



침수, 폭염 및 식중독 주의 등

하절기 장기요양기관 안전관리 안내

장기요양제도 발전을 위해 수고하시는 귀 기관의 노고에 감사드립니다.

본격적인 무더위, 장마와 태풍이 시작되면서 만성질환(고혈압, 당뇨 등)이 있는 경우 더위로 인해 증상이 악화될 위험이 있고, 고령의 어르신들은 상대적으로 체온조절 기능과 더위를 인지하는 능력이 취약하므로 각별한 주의가 필요합니다.

이에 하절기에 발생하기 쉬운 침수, 태풍, 호우, 폭염 및 식중독 등에 대비할 수 있도록 참고자료 5종을 보내드리고, [안전동영상](#)과 장기요양기관 [안전·감염관리매뉴얼](#) 게시 위치를 아래와 같이 안내드리오니, 이를 숙지하시어 안전관리에 만전을 기하여 주시기 바랍니다.

※ 노인장기요양보험 홈페이지 게시 위치

① [안전동영상\(링크\)](#) : 알림·자료실 > 공지사항

제목: 2024 하절기 장기요양기관 안전관리 안내

② [안전·감염관리 매뉴얼](#) : 알림·자료실 > 공지사항

제목: 2023 장기요양기관 안전·감염관리 매뉴얼

어르신과 종사자분들에 대한 하절기 안전관리를 생활화하여 건강한 여름 나시기를 바랍니다. 감사합니다.

2024. 7.

국민건강보험공단

침수대비 국민행동요령



지하공간 이용 시

반지하주택, 지하 역사·상가



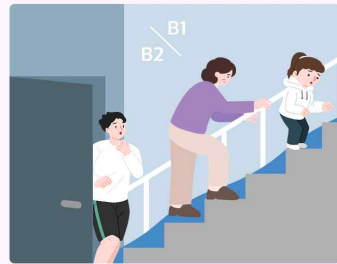
바닥에 물이 조금이라도 차오르거나
하수구 역류 시 즉시 대피

지하주차장



우수 유입 시 차량 이동 금지
*확인을 위한 주차장 진입 절대 금지

지하계단



물이 조금이라도 흘러 들어오면
즉시 대피
*어린이 노약자 즉시 대피

차량 이용자

차량침수



타이어 2/3가 잠기기 전,
차량을 안전한 곳으로 이동하고
침수된 경우 운전석 목받침
철재봉을 이용해 유리창을 깨고 대피

지하차도 진입 금지



지하차도내 물이 고이기 시작하면
절대 진입하지 않으며,
진입 시 차량을 두고 신속히 대피

세월교(잠수교) 횡단 금지



교량에 물이 월류하면
절대 진입 금지하고
우회하거나 안전한 곳에서 대기

공동주택 등 관리자

평상시



차수판 설치, 모래주머니·양수기 등
비치, 수방자재 설치자 사전 지정

호우 시



신속하게 차수판과
모래주머니 설치

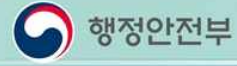
대피 안내



지하공간 빗물 유입 시
즉시 대피 안내, 진입 금지

침수 대비

지하공간 이용 시 이렇게 행동하세요!



반지하주택, 지하역사·상가 등
지하공간에 물이 들어오거나
하수구 역류 시 즉시 대피



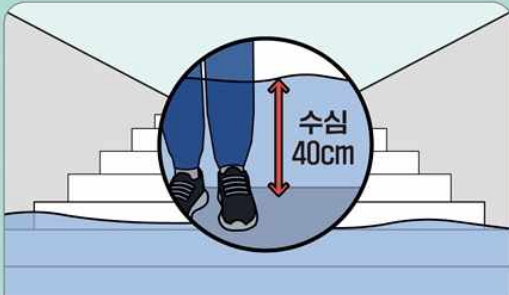
지하주차장에 빗물 유입 시
차량 확인, 이동 등을 위한
주차장 진입 절대 금지



지하계단에 물이 조금이라도
흘러 들어오면 즉시 대피
※ 어린이·노약자 즉시 대피



침수공간 탈출 시 외부 수심이
무릎 이상일 경우 여러명이 힘을 합쳐
문을 열고 신속히 대피

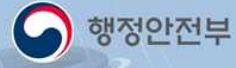


침수계단 이동 시 물높이가 종아리 높이
(약 40cm) 전 신속히 탈출
※ 가급적 운동화 착용



공동주택 관리자는 지하공간 빗물 유입 전
물막이판 즉시 설치 및 진입금지 안내

태풍·호우 이렇게 행동하세요!



