해 정신 건강 전문가들이 제시하는 방법:

- 가족과 친구, 이웃에게 자신이 느끼는 감정을 이야기하십시오. 이 사람들은 훌륭한 약과 같습니다. 같은 경험을 함께 나누면 불안과 무력감 극복에 도움이 됩니다.
- 가능한 한 빨리 일상생활로 돌아 가십시오. 건강식을 섭취하고 충분한 수면을 취하기 위해 노력하십시오.
- 매일 약간씩 운동을 하십시오.
- 위에 나열된 증상이 오랜 기간 지속되면 정신건강 전문의와 상담해 보십시오.

더 많은 정보, 참고사항이 필요하거나, 대화 상대가 필요한 경우, 311을 통해 뉴욕시가 운영하는 24시간 정신건강 직통 전화인 "라이프넷(LifeNet)"에 연락하십시오.

부모와 가족

귀하의 자녀들을 비상사태 계획을 수립하는 과정에 참여시키십시오. 여러 가지 다른 상황에서 어떻게 도움을 얻고 무슨 행동을 해야 하는지 가르쳐 주십시오. 가족 재난 계획을 아이들과 함께 연습하고 대비 정보에 관해 퀴즈를 내십시오.

모든 어린이가 반드시 알아야 할 사항:

- 비상 사태 시 가족간의 연락 정보.
- 땅에 떨어진 전선이나 매달린 전선을 절대로 건드리지 말 것.
- 가스 냄새를 식별하는 법. 냄새를 맡으면 반드시 어른에게 알리거나, 그 건물에서 나가야 한다고 일러 주십시오.
- 911에 어떻게, 언제 신고를 하는지 요령.

자녀의 학교나 탁아소 시설에 대해 알아볼 사항:

- 비상시에 자녀의 학교에서 어떤 조치를 취하는지 알아보고 학교의 비상사태 계획을 숙지하십시오.
- 대피 중에 자녀를 데려오기 위해 만날 수 있는 장소를 알아보십시오.
- 학교에서 자신의 최신 연락정보와, 최소한 한 명 이상의 다른 친척이나 친구 연락정보를 갖고 있는지 확인하십시오.
- 귀하가 자녀를 직접 데리러 갈 수 없을 경우 친구나 친척을 대신 보내도 되는지 알아보십시오.

비상용 백(GO BAG):

- 가정의 비상용 백에 어린이 보호용 물품과 함께 게임기, 작은 장난감들을 함께 넣어두십시오.

안심시키기:

- 어린이들은 재난 이후의 감정적인 고통에 특별히 취약합니다. 어둠에 대한 지나친 공포나 울음, 혼자 있는 것을 두려워하거나 지속적인 불안감을 보일 수 있습니다. 어린이들에게 그들이 안전하다고 안심시키십시오. 아이들이 느끼는 두려움을 말하도록 이끌어주고, 그들에게 재난에 대한 책임이 없음을 강조하고, 아이들을 위로하십시오.

더 많은 정보를 보려면 3페이지의 '비상사태 대비 권고사항'과 14페이지의 '더 많은 정보'를 참조하십시오.

영어 미사용자

비상 사태 시 영어 미사용자들은 자신의 특별한 요구사항을 고려해야 합니다.

- **필요한 정보와 특별한 지원을 얻기 위해 사전에 특별한 준비를 하십시오.**
- **더 자세한 정보를 얻으려면 311로 연락하십시오.**

애완동물 소유자를 위한 도움말

애완동물 소유자들은 가족 재난계획에 애완동물 항목을 포함시키십시오. 애완동물은 대피소에 들어갈 수 없다는 사실을 유념하십시오(봉사용 동물만 허용됩니다). 따라서 대피할 경우를 대비해 애완동물을 위한 계획을 세우는 것이 중요합니다.

애완동물 비상사태 계획에 대한 도움말:

- 자신의 지역 외부에 거주하는 친구나 친척들에게 비상시 자신과 애완동물이 머물 수 있는지 알아보십시오. 또한 재난으로 인해 자신이 귀가하지 못할 경우, 애완동물을 돌봐달라고 이웃이나 친구, 가족에게 부탁하십시오.
- 비상사태 기간 동안 담당 수의사나 조련사가 동물을 위한 대피소를 제공하는지 알아보십시오.
- 재난 기간에는 애완동물을 운반용기에 넣어 데려가십시오. 이렇게 하면 애완동물에게 보다 안전감을 주고 안심시킬 수 있습니다.
- 자신의 애완동물이 숨는 장소를 알아두면 동물이 스트레스를 받았을 때 쉽게 찾아낼 수 있습니다.
- 애완동물마다 허가증과 이름표가 있는지 확인하십시오.
- NYC.gov의 재난 관리 사무소(OEM) 웹사이트에 올라있는 "뉴욕시의 동물을 위한 재난 대비(Disaster Preparedness for Animals in New York City)" 브로셔를 읽어보시거나, 311로 전화하십시오.

