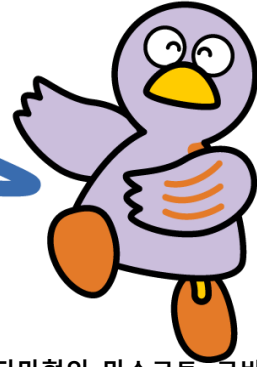


**제2장  
긴급, 재해시,  
범죄, 교통안전**



사이타마현의 마스코트 코바톤

- 1 긴급상황시에 통보하는 곳
- 2 일본의 교통규칙
- 3 교통사고
- 4 방범대책
- 5 범죄피해자지원
- 6 자연재해

**1 긴급상황시에 통보하는 곳**

**(1) 화재, 급한 환자, 부상 등—119 번**

소방차나 구급차를 전화로 부를 때는 119 번으로 소방서에 통보해 주십시오. 전화가 연결되면 화재인지 구급인지 사고 등의 내용을 말씀하시고 현장의 주소, 그 위치를 알기 쉬운 주변 건물이나 상점의 명칭, 통보자의 성명·전화번호를 전달합니다.

구급차를 이용할 경우, 의료기관까지 반송료는 무료입니다. 단 의료기관에서의 치료비는 자기부담이므로 건강보험증과 필요한 현금을 준비해 주십시오. 구급차는 부상이나 구급 등 긴급하게 병원으로 반송해야 하는 사람을 위한 것입니다.

긴급상황시 이외에는 택시 등을 이용해 주십시오. 어느 병원으로 가야 할지 모를 경우에는 사이타마현 구급전화상담(#7119 또는 048-824-4199)에서 24 시간 의료기관 안내(치과·구강외과·정신과 제외)를 하고 있습니다. 일본어로 대응하고 있습니다.

또한, 소방서에서는 입퇴원·통원시에 이용할 수 있는 소방본부가 인정한 민간환자 등 반송사업자(유료) 소개도 하고 있습니다.

화재인 경우: 「카지 데스」☎화재입니다).  
「〇〇가 모에테이마스」(〇〇가 불에 타고 있습니다)  
구급인 경우: 「큐큐샤오 오네가이시마스」☎구급차를 부탁드립니다  
「코쯔우지코데 케가닌가 이마스」(교통사고로 다친 사람이 있습니다)  
(차 밑에 끼어 있다는 등 구체적으로)  
「큐큐샤오 오네가이시마스」☎구급차를 부탁드립니다  
「큐보닌가 데마시타」(급성 환자가 있습니다)(의식이 없다는 등 구체적으로)  
그 다음으로  
장 소: 「바쇼와〇쵸〇반치 데스.(장소는 〇쵸〇번지입니다)  
덴와방고와000-000데스 (전화번호는 000-0000입니다).  
치카쿠니〇〇가 아리마스 (근처에 〇〇가 있습니다)」  
통보자의 정보: 「와타시노 나마에와 〇〇데스」(내 이름은 〇〇입니다)

### 119 번 통화 예

#### (2) 경찰—110 번

범죄 피해를 당하거나, 교통사고를 일으켰을 때, 경찰에 긴급히 통보할 때에는, 110 번에 전화해 주십시오. 전화가 연결되면 먼저 사건인지 교통사고인지, 다친 사람이 있는지 어떤지, 몇 시에 발생한 일인지 (지금부터 몇 분 전), 지금 장소가 어디인지 (현장 주소 내지 목표물), 범인(상대)이 어떻게 했는지를 말합니다. 그 후 언제(지금으로부터 몇분 전), 어디서(현장의 주소 또는 목표물), 통보자의 이름, 사용하고 있는 전화번호 등의 순서로 경찰관이 질문하니, 침착하게 대답해 주십시오.

