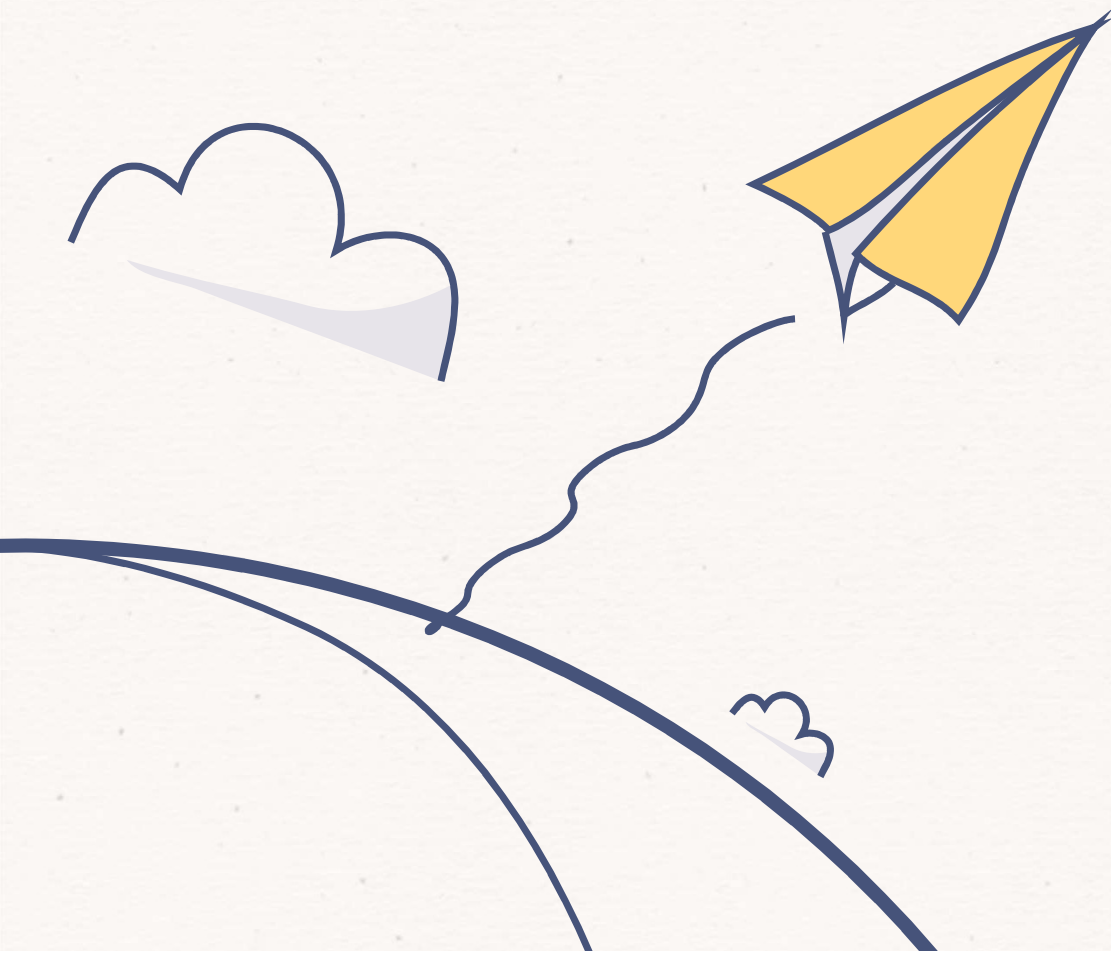


苗栗縣政府政風處5月宣導

機關安全維護
— 地震防災



行動不便者之地震緊急避難原則

趴下、掩護，用手或包包護住頭部及頸部，並確保手杖在手邊以便震後移動需要使用。使用行動輔具或坐輪椅的朋友，除需先「固定」行動輔具或輪椅外，建議要把身體壓低，以手邊的包包或坐墊等物品保護頭頸部，並保持彎腰狀態直到地震搖晃停止。若身邊真的沒有包包或坐墊等物品的話，那就用雙手保護自己的頭頸部，以避免受傷。

雙手無法舉起保護頭部者：遠離可能的掉落物，請家人或身邊的人幫忙保護您的頭部。

地震安全演練有新招 你知道幾招？

○ 抗震保命三步驟 ○



認同請分享



內政部消防署 關心您

地震了！該怎麼辦？！

地震發生的時候最重要的就是保護頭部、頸部避免受傷，應立即採「趴下、掩護、穩住」的動作，躲在桌下或是牆角，躲在桌子下時可握住桌腳，當桌子隨地震移動時，桌下的人也可隨著桌子移動，形成防護屏障，避免受傷，如果是躲在牆角或柱子旁邊等地方避難時，要小心家具、電器、燈具、書櫃或貨架等。

