



즉시 배포용: 2020년 7월 27일

ANDREW M. CUOMO 주지사

**CUOMO** 주지사, 월요일에 예상되는 폭염에 대한 안전 예방 조치를 취할 것을 뉴욕 주민에게 촉구

*노년층과 어린아이를 비롯한 취약 계층 인구는 고열 및 습도 증가로 위험에 처할 수 있어*

*밀집도 감소 요건을 시행하며 주립 해변과 수영장은 개방 유지*

Andrew M. Cuomo 주지사는 오늘 월요일의 열지수가 90도대 중반에서 100도대 초반으로 예상되어 위험한 폭염에 대해 주 전역의 뉴욕 주민들이 적절한 안전 예방 조치를 취할 것을 촉구했습니다. 뜨거운 날씨 동안에는 열 스트레스와 열 관련 질병에 걸릴 위험이 증가합니다. 어린이, 노인, 야외에서 운동하는 사람, 야외에서 중노동을 하는 사람, 천식과 같은 호흡기 질환이 있는 사람을 비롯해 폭염 관련 질병에 취약한 사람들은 기온이 올라갈 때 시원하게 지낼 수 있도록 필요한 조치를 취해야 합니다. 뉴욕 주민들은 현지의 최신 기상 정보에 귀 기울일 필요가 있다.

**Cuomo** 주지사는 이렇게 말했습니다. "새로운 폭염이 뉴욕에 영향을 미칠 예정이기에 여러분과 가족을 안전하게 지키는 데 필요한 모든 예방 조치를 취하시기를 촉구합니다. 이러한 유형의 열은 어린이, 노인 및 호흡기 질환이 있는 분들에게 특히 위험합니다. 하지만 모든 사람에게 야외 활동을 제한하도록 권장합니다. 해변과 수영장에서 더위를 피하시려 한다면 반드시 마스크를 착용하고 사회적 거리두기를 시행하십시오."

주 대부분에서 월요일에는 부분적으로 하늘이 흐리고 기온은 80도대 중반에서 90도대 중반, 열지수는 90도대 중반에서 100도대 초반까지로 예상됩니다. 뉴욕시 북부에서 소나기와 뇌우도 발생할 수 있으며, 주도, 센트럴 뉴욕 및 노스 컨트리 지역은 폭우와 돌풍을 일으킬 수 있는 폭풍이 나타날 수 있습니다.

국립 기상청(National Weather Service)은 이미 주 전역의 지역에 대한 다양한 폭염 주의보를 발표했습니다. 날씨 주의보, 경보, 경고, 최신 일기 예보의 전체 목록을 확인하려면 국립 기상청 [웹사이트](#)를 방문하시기 바랍니다.

뉴욕주 공공 서비스부(Department of Public Service, DPS)는 전기 시스템 상태를 모니터링하고 발생할 수 있는 모든 상황에 대한 공익사업 대응을 감독합니다.

필요한 경우 공공 서비스부는 모든 뉴욕주 기관에 대해 첨두 부하 감소 프로그램(Peak Load Reduction Program)을 활성화합니다. 또한 뉴욕 인디펜던트 시스템 오퍼레이터(Independent System Operator)는 필요에 따라 부하를 감축하기 위해 자발적인 비상 대응 수요 프로그램(Emergency Response Demand Program)을 활성화할 것입니다.

주립 공원 해변과 수영장도 열려 있습니다. 코로나19 팬데믹으로 인해 총 수용 인원의 50%의 밀집도 감소가 시행되고 있습니다. 여행을 시작하기 전에 방문을 생각하는 분은 <https://parks.ny.gov/>에서 수용 인원 알림 및 폐쇄 알림을 확인해야 합니다.

### 더위에 유용한 정보

폭염은 매년 예방 가능한 날씨 관련 사망 사고의 주된 원인이며, 특히 고령자에게 많이 발생합니다. 연방 질병 통제 예방 센터(Centers for Disease Control and Prevention)에 따르면, 미국에서는 매년 더위로 인해 600건 이상의 예방 가능한 사망 사고가 발생합니다. 폭염 기간 중 뉴욕 주민들의 안전한 생활에 도움이 되도록 주지사가 알려 드리는 생활 지침은 다음과 같습니다.

