

# 지진 대비 안내서

지금 이 안내서를  
가져가서 지진을  
대비하세요.

## 지금 할 일

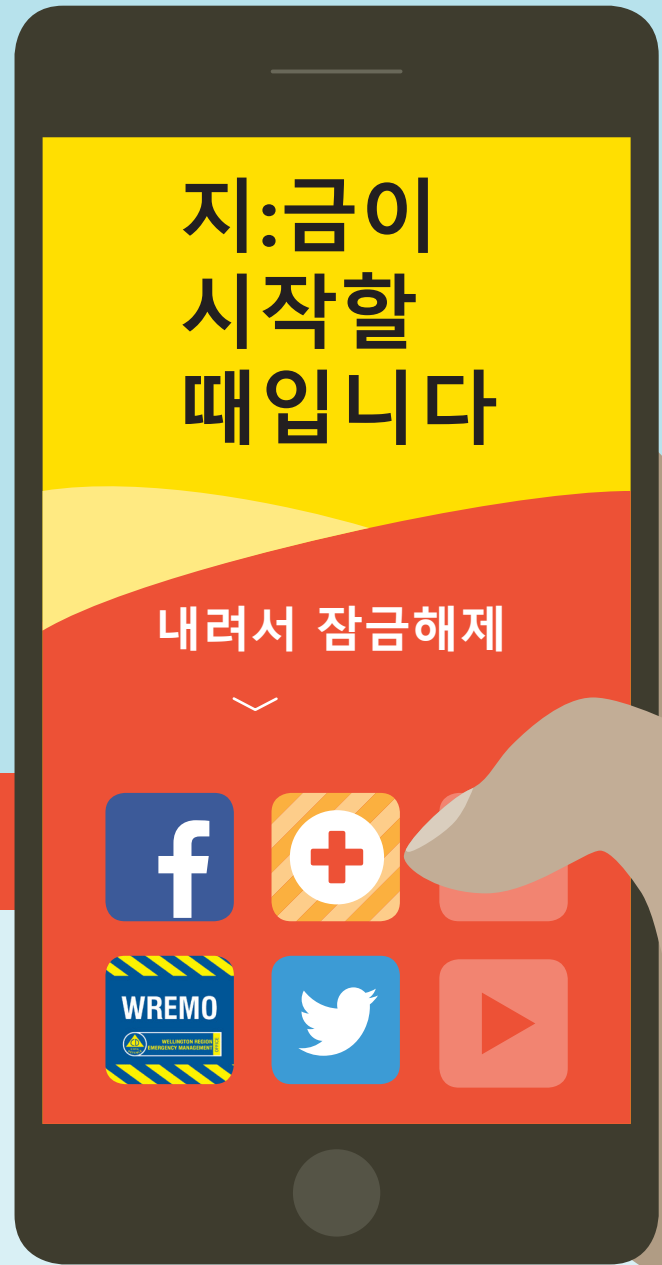
### 1. WREMO에 가입하고 안내를 받으세요.

앱을 다운 받으세요.

New Zealand Red Cross (뉴질랜드 적십자)의 Hazards 앱을 다운 받으시고, WREMO가 생명을 위협하는 비상사태를 알릴 수 있도록 알림을 켜 두세요. WREMO는 개인의 안전이 위험할 때만 알림을 보냅니다. 여러분이 원하는 알림만 받을 수 있도록 알림 기능을 설정하세요. 웰링턴 지역인 만큼 매번 강풍 경보를 받기 원하지 않을 수도 있습니다.

#### 알림을 받았을 때

안내를 따르고 문자와 SNS로 지인들과 경보를 공유하세요.



재난상황 시 올바른 정보를 확인하려면:

- ▶ WREMO 재난상황 홈페이지 [www.wremo.nz](http://www.wremo.nz) 에 방문하세요.
- ▶ WREMO 페이스북 페이지 [facebook.com/WREMOnz](https://facebook.com/WREMOnz) 를 구독하세요.
- ▶ WREMO 트위터 @WREMOinfo 를 구독하세요
- ▶ 지역 공공기관 홈페이지 또는 SNS에 방문하세요.
- ▶ Radio New Zealand (라디오 뉴질랜드) 또는 지역 라디오 방송을 청취하세요.

