

## Alert.seattle.gov/heat [경보.시애틀.정부/열파]

**상황:** 시애틀 지역은 현재 열파로 알려진 고온을 경험하고 있다. 외부 기온이 극도로 높으면, 열 관련 질병에 대한 위험이 높아진다. 어린이와 정신병 및 만성 질병이 있는 사람들의 위험 수위가 특히 높다.

### 할 일:

- 에어컨이 있는 장소에서 시간을 보낸다. 에어컨이 있는 물이나 영화관 또는 다른 시원한 공공장소를 방문한다.
- 아침이나 오후에 해가 들이치는 창을 덮는다.
- 가벼운 옷을 입는다.
- 나이가 많은 이웃과 친척을 찾아보고 시원하게 지내며 많은 양의 물을 규칙적으로 마시도록 한다.
- 직사 광선에 노출되는 시간을 제한한다.
- 아기나 어린이, 애완동물 또는 기동성이 제한된 사람을 주차된 차 안에 두지 않는다.
- 라디오를 켜 상태로 유지하여 비상사태에 관한 새 정보를 받는다.
- *이 메시지를 이해하거나 보거나 들을 수 없는 사람을 알고 있다면, 저희에게 알려주세요.*

### 도움이 되는 링크:

<http://www.seattle.gov/emergency-management/what-if/hazards/excessive-heat>

<http://www.doh.wa.gov/Emergencies/EmergencyPreparednessandResponse/Factsheets/HotWeatherSafety>

<http://www.ready.gov/heat>