

New Zealand

Shake  
Out™



전국 지진·쓰나미 대피 훈련

[www.shakeout.govt.nz](http://www.shakeout.govt.nz)

전국 지진·쓰나미 대피 훈련인 New Zealand ShakeOut이 2018년 10월 18일 오전 9시 30분에 실시됩니다.

뉴질랜드는 전국이 지진 발생 위험 지역이고 해안지역은 모두 쓰나미 발생 위험이 있습니다. 언제 이러한 자연재해가 발생할지는 예측 가능하지 않지만 비상시 스스로를 보호할 올바른 행동 요령을 연습해 둘 수 있습니다.

New Zealand ShakeOut 2018에 참가하는 것은 올바른 행동 요령을 익혀 비상사태에 대비하는 아주 좋은 방법입니다.

ShakeOut - 간단한 3단계

- 1 지금 등록하십시오! - 몇 분이면 직장 동료나 가구 구성원을 모두 등록할 수 있습니다.
- 2 널리 알리십시오(친구, 가족, 직장 동료에게 말하고, 페이스북이나 트위터 등으로 알림).
- 3 2018년 10월 18일 오전 9시 30분,\* '엎드려 몸을 보호하고 붙잡기' 훈련을 하고 해안지역에서는 쓰나미 대피 훈련도 하십시오.

웹사이트 [www.shakeout.govt.nz](http://www.shakeout.govt.nz)를 방문해 등록을 합니다. 훈련 및 대피 계획을 세우고 비상사태에 대비해 안내자료를 다운받아 훈련 홍보를 하십시오.

\* 2018년 10월 18일 오전 9시 30분에 훈련을 하기 곤란한 상황이면 그로부터 2주 이내의 적합한 시간을 택하실 수 있습니다(이것도 훈련 참가로 간주).



**‘엎드려 몸을 보호하고 붙잡기’는 지진 발생시 따라야 할 올바른 행동 요령입니다.**

그러면 쓰러지지 않으면서 낙하물이나 흔들리는 파편에 맞을 확률을 줄이고 머리와 목, 중요한 신체기관을 보호할 수 있습니다

- **엎드리기:** 무릎을 꿇고 엎드리십시오. 이 자세를 취하면 쓰러지지 않으면서도 필요하다면 움직일 수 있습니다.
- **몸 보호하기:** 튼튼한 탁자나 책상(몇 걸음 안에 있을 경우) 아래로 들어가 머리와 목(가능하다면 몸 전체)을 보호하십시오. 가까이에 피신할 곳이 없으면 양손과 양팔로 머리와 목을 감싸십시오.
- **붙잡기:** 진동이 멈출 때까지 피신처를 붙잡고 있으십시오(또는 피신할 곳이 마땅치 않으면 그 위치에서 계속 머리와 목을 보호). 진동으로 피신처가 이리저리 움직이면 같이 따라 움직이십시오.

엎드릴 수 없으면 의자나 휠체어(바퀴를 고정)에 앉아 버티며 양손과 양팔로 머리와 목을 감싸십시오. 침대에서 일어나 대피할 수 없으면 베개로 머리와 목을 보호하십시오.

진동이 계속되는 도중에 움직이려다 부상을 당하는 사람들이 많습니다. 진동이 멈출 때까지 엎드려 몸을 보호하고 붙잡고 있는 편이 더 안전합니다.



해안 가까이 있을 때 다음과 같은 일이 벌어질 경우:

- 서있기 곤란할 정도이거나 1분 이상 지속되는 지진을 느낀다.
- 해수면이 갑자기 올라가거나 내려간다.
- 바다에서 이상한 큰 소리가 들린다.

가장 가까운 고지대로나 가급적 해안에서 멀리 떨어진 내륙으로 신속히 대피하십시오. 걸어서 대피하거나, 가능하다면 자전거를 타십시오. 공식 경보가 나올 때까지 기다리지 마십시오.

근해에서 발생해 몇 분 안에 해안에 도달할 수 있는 쓰나미에 대해서는 공식 경보를 발령할 시간적 여유가 없으므로 그 징후를 잘 포착해서 신속히 행동하는 것이 중요합니다.

**명심하십시오. 길거나 강력하면 즉시 대피하십시오.**