# 잘 하셨습니다! 안전을 향한 첫 걸음을 떼셨습니다.

웰링턴 지역은 굉장히 살기 좋은 곳이지만 조금 거친 면도 있습니다.

종종 지진, 폭풍, 홍수, 산사태가 발생하고 지진 해일 발생 가능성이 있습니다.

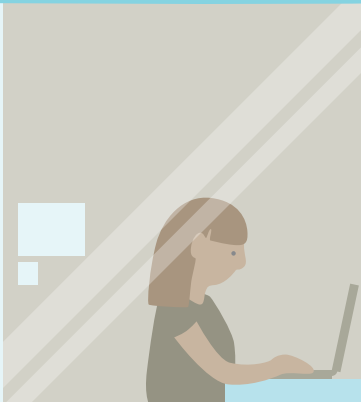
이러한 비상 상황들은 비슷한 결과를 야기합니다. 돌아다니는 것, 사랑하는 사람과 연락하는 것, 생필품을 구하는 것이 어려울 수 있습니다.

이 책자는 각 가정과 지역공동체가 큰 지진 발생 직후 며칠을 가능한 안전하고 수월하게 지낼 수 있도록 준비하는 방법을 안내합니다..

알람을 설정하는 것으로 첫 걸음을 떼셨습니다! 여러분의 가정이 준비될 수 있도록 오늘, 오늘 밤, 다음 몇 주 주말에 할 수 있는 것들을 계속해서 실천하세요. 각 단계는 노력할 만한 가치가 있습니다.

궁금한 것이 있으시면 저희에게 연락주세요.

**WREMO팀 드림 (WREMO는 웰링턴 지역  
응급상황 관리 사무소입니다)**



## getprepared.nz: 에 접속해서:

- 1 여러분이 사는 지역의 대응 계획을 보려면 위 사이트에 접속하세요.
- 2 지진 해일 대피 구역 지도를 보세요. 당신이 거주하고 일하는 곳이 지진 해일 영향 구역인지 확인하세요.
- 3 [www.wremo.nz](http://www.wremo.nz) 홈페이지를 확인하세요. 재난상황에서 믿을 수 있는 정보를 제공합니다.

## 2. '엎드리고, 덮고 잡고'를 연습하세요.

국제 전문가들은 지진 발생 시 '엎드리고, 덮고 잡고'를 할 때 부상 가능성이 줄어든다고 합니다.

지진 발생 시 대부분의 경우 건물 붕괴보다는 가구, 장식품, 천장 타일과 같은 건물의 일부에 의해 부상이 발생합니다.

### 지진 발생 시:

**실내에서** - 흔들림이 멈추고 나가는 것이 안전할 때까지 실내에 머무르세요. 조심해서 건물을 나가고 떨어지는 물체가 있을 수 있으니 주의하세요.

**높은 건물 안에서** - 위와 같이 대처하시고, 화재 경보가 울리더라도 무리해서 밖으로 나가지 마세요.

**야외에서** - 지진이 멈출 때까지 건물, 나무, 전선에서 멀리 떨어져 '엎드리고, 덮고 잡고'를 하세요.

**번화가에서** - 건물에서 유리, 간판 등이 떨어질 수 있으니 인도에 머무르지 마세요.

'엎드리고, 덮고 잡고'를 할 수 없다면, 최대한 몸을 굽히고 머리와 목을 보호하세요.



### 3. 지진 해일 영향 구역을 알아두세요.



지진 발생 시, 바닷가 근처에 있고 지진의 흔들림이 길거나 강하면 꼭 대피하세요.


한정된 지역에서만 발생한 지진일 경우, 지진 해일에 대한 경고가 따로 없을 수도 있습니다. 이 경우, 지진 자체가 여러분이 받게 될 유일한 지진 해일 경고입니다.

