



# CalHHS 긴급자원 안내서

반드시 법 집행 기관의 대피 명령을 따르세요. 생명을 위협하는 비상 상황에는 즉시 **911**에 전화하세요.

## 행동 촉구

비상 상황이 발생하면, 우리 모두는 가족, 친구, 이웃, 특히 고령자와 장애인, 그리고 자녀의 안부를 확인할 책임이 있습니다. 잠시 시간을 내어 서로를 살펴보고, 특히 우리 중 가장 취약한 사람들을 돌봐 주세요. 우리는 함께할 때 더 강해집니다.

캘리포니아의 고령자, 장애인, 의료적 도움이 필요한 사람들이 가장 취약합니다. 이들이 집을 떠나야 한다면 다음 사항을 확인하세요.

- 이들을 아는 사람들의 연락처 목록을 준비합니다.
- 현재 복용 중인 의약품과 의약품 목록을 준비합니다.
- 가능하면 전원 공급이 필요한 장비를 포함한 의료 장비를 준비합니다.
- 여러 날 동안 필요한 의치, 안경, 보청기 및 기타 물품을 준비합니다.

## 개인 비상 계획

[개인 비상 계획](#)을 확인하세요(스페인어).

접근 및 기능적 도움이 필요한 사람(예: 장애인, 고령자, 어린이, 영어 능력이 부족한 사람, 교통약자)을 지원 중일 경우, 정전이 발생하거나 대피가 필요한 경우에 대비하여 개인 비상 계획을 다운로드하여 준비할 수 있도록 하세요. 비상 상황에 대비하는 계획을 세우는 것이 중요합니다.

비상용품 키트에 포함할 물품 목록을 확인하려면 캘리포니아 공중보건부의 [Prepare an Emergency Supply Kit 웹페이지](#)를 방문하거나 부록 I 및 II를 참조하세요.

## 처방약 가이드

[처방약 가이드](#)를 확인하세요(스페인어).

대피 시 의약품을 가져가지 못한 경우, 약국에서 의약품을 구하는 데 도움을 받을 수 있습니다. 비상 상황 중에 운영 중인 약국을 찾으려면, 개방된 약국과 폐쇄된 약국이 포함된 지도가 있는 [RxOpen 웹사이트](#)를 방문하세요.

## 정신 건강 서비스

### 위기 상담

재난 고통 상담 전화(Disaster Distress Helpline), [1-800-985-5990](tel:1-800-985-5990)은 자연재해 또는 인재로 인한 정서적 고통을 겪고 있는 사람들에게 즉각적인 위기 상담을 제공하기 위해 연중무휴 24시간 운영되는 전국 핫라인입니다. 무료, 다국어, 기밀 위기 지원 서비스를 제공하며 미국 및 관할 영토에 거주하는 모든 사람이 이용할 수 있습니다. 스트레스, 불안, 기타 우울증과 유사한 증상은 재난이나 비상사태 후에 흔히 나타나는 반응입니다.

## CalHOPE 워 라인

CalHOPE 정서 지지 전화(CalHOPE Warm Line)에 전화하면 COVID-19 팬데믹으로 인한 스트레스, 불안, 우울증 등의 감정을 극복한 사람들과 연결해 줍니다. 동료 상담자가 연민을 가지고 경청하며, 편견 없는 지원을 제공하고, 희망을 갖고 대처하는 데 도움이 될 수 있는 추가 자원을 안내합니다. 1-833-317-HOPE(4673)로 전화하거나 [CalHOPE 웹사이트](#)를 방문하세요.

## Friendship Line California

주 전역의 고령자는 프렌드십 라인 캘리포니아(Friendship Line California)도 이용할 수 있습니다. 무료 위기 개입 핫라인이자 긴급하지 않은 정서적 지원을 위한 워라인입니다. 1-888-670-1360으로 전화하여 이용할 수 있습니다. 자세한 내용은 [Friendship Line California 웹사이트](#)를 참조하세요.

