



캘리포니아 발달장애서비스국

비상사태 대비 안내문

가을철 안전 • 2026년 9월

엘니뇨에 대비하십시오

엘니뇨란 무엇인가요?

엘니뇨는 바닷물이 평소보다 훨씬 따뜻해질 때 발생합니다. 엘니뇨는 많은 비와 강한 바람을 몰고 와 캘리포니아에 홍수와 정전을 일으킬 수 있습니다. 지금 몇 가지 대비 조치를 취하면 이번 계절을 더욱 안전하게 보낼 수 있습니다.

악천후가 발생하기 전에:

- 빗물받이와 배수구에 쌓인 낙엽과 이물질을 제거하십시오.
- 거주 지역에 홍수 위험이 있는 경우 모래주머니를 미리 준비해 두십시오.
- 휴대전화와 전자기기를 미리 충전해 두십시오.
- 정전 시 의료 장비, 냉장 보관이 필요한 의약품 및 통신 수단에 필요한 사물을 미리 계획하십시오.

악천후 발생 시:

- 침수된 도로에서는 절대로 걸거나 운전하지 마십시오.
- 수위가 급격히 높아질 수 있으므로 해변, 강 또는 개울에 가까이 가지 마십시오.
- 지역 기상 경보와 비상 정보를 확인하십시오.

자세히 알아보기: 엘니뇨란 무엇인가요? (pmel.noaa.gov/el_nino/faq)

의약품 안전

몇 가지 간단한 습관만으로도 의약품을 더욱 안전하게 사용하고 보관할 수 있습니다.



- 의약품은 원래 용기에 보관하고 어린이와 반려동물의 손이 닿지 않는 곳에 두십시오.
- 의약품은 지시받은 대로만 복용하십시오. 다른 사람에게 처방된 의약품이나 어떤 의약품인지 알 수 없는 의약품은 절대로 복용하지 마십시오.



- 필요한 경우 달력이나 휴대전화 알림을 사용하여 의약품 복용 시간을 잊지 않도록 하십시오.
- 처방약이 다 떨어지기 전에 미리 재처방받으십시오.
- 유효기간을 확인하고 더 이상 필요하지 않은 의약품은 안전하게 폐기하십시오.

자세히 알아보기: 질병통제예방센터(CDC) ([cdc.gov/medication-safety](https://www.cdc.gov/medication-safety))

지진에 대비하십시오

지진 발생 시 대처 방법을 미리 연습해 두면 실제 지진이 발생했을 때 신속하게 행동하는 데 도움이 됩니다.



가능하다면 다음 사항을 기억하십시오: **엎드리고, 몸을 보호하고, 붙잡으십시오.**

- 손과 무릎을 바닥에 대고 엎드리십시오.
- 가능하다면 튼튼한 탁자나 책상 아래로 들어가 머리와 목을 보호하십시오.
- 흔들림이 멈출 때까지 붙잡고 그 자리에 머무르십시오.

휠체어, 보행기 또는 기타 이동 보조기기를 사용하여 지진 발생 시 탁자 아래로 들어갈 수 없는 경우:

- 바퀴를 잠그십시오.
- 팔, 베개, 책 또는 쿠션으로 머리와 목을 보호하십시오.
- 흔들림이 멈출 때까지 붙잡고 그 자리에 머무르십시오.

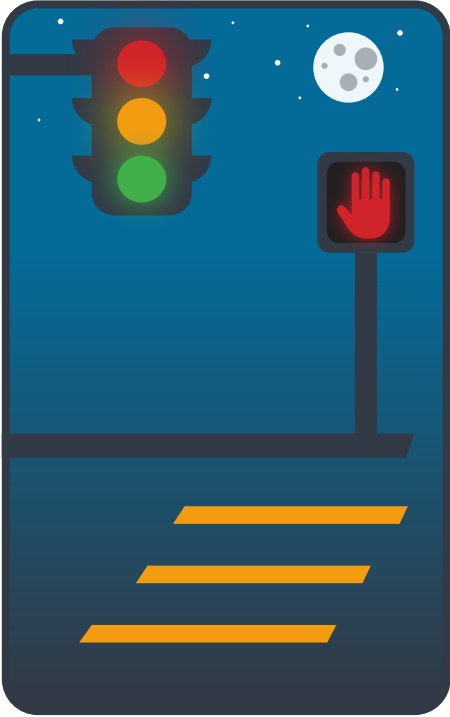
자세히 알아보기:

- 대규모 지진대피훈련(Great ShakeOut) ([shakeout.org](https://www.shakeout.org))
- 캘리포니아 지진 경보 ([earthquake.ca.gov](https://www.earthquake.ca.gov))
- MyShake 앱 (myshake.berkeley.edu)



어두워진 후에도 안전하게 지내세요

가을과 겨울에는 낮이 짧아져 시야가 어두운 시간대에 야외에서 보내는 시간이 늘어날 수 있습니다. 운전자와 다른 사람들이 귀하를 쉽게 볼 수 있도록 하십시오.



눈에 잘 띄도록 하십시오:

- 밝은 색상이나 눈에 잘 띄는 색상 또는 반사 소재의 옷을 착용하십시오.
- 휠체어, 보행기, 지팡이, 스쿠터 또는 보조동물에 반사 테이프나 조명을 부착하십시오.
- 손전등을 휴대하거나 휴대전화의 손전등 기능을 사용하십시오.

주변을 잘 살피십시오:

- 가능한 경우 인도와 표시된 횡단보도를 이용하십시오.
- 교통 신호를 따르고 길을 건너기 전에 차량이 오는지 확인하십시오.
- 길을 건너거나 차량 통행이 있는 곳을 지날 때는 휴대전화를 사용하지 마십시오.
- 가능한 경우 친구, 가족, 돌봄 제공자 또는 지원 인력과 함께 이동하십시오.

자세히 알아보기: 미국 도로교통안전국(NHTSA) 보행자 안전 (nhtsa.gov/road-safety/pedestrian-safety)



비상사태 대비 웹페이지를
브라우저에 즐겨찾기로
추가해 두십시오!



개별 QR 코드
(dds.ca.gov)



서비스 제공자
QR 코드
(dds.ca.gov)