침수도로, 지하차도, 교량, 하천, 해안가 등
급류에 휩쓸릴 수 있는 지역은 접근 금지



비가 많이 오는 경우 산지 주변 접근 금지,
지정된 대피장소나 산지로부터 떨어진
안전한 곳으로 대피



비탈면, 옹벽, 축대 등 붕괴 위험이
있는 곳에 가까이 가지 않기



태풍, 호우특보 발표 시
용·배수로, 논둑, 물꼬 보러 가지 않기



추락/휩쓸림 사고 예방을 위해
하수도, 맨홀 근처 등 접근 금지



유리창, 건물 간판 등 낙하물이 떨어질 수
있는 장소를 피하고, 건물 안으로 이동

안전한 생활 365
식품의약품안전처가
함께합니다

식중독 예방 6가지 방법 지켜요!



	손 씻기 흐르는 물에 비누로 30초 이상 씻기		구분 사용하기 날음식과 조리음식 구분 칼·도마 구분 사용
	익혀먹기 육류 중심온도 75℃ (어패류는 85℃) 1분 이상 익히기		세척·소독하기 식재료·조리기구는 깨끗이 세척·소독 하기
	끓여먹기 물은 끓여서 먹기		보관온도 지키기 냉장식품은 5℃ 이하 냉동식품은 -18℃ 이하

 식품의약품안전처



폭염 대비

이렇게 행동하세요!



폭염특보 ⚠️

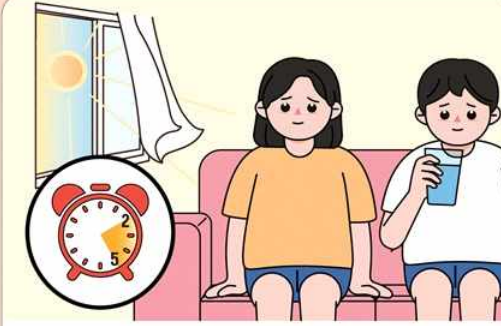
본격적인 무더위

33℃ 폭염주의보
35℃ 폭염경보

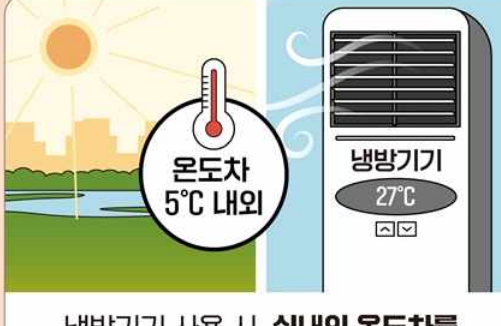
TV, 인터넷, 라디오 등을 통해
무더위 기상상황을 수시로 확인



술이나 카페인 들어간 음료보다는
물을 많이 마시기



가장 더운 오후 2시~오후 5시에는
야외활동이나 작업을 되도록 하지 않기



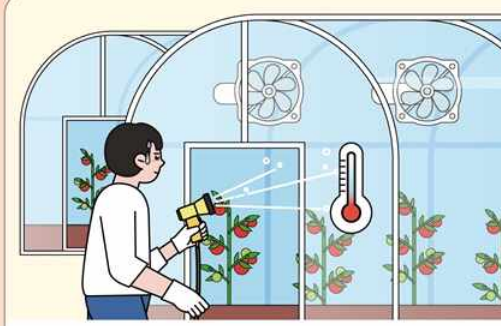
온도차 5℃ 내외

냉방기기 27℃

냉방기기 사용 시, 실내외 온도차를
5℃ 내외로 유지하여 냉방병을 예방하기
※ 적정 실내 냉방온도: 26~28℃



현기증, 메스꺼움, 두통의 가벼운 증세가
있으면 무더위 쉼터 등 시원한 장소를 이용



축사, 비닐하우스 등은 환기하거나
물을 뿌려 온도를 낮추기