## 청소년, 부모 및 보호자

- **BrightLife Kids:** 0-12세 자녀를 둔 부모와 보호자를 위한 맞춤형 행동 건강 지원
- **Soluna:** 13-25세 청소년 및 청년을 위한 정신 건강 코칭 및 자료
- **Child Mind Institute - 외상 사건 후 아동의 대처 지원:** 트라우마가 있는 아동을 지원하기 위한 팁

## 사회 서비스

캘리포니아 사회복지부(California Department of Social Services)는 [캘리포니아 주민을 위한 재난 지원 서비스 가이드](#)와 캘리포니아 이민자 주민을 위한 재난 지원 서비스 가이드([영어](#) 및 [스페인어](#))를 발행했습니다.

## 고령자를 위한 서비스

캘리포니아 고령화부(California Department of Aging, CDA)는 고령자, 장애가 있는 성인, 간병인 및 그 가족을 위한 다양한 서비스를 조정하는 Area Agencies on Aging(AAA)과 계약을 맺고 리더십과 방향을 제시합니다. 해당 지역에 있는 AAA를 찾으려면 1-800-510-2020 또는 TTY 1-800-735-2929로 전화하거나 CDA의 [AAA 웹사이트](#)를 방문하세요.

## 장애인을 위한 서비스

캘리포니아 재활부(California Department of Rehabilitation)는 장애인을 위한 서비스를 제공하는 주 전역의 Independent Living Center(ILC) 네트워크와 협력하고 있습니다. ILC는 정보 및 추천, 동료 상담 및 지원, 개별 맞춤 옹호를 제공하며, 비상 사태 동안 비상 대비, 비상 보조 기술 및 임시 대피소에서의 이동을 조정할 수 있습니다. [Independent Living Center 디렉터리](#) 또는 [ILC Locator](#)에서 해당 지역 ILC를 찾을 수 있습니다.

캘리포니아 재활부는 또한 특정 유형의 장애를 가진 개인을 위한 정보와 비상 대비 요령이 담긴 [비상 가이드 및 툴킷](#)을 여러 언어로 제공합니다.

장애인 재난 접근 및 자원 프로그램(DDAR)은 건강, 안전 및 독립을 위해 전기가 필요한 개인을 지원합니다. 여기에는 CPAP, BiPAP, 산소, 통신 장치, 전동 휠체어와 같은 생명 유지 의료 기기를 작동하기 위해 전력을 이용하는 개인이 포함됩니다. 개인은 [온라인으로 신청](#)하거나 현지 [DDAR 센터](#)에 연락하여 신청할 수 있습니다.

## 지적 및 발달 장애가 있는 개인을 위한 서비스

캘리포니아 발달서비스부는 지역 센터와 계약을 맺고 지적 장애 및 발달 장애가 있는 개인을 위한 서비스를 제공합니다. 비상 시, 도움이 필요한 지역 센터 소비자와 그 가족은 현지 일차 대응 요원의 지시에 따라야 하며, 서비스 코디네이터가 없을 경우 지역 센터의 대표 전화번호로 연락하여 도움을 요청할 수 있습니다. 카운티별로 [온라인에서 지역 센터](#)를 조회하거나 [온라인에서 찾아볼 수 있습니다](#). 비상 사태에 대비하는 데 도움이 되는 자료는 [10개 언어](#)로 제공됩니다.

## 가정 내 지원 서비스

재가 지원 서비스(IHSS) 수혜자는 주 거주지에서 대피한 경우에도 자신의 서비스 제공자(또는 등록된 다른 제공자)로부터 서비스를 받을 수 있습니다. 재가 지원 서비스 수혜자 및 제공자는 재해로 인해 영향을 받은 서비스에 대한 질문이 있을 경우 카운티 IHSS 담당자에게 문의해야 합니다. [카운티별 IHSS 사무소 목록](#)은 온라인에서 확인할 수 있습니다.

