

중요 서류

만약의 비상사태를 대비하여 미리 챙겨두면 도움이 되는 중요 서류들:

- 비상 연락망
- 가족 비상 계획
- 운전면허증 및 신분증
- 여권
- 출생증명서
- 소셜 시큐리티 카드
- 의료 기록
- 주치의 및 그 외 의료진 연락처
- 처방전
- 면역접종기록
- 보험카드
- 은행 계좌 내역서
- 신용카드

더 자세한 리스트를 원할 경우 이 안내지에 나와있는 웹사이트 링크들을 참조.

그 외 고려사항들

만약 본인이나 가까운 사람에게 장애나 특수한 건강상태가 있을 경우, 다음의 품목들도 준비해 두는 것이 좋다:

- 처방약 리스트 (복용량, 사용법, 알러지 정보 포함)
- 처방약 여분
- 특수 의료기기를 위한 배터리나 충전기
- 장애 및 건강상태, 사용하는 특수 의료기기의 정보가 담긴 의료기록

County of Orange Health Care Agency



지원 정보

OC Links

오렌지 카운티 정신건강 서비스 안내 및 소개
(855) OC-Links or (855) 625-4657
TDD Number: (714) 834-2332
www.ochealthinfo.com/bhs/about/pi/oclinks/
월요일—금요일, 오전 8시—오후 6시

Centralized Assessment Team

(응급 정신진단 서비스)
(866) 830-6011
주 7일, 24시간 운영

24 Hour Suicide Prevention

자살예방 핫라인
(877) 7 CRISIS or (877) 727-4747
www.suicidepreventionlifeline.org/

SAMHSA

재난 대응 위기상담 서비스
800-985-5990 으로 전화, 혹은
66746으로 "TalkWithUs" 문자전송
www.disasterdistress.samhsa.gov/

Orange County Information Line

오렌지 카운티 정보 센터
211로 전화
www.211OC.org

County of Orange Health Care Agency Behavioral Health Services Disaster Response

405 W. 5th Street, Suite 550
Santa Ana, CA 92701
<http://ochealthinfo.com/bhs>

County of Orange Health Care Agency



비상 물품 키트 만들기



405 W. 5th Street, Suite 550
Santa Ana, CA 92701

<http://ochealthinfo.com/bhs>

사명선언

고품격의 비용 효과적인 서비스를 제공하여 오렌지 카운티를 우리와 다음 세대에게 안전하고 건강하며 살거나 일하고 즐기기에 좋은 곳으로 만드는 것.

왜 비상 물품 키트를 만들어야 하나?

비상사태 발생시, 최소한 3일간 생존에 필요한 기본 물품을 준비해 두어야 한다. 비상시에 필요한 기본 물품들이 이 안내지에 소개되어 있지만, 본인과 가족들의 거주지와 특수필요사항에 따른 추가 물품들의 준비가 요구된다. 또한, 한 사람당 비상 물품 키트를 집과 일터 혹은 차량에 각각 비치할 수 있도록 최소 두개의 키트를 준비하는 것이 좋다.

비상 물품 키트를 만드는 것은 미국 국토 안보부 (the U.S. Department of Homeland Security)가 재난대비를 위해 권장하는 것 중의 하나이다. 또한, 가족 비상 계획을 세우고 거주지역에서 발생할 수 있는 여러종류의 비상사태들과 대응방법을 익혀두는 것을 권장한다.

웹사이트 링크

이 안내지에 소개된 내용들과 비상사태 대응방법의 추가 정보들은 다음의 웹사이트들에서 찾을 수 있다:

- www.ready.gov/kit
- www.readyoc.org/prepare/kit.html
- www.readyoc.org/prepare/disabilities.html

기본 비상 물품 키트 추천 품목

미국 국토 안보부의 Ready 캠페인이 권장하는 비상 물품 키트에 포함할 품목들은 다음과 같다:

- 식수용 및 개인 위생용 물 (하루 1인당 1갤런 3일치)
- 부패하지 않는 3일 치 이상의 음식
- 배터리 또는 수동 발전식 라디오와 소리 경보가 나오는 NOAA Weather Radio, 두 라디오용 추가 배터리
- 손전등 및 추가 배터리
- 응급 조치 키트
- 도움 요청 시 사용할 수 있는 호각
- 오염된 공기를 걸러주는 방진 마스크, 현재의 장소에 머무르는 피난용으로 사용할 플라스틱 시트 및 강력 접착테이프
- 개인 위생용 물 티슈, 쓰레기 봉지 및 플라스틱 줄
- 수도, 전기, 가스를 차단하기 위해 필요한 스패너 또는 플라이어
- 강통 따개 (비상 키트에 캔 음식이 있을 경우)
- 지역 지도
- 휴대폰 및 충전기, 변환기나 태양열 충전기

계획을 세워서 필요한 품목들을 조금씩 준비하다보면 비상 물품 키트를 빠른 시일내에 완성할 수 있을 것이다.

* 통조림음식, 약, 애완동물 사료 등은 유통기간이 있으므로 정기적으로 확인해 교체해 주는 것을 기억해야 한다.

추가 권장 품목

기본적인 비상 물품 키트가 준비되고 나면, 다음의 품목들을 추가하는 것도 좋은 아이디어이다:

- 처방약 및 안경
- 영아용 분유 및 기저귀
- 애완동물용 사료 및 추가 식수
- 휴대가 가능하고 방수가 되는 보관 용기에 보관해둔 중요한 가족 문서
- 현금 및 잔돈
- 개인별 침낭 또는 보온 담요. 추운지방에 거주 경우 추가 침구류 고려
- 긴 소매 셔츠, 긴 바지 및 두터운 신발을 포함한 여벌의 의복. 추운지방에 거주 경우 추가 의복 고려
- 가정용 염소 표백제 및 약 스포이트- 물과 표백제의 비율을 9대1로 하여 희석 시 표백제는 소독제로서 사용될 수 있다. 또는 비상 시 물을 소독하기 위해 물 1갤런당 일반 가정용 액상 표백제 16방울을 물에 떨어뜨려 이용할 수 있다. 향이 첨가된 표백제, 염색 보존용 표백제 또는 세제가 첨가된 표백제는 사용하지 말 것.
- 소화기
- 방수 용기에 보관한 성냥
- 다목적 공구
- 여성용품 및 개인 위생품
- 간이 식기류, 종이컵, 접시 및 플라스틱 용구, 페이퍼타월
- 종이, 연필, 펜
- 책, 게임, 퍼즐 등 전기사용이 필요없는 어린이를 위한 장난감
- 본인과 가족들에게 마음의 안정을 줄 수 있는 아이템 (가볍고 부피가 작은 것)