### 110 번 통화 예

사건인지 사고인지: 「도로보(히타쿠리)노 히가이니 아이마시타」(도둑(소매치기) 피해를 당했습니다). 「케가닌와 이마센」(다친 사람은 없습니다)  
발생시간은 몇시인가: 「이마카라 3푼쿠라이 마에데스」  
(지금으로부터 약 3분 전입니다)  
장소는 어디인지: 「〇쵸 〇반치 데스」(〇쵸〇번지입니다). 「치카쿠니 〇〇유우빈쿄쿠가 아리마스(근처에 〇〇우체국이 있습니다)」  
범인의 행동은: 「〇〇이로노 바이쿠니 닛타 후타리데스(〇〇색 오토바이를 탄 사람들 2명이), 〇〇에키노 호헤 니게테 이키마시타(〇〇역 방향으로 도망갔습니다)」  
신고자의 정보: 「와타시노 나마에와 〇〇데스 (내 이름은 〇〇입니다)」  
「덴와방고와 000-000데스 (전화번호는 000-0000입니다)」

**(3) 공중전화로부터의 통보 (긴급의 경우는 무료입니다)**

**① 녹색 공중전화:**

빨간 긴급신고용 버튼이 있는 전화일 경우

: 수화기를 들고나서 적색 긴급용 통화 버튼을 누릅니다. 다음은 110 번 또는 119 번에 전화합니다.

빨간 긴급신고용 버튼이 없는 전화일 경우

: 수화기를 든 후에 110 번 또는 119 번으로 전화를 겁니다.

**② 회색 공중전화:** 수화기를 들고나서 110 번 또는 119 번에 전화합니다.

**(4) 이메일·FAX110 번**

이메일 110 번 <http://saitama110.jp/>

FAX110 번 0120-264-110

---

**2 일본의 교통규칙에 대하여**

**(1) 기본적인 교통규칙**

- 보행자는 우측 통행, 자동차와 자전거등의 차량은 좌측 통행입니다.
- 보행자와 차량중에 보행자가 우선입니다
- 신호등과 도로표지 등을 준수해 주십시오.
- 경찰관으로부터 지시가 있을 경우, 따르십시오.

**(2) 보행자의 기본적인 규칙**

- 인도나 차도가 구분되는 도로에서는 반드시 인도로 걸으십시오.
- 인도나 차도와 의 경계가 없는 곳에서는, 도로의 오른쪽 가장자리로 걸으십시오.
- 신호등이 있는 건널목에서는 보행자용 신호를 따르십시오.
- 신호가 없는 횡단보도에서는 손을 드는등 해서 횡단하는 의사표시를 합시다.
- 좌우를 잘 살피고 충분히 안전을 확인한 후에 도로를 건너십시오
- 밤에는 야광소재를 몸에 부착하고, 밝은 색 옷을 입도록 합시다.

**(3) 자전거의 기본적인 규칙**

- 자전거는 차도가 원칙 인도는 예외입니다

- 차도는 좌측을 통행하십시오
  - 할 수 없이 인도를 통행할 때는 보행자우선이며 차도쪽으로 서행하십시오
  - 안전수칙을 지키십시오
    - ① 음주운전, 두명이 타기, 두대가 나란히 운전하는 것은 금지입니다.
    - ② 야간에는 라이트를 켜십시오.
    - ③ 교차로에서는 반드시 신호, 일시정지를 지키고, 주위의 안전을 확인하고 운전하십시오.
  - 어린이는 헬멧을 착용하십시오
  - 자전거손해보험 등에 가입하십시오
- 사이타마현에서는 조례에 의해 자전거손해보험 등의 가입이 의무입니다
- <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/jitensya/jitensyajyourei.html>

### ① 자동차의 기본적인 규칙

- 운전면허를 취득하지 않은 사람은 운전할 수 없습니다👉
- 음주를 한 사람은 절대로 운전을 해서는 안 됩니다.
- 운전석뿐 아니라👉 조수석👉 뒷좌석에서도 반드시 안전벨트를 착용하십시오👉
- 8세미만의 어린이를 태울 때에는 반드시 차일드시트를 사용하십시오👉
- 오토바이를 탈 때에는 반드시 헬멧을 착용하십시오👉
- 일몰시에는 일찌감치 라이트를 켵니다👉
- 핸드폰 등을 사용하면서 운전을 하면 안됩니다👉
- 보행자 옆을 지나갈 때에는 안전한 간격을 두고 서행해야합니다👉

---

## 3 교통사고

### (1) 교통사고가 발생한 경우

- ① 다친 사람이 있는 경우에는 응급조치를 하고, 119 번 통보를 하여 구급차를 부릅니다. 구급차 등이 도착할 때까지 응급 조치를 취하십시오.
- ② 안전한 장소로 이동하여, 110 번 신고로 경찰관을 불러서 경찰관의 지시에 따릅니다.
- ③ 상대방의 성명, 주소, 전화번호, 운전면허증번호, 자동차번호판, 보험회사와 보험의 종류 등을 확인합니다.