## 전기가 필요한 의료 기기 준비

가정용 의료 기기 사용자의 경우, 정전 시에도 기기가 작동할 수 있도록 하고 대처 방법을 숙지하기 위한 계획을 세우는 것이 중요합니다. 이 [완성된 책자](#)를 참고하여 의료 기기 정보를 입수 및 정리하고, 기기를 계속 사용할 수 있도록 필요한 조치를 취하며, 기기 작동에 필요한 소모품을 준비하고, 정전 시 이동 장소 또는 조치 사항을 알 수 있는 계획을 수립할 수 있습니다.

## 허가된 시설이나 주택에 거주하는 사람들

캘리포니아주에서 허가받은 시설과 주택은 비상 계획을 수립해야 하며, 여기에는 비상 상황에 대비한 계획, 조치 사항, 이동 장소, 필요한 경우 이동 방법 그리고 이와 유사한 고려 사항이 포함되어야 합니다. 이곳에서 일하는 사람들은 주민들을 위험으로부터 안전하게 보호하기 위해 무엇을 해야 하는지 알고 있습니다.

장기 요양 시설(숙식 및 돌봄, 생활 지원, 전문 간호)에 거주하는 사랑하는 사람의 안녕이 염려되신다면, Statewide Long-Term Care Ombudsman CRISIS 전화, 1-800-231-4024를 24시간 연중무휴로 이용할 수 있습니다.

## 저소득 가구를 위한 커뮤니티 및 에너지 지원

캘리포니아 커뮤니티 서비스 및 개발부(CSD)는 저소득 캘리포니아 주민에게 다양한 커뮤니티 및 에너지 서비스를 제공하는 지역 기관 네트워크와 협력합니다. CSBG(Community Services Block Grant) 및 LIHEAP(Low Income Home Energy Assistance Program)를 통해 제공되는 연방 자금 지원 서비스는 극단적인 기상 이변 및 자연 재해의 영향을 받는 저소득 가구의 긴급 요구 사항을 해결하는 데 도움이 될 수 있습니다. 지역 기관은 재난 기간 동안 저소득 캘리포니아 주민들에게 추가 에너지 요금 지원, 임시 난방 및 냉방 장치 및 기타 지원 서비스를 포함한 추가 지원을 제공할 수 있는 재량권이 있습니다. 해당 지역의 [CSBG 또는 LIHEAP 서비스](#)를 찾아보거나 (866) 675-6623으로 전화하세요.

# 건강 관리 서비스

## 건강 보험 보장

캘리포니아 관리의료부(DMHC)는 지진, 산불, 홍수 등 자연 재해로 인해 의료 서비스 이용에 어려움을 겪고 있는 피해자들을 돕기 위해 캘리포니아 건강 보험사에 협조를 요청합니다. 여기에는 진료 승인 절차를 신속하게 처리하고, 분실된 처방전 및 신분증을 교체하며, 재해로 인해 병원이나 의사 진료실을 이용할 수 없는 경우 다른 시설을 이용하도록 신속히 조정하는 것 등이 포함됩니다. DMHC [자연 재해 팩트 시트](#)를 영어와 스페인어로 다운로드하여 인쇄할 수 있습니다. 회원은 먼저 건강 보험사에 연락해야 하지만, 보험사의 서비스나 지원을 받는 데 문제가 있는 경우 관리의료부 지원 센터(1-888-466-2219) 또는 [HealthHelp 웹사이트](#)를 통해 온라인으로 연락할 수 있습니다.

Medi-Cal은 자녀가 있는 가족, 고령자, 장애인, 임산부를 비롯해 결핵, 유방암, HIV/AIDS와 같은 특정 질병을 가진 저소득층을 포함한 저소득층 개인에게 포괄적인 의료, 치과 및 안과 진료 보장을 제공하는 공공 건강 보험 프로그램입니다. [지역 카운티 사무소](#)에서 직접 신청하거나, (800) 300-1506으로 전화하여 신청하거나, [Covered California](#) 또는 [California Benefits](#)에서 온라인으로 신청할 수 있습니다.