다음 사람들이 가장 위험에 처해 있습니다.

- 노인과 어린이들이 가장 취약합니다.
- 과체중/비만인 사람
- 일부 약물 또는 마약 복용자

### 대비책:

- 폭염 기간 중, 특히 태양이 가장 강한 시간대인 오전 11시부터 오후 4시 사이에는 격렬한 활동과 운동을 피하십시오.
- 운동 및 활동은 오전 4시와 오전 7시 사이의 이른 아침에 하는 것이 좋습니다.
- 물과 비카페인 음료를 충분히 마십니다.
- 햇볕을 피하고 하루 중 가장 더운 시간에는 에어컨을 가동하는 건물에서 몇 시간 동안 열을 식히십시오. 태양은 체내 중심부의 열을 높여 탈수증을 초래할 수 있습니다. 에어컨이 없다면, 햇볕을 피해 가장 낮은 층에서 지내거나 에어컨이 있는 공공건물로 가는 것이 좋습니다.
- 외출해야 한다면 자외선 차단지수가 높은(적어도 SPF 15 이상) 선크림을 바르고 모자를 착용해 얼굴과 머리를 보호합니다. 야외에서는 헐렁하고 가볍고 열은 색상의 옷을 입습니다. 가급적 피부를 많이 가려서 햇볕에 타지 않게 하고 햇볕으로 인해 신체 온도가 지나치게 높아지지 않게 합니다.
- 여름철 폭염 기간에는 주차된 자동차 또는 차량 안에 어린이, 반려동물 또는 특별한 보호가 필요한 사람을 방치하지 않습니다. 문이 닫힌 차량의

내부 온도는 급속히 올라 화씨 140도가 넘을 수 있습니다. 그렇게 높은 온도에 노출되면 불과 몇 분 만에 목숨을 잃을 수도 있습니다.

- 폭염 기간에는 주변의 이웃, 특히 노인이거나 어린이를 두고 있거나 특별한 도움이 필요한 이웃들을 살펴보도록 노력합니다. 반려동물을 위해 충분한 먹이와 물을 준비합니다.

### 열 관련 질병의 징후 알기

열에 장기간 노출되면 해롭고 잠재적으로 치명적일 수 있습니다. 본인 또는 아는 사람이 다음과 같은 열 질병의 징후나 증상을 보이는 경우 911에 전화를 합니다.

- 두통
- 가벼운 두통
- 근육 경련
- 구역질
- 구토

폭염 기간을 안전하게 보내는 방법에 관한 정보는 [여기](#)를 클릭하면 얻을 수 있습니다.

### 뉴욕 주민에 대한 전기 절약 촉구

특히 수요가 가장 많은 기간 동안 에너지 사용을 줄이기 위한 현명한 조치를 취하면 주정부의 침투 부하를 낮추는 데 도움이 될 뿐만 아니라 소비자는 전기 요금이 가장 비쌀 때 비용을 절약할 수 있습니다. 특히 침투 시간 동안 에너지 사용량을 줄이려면, 대중은 다음과 같이 비용이 들지 않거나 적게 드는 에너지 절감 조치를 취하는 것이 바람직합니다.

- 집에 해가 비치는 쪽에 커튼을 치거나, 창문, 문을 닫아 집안에 태양열이 집열되는 것을 줄입니다.
- 집에 있지 않을 때는 에어컨, 조명 및 그 밖의 가전기기를 끄고, 타이머를 이용해서 집에 도착하기 30분쯤 전에 에어컨이 켜지도록 설정합니다. 고급 멀티탭을 사용하면 모든 가전기기의 전원을 한 곳에서 통제하고 끌 수 있어 에너지를 절약할 수 있습니다.
- 에어컨을 구매하는 경우, 에너지 스타(ENERGY STAR) 인증 모델을 찾는 것이 좋습니다. 에너지 스타 에어컨은 전기 사용이 일반 모델보다 최대 25%까지 더 적습니다.
- 선풍기는 실내 체감 온도를 5~10도 정도 낮춰주며, 에어컨보다 전기를 80% 덜 사용합니다.
- 냉방비 절감을 위해 에어컨 온도는 화씨 78도로 설정합니다.
- 에어컨은 공기 순환이 더 잘 되도록, 구석 창가보다는 가운데 창가에 설치합니다.