- ④ 목격자가 있으면 연락처를 확인합니다.
- ⑤ 가입하고 있는 자동차보험회사에 연락합니다.
- ⑥ 신속하게 의사의 진단을 받습니다.

## (2) 교통사고상담

사이타마현 교통사고상담소에서는 교통사고 관련합의의 방법, 보험금의 청구방법, 배상금의 산정 등에 대한 일본어에 의한 상담을 월요일~금요일 9:00~12:00, 13:00~17:00 (접수는 16:30 까지)에 하고 있습니다. 자세한 것은 교통사고상담소로 문의해 주십시오.



### 상담창구·문의처

기관명	전화번호	주소	접수시간
사이타마현 교통사고상담소	048-830-2963	사이타마현청 제2청사1층 현민상담 종합 센터내  사이타마시 우라와구 다카사 고 3-15-1	월-금요일 (국경일, 공휴일을 제외) 9:00~12:00, 13:00~17:00 (접수는 16:30까지)

URL: <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/soudankyuhu/koutuujikosoudan.html>

## 4 방법대책

### (1) 소매치기

- ① 자전거의 앞 바구니에는 날치기방지용 덮개를 씌워 주십시오.
- ㉞ 보행 중에는 핸드백 등은 차도와 반대쪽으로 들고 가십시오.
- ㉟ 휴대폰이나 스마트폰 하면서 걷거나 이어폰으로 음악을 들으면서 걷는 행위는 주위에 대한 주의력이 떨어지므로 금지해 주십시오.
- ㊱ 뒤쪽에서부터 다가오는 오토바이나 자전거 등에 주의하십시오.

### (2) 어린이의 안전

보호자 여러분께서는 다음의 사항에 대해 자녀들에게 반복해서 지도해 주십시오.

- ① 혼자 있지 말것
- ㉞ 보호자에게 알리지 않고 따라 가지 말것
- ㉟ 위험하다고 느꼈을 때에는 그 장소에서 벗어나 도움을 요청할 것
- ㊱ 친구 누구랑 어디서 몇 시까지 놀 것인가를 가족한테 이야기할 것
- ⑤ 혼자 있을 때는 사람이 많은 도로나 점포가 있는 길을 걸을 것

### (3) 여성의 안전

- ㉞ 밤에는 사람의 왕래가 많은 길을 이용하고 가끔 뒤를 돌아보는 등 주의를 경계하십시오.
- ㉞ 가방 호르라기를 가방 바깥 쪽에 걸어 놓아 즉시 사용할 수 있는 상태로 휴대하십시오.
- ㉟ 밤 늦게 귀가할 시에는 가족이 마중 나오도록 부탁하거나 택시를 이용하도록 합시다.
- ㊱ 집에 있어도 낮에도 현관이나 창문단속을 철저히 합시다.
- ⑤ 휴대전화나 스마트폰을 사용하면서, 이어폰으로 음악을 들으면서, 걷는 행위는 수상한 사람을 빨리 알아 차리지 못하는 등 매우 위험합니다.

### (4) 빈집털이

- ① 문이나 창문에는 보조열쇠를 활용하는 등 자물쇠를 2 곳이상 설치하도록 하십시오.
- ㉞ 재택중이나 잠깐 동안의 외출인 경우에도 확실히 문을 잠그도록 하십시오.

### (5) 자전거도난

- ① 자택에 주륜 때는 반드시 열쇠로 잠가 시다.
- ② 잠깐이라도 반드시 열쇠를 채우십시오.
- ③ 와이어자물쇠 등을 달아 이중잠금을 하십시오.
- ④ 관리인이 있고, 밝고, 시야가 트이거나 관리가 되는 주륜장에 세우십시오.
- ⑤ 자전거를 소유한 경우, 반드시 방법등록을 하십시오.