메디케어 수혜자는 1-800-MEDICARE([1-800-633-4227](#))로 하루 24시간, 주 7일 실제 상담사와 상담하거나 실시간 채팅을 할 수 있습니다. TTY 사용자는 [1-877-486-2048](#)로 전화할 수 있습니다.

## 추가 자료

### 출생, 사망, 결혼 및 기타 중요 기록

캘리포니아 공중보건부(California Department of Public Health)는 재난 또는 비상 사태로 인해 중요 기록을 잃은 사람들을 돕고 있습니다. 출생, 사망 및 결혼 기록은 사건이 발생한 카운티의 카운티 기록관 사무소에 요청해야 합니다. [카운티 기록관 목록](#)을 보려면 CDPH 웹사이트를 방문하거나 916-445-2684로 전화하세요. 통신 중계 서비스는 711로 전화하세요. 또는 1-800-735-2929로 전화하거나 [711 TRS](#)를 방문하세요.

### 캘리포니아 비상 서비스 사무소

캘리포니아 비상 서비스 사무소(Cal OES)는 캘리포니아주 내에서 비상 대비, 대응, 복구 및 국토 안보 활동을 감독하고 조정할 책임이 있습니다. Cal OES 웹사이트에는 개인 및 가족이 비상 사태에 대비하는 방법에 대한 정보가 포함되어 있습니다. 자세한 내용을 확인하려면 [Cal OES](#)를 방문하세요. 추가 자료는 CalOES [접근 및 기능적 지원 사무소 라이브러리](#)에서 온라인으로 찾을 수 있습니다.

## 부록 I: 보편적 건강 점검 설문지

### 도입 질문:

1. 긴급 상황 및/또는 재난으로 인해 위험에 처해 있습니까?
2. 마지막으로 드신 식사는 언제였습니까? 그리고 물은 충분히 드셨습니까?
3. 현재 응급 상황으로 인한 신체적 고통을 겪고 계십니까?
4. 부상을 입은 적이 있습니까?

## 준비 계획 질문:

1. 스스로를 위한 지원 네트워크를 구축하셨습니까?
  1. 귀하의 지원 네트워크(즉, 가족, 친구, 이웃, 간병인 및/또는 돌봄 제공자) 중 비상 상황에서 귀하를 도울 수 있는 사람은 누구입니까?
  2. 긴급 상황 시 귀하의 지원 네트워크와 소통하기 위한 계획은 무엇입니까?
2. 비상 연락처 목록을 작성하고, 통신이 중단될 경우 귀하의 지원 그룹 및 중요 비상 연락처에 연락할 방법을 계획하셨습니까?
3. 비상 상황 발생 시 최소 2주 동안 자택/시설에 머물거나 대피할 계획이 있습니까?
4. 집에 비상용품 키트를 갖고 계십니까?
5. 귀하의 지역 사회에서 발생할 수 있는 재난 유형을 알고 계십니까?
6. 가까운 지역의 비상 경보, 대피 및 대피소 자원에 대한 지역 계획을 알고 계십니까?
7. 긴급 상황 시 정보를 받기 위해 알림 및 경고에 가입하셨습니까?
8. 집이나 지역 사회에서 전기가 나갔을 때 필요한 것은 무엇입니까?
9. 대피 시 도움이 필요할 때 도와줄 사람에 대한 계획을 세우셨습니까?
10. 귀하의 지역에서 지역 비상 등록부에 등록하셨습니까?
11. 의료 기기를 작동하거나 의약품을 냉장 보관하기 위해 전력이 필요합니까? 정전에 대비한 백업 계획이 있습니까?
12. 집 화재 시 각 방에서 탈출할 수 있는 최소 두 가지 방법과 필요한 도움을 받을 계획을 확인하셨습니까?
13. 재산 및 재해 보상 요구 사항에 맞는 보험에 가입되어 있습니까? 그렇다면 증거가 어디에 있는지 알고 계십니까?
14. 비상 상황/재난 발생 시 집이나 자동차에서 또는 대피할 때 필요한 물품을 준비하기 위한 체크리스트를 작성하셨습니까?
15. 비상 상황이나 재난 상황이 발생할 경우에 대비하여 최소 30일분의 의약품, 통조림, 지팡이 또는 안경과 같은 추가 보조용품을 준비하셨습니까?
16. 전원에 의존하는 장치를 백업할 수 있는 배터리를 준비하셨습니까?
17. 비상 상황/재난 발생 시 복구에 필요한 신분증, 금융, 법률, 의료 서류 등 주요 문서를 수집하고 복사할 체크리스트를 작성하셨습니까?
18. 질환, 알레르기, 약물, 처방 기록, 의사, 보험 카드 등의 의료 정보에 대한 최신 목록을 작성하셨습니까?
19. 귀하의 지원 네트워크에 집이나 아파트 내 비상용품 보관 장소를 알리셨습니까?