"애완동물 생존 키트"를 마련해서 애완동물 보관소나 친구, 가족들에게 애완동물을 대피시킬 때 바로 가져가도록 준비해 놓으십시오. 준비할 내용물은 아래와 같습니다:

- 물, 사료와 운반용기
- 목줄/입 마개/마구
- 최근 접종한 모든 백신과 건강 기록, 라이센스 번호와 마이크로칩 번호의 사본
- 애완동물을 위한 약품(필요한 경우)
- 애완동물 운반용기나 우리(화물 운반기에 바퀴를 달아서 사용할 수도 있음)
- 오물 수거용 비닐 봉지
- 애완동물의 사진

지하철내 대처법

재난은 어디서든 일어날 수 있습니다. 어떤 재난에 의해 지하철 안에 갇히면 아래의 지침을 따르십시오.

- 최대한 차분하고 조용하게 대기하십시오. 그래야 지시사항을 들을 수 있습니다.
- 나가라는 지시가 없으면 지하철 밖으로 나가지 마십시오. 가장 안전한 장소는 대개 지하철 차량 내부입니다.
- 지하철 선로는 위험합니다. 지하철 관계자나 응급 구조 요원의 지시가 없을 경우에는 절대로 지하철에서 선로로 나가서는 안됩니다. 응급 구조 요원의 안내에 따라 움직이는 동안, 더 큰 제3 궤도로 가지 않도록 주의하십시오. 제 3궤도에는 위험한 전류가 흐르고 있습니다.
- 지하철 통제 센터는 차량 승무원들과 항상 교신하고 있습니다. 시스템에 문제가 발생한 사고인 경우, 차량 방송 시스템이 작동하지 않게 되면 차량 승무원이 차량 안을 걸어 다니며 승객들에게 비상 대피 절차를 지시할 것입니다.
- 비상용 끈을 잡아당기기 전에 잘 생각하십시오. 비상용 끈은 닫히는 문 사이에 승객이 낀 상태로 지하철이 움직여서 승객이 끌려가는 경우에만 잡아당기십시오. 열차가 역과 역 사이에 있을 때 줄을 잡아당기면 열차가 멈추게 됩니다. 그러면 역에서 의료지원이나 다른 도움을 받지 못하게 됩니다. 열차가 방해를 받지 않고 가까운 역에 도착하면, 훨씬 도움을 받기가 쉬워집니다. 역에서 경찰과 의료진이 대기하고 있거나, 신속하게 불러올 수 있기 때문입니다.

더 많은 정보

재난 대비와 재난 관리에 관한 더 많은 정보를 제공하는 기관:

뉴욕시 재난 관리국(New York City Office of Emergency Management): NYC.gov/oem 또는 311

뉴욕주 재난 관리국(New York State Emergency Management Office): 1-518-457-2200 또는 www.nysemo.state.ny.us

연방 재난 관리국(Federal Emergency Management Office: FEMA): FEMA에서는 보다 길고 상세한 내용이 담긴 재난 대비 안내서인 "Are You Ready? A Guide to Citizen Preparedness (당신은 준비되어 있습니까? 시민을 위한 대비 안내서)"를 발행했습니다. 이 책을 주문하시려면 FEMA의 배급센터(**1-800-480-2520**)로 전화하거나 **www.fema.gov/library**를 방문하십시오. FEMA의 웹사이트인 **www.fema.gov** 또한 재난에 대비하고 대처하는 방법에 대한 많은 정보를 담고 있습니다.

미국 국토 안보부(U.S. Department of Homeland Security): 1-800-BE-READY (1-800-237-3239) 또는 www.ready.gov

미국 질병 통제 및 예방 센터 (U.S. Centers for Disease Control & Prevention): 1-800-311-3435 또는 www.cdc.gov

미국 에너지부(U.S. Department of Energy): 1-800-DIAL DOE (1-800-342-5363) 또는 www.energy.gov

미국 환경보호국(U.S. Environmental Protection Agency): 1-800-424-8802 또는 www.epa.gov

기상청(National Weather Service): www.weather.gov

미국 적십자사(American Red Cross): 1-877-733-2767 또는 www.nyredcross.org

뉴욕시의 자원봉사 기회를 찾아보려면:

자신의 기술과 시간을 바쳐 재난기간 동안 사람들을 돕고자 하는 뉴욕 시민들에게 많은 자원봉사 기회가 있습니다.

