



# 지진

워싱턴은 지진이 발생하는 지역입니다. 땅이 흔들리기 시작할 때에는, “엎드리고, 엎푹하고, 붙잡고 있으십시오.”

## 엎드리고, 엎푹하고, 붙잡고 있다

- 지진을 감지 할 경우, **엎드려서** 책상이나 견고한 탁자 밑에 **엎푹 한다**. 창문이나 책장처럼 쉽게 쓰러질 수 있는 물체로부터 멀리 떨어져 있다. 책상이나 탁자를 붙잡고 있다. 만약 책상이나 탁자가 움직이면 그것과 함께 움직인다. 도망가지 말고 있던 장소에 머무른다. “엎드리고, 엎푹하고, 붙잡고 있다”

## 지진에 대비한다

- 쓰러질 수 있는 전자제품이나 크고 무거운 가구들을 고정시킨다. 캐비닛 문은 내용물이 쏟아져 나오지 않도록 빗장을 채운다.
- 지진피해로부터 집을 보호 할 수 있는 방안을 강구한다.
- 지진의 영향권 밖에 연락처를 갖추고 전화번호를 찾기 쉬운 곳에 보관한다. 이 연락처가 당신이 고립되었을 경우 가족들이 연락할 사람이다
- 집에 비상용품을 보관하는 장소를 갖추고 그 보관장소를 다른 사람들에게 알려준다.

## 지진이 진행 중일 때

### 실내에 있는 경우:

- 실내에 머무른다. 책상이나 견고한 탁자 밑으로 들어가 그것을 붙잡고 있다. 만약 책상이나 탁자가 움직이면 그것과 함께 움직인다. 창문, 책장, 냉장고, 무거운 거울, 걸려있는 화분이나 기타 떨어질 수 있는 물건들로부터 멀리 떨어져 있다. 진동이 멎을 때까지 밖으로 나가지 않는다
- 사람이 붐비는 상점이나 공공장소에 있는 경우에는 절대로 비상구로 달려가지 않는다. 떨어질 수 있는 물건이 진열되어 있는 진열장으로부터 멀리 떨어져 있으며, “**엎드리고, 엎푹하고, 붙잡고 있다**.”
- 극장이나 운동경기장에 있는 경우에는 자리에 그대로 앉아서 팔로 머리를 감싸거나 좌석 밑으로 들어간다. 진동이 멎을 때까지 자리를 떠나지 않는다.

### 실외에 있는 경우:

- 실외에 있다면, 나무, 간판, 건물 또는 떨어진 전기선이나 기둥으로부터 떨어진 안전한 곳으로 대피한다.

### 도시 중심가에 있는 경우:

- 고층빌딩 주변의 보도상에 있다면, 떨어지는 벽돌, 유리 및 기타 다른 파편들로부터 자신을 보호 할 수 있도록 건물 안의 현관이나 로비로 들어간다

### 운전 중인 경우:

- 운전중인 경우에는 길 옆으로 차를 대고 정지한다. 이때, 육교 밑이나 전기선 기타 위험한 것을 피하도록 한다. 진동이 멎을 때 까지 차량 안에서 대기한다

### 휠체어를 타고 있는 경우:

- 휠체어를 타고 있는 경우에는 그대로 휠체어를 타고 있다. 가능하다면 안전하게 엎푹할 수 있는 장소로 이동하고, 휠체어를 고정시킨 다음 양 팔로 머리를 감싸 보호한다.

## 지진이 멈춘 이후:

- 대피중인 경우에는, 집으로 돌아가도 안전하다고 확인 될 때까지 대피장소에서 기다린다. 추락한 전기선으로부터 멀리 떨어져 있다.
- 본인 자신과 주변 사람들의 부상 여부를 확인한다.
- 여진에 대비한다.
- 지진의 영향권 밖에 있는 지역의 연락처로 전화를 시도한다. 다른 경우라면 전화는 생명의 위협을 느끼는 비상상황을 보고하는 용도에만 사용한다.
- 불필요한 운전을 하지 않는다.
- 만약, 가스 냄새가 나거나 가스 새는 소리가 들릴 경우에는 – 창문을 열고 건물 밖으로 나간다. 실외에 있는 가스 메인 밸브를 잠근다
- 이웃의 이상 여부를 확인한다. 특히 노인이나 장애인을 주의 깊게 확인한다.
- 라디오를 경청한다.



PO Box 47890  
Olympia, WA 98504-7890

Web Site:  
[www.doh.wa.gov](http://www.doh.wa.gov)

360-236-4027  
(800) 525-0127