20. 재난 중 또는 재난 후 대피하거나 이동할 때 필요한 접근 가능한 교통수단을 계획하세요.
  1. 지역 대중교통 제공업체와 비상 관리 기관에 문의하여 접근 가능한 적절한 옵션을 확인하세요.
21. 투석이나 기타 생명을 유지하는 의료 치료를 받고 계십니까? 그렇다면 긴급 상황/재난 시 도움을 받을 수 있는 여러 시설의 위치와 이용 가능 여부를 알고 계십니까?
22. 의료용 알림 태그나 팔찌를 착용하십니까? 집안의 전기가 나가도 의료용 알림 장치가 작동할 수 있습니까?
23. 의사소통에 장애가 있으십니까? 그렇다면 긴급 상황/재난/대피 시 응급 구조대원 및 다른 사람들에게 연락하는 방법을 알리기 위해 인쇄된 카드를 소지하거나 기기에 정보를 저장하고 계십니까?
24. 비상 시 보조 기술 및 장비가 분실되거나 파손된 경우 이를 대체할 계획이 있으십니까?
25. 비상 상황/재난 발생 시 도움이 필요한 보조 또는 지원 동물이나 반려동물을 키우고 계십니까? 그렇다면 반려동물을 위한 음식, 물, 용품에 대한 계획이나 대피소에서 반려동물을 허용하지 않는 경우 반려동물을 보낼 장소에 대한 계획이 있으십니까?
26. 가장 가까운 의료 시설, 지역 병원, 그리고 가장 가까운 교통편 목록을 가지고 계십니까?

### 비상 상황/재난 후 복구 질문:

1. 긴급/재난 대피 후 안전하게 집으로 돌아가실 수 있습니까?
2. 당국에서 귀하가 안전하게 집으로 돌아갈 수 있도록 허가했습니까?
3. 발생한 비상 상황/재난으로부터 복구하기 위해 미국 적십자, FEMA, 지역 정부, 귀하의 지원 네트워크 등 신뢰할 수 있는 주체와 협력하기 시작하셨습니까?
4. 보험을 위해 재산 피해를 문서화하고 다른 사람들과 협력하여 집/지역 사회 내 잔해물을 제거하셨습니까?
5. 장기간 집을 비우거나 전기가 끊긴 동안 상했을 수 있는 오래된 음식이나 물품을 제거하셨습니까?
6. 친구와 가족에게 당신이 안전하다는 사실을 알리셨습니까?
7. 집으로 돌아갈 수 없는 경우, 현재 머무르고 있는 장소와 연락 방법을 귀하의 지원 네트워크에 알리셨습니까?