지진 해일은 오랜 시간에 걸쳐 발생할 수 있는 거대한 여러 개의 파도입니다. 첫 번째 파도가 가장 큰 것이 아닐 수도 있으니, 즉시 파란색 지진 해일 안전선을 지나 안전한 곳으로 대피하세요.

어떻게 모두가 안전하게 대처할 수 있을지 이웃들과 대화를 나누세요 - 누군가 도움이 필요할 수도 있습니다.

여러분이 거주하고 일하는 장소가 지진 해일 영향 구역인지 살펴보고, 지진 발생 시 대피할 안전한 장소를 알아두세요.

 [getprepared.nz/TsunamiZone](https://getprepared.nz/TsunamiZone) 을 참고하세요.

 지진 해일 발생 이후, 근처 바닷가에 가거나 물에 들어가지 말고 완전히 안정될 때까지 기다리세요.



10 MIN

첫 번째 파도는 지진 발생 후 10분 안에 도착할 수 있기 때문에 사이렌과 같은 공식 경고를 받을 시간이 없을 수 있습니다. WREMO는 남아메리카와 같이 멀리 떨어진 곳에서 시작하는 지진 해일에 대한 경고 알림만 보냅니다.

## 4. 가족과 지진 대비 계획을 세우세요

큰 지진 발생 후, 휴대전화, 이메일, SNS 사용이 어려울 수 있습니다. 연락이 되지 않을 경우를 대비해 지금 계획을 세우세요.

**자녀들을 안전하게 보호하세요.**

각 학교는 아이들을 안전하게 보호하기 위한 대책을 가지고 있습니다.

🖱️ 학교의 재난 상황 대책을 확인하세요:  
[getprepared.nz/schools](http://getprepared.nz/schools)

학교에서 걸어갈 수 있는 거리 안에 최소 세 명의 친구 또는 가족을 마련하여, 재난 시 자녀를 데리러 갈 수 있게 하세요. 그리고 그들의 이름을 학교에 알려주세요. 자녀들에게 여러분이 자녀를 데리러 학교로 갈 수 없을 때, 누가 데리러 갈지 말해주세요.

**안전한 만남의 장소를 정하세요.**

여러분이 서로를 만날 장소를 정하고, 필요 시 친구 또는 가족과 지낼 곳을 마련하세요.

**집과 소유물을 위한 재난 보험에 가입하세요.**

대부분의 사람들은 지진 대비 보험에 들지 않습니다. 보험 설계사와 의논해 여러분의 집과 소유물에 적합한 보험에 가입하세요.



**집과 직장에 비상용품 가방을 챙겨두세요.**

여러분은 급하게 집을 벗어나야 하거나, 직장에서 집에가기 위해 먼 거리를 걸어야 할 수 있습니다. 어떤 비상용품이 필요한지 생각해보고, 비상용품 가방에 며칠을 지내기 위한 기본적인 물건들을 챙겨두세요. 여러분 스스로 비상용품 가방을 준비할 수 있고, 비싼 물품이 아니어도 됩니다.

 [getprepared.nz/GrabBag](https://getprepared.nz/GrabBag) 을 참고하세요.

**가스, 전기, 수도시설**

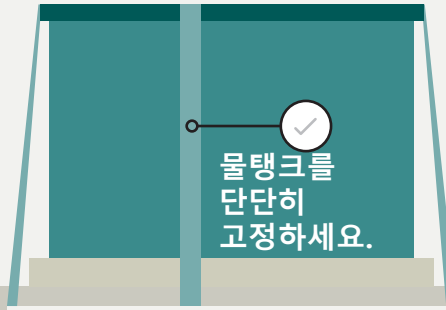
집 안의 가스, 전기, 수도 시설이 파손되면 여러분이 집에서 벗어나야 할 만큼 위험합니다.

지진 발생 시 주요 가스 밸브, 전기 차단기, 물 차단 밸브를 신속하게 찾아 끌 수 있도록 위치와 끄는 방법을 미리 숙지하세요.





## 5. 집을 안전하게 관리하세요



벽돌 굴뚝이 안전한지 점검하세요. 굴뚝을 사용하지 않는다면, 없애세요.

