

비상 보급장비 점검표

어떠한 비상사태도 대처할 수 있도록 준비하십시오. 여러분과 여러분의 가족, 애완동물이 3일 또는 그 이상을 지낼 수 있는 물건이 들어있는 비상 보급장비를 준비하십시오. 견고하고 휴대하기 쉬운 배낭이나 휴대용 가방에 이 장비를 보관하십시오. 상황에 따라 당국에서는 제자리(실내)에서 위험을 피하거나, 장비를 휴대하고 대피하라는 지시를 내릴 수 있습니다. 다음의 점검표는 여러분이 장비를 준비하는데 도움을 드릴 것입니다.

물과 음식

- 일인당 하루 1갤런의 물 그리고 애완동물용 물
- 바로 먹을 수 있는 통조림 고기, 생선, 수프, 콩, 채소와 과일.
요리가 거의 또는 전혀 필요 없는 음식들을 선택하십시오.
- 소금, 후추, 설탕, 양념/향신료
- 분유, 차, 즉석커피
- 고열량 간식: 견과류, 단백질바, 에너지 바, 땅콩버터
- 강장음식: 그라놀라, 말린 과일, 쿠키, 크래커, 사탕, 코코아
- 유아, 특별한 도움이 필요한 사람, 애완동물을 위한 음식
- 종이컵, 종이접시와 플라스틱 식기
- 캠핑용 요리 도구 또는 냄비
- 비자동 강통따개
- 알루미늄 포일, 플라스틱 랩

정기적으로 공급장비 음식을 교체하십시오. 분유, 말린 과일, 크래커와 같은 음식은 6개월 이내에 섭취해야 합니다. 통조림 수프와 고기, 과일, 채소, 주스, 땅콩버터, 젤리, 사탕, 통조림 견과류 같은 음식은 최대 1년 동안 보관할 수 있습니다. (열원에서 멀리 떨어진 밀폐 용기에) 무기한 저장할 수 있는 음식에는 식물성 기름, 건조 옥수수와 밀, 베이킹 파우더, 콩, 즉석커피, 차, 코코아, 소금, 쌀, 부용 식품 및 건조 파스타 등이 있습니다.

비상용품

- 현금, 여행자수표, 동전
- 배터리 방식 라디오, 해양 기상청 날씨 청취용 라디오
- 손전등
- 건전지
- 휴대전화
- 얼굴 마스크
- 주변 지역과 인근 주의 지도
- 호루라기
- 집과 차의 여분 열쇠
- 소형 소화기
- 전기/가스 차단을 위한 렌치 또는 펜치
- 묶을 수 있는 플라스틱 쓰레기 봉투
- 화장지, 물티슈
- 가정용 염소 표백제(정수용)
- 방수 용기에 담긴 성냥
- 비누, 세제, 알코올 성분의 손소독제
- 칫솔과 치약, 치실, 탈취제, 샴푸, 면도용품
- 여성용품, 콘돔
- 입술용 크림, 자외선 차단제
- 유아용품 (기저귀, 젖병 등)
- 애완동물용품(갈래, 베틀방지 목걸이 등)
- 책, 카드놀이 기구, 보드게임

의류와 침구

- 갈아입을 옷 (개인당 적어도 한 세트의 의류와 신발)
- 긴 바지와 긴 팔 셔츠
- 튼튼한 신발이나 작업용 부츠
- 방한용 속옷, 일반 속옷
- 양말 몇 켤레
- 따뜻한 모자와 작업 장갑
- 재킷이나 코트, 비옷, 판초
- 침낭
- 담요, 구급담요, 베개
- 수건, 세수수건
- 여분의 처방안경, 선글라스

- 계속 -



구급상자




- 응급처치안내서
- 처방약; 모든가족의중요약품2주치분량
- 비처방약: 아스피린이나다른진통제, 알레르기약, 설사약, 제산제, 완화제, 항생제연고, 비타민, 눈세척제
- 혈당및혈압측정기와같은처방의료장비
- 가위, 핀셋, 돋보기
- 멸균바늘, 안전면도날
- 체온계
- 방충제
- 거울
- 다양한크기의반창고, 거즈패드와붕대
- 저자극성접착테이프
- 일회용장갑몇켢레
- 아이소프로필알코올, 과산화수소
- 소독약, 살균분무기
- 냉찜질팩, 열팩




중요 서류

방수, 휴대용용기에사본(원본이아닌)을보관하거나CD또는 USB 드라이브에스캔하여보관하십시오.

- 은행계좌번호(당좌예금, 보통예금)
- 신용카드번호(회사이름및연락처와함께)
- 사회보장카드및기록
- 여권
- 가족기록: 출생, 결혼및사망증명서, 이혼판결문
- 유언장, 사망선택유언, 사전의사결정
- 위임장과관련서류
- 의료기록
- 최신의료및안경처방
- 가족과애완동물예방접종기록
- 모든보험증서(생명, 건강, 자동차, 집, 위험)
- 증서, 담보대출, 소유권증서, 임대계약서
- 주식과채권, 증권, 투자문서
- 은행대출계약, 기타계약서
- 자동차등록증, 매매증서, 차량일련번호또는차량식별번호, 운전면허증
- 고용기록
- 최근세금보고서
- 가치있는수집품, 감정평가기록
- 학교성적증명서, 졸업장
- 안전금고위치와여분의키, 내용목록
- 원본서류, 디스크
- 일지, 일기, 족보
- 생활용품목록(사진포함)
- 가족과애완동물최근사진
- 제일마음에드는가족, 애완동물및이벤트사진

더 알아보기

-  preparedness.health.maryland.gov
-  facebook.com/MarylandOPR
-  twitter.com/MarylandOPR

-  health.maryland.gov
-  facebook.com/MarylandDHMH
-  twitter.com/MDHealthDept