## 부록 II: 개인 재난 대비 요령

### 긴급 경보 받기

- [CalAlerts.org](https://www.calalerts.org)로 이동하여 무료 긴급 경보에 가입하세요.
- 지진 경보 및 정보를 받으려면 [MyShake 앱](#)을 사용하여 가입하세요.
- 2-1-1은 중요한 비상 정보를 제공할 수 있습니다.
- [귀하의 지역에 영향을 미칠 수 있는 재해](#), 대피가 필요한 재해, 그리고 현 위치 대피가 필요한 경우를 알아두세요.
- 재난에 대해 보도하는 지역 뉴스를 시청하거나 청취하세요.
- 라디오와 TV 방송국은 긴급 경보 시스템을 통해 중요한 정보를 방송할 것입니다.
- [긴급 경보를 위한 지역 라디오 방송국](#)에서 해당 카운티의 비상 라디오 방송국 이름과 주파수를 확인하세요.
- 소셜 미디어에서 카운티 비상 관리 사무소, 소방 및 법 집행 기관과 같은 신뢰할 수 있는 출처를 팔로우하세요.
- [CalOES.ca.gov](https://www.caloes.ca.gov)는 최신 비상 정보를 제공합니다.
- [Response.ca.gov](https://www.response.ca.gov)는 진행 중인 산불, 전력 차단, 대피소 및 도로 폐쇄에 대한 정보를 제공합니다.
- [Ready.gov](https://www.ready.gov)는 개인 및 가족을 위한 안전 정보를 제공합니다.

### 대피 계획 수립

- 비상 시 가족, 친구, 이웃, 직장 동료 등 연락을 유지하고 싶은 사람들의 연락처 목록을 작성하세요. 비상 키트에 있는 방수 용기에 목록을 보관하세요.
- 귀하의 지원 네트워크와 다시 만나기 위해 미리 비상 모임 장소를 지정하고, 모두가 이 장소에 도착할 수 있는 방법을 계획하세요. 재난 발생 위치에 따라 모임 장소를 변경해야 할 수도 있으므로 여러 가지 옵션을 계획하세요. 모든 사람이 모임 장소를 알고 있는지 확인하고 이 장소로 가는 방법을 연습하세요.
- 현지 당국의 지침을 따르세요.
- 대피하는 데 추가 시간이나 지원이 필요한 경우, 일찍 대피하세요.
- 지역 사회를 떠나기 위한 다양한 대피 경로를 알아두세요.
- 인터넷과 휴대폰 서비스가 중단될 경우에 대비하여 종이 지도를 준비하고, 가능하다면 카운티 대피 계획 지역 지도를 확보하세요.
- 재난 시 사용할 교통수단을 이용하여 대피 연습을 하고, 함께 떠날 사람들을 참여시키세요.
- 자동차가 없는 경우, 지역 교통 기관을 확인하세요.
- 안전한 장소로 이동할 준비를 하고, 비상 대피용 가방에 용품을 준비해 두세요.

- 대응 요원은 귀하가 가족, 보조 동물, 개인 간병인 또는 보조 기술 장치 및 용품을 비롯한 귀하의 지원 체계와 계속 함께할 수 있도록 모든 조치를 취할 것입니다.
- 지역 서비스, 대중교통 또는 특수 수송 서비스와 협력하여 접근 가능한 모든 교통수단을 확인하세요.
- 집, 직장, 학교, 동네, 도시 또는 지역의 대피 경로를 파악하고, 재난이 발생하기 전에 그 경로를 미리 여행하여 익숙해지도록 하세요.
- 귀하의 지원 네트워크에 비상용품의 위치를 알리고, 신뢰할 수 있는 사람에게 거주지에 대한 접근 권한을 부여하는 것을 고려하세요.
- 투석이나 기타 생명 유지 치료를 받고 있는 경우, 두 곳 이상의 시설 위치를 파악하세요.
- 집에서 전기가 필요한 의료 장비를 사용하는 경우, 정전에 대비할 수 있는 방법에 대해 의사, 의료 서비스 제공자, 지역 장애인 단체 또는 전력회사에 문의하세요.
- 귀하의 비상 정보에 귀하와 소통할 수 있는 최상의 방법이 명시되어 있는지 확인하세요.
- 보완 대체 의사소통 기기나 기술을 사용하신다면, 모델 번호와 장비의 출처(예: 메디케이드, 민간 보험 등)를 기록하고 장비가 작동하지 않을 경우 어떻게 의사소통할지 계획하세요.
- 대피 시에는 2-1-1, [미국 적십자 대피소 찾기](#) 및 기타 지역 서비스를 이용하여 비상 대피소를 찾으세요. 캘리포니아의 모든 정부 지원 대피소는 물리적으로 접근 가능하도록 설계되어 있습니다.
- 대피소를 찾는 데 걱정이 있으시다면 다음 사항을 알아두세요.
- 비상 대피소는 모든 지역 사회 구성원이 이용할 수 있습니다.
- 캘리포니아 법에 따라 모든 공공 대피소는 접근 가능해야 합니다.
- 보조 동물은 공공 대피소에 들어갈 수 있습니다.