집을 안전하게 관리하면 지진 발생 시 피해를 최소화할 수 있고, 집이 조금 어지러지더라도 지진이 멈출 때까지 집에서 지낼 수 있습니다.

지붕, 벽, 가구, 토대가 튼튼한지 확인하세요..

필요하다면 전문가에게 점검을 받으세요.

🖱 지진 대비 집 점검에 관한 더 많은 정보를 확인하세요:  
[getprepared.nz/SafeHomes](http://getprepared.nz/SafeHomes)

### 집을 임대한 경우

지진 발생 후 여러분의 집이 여전히 살기에 적합한지는 집 주인의 주요 관심사입니다. 이 안내서를 참고해 집 주인과 집을 더 안전하게 유지하는 것에 대해 의논하세요.



무겁거나 높은 가구를 고정하세요.

지붕 안에 썩은 구조물을 교체하고, 없어진 구조물을 보완하세요.

지지물을 설치해서 석조 벽을 강화하세요.

온수 통과 목재 난방기를 고정하세요.

# 6. 물을 저장하세요

큰 지진 발생 후에는 수도에서 물이 나오지 않기 때문에 물을 미리 저장해야 합니다. 일주일 동안 가족 전체가 쓸 수 있을 만큼의 충분한 물이 필요하니 가능한 한 많이 저장하는 것이 좋습니다.

재난 상황에 물을 사용할 수 있도록, 이번 주말에 200리터 (또는 더 큰 크기의) 물병을 구입하세요. 가격이 저렴하고 직접 설치하기 쉽습니다.


깨끗한 수돗물로 물병을 채우고 꼭 닫으세요.

 [getprepared.nz/Water](http://getprepared.nz/Water) 를 참고하세요.

물탱크를 구할 수 없다면, 조금이라도 물을 저장하는 것이 아예 없는 것 보다 낫습니다.


크기가 큰 플라스틱 병을 사용하세요. 조금이라도 남은 우유가 물을 오염시킬 수 있으므로 오래된 우유병을 사용하지 마세요.


각 용기를 수돗물로 가득 채우고 뚜껑을 꼭 닫아 시원하고 어두운 곳에 보관하세요. 12개월마다 병을 비우고 다시 채우세요.


변기 물을 내릴 수 없을 때 어떻게 오물을 처리할지 알아두세요. 

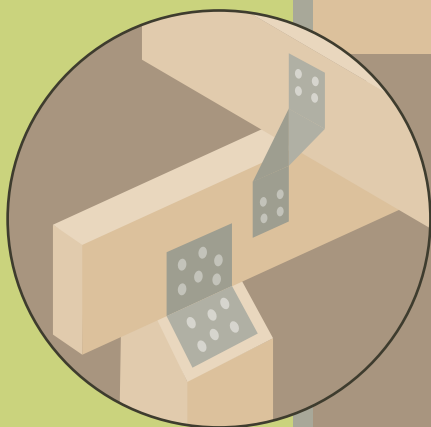


집의 기초 토대를 점검하세요:

 기초 기둥에 보가 견고하게 연결되어 있나요?

 기둥 주변에 패인 곳이 있나요?

 썩거나 구멍이 나 상한 목재를 교체하세요.





## 7. 이웃을 만나세요

지진 발생 시 대부분의 사람들은 주변에 있던 사람들에게 구조됩니다.  
여러분의 이웃이 여러분을 가장 먼저 도울 수 있는 사람들입니다.

이번 주말에 주변 이웃들과 친해지세요. 그러면 여러분은:

- 재난 상황에 서로가 안전하고 무사한지 알고, 특히 도움이 필요한 사람을 도울 수 있습니다.
- 비상시 필요한 물품과 능력을 공유할 수 있습니다.
- 지진 후에도 서로를 도울 수 있습니다.

더 좋은 점은, 더 친근하고 회복력이 좋은 커뮤니티를 만드는 데 여러분이 기여한다는 점입니다.