URL: <http://www.police.pref.saitama.lg.jp/>

---

## 5 범죄피해자지원

### (1) 사건, 사고의 피해를 입으면

범죄피해를 받은 분이나 그 가족, 유족은 생명을 빼앗기고(가족을 잃고), 부상을 당하고, 물건을 도둑맞는 등의 직접적인 피해뿐만이 아니라, 사건과 사고를 당한 것에 의한 심신의 불안정, 의료비의 부담이나 실직, 전직 등에 의한 경제적인 곤궁, 주위로 부터의 따가운 시선과 조사나 재판에 의한 정신적, 시간적 부담, 가해자로 부터의 보복 우려 등 피해 후에 생기는 여러가지 문제에 시달리게 됩니다.

**(2) 총합적인 대응창구**

사이노 쿠니 범죄피해자 원스톱지원센터는, 사이타마현, 사이타마경찰, 공익사단법인 사이타마 범죄 피해자지원센터의 세 기관이 라무자타워 3층 무사시우라와 합동청사에 집약되어 있습니다. 범죄피해를 입은 분이나 그 가족 등의 상담을 받고 있으며, 한번 상담으로 다양한 지원을 이용할 수 있습니다. 상담은 무료이며 비밀은 엄수합니다.



**상담창구 · 문의처**

기관명	전화번호	주 소	접수시간
사이노쿠니 범죄 피해자 원스톱 지원센터	0120-735-001 또는 048-862-0001	사이타마시 미나미 쿠 누마카게 1-10-1 라무자타워 3층 (무사시우라와 합동청사)	8:30~17:15 월~금요일 (공휴일, 휴일제외)
사이타마현 방범 교통안전과	048-710-5036		8:30~17:15 월~금요일 (공휴일, 휴일제외)
사이타마현 경찰범죄피해자지원실	0120-381-858		8:30~17:15 월~금요일 (공휴일 휴일제외)
공익사단법인 사이타마 범죄피해자원조센터	048-865-7830		8:30~17:00 월~금요일 (공휴일 휴일제외)

URL :

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/hanzaihigaisya/soudanmadoguchigaishoni.html>

**(3)성범죄 피해를 당했을 때**

~성폭력 등 범죄피해 전용상담전화 아이리스 핫라인~

성별을 막론하고 성범죄, 성폭력을 당한 분이나 그 가족의 상담을 받습니다.

법률적으로 비밀엄수 의무가 있는 상담원이 대응을 하고 있으므로 안심하고 상담받을 수 있습니다. 전화상담, 면접상담, 의료기관수진, 동행지원, 법률상담 등의 지원을 받을 수 있습니다.



**상담창구 · 문의처**

기관명	전화번호	주소	접수시간
성폭력 등 범죄피해자 전용상담전화 아이리스 핫라인	#8891 0120-31-8341 또는 048-839-8341	사이타마시 미나미쿠 누마카게 1-10-1 라무자타워 3층 (무사시우라와합동청 사)	24 시간, 365 일

URL :

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/hanzaihigaisya/seibouryoku2.html>

**6 자연재해**

**(1) 지진**

일본은 지진이 많은 나라입니다. 큰 지진이 일어나면 가구가 넘어져 다치거나, 수도와 가스 등이 끊어지거나 식료품과 일용품이 구입하지 못하게 될 우려가 있습니다. 만일의 경우를 대비해 미리 각 가정에서 방재대책을 세워둘 필요가 있습니다.

<p><b>&lt;대지진 발생시의 방재 수칙 10개조&gt;</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 사전의 준비 [가구류의 넘어짐과 낙하 방지책, 가족간의 연락 방법과 집합 장소, 피난방법과 피난장소를 정해둔다, 비상시의 지참물*의 준비 등].</li> <li>2 먼저 몸의 안전을 확보한다(튼튼한 책상 혹은 탁자 등의 밑에 들어가 방석 등으로 머리를 보호한다)</li> <li>3 재빨리 불을 처리하거나 가스밸브를 잠근다(크게 흔들릴 때는 불 가까이에 가지 말고 흔들림이 멈춘 후 불을 처리한다).</li> <li>4 문을 열어 출구를 확보한다.</li> <li>5 서둘러 밖으로 나가지 않는다.</li> <li>6 불이 나면 침착하게 불을 끈다. (큰 소리로 이웃사람들을 불러 다 같이 협력을 해서 초기소화에 힘을 쓴다)</li> <li>7 담장이나 자동판매기 가까이에 다가가지 않는다.</li> </ol>
--



🔒 실내의 유리파편에 주의.  
🤝 서로 협력하여 응급환자 구출구조.  
📁📁 정확한 정보를 수집.