## 비상 대피용 가방과 비상용품 상자를 위한 비상 키트 만들기

- 장기간 사용할 음식과 물을 계획하고, 1주일분 의약품을 준비하세요.
- 특별한 도움이 필요한 환자들은 기본적인 생존 키트를 준비하는 것 외에도 철저한 개인 대비 계획을 세워야 합니다. 키트에는 1주일분의 충분한 의약품과 관련 의료 문서 및 연락처 정보가 포함되어야 합니다.
- 음식과 물 공급은 환자와 간병인 모두를 고려해야 하며, 기본 72시간 생존을 위해 권장되는 양보다 더 많이 준비해야 합니다.

## 의료 연락처 카드 생성

- 연락처 카드/정보에 대한 표준 권장 사항 외에도, 상세한 의료 문서가 재난 키트에 포함되어야 합니다. 의료 정보 카드는 가장 유용한 형식이며, 문제별 과거 병력, 복용 중인 의약품, 해당하는 경우 산소 요구량, 알레르기, 그리고 투석 센터 전화번호와 같은 의사 또는 전문 클리닉의 연락처 정보를 요약해야 합니다.
- 요양원 거주자의 경우 재난 시 참조할 수 있도록 이 연락처 카드를 시설에서 관리 및 보관해야 합니다.

- 주로 집에서 돌봄을 받는 고령자나 특별한 도움이 필요한 사람들은 자신의 목록을 유지 관리하거나 재난 대비 키트와 함께 보관해야 합니다. 또한 많은 EMS 시스템은 의료 정보와 생명 연장 치료 지시서(POLST) 또는 소생 치료 거부(DNR) 지시서를 가정 내의 냉장고 문에서 찾도록 훈련받습니다. 두 번째 정보 문서를 이 위치에 보관할 수 있습니다.

## 네트워크 파악 및 활용

- 특별한 도움이 필요한 환자는 다양한 네트워크에 등록해야 합니다. 특별한 도움이 필요한 환자가 커뮤니티 및 자원과 소통을 유지하는 데 다양한 유형의 미디어가 도움이 될 수 있습니다. 투석이나 상처 치료와 같은 특수 의료 치료가 필요한 사람은 치료 접근성에 대한 최신 정보를 확보하기 위해 연락할 수 있도록 병원 또는 재택 의료 서비스 제공자의 비상 연락처 목록을 준비해 두어야 합니다. 적절히 연계해 줄 수 있는 지역 및 지역 네트워크도 유용할 수 있습니다.
- 만성 질환 환자를 위한 병원 기반 지원 그룹은 재난 시 물품과 지식을 모으는 데 훌륭한 자원이 될 수 있지만, 구성원들이 계획을 세워야만 가능합니다. 지역 비상 대응팀(NERT)은 지역사회의 특별한 요구 사항을 미리 파악할 경우 도움을 줄 수 있습니다. 의료 서비스가 필요한 환자는 지역 NERT에 등록해야 합니다. 마지막으로, 스마트폰을 통한 문자 메시지 및 전자 미디어의 활용도가 증가하고 있습니다.
- 많은 주 정부 및 지방 정부는 NIXLE과 같은 문자 메시지 알림 시스템을 통해 지역 주민에게 위험 및 대피 계획을 알립니다. 휴대폰용 앱 스토어에서 Nixle 알림을 이용할 수 있습니다. Twitter, Facebook 및 기타 소셜 네트워킹 웹사이트는 정부 및 민간 기관이 중요한 정보를 전파하는 데 유용한 플랫폼입니다.