웃으면서 서로를 소개해보세요. 무엇이든 처음이 가장 어렵습니다! 그리고 재난 상황을 대비해 이웃에게 연락처 공유를 제안하세요. 쉽게 대화를 시작할 수 있습니다.

또한, Street 별로 구성된 주민 지원 그룹이나 지역별 타임뱅크에 참여하며 이웃과의 소통을 시작할 수 있습니다.

가까운 시일 내에 바베큐 파티나 품앗이 (working bee) 모임을 마련하여 이웃과 교류하세요.



# 8. 집에서 재난 상황 대비 훈련을 하세요

각 가정에는 재난 시 비상 용품으로 쓰일 수 있는 일상생활 용품들이 이미 많이 있습니다!

침대에 있는 담요나, 옷장에 있는 옷, 주방에 있는 것들이 모두 비상 사태에서 쓰일 수 있습니다.

- 신생아, 유아, 애완동물에게 필요한 물품들을 구비하세요.
- 복용하는 약이 있다면 처방전을 보관하고 충분한 양이 있는지 확인하세요.

여러분이 스스로와 가족을 돌보는 것은, 비상 사태에 한정된 자원이 정말 도움이 필요한 사람에게 전달될 수 있도록 돕는 것과도 같습니다.



일주일동안 장을 보러 가지 않아도 될 만큼 가능한 많은 식료품을 구비해 두세요.

준비 완료!
✔
재난 상황 시 일주일정도 사용할 물품을 충분히 구비했습니다.

## 참여하세요.

### 무료 재난 상황 대비 코스

가정과 지역공동체가 큰 지진에 어떻게 대비, 대처, 극복 할 수 있는지 배울 수 있습니다. 여러분은 지역공동체가 정보를 잘 공유하고, 재난 상황에 잘 대처하며, 더욱 긴밀히 연결되도록 도울 수 있습니다..

코스에 등록하세요: [getprepared.nz/Courses](https://getprepared.nz/Courses) 에서 룩하세요.

여러분은 지역공동체가 재난 상황에 적절히 대비 및 대처할 수 있도록 돕는 WREMO 봉사자가 될 수 있습니다:[getprepared.nz/Volunteer](https://getprepared.nz/Volunteer) 에 방문하세요.

### 지진 후 사업 유지를 위한 무료 워크샵

여러분이 사업이나 커뮤니티 단체를 운영하신다면 크고 작은 혼란 후에도 계속 운영하기를 원하실 것입니다. 여러분의 고객과 직원들은 당신에게 의지합니다. 저희 워크샵은 여러분과 직원들이 어려운 상황에서도 계속해서 운영할 수 있도록, 더 나은 의사 결정을 할 수 있도록 돕습니다.

참가자들은 지진 후 사업 유지 계획에 대한 기본을 배우고 그들만의 계획을 세울 수 있게 될 것입니다. 저희는 웰링턴 지역에서 두 시간 길이의 워크샵을 제공합니다..

[getprepared.nz/Businesses](https://getprepared.nz/Businesses) 에 방문하세요.

### 지역공동체 대응 계획

사람들은 지역공동체의 재난 대응 계획에 의견을 내고 있습니다. 무슨 계획이 진행되고 있는지, 여러분이 어떻게 기여할 수 있는지 알아보세요. 여러분은 지역공동체에 대한 소중한 지식을 가지고 있고 그 지식은 차이를 만드는데 도움이 됩니다.

[getprepared.nz/ResponsePlan](https://getprepared.nz/ResponsePlan) 를 참고하세요.

### 연락처

[wremo@gw.govt.nz](mailto:wremo@gw.govt.nz)

04 830 4279


[facebook.com/WREMONz](https://facebook.com/WREMONz)

# 지역 재난 허브 (Community Emergency Hub) 위치를 알아두세요.

지역 재난 허브는 여러분과 이웃이  
만나는 장소입니다.

지역 재난 허브는 Civil Defence  
Centres로 불렸었지만, 목적을 더  
잘 반영하기 위해 지역 재난 허브  
(Community Emergency Hubs)로  
명칭을 바꿨습니다.