\* **비상시의 지참물:** 상비약 · 구급세트, 음료수, 비상식, 스마트폰 충전지, 휴대용라디오, 예비건전지, 헤드라이트(손전등), 방한용 알루미늄시트, 헬멧, 만능나이프, 수건, 면장갑, 로프, 화장지, 휴대용 화장실, 물티슈, 마스크, 위생봉지, 슈퍼용 비닐봉지, 신문지, 우비, 운동화(양말)

※ 그 외에 본인과 가족에게 필요에 따라 준비할 물건

① **『지진에 자신을』** (일반재단법인)소방방재과학센터 홈페이지

지진에 대비하여 무엇을 해야 하는지, 지진이 발생하면 어떻게 행동해야 하는지를 정리한 팸플릿을 게재하고 있습니다. (일본어, 영어, 중국어, 한국어, 베트남어, 포르투갈어)

URL: <https://www.bousai-kensyu.com/knowhow/pamphlet01/>

② 재해 대비(사이타마현경찰 홈페이지)

「지진 피해를 경감시키는 힌트」와 「우리집의 안전체크시트」를 게재하고 있습니다. (일본어, 영어, 중국어, 한국어, 스페인어, 포르투갈어, 타갈로그어, 베트남어, 아라비아어, 우루두어, 태국어, 터키어, 말레이어)

URL: <http://www.police.pref.saitama.lg.jp/g0050/kurashi/earthquake-foreigner.html>

**(2) 태풍**

여름부터 가을에 걸쳐서 발생하는 태풍은 강풍과 호우를 동반해 큰 피해를 줍니다. 사전에 집 주위에 바람에 날라갈만한 것을 치우거나 보강을 해둡니다. 또한 정전에 대비해서 회중전등, 촛불, 휴대용 라디오, 예비건전지, 스마트폰 충전기 등을 준비해 둡시다.

평상시에 살고 있는 지역의 재해예측지도(해저드맵)를 보고 자택의 재해위험도나 피난소의 장소를 알아 두시기 바랍니다.

태풍접근으로 인해 재해발생위험이 높아졌을 때에는 사시는 곳의 행정단체가 경계레벨을 이용하여 피난정보를 발령합니다. 경계레벨 3 에는 고령자 등 피난에 시간이 걸리는 분이, 경계레벨 4 에는 그 이외의 전원이 피난을 하십시오.

**(3)재해시 대피 장소**

재해로 인하여 집을 떠나 대피해야 했던 분들을 위한 대피 장소로, 각 지방관청에서 학교 등 대형 건물을 재해시 대피 장소로 지정하고 있습니다. 가까운 대피 장소를 알아보실 때에는 거주지 관할 관청의 방재담당과에 문의해 주십시오. 또 지방관청에 따라서는 대피 장소를 표시한 지도를 배포하고 있는 곳도 있습니다.

#### (4)재해시의 외국어방송

재해가 발생했을 때 이재·구원정보가 영어 등으로 방송됩니다.

라디오 : 인터 FM897 89.7MHz, NHK 제 2 방송 693kHz

텔레비전: NHK 종합텔레비전 제 1 채널의 부음성

위성방송 제 1·제 2 채널의 부음성

#### (5) NTT 재해용 전언다이얼 '171'

재해가 발생하면 피난소로 통신이 집중되어 전화가 잘 연결되지 않습니다. 이런 때에 가족간의 안부확인과의 연락을 원활하게 이루어지게 하는 것이 **재해용 전언 다이얼**입니다. 국번 없이 '171'에 다이얼하면 간단한 방법으로 연락하고 싶은 것을 녹음·재생할 수 있습니다. 이용 방법에 대한 사항은 NTT 동일본 홈페이지를 참조해 주십시오.

