

2026년 6월부터 시행

38도, 폭염중대경보!

폭염, 이제는 재난입니다



'폭염중대경보'가 무슨 뜻인가요?

건강한 사람도 위험한 **극단적 더위**에 대한 경고입니다.
필수업무 외 야외활동은 최대한 **즉시 중단**해야합니다.



폭염중대경보시 생존을 위한 3단계 행동

01 중단



야외활동·야외작업
최대한 중단·연기

02 이동



냉방시설·무더위쉼터
·그늘로 이동,
물 마시기

03 확인



가족·이웃·어르신의
안전과 안부 확인

기본수칙



물

·



그늘

·



휴식



기상청

2026년 6월부터 시행

25도, 열대야주의보!

밤에 못자면, 내일 쓰러집니다



'열대야주의보'가 무슨 뜻인가요?

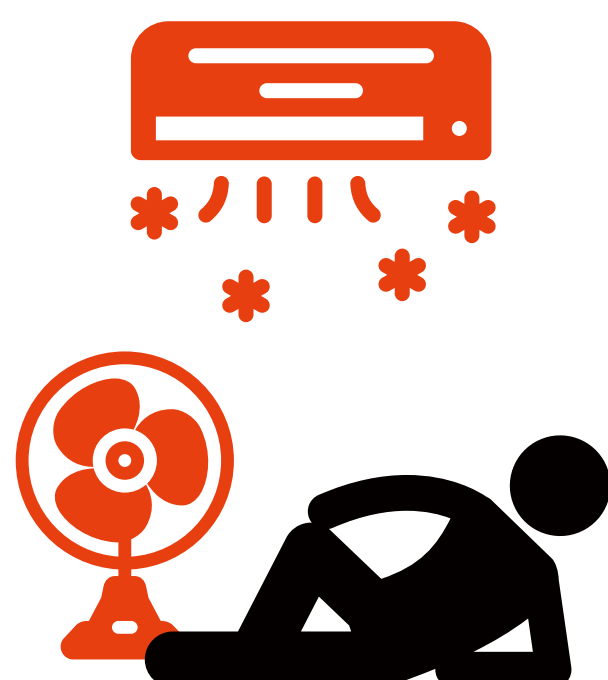
야간 고온(밤최저기온 기준)으로 수면 부족·신체 회복 저하가 우려되고, 취약계층 피해 위험이 높아질 가능성이 있을 때 발표되는 주의보 단계의 기상특보입니다.



폭염중대경보시 생존을 위한 3단계 행동

01

시원하게



에어컨·선풍기로
실내온도 낮추기

02

물한잔



잠 들기전
수분 보충

03

안부 전화



혼자 사는 어르신에게
전화 한통