큰 지진 발생 이후, 여러분과 이웃들은 지역  
재난 대피소에 모여 여러분이 가지고 있는  
적절한 기술과 자원을 공유하면서 함께  
재난에 대처할 수 있습니다.

 저희 홈페이지 ([www.getprepared.org.nz/Hubs](http://www.getprepared.org.nz/Hubs))에서 여러분에게 가장 가까운  
지역 재난 대피소를 확인하세요.

각 대피소에는 문구류, AM/  
FM라디오, 지도, 지역의 재난  
관리본부와 연락할 수 있는  
민방위용 무전기를 포함한  
기본적인 세트가 있습니다. 각  
대피소에 재난 보급품의 여분은  
없습니다.

준비 완료!

지역 재난 대피소가  
어디에 있는지,  
우리 스스로 어떻게  
공동체를 도울 수  
있는지 압니다.



# 지진 발생 후:

## 지진 해일 위험이 있나요?

- 자전거를 타거나 걸어서 신속하게 안전한 곳으로 이동하세요. 차로 이동하지 마세요.
- 파란색 지진 해일 대피 화살표와 대피 방향 표시를 따라 근처의 안전한 장소로 대피하세요. 여러분보다 나중에 대피하는 사람들이 대피할 공간이 있도록 계속해서 안전한 쪽으로 이동하세요.

## 다른 사람들과 연락하세요.

- 집으로 가기 전, 정해진 안전한 곳에서 만나세요.
- 가능하면 음성메시지와 SNS의 업데이트를 통해 당신이 안전하다는 것을 알리세요. 통신망의 과부하를 줄이기 위해 통화보다는 문자를 이용하세요.

## 자녀들을 데려오세요.

- 주변 사람들에게 재난 대비 계획을 알리세요. 아이들이 안전한 곳에 있다면 위험을 무릅쓰고 무리해서 아이들을 데리러 이동하지 마세요. 안전할 때 아이들을 데려 오세요.

## 집을 안전하게 관리하세요.

- 가스 새는 냄새가 나거나 소리가 들리면 폭발을 막기 위해 가스 밸브를 잠그세요.
- 여러분이 대피해야 하거나 전원이 나가면 전기를 차단하세요. 눈으로 확인할 수 없는 손상된 선이 있을 수 있습니다.
- 특히 수도가 망가진 것 같다면 물 밸브를 잠그세요. 물이 새면 여러분의 집이 피해를 입을 수 있습니다

## 물과 위생관리

- 정수되지 않은 물은 사용하기 전 잠깐 끓이세요. 혹은 물 10리터에 무향의 가정용 살균제 (household bleach)를 ½ 티스푼 넣고 마시기 전 30분정도 기다리세요.
- 변기물을 내리지 마세요. 가능하면 오물을 처리할 구멍을 파세요. 최대한 위생을 유지하세요.

## 이웃을 만나세요.

- 혼자 살거나, 이동에 어려움이 있거나, 특별한 도움이 필요한 사람들을 돌보세요.
- 여러분의 기술과 자원을 공유하면서 서로를 도우세요.

## 지역 재난 대피소에 가세요.

- 도움이 필요하다면.
- 자원과 기술을 공유하면서 도울 수 있다면.
- 이웃들과 모여 서로에게 일어난 일에 대한 정보를 공유하기 위해.
- 이웃들과 모여 서로에게 일어난 일에 대한 정보를 공유하기 위해
- 여러분 마을의 의견을 모아 지역 비상 상황 센터에 전달하기 위해.

## 재난 상황 정보를 위해 [www.wremo.nz](http://www.wremo.nz) 에 접속하거나 라디오를 들으세요..

# 준비 완료!

가족들이 만나는 장소:

주변 이웃 연락처:

우리 지역 재난 허브는:

자녀를 데리러 갈 사람의 연락처:

물, 전기, 가스 위치:

물:

전기:

가스:



[www.getpreaped.org.nz](http://www.getpreaped.org.nz) 에 방문하여 재난 상황 대비 정보를 확인하세요.