뉴욕 케어스(New York Cares): 1-212-228-5000 또는 www.nycares.org

미국 적십자사(American Red Cross): 1-877-733-2767 또는 www.nyredcross.org

시민 단체(Citizen Corps): www.citizencorps.gov

구세군(Salvation Army): www.salvationarmy.org

부모와 가족을 위한 정보:

FEMA: www.fema.gov/kids/

미국 적십자사(American Red Cross): www.prepare.org/children/bereadybook.pdf

세서미 워크숍의 안전 페이지 (The Sesame Workshop's safety page): www.sesameworkshop.org/parents/solutions/safety

시를 돕는 법

이 패키지 안에 있는 많은 도움말은 귀하와 귀하의 가족을 돕기 위한 것입니다. 모든 종류의 재난으로부터 시를 복구하는 데 귀하가 도울 수 있는 일들이 여기 있습니다.

자원봉사 참여:

- 재난 발생 뒤, 곧장 구호단체와 병원 혹은 재난 현장으로 가서 자원봉사를 하기 전에 지역 공무원의 지시를 기다리거나 특정 단체에게 확인을 하십시오.
- 인내심을 가지십시오. 즉각적인 재난 대응 기간에는 많은 사람들이 자원봉사를 위해 대기하는 경우가 많습니다. 자원봉사자가 더 많이 필요한 시기는 재난 발생 몇 주나 몇 달 후의 복구 기간일 수 있습니다.
- 가장 좋은 것은 재난이 일어나기 이전에 적십자사나 구세군과 같이 알려진 재난 자원봉사 단체에 가입하는 방법입니다.
- 재난 발생 후에 뉴욕 케어스(New York Cares)는 웹사이트(www.nycares.org)에 자원봉사 기회를 공고할 것입니다.

기부:

- 재난 구호와 관련하여 자원봉사 기구에 금전적 기부를 하는 것은, 많은 경우 재난 후의 이재민들을 돕는 가장 현명하고 효율적인 방법입니다.
- 음식이나 의복 등의 물품을 기부하기 전에 지역 공무원의 지시를 기다리거나 특정 단체에 확인하십시오. 불필요한 품목들은 복구노력을 마비시키고, 결국 버려질 수도 있습니다.
- 재난 시기의 물품 기부 및 봉사에 대한 더 많은 정보는 www.NVOAD.org에 있는 "재난이 닥쳤을 때(When Disaster Strikes)"를 참조하시기 바랍니다.

비상용 참조 카드
가정용 비상 정보

가족 구성원들을 위한 연락 정보입니다. 각 항목을 기입하고 지속적으로 업데이트하십시오.

이름:

생년월일: 사회 보장 번호:

직장 또는 학교의 대피장소:

의료 정보:

직장, 학교 또는 기타 장소의

주소 및 전화번호:

이름:

이름:

생년월일: 사회 보장 번호:

직장 또는 학교의 대피장소:

의료 정보:

직장, 학교 또는 기타 장소의

주소 및 전화번호:

이름:

의료정보	이름:	전화번호	보험증 번호
주치의:			
기타:			
약사:			
의료보험:			
주택 소유주/임대 보험			

소방서 번호: 소방서 전화번호:

관할 경찰서 번호: 관할 경찰서 전화번호:

가족 재난 계획

자택 집결지 주소:

자택 집결지 전화번호:

인근 집결지 주소:

인근 집결지 전화번호:

뒷면에 계속됨

가족 재난 계획

자택 집결지 주소:

자택 집결지 전화번호:

인근 집결지 주소:

인근 집결지 전화번호:

뒷면에 계속됨

비상시 시당국에 연락

911로 전화:

- 급박한 위험에 처했거나 범죄가 진행 중인 것을 목격했을 때
- 부상정도나 건강상태가 심각할 때
- 기타 긴급한 조치가 필요한 상황

위급한 상황이 아니면 **911로 전화하지 마십시오**(비상사태를 위해 전화 회선을 비워두어야 합니다). 또한 정전 신고는 911에 하지 마십시오.

311로 전화:

- 위급하지 않은 서비스가 필요할 때, 또는 시 정부가 운영하는 프로그램에 대한 정보가 필요할 때

311

비상사태는 311에 전화하지 마십시오.