- 에어컨은 북쪽, 동쪽 또는 집에서 가장 그늘진 위치에 설치하는 것이 좋습니다. 에어컨이 직사광선에 노출되면 더 강하게 작동될 수밖에 없고 따라서 에너지 소비량이 증가합니다.
- 차가운 공기가 빠져나가지 못하도록 에어컨 주변의 틈새를 막습니다.
- 에어컨이 효율적으로 작동할 수 있도록 냉각 팬과 콘덴서 팬 및 코일을 청소하고, 매월 필터를 점검해서 필요한 경우에는 교체합니다.
- 세탁기, 드라이어, 식기 세척기 및 오븐 등의 가전기기는 이른 아침이나 늦은 밤에 사용합니다. 그렇게 하면 집안의 습도와 온도를 낮추는 데도 도움이 됩니다.
- 일반적인 백열등 대신 에너지 효율적인 에너지 스타 인증 조명등을 사용하면, 전기를 75% 덜 사용할 수 있습니다.
- 가능한 경우, 전자레인지로 식품을 조리합니다. 전자레인지는 일반적인 오븐보다 에너지를 약 50% 덜 사용합니다.
- 옷은 빨랫줄에 널어 건조합니다. 의류 건조기를 사용하는 경우, 가동하기 전에 건조기의 찌꺼기 거름망을 청소합니다.
- 가정 전반에 걸쳐 물을 소비하는 다양한 방식들에 유념하는 것이 좋습니다. 목욕 한 번을 위해 물을 30~40갤런씩 사용하기보다는, 절수형 샤워기를 설치하면 물 사용량을 분당 3갤런 미만으로 줄일 수 있습니다.
- 세탁기의 온도 설정을 낮추고 찬물로 헹구면 에너지 사용량이 줄어듭니다.

에너지를 절약하는 방법에 대한 추가 팁은 뉴욕주 연구개발청(New York State Energy Research and Development Authority, NYSERDA) 웹사이트인 [여기](#)에서 찾아볼 수 있습니다.

### 수상 안전

보트를 타는 사람들은 뉴욕주에서 보트 타기를 즐길 때 적절한 안전 예방책을 따라야 합니다. 주립공원 해상 서비스국(State Parks Marine Services Bureau)에서 다음과 같은 안전 정보를 제공했습니다.

보트를 타는 사람들은 책임감을 가지고 안전하게 보트를 타기 위해 다음과 같은 조치를 취해야 합니다.

- 물 위에 있을 때는 언제나 개인 부양 장치를 착용합니다. 뉴욕주 법률에 따라 만 12세 미만의 어린이는 선박에 탑승하는 동안 개인 부양 장치를 착용해야 합니다.
- 안전한 보트 타기 과정을 수료합니다.
- 선박에 적절한 장비를 갖추고 선박을 검사합니다.
- 속도를 신중하게 유지합니다.
- 보트를 타는 도중 음주를 삼갑니다.
- 폭풍 발생 가능성이 있는지 알아보려고 물가로 가기 전에는 일기 예보를 확인하고 천둥소리가 들릴 경우 해안에서 즉시 피난처를 찾습니다.

카누, 카약, 스탠드 업 패들보드를 타는 사람들은 커다란 파도를 일으키는 강풍이나 일정한 바람이 불거나 거센 해류가 다가올 경우, 자신의 능력을 파악하고 그에 맞는 예방 조치를 취해야 합니다. 모터보트가 있는 해안가에서 패들보드를 타는 사람들은 해안선과 가까운 곳에 머무르고 주요 수로에서는 떨어진 곳에 있어야 합니다.

보트의 안전 코스 목록을 포함하여 보트 안전과 뉴욕주의 해상 레크리에이션에 관한 더 상세한 정보를 확인하려면 [여기](#)를 클릭하십시오.

###

다음 웹사이트에 더 많은 뉴스가 있습니다 [www.governor.ny.gov](http://www.governor.ny.gov)  
뉴욕주 | Executive Chamber | [press.office@exec.ny.gov](mailto:press.office@exec.ny.gov) | 518.474.8418

[구독 취소](#)