URL: <http://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/index.html> (일본어)

<https://www.ntt-east.co.jp/en/saigai/voice171/> (英語)

또한 휴대폰 각 회사에도 전언판 서비스가 있으며, 영어 페이지도 있습니다.

##### 【docomo】

<http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi> (일본어)

<http://dengon.docomo.ne.jp/Etop.cgi> (영어)

##### 【au】

<http://dengon.ezweb.ne.jp/> (일본어)

<http://dengon.ezweb.ne.jp/E/service.do> (영어)

##### 【Softbank / YMOBILE】

<http://dengon.softbank.ne.jp/pc-1> (일본어)

<http://dengon.softbank.ne.jp/pc-e1.jsp> (영어)

## (6) 정보수집

### ① 사이타마현의 안심, 안전(사이타마현 홈페이지)

현내에 재해 등이 발생했을 시에는 피난에 관한 정보나 피해상황, 현의 대응상황 등을 발신하는 [사이노쿠니의 안심, 안전] 페이지를 현 홈페이지 상에 개설합니다.

PC 뿐만 아니라 휴대폰으로도 볼 수 있습니다.

방재정보를 얻는 수단으로 반드시 활용해 주십시오.

URL: <http://www.pref.saitama.lg.jp/theme/anzen/index.html>

### ② 외국인주민 재해지원정보(일반재단법인 자치체국제화협회 홈페이지)

외국인주민 재해지원정보 및 재해지원에 관련된 정보의 수집, 알림에 참고가 되는 사이트를 게재하고 있습니다. 또한 각 지역에서 외국인주민을 대상으로 한 재해지원 활동과 방재의 사례, 재주외국인에 의한 지원활동의 링크도 게재 중입니다.

URL: <http://www.clair.or.jp/j/multiculture/tagengo/saigai.html>

### ③ 방사성물질 등의 대응(사이타마현 환경정책과 홈페이지)

현에서는 대기, 수돗물, 식품 등의 방사선량과 방사성 물질의 영향을 정기적으로 측정 및 검사하고 있습니다. 검사 결과는 현의 홈페이지에 게재됩니다 (건강상담창구에도 링크되어 있습니다).

URL: <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0501/housyasen-sokuteikekka.html>

## (7) 재해의 대비

① 현내의 각 지방관청에서는 지진등의 재해에 대비하여 다양한 방재훈련을 실시하고 있습니다. 외국인 주민도 참가할 수 있는 방재훈련 정보를 현 홈페이지 상에 게재하고 있습니다.

【일본어】<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaijapa.pdf>

【쉬운 일본어】

<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaiyasasii.pdf>

【영어】 <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaienglish.pdf>

【중국어】<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaichina.pdf>

【한국·조선어】

<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaikankokuchosen.pdf>

② 피난소에서, 직원과 외국인 피해자가 간단한 의사소통을 할 수 있도록 하기 위해 [피난소 회화세트]를 현 홈페이지상에 게재하고 있습니다.

○ 피난소의 회화 시트 [간단한 일본어, 영어, 중국어, 한국·조선어, 스페인어, 포르투갈어, 타갈로그어, 태국어, 베트남어]

<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378845.pdf>

○ 외국인 재난자용 질문표

【영어】 <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378846.pdf>

【중국어】 <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378848.pdf>

【한국·조선어】<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378852.pdf>

【스페인어】 <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378847.pdf>

【포르투갈어】<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378851.pdf>

【타갈로그어】<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378855.pdf>

【태국어】 <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378856.pdf>

【베트남어】 <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378857.pdf>

## (㉞) 열사병 대책

열사병은 더운 환경에 장시간 노출되었을 때 발병합니다. 어지러움이나 현기증, 두통, 구역질, 경련 등의 증상이 있는 경우에는 열사병을 의심할 수 있습니다.

열사병이 의심되는 경우에는 시원한 곳으로 몸을 피하고 의료기관에 상담하십시오.

실내에서는 에어컨 등을 사용하고, 수분을 자주 보충하는 등 열사병에 주의하십시오.

열사병 예방 5 가지 포인트

U R L : <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0704/netsuchusyo/5point-e.html>

(간단한 일본어, 영어, 중국어, 포르투갈어, 스페인어, 한국어)