비상 전화 도움말:

911에 전화할 경우, 비상사태의 유형(화재, 의료, 경찰)을 구체적으로 설명하고 질문에 답변할 준비를 하십시오. 의료적 응급 상황인 경우, 응급차가 귀하의 집을 찾을 수 있도록 불을 켜 두십시오.

- 비상사태 기간 동안에는 절대적으로 필요한 경우에만 전화를 사용하고 비상전화를 위해 전화선을 개방해 놓으십시오. 초고속 인터넷 접속이 가능한 경우 **NYC.gov**를 이용하십시오.

NYC.gov 에는 뉴욕시가 시민들에게 제공하는 서비스에 대한 모든 정보가 들어 있습니다. 뉴욕시 재난 관리국(OEM)은 재난 관리 온라인 위치확인 시스템(EMOLS)을 운영하고 있습니다. EMOLS는 사용하기 쉬운 매핑 인터페이스를 통해 중요한 비상사태 정보를 이용자에게 전달해주는 인터넷 애플리케이션입니다. 예를 들어 허리케인이 발생했을 때 귀하가 위험 지역에 위치해 있다면, EMOLS는 가장 가까운 대피소의 위치와, 대중교통이나 승용차로 어떻게 찾아갈 수 있는지를 확인해 줄 수 있습니다. EMOLS는 **NYC.gov**의 OEM 웹사이트에서 찾을 수 있습니다.

뉴욕시와 비상사태: 우리 시는 준비되어 있습니다.

뉴욕시는 비상사태에 대한 계획을 수립했으며 유사시 대비를 위해 주요 자원들을 투자하고 있습니다. 계획에는 대피소, 대피, 공공 안전, 공공 정보, 교통 및 기타 문제들에 관한 정보들이 포함되어 있어 도시가 재난으로부터 신속하고 안전하게 복구될 수 있도록 보장하고 있습니다.

비상사태 기간 동안, 시는 비상운영센터(Emergency Operations Center: EOC)를 가동합니다. EOC는 시와 주, 연방 기관의 대표들, 그리고 민간 및 비영리 단체의 대표들로 구성된 비상 기구입니다. 이 대표자들은 가장 효과적인 비상사태 대처를 위해 협력합니다.

지역의 비상사태 관계자는 누구인가?

시장: 시장은 뉴욕시의 비상사태 대처에 대한 모든 측면을 감독합니다.

재난 관리국(OEM): OEM은 비상사태의 이전과 도중, 이후에 걸쳐 자원들을 안전하게 지키고 모든 참여 기관들 간의 커뮤니케이션을 원활히 합니다. OEM의 대비 부서(Preparedness Division)는 다양한 상황에 신속하고 효과적으로 대응하기 위해 돌발사고에 대한 계획을 세웁니다. 비상사태에 대처하기 위해 OEM은 대형 사고발생 기간 동안 기구들 간의 협력을 원활하게 하도록 뉴욕시 비상 운영 센터(Emergency Operations Center)를 가동할 것입니다. 또한, OEM은 시 기관 간 조정관(Citywide Interagency Coordinators)을 파견합니다. 이들은 매년 무수히 발생하는 지역의 비상사태(급수관 파열, 화재, 건물 붕괴 등)에 대한 현장 연락관 업무를 수행합니다.

시 기관과 영리 및 비영리 기관: 이들 단체는 비상사태의 상황을 파악하고 정부의 연속성을 보장하기 위한 결정을 내리며, 피해지역에 서비스를 제공합니다. 이들 단체는 또한 비상 운영 센터(EOC)에 대표자를 보내어 서로 협력합니다.

시의회, 커뮤니티 위원회, 5개 행정구 구청장: 선출된 공무원들은 리더십을 제공하고, 자기 지역구의 잠재적인 피해 및 해결 방안에 대한 중요한 정보를 제공합니다. 이들은 또한 당면한 상황에 대처하기 위해 비상 법안을 통과시킬 수 있습니다.

귀하: 귀하에게도 책임이 있습니다. 재난은 모든 사람에게 영향을 미치기 때문입니다. 재난기간 동안 귀하가 준비를 갖추고 귀하의 책임을 알고 있는 것이 중요합니다. 귀하가 준비를 갖추면 귀하는 사태 해결에 일조하는 것이 됩니다.

다른 주의 연락인 이름: _____

연락처 주소: _____

_____

연락처 전화번호: _____

기타 정보: _____

_____

_____

다른 주의 연락인 이름: _____

연락처 주소: _____

_____

연락처 전화번호: _____

기타 정보: _____

_____

_____

© 2003 New York City Office of Emergency Management. All rights reserved.