## 원격 의료를 활용하십시오

- 만성 질환을 가진 환자, 특히 재난 시 대피가 어려워 '현 위치 대피'가 필요할 것으로 예상되는 환자는 전문 의료 제공자에게 가입 가능한 원격 의료 서비스가 있는지 문의해야 합니다. 여기에 참여하려면 추가적인 전자 장비와 인터넷 접속이 필요할 수 있습니다. 성공적인 원격 의료를 위해 안정적인 전기 인프라가 필요하기도 합니다.

## 부록 III: 재난 용품 키트 체크리스트

키트를 조립하려면, 개별 품목을 밀폐 비닐봉지에 보관하고 전체 재난 용품 키트를 플라스틱 상자나 더플백 등 휴대하기 쉬운 용기 한두 개에 넣으세요.

**연방재난관리청(FEMA)과 질병통제예방센터(CDC)는 비상용품 키트에 다음 품목을 포함할 것을 권장합니다.**

- 물(음용 및 위생을 위해 며칠 동안 사용할 양으로 1인당 하루에 1갤런)
- 음식(부패하지 않는 식품 최소 며칠 분량)
- 배터리로 작동하거나 손으로 돌리는 라디오와 신호음 경보 기능이 있는 NOAA 기상 라디오
- 손전등
- 여분의 배터리
- 소화기
- 방수 용기에 담긴 성냥
- 호루라기(도움을 요청하기 위한 신호)

- 비닐 시트와 덕트 테이프(현 위치 대피용)
- 물티슈, 쓰레기 봉투, 플라스틱 타이(개인 위생용)
- 여성용품과 개인 위생용품
- 렌치 또는 플라이어(유틸리티 차단용)
- 수동 캔 오프너(식품용)
- 현지 지도
- 충전기와 보조 배터리가 포함된 휴대폰
- 구급 상자
- 방진 마스크(오염된 공기 필터링용)
- 마스크, 비누, 손 소독제, 표면 소독용 물티슈
- 처방약
- 진통제, 지사제, 제산제, 완하제와 같은 비처방 의약품
- 처방 안경/콘택트렌즈 및 콘택트렌즈 용액
- 반려동물을 위한 사료와 여분의 물
- 현금 또는 여행자 수표
- 보험 증서 사본, 신분증, 은행 계좌 기록 등 중요한 가족 서류는 전자적으로 저장하거나 방수 기능이 있는 휴대용 용기에 보관
- 각 사람을 위한 침낭 또는 따뜻한 담요
- 기후에 적합한 여벌의 옷과 튼튼한 신발
- 식기 세트, 종이컵, 접시, 종이 타월 및 플라스틱 식기
- 종이와 연필

## 키트 유지 관리

키트를 조립한 후에는 필요할 때 사용할 수 있도록 잘 관리하세요.

- 통조림 식품은 서늘하고 건조한 곳에 보관하세요.
- 상자에 포장된 식품은 밀폐된 플라스틱 또는 금속 용기에 보관하세요.
- 기한이 지난 물품은 필요에 따라 교체하세요.
- 매년 필요한 항목 다시 검토하고 가족의 필요가 변하면 키트를 업데이트하세요.

## 키트 보관 위치

어디에 있을 때 비상 상황이 발생할지 모르므로 집, 직장, 자동차에 필요한 물품을 준비하세요.

- **집:** 키트를 지정된 장소에 보관하고 집을 빨리 떠나야 할 경우에 대비해 준비하세요. 모든 가족 구성원이 키트 보관 위치를 알고 있는지 확인하세요.
- **직장:** 적어도 24시간 동안 직장에 머무르며 대피할 수 있도록 준비하세요. 직장 키트에는 음식, 물, 의약품과 같은 필수품뿐만 아니라 편안한 운동화를 포함해야 하며 '비상용 휴대' 케이스에 보관해야 합니다.
- **자동차:** 고립될 경우에 대비하여 자동차에 비상 키트를 보관하세요.