



소식지 여름



여름 동안, 로스앤젤레스시 재난관리부와 기후재난동원사무소(CEMO)가 시민 여러분과 여러분의 반려동물에게 폭염에 대비할 것을 권장합니다.



기후 모델은 기후 변화가 계속됨에 따른 극심한 더위가 더 빈번해지고 강력해질 것이라고 예측하고 있습니다.

연방재난관리청(FEMA)의 첫 번째 여름철 대비 캠페인(#SummerReady)은 취약 계층에게 도움을 주고, 폭염의 영향에 대한 인식을 높이고, 여러분이 대비할 수 있는 간단한 절차를 설명하고자 합니다. 로스앤젤레스에서 가장 더운 달은 역사적으로는 9월이었지만, 저희는 모든 주민들이 11월 중순까지 이어지는 더운 계절에 대비할 것을 권장합니다.

가장 고위험 계층은 누구일까요?

- 야외 근무자
- 야외에서 활동하는 사람들
- 유아 및 어린이
- 임산부
- 고령자
- 천식, 심장병, 당뇨병과 같은 만성 질환자들

2024년 로스앤젤레스 더위 예방 캠페인

LA의 폭염은 더 길어지고, 더 빈번해지고, 더 위험해졌습니다. 우리 모두는 건강에 치명적일 수 있는 폭염의 위험으로부터 안전을 지키기 위해 함께 노력해야 합니다! 로스앤젤레스시는 모든 시민 여러분들, 특히 가장 취약한 지역사회 주민들에게 폭염 비상사태 시 취해야 할 행동과 대피 장소를 알리기 위해 노력하고 있습니다.

적정 온도
유지



기후
형평 LA

더위 관리 최고 책임자의 도움말



더위를 피하고 수분을

- 너무 덥다면 냉방 센터, 공공 도서관, 그늘 아래 등 시원한 곳으로 이동하세요.
- 통풍이 되는 밝은 색상의 가벼운 옷을 입으십시오.
- 찬물로 샤워하십시오.
- 직사광선을 피하고 카페인 음료를 자제하십시오.
- 물을 더 많이 마시고 재사용 가능한 물병을 휴대하십시오.

여러분의 몸의 상태를 잘 살피십시오.

- 열사병의 경고 신호를 알아보세요: 과한 땀 흘림, 땀 흘림 없음(열사병의 징후), 축축한 피부, 경련, 피로, 어지러움, 두통, 메스꺼움, 정신 혼미, 고체온.
- 이러한 증상이 나타나고 열사병이 의심되면, 즉시 **911에 전화하여 의사의 진료를 받으십시오.**



계속해서



- 지역 뉴스와 일기 예보를 확인하십시오.
- 폭염 안전에 대해 준비하고, 계획하고, 실천하십시오.
- 서로 돌볼 수 있는 사람을 준비하십시오.
- 노약자 및 위험에 처한 사람을 확인하십시오.
- NotifyLA.org에 가입하여 EMD의 비상사태 경보를 받으세요.
- The Cool Spots LA App을 확인하시거나 311에 전화하세요. 냉방 정보를 다음 사이트에서 확인하세요: Climate4LA.Org/CoolSpotsLA
- CEMO 웹사이트를 방문하세요: Climate4LA.org/Heat

급수 시설



로스앤젤레스의 새로운 녹색 정책의 일환으로, 수도전기부(LADWP)는 로스앤젤레스 오락과 공원 및 일반 서비스부와 협력하여 도시 전역에 급수 시설을 개설하고 유지 관리합니다. 시민들이 각자의 재사용 가능한 물병에 깨끗하고 상쾌한 물을 채울 수 있도록 시 전역의 모든 15개 시의회 지구의 주요 공공장소에 새로운 급수 시설을 설치하고 있습니다.

냉방 센터에서 더위를 식히십시오.

모든 시립 도서관은 정상 운영 시간 동안 냉방 센터로 운영됩니다. 폭염 경보가 발령되면, 로스앤젤레스시는 오락과 공원 시설 중에서 일부 시설은 시간을 연장하여 운영합니다.

여름 수영

- 혼수영하는 법을 모르면 물에 들어가지 마십시오.
- 절대 혼자 수영하지 마세요
- 자신의 실력에 맞는 수역인지를 확인하세요
- 물살에 휩쓸리더라도 물살과 싸우려고 하지 말고 침착하게 물살에 몸을 맡기거나 원하는 방향으로 헤엄칠 수 있을 때까지 해안과 평행한 방향으로 헤엄치세요.
- 안전요원이 감독하는 구역에서 수영하세요.
- 다른 사람을 밀거나 뛰어넘지 마세요
- 낯선 지역에 다이빙하지 마세요
- 수영할 때는 절대로 음주하지 마세요



반드시 명심하세요! 얇은 물 속이라 해도
익사할 수 있습니다

안전한 불꽃놀이

로스앤젤레스시에서 불꽃놀이는 불법입니다

하지만 불꽃놀이가 허용되는 지역에 거주하는 경우 다음 안전 지침을 따르세요:

- 어린이가 폭죽을 다루도록 허용하지 마세요
- 약물이나 알코올에 취한 상태에서는 폭죽을 사용하지 마십시오
- 절대로 컨테이너에서 폭죽에 불을 붙이지 마십시오
- 불꽃놀이를 이용하거나 근처에 서 있는 모든 사람은 보호 안경을 착용해야 합니다
- 절대 불이 붙은 폭죽을 손으로 들지 마십시오
- 실내에서 절대 불꽃놀이를 하지 마십시오
- 사람, 집, 가연성 물질로부터 멀리 떨어진 곳에서만 사용하십시오
- 다른 사람을 향해 폭죽을 조준하거나 던지지 마십시오
- 폭죽을 한 번에 하나씩만 불을 붙이고 점화 후 안전 거리를 유지하십시오



야외 조리

- 그릴은 건물 외장용 자재 및 데크 난간에서 멀리 떨어져야 있어야 하고 나뭇잎과 돌출된 나뭇가지 근처에 두면 안 됩니다.
- 그릴을 정기적으로 청소하세요.
- 그릴에 문제가 있는지 점검하세요.
- 불이 나면 끌 준비를 하세요
- 라이터 사용 시 주의하세요.
- 그릴이 닫혀 있는 동안에는 가스를 켜지 마세요
- 그릴 사용 시 손잡이가 긴 도구와 그릴 장갑을 사용해 화상을 예방하세요
- 그릴을 내버려 두지 마세요



화상

- 화상 부위의 달라붙지 않은 옷이나 장신구는 모두 제거하십시오.
- 화상 부위를 최대한 빨리 깨끗하고 시원한 흐르는 물에 20분 동안 식히십시오. 깨끗하고 시원한 흐르는 물을 사용할 수 없는 경우, 깨끗하고 미지근한 물을 사용하거나 냉찜질을 하십시오.
- 화상을 식히기 위해 얼음, 얼음물을 사용하거나 얼음 찜질을 하지 마십시오. 너무 차가운 물질을 사용하면 피부가 더 손상될 수 있습니다.
- 화상 부위를 노출 상태로 두십시오.
- 911에 신고했는데 이송이 지연되거나 이송이 필요한 경우, 멸균 드레싱, 깨끗한 드레싱 또는 비닐 랩으로 화상 부위를 느슨히 덮습니다.
- 상태 변화를 계속 관찰하고 적절히 관리하십시오.
- 국소 부위 화상의 경우, 알로에 베라가 함유된 진정 로션을 화상 부위에 바르면 통증과 불편 완화에 도움이 됩니다.



Ameriburn.org에서 더 자세히 알아보세요