모두의 일상이 안전한 대한민국
행정안전부
폭염 3대 취약분야
행동요령
ការណែនាំអំពីរបៀបការពារខ្លួន សម្រាប់ក្រុមមនុស្ស
ទាំងបីដែលងាយរងគ្រោះដោយសាររលកកំដៅ

행정안전부
폭염 3대 취약분야란?
តើក្រុមមនុស្សទាំងបី មាននណាខ្លះ ដែលងាយរងគ្រោះដោយសាររលកកំដៅគឺ?
① 독거노인 등 취약계층
② 공사장 야외근로자
③ 고령층 논밭 작업자
①ដូចជាចាស់រស់នៅតែម្នាក់ឯង
②ចំពោះការងារសំណង់ ផ្នែកខាងក្រៅអាគារ
③ការងារស្រែចំការសំរាប់វ័យចំណាស់
폭염 3대 취약분야 대상자는
건강관리에 각별한 유의 필요
ក្រុមមនុស្សដែលងាយរងគ្រោះដោយសាររលកកំដៅ គឺចាំបាច់ត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ជាពិសេសចំពោះការថែទាំសុខភាព

행정안전부
공사장 야외근로자
폭염 대비 행동요령
ការណែនាំអំពីរបៀបការពារខ្លួន សម្រាប់រលកកំដៅចំពោះការងារសំណង់ ផ្នែកខាងក្រៅ
자각증상 점검표를 통해
그날의 건강상태 체크하기
ត្រូវការពិនិត្យស្ថានភាពសុខភាពរបស់លោកអ្នក នៅពេលមានរោគសញ្ញាកើតឡើង
열사병 3대 예방수칙
물·그늘·휴식 지키기
គន្លឹះ៣គន្លឹះ៣យ៉ាង ដើម្បីការពារជំងឺដាច់សរសៃឈាមខួរក្បាល,តម្រូវការទឹក ,ការស្ថិតនៅក្នុងម្លប់,ការសំរាក់

행정안전부
고령층 논·밭 작업자
폭염 대비 행동요령
ការណែនាំអំពីរបៀបការពារខ្លួន សម្រាប់រលកកំដៅចំពោះ ការងារស្រែចំការសំរាប់វ័យចំណាស់
폭염 특보 발효 시
작업을 멈추고 집에서 머물기
នៅពេលមានការប្រកាស រឺ ប្រមានអំពីរលកកំដៅ សូមបញ្ឈប់កាធ្វើការ ហើយសូមត្រឡប់ទៅផ្ទះ
10시~12시, 2시~4시에는
햇살이 뜨거우니 작업을 멈추기
ចន្លោះពីម៉ោង១០:០០-១២:០០ , ១៤~១៦ពន្លឺថ្ងៃក្តៅខ្លាំ សូមបញ្ឈប់ការងាររបស់លោកអ្នក

행정안전부
독거노인·노숙인 등 취약계층
폭염 대비 행동요령
ការណែនាំអំពីរបៀបការពារខ្លួន អំពីរលកកំដៅសម្រាប់ក្រុមមនុស្សដែលងាយរងគ្រោះថ្នាក់ ដូចជាមនុស្សចាស់ដែលរស់នៅតែម្នាក់ឯង រឺគ្មានផ្ទះសំបែង។ល។
무더위 쉼터
폭염이 강한 시간에는 근처
무더위쉼터로 가서 휴식하기
រយះពេលដែលមានរលកកំដៅខ្លាំ ត្រូវរកទីកន្លែងណាដែលស្ថិតនៅជិតអ្នក ដើម្បីសំរាក់
무료 물 나눔터 등에서
물을 충분히 마시고 가져오기
សូមពិសារទឹកអោយបានគ្រប់គ្រាន់ អាចទទួលបានទឹកដោយឥតគិតថ្លៃ នៅទីកន្លែងចែកចាយ សាធារណះ

សូមកុំភ្លេចនៅពេលមានរលកកំដៅខ្លាំង យើងត្រូវញុំទឹកអោយបានគ្រប់គ្រាន់ ហើយ និងសំរាក់យកកំលាំង
폭염이 강한 시간대에는
충분한 수분섭취와 휴식 잊지마세요!
모두의 일상이 안전한 대한민국
행정안전부