地震防災須知

- 1 平時備妥「緊急避難包」，放置於隨手可拿到的地方。



- 2 地震時務必保持冷靜，確保自身安全，尤其注意上方掉落物。



- 3 地震劇烈搖晃時，先躲在堅固桌子下方或主要柱子旁。



- 4 地震時不要躲在燈具下方、櫥櫃或冰箱旁邊。



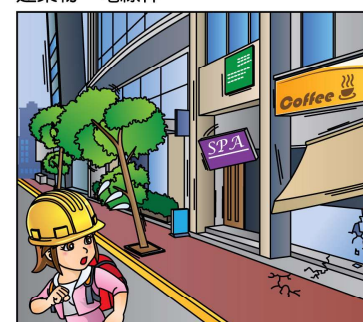
- 5 迅速關閉爐火、瓦斯，打開鐵門以利逃生。



- 6 切勿搭乘電梯，要利用樓梯逃生。

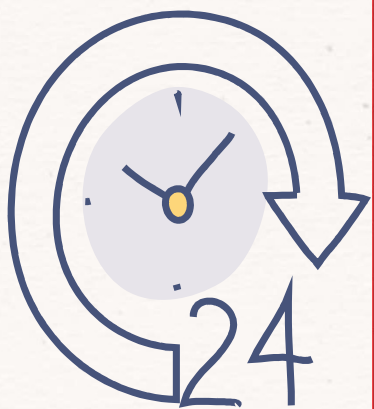


- 7 立即跑到空曠處，並遠離招牌、樹木、建築物、電線桿。



- 8 開車時遇到地震，不可緊急煞車或變換車道，而要減速停靠路邊。





- 9 在公共場所遇到地震，務必保持冷靜，聽從廣播引導，不可驚慌推擠。



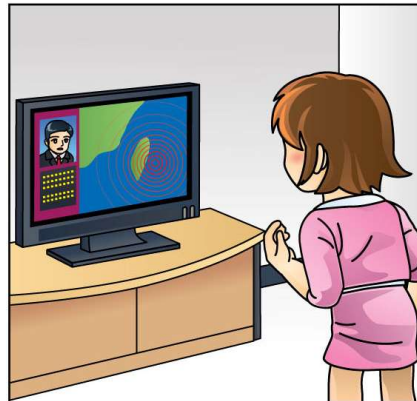
- 10 如在大型體育館、演講廳或戲院中，先暫時躲在座位下，等搖晃停止時再離開。



- 11 地震之後，檢查瓦斯、水、電等開關，如有瓦斯洩漏，應輕輕打開窗戶，立即離開建築物並通報瓦斯公司。



- 12 隨時收聽電視台或電台之正確震災災情消息，不要聽信謠言。



地震 防災須知



內政部消防署
www.nfa.gov.tw



中華民國 精彩一百
全民防災 平安樂活

在室內時該怎麼避難呢？

- ◆ 地震搖晃時，應優先保護自己，千萬不要慌亂逃出戶外。
- ◆ 如果是躲在牆角或柱子旁等地方進行避難時，同樣要小心附近的家具、電器、燈具、書櫃或貨架等。
- ◆ 地震時最重要就是保護頭頸避免受傷，應立即採「趴下、掩護、穩住」的動作，躲在桌下或是牆角。
- ◆ 躲在桌子下時可握住桌腳，當桌子隨地震移動時，桌下的人也可隨著桌子移動，形成防護屏障、以避免受傷。
- ◆ 除非你的所在位置上方剛好有潛在掉落物、或物品已經開始掉落了，不然趴下後請不要再移動。
- ◆ 如果頭頂上方真的不安全，才能嘗試在地震當下爬行。爬離高風險區域後馬上就地停下、掩蔽，直至地震停止。
- ◆ 別往上看，以免被掉落的電燈、電扇或天花板等物品砸傷。因為日光燈可能會破掉，這個時候如果往上看，很容易被破片刺傷。



在戶外時，要注意甚麼地方呢？

當您在戶外時

- ✦ 地震時，戶外相對來說較為安全，可拿起隨身物品保護自身頭頸部，並靜待地震結束。
- ✦ 千萬不要在地震時嘗試跑入戶內。
- ✦ 如果正在地震，但剛好經過建築旁、樹下、高架橋下等等，可拿起隨身物品保護自身頭頸部，並離開這些較高危險區域。
- ✦ 如果你手上剛好有公事包或筆電包，請立刻舉起來保護頭部。
- ✦ 隨時注意附近上方有無可能的掉落物、招牌、磁磚等，以免受傷。

在公共場所時，千萬不要慌張喔

當您在電梯旁邊時



若行進在電梯旁邊，可以在電梯外牆旁邊趴下、掩護、穩住，並拿起隨身物品保護自身頭頸部，但請絕對不要進入電梯內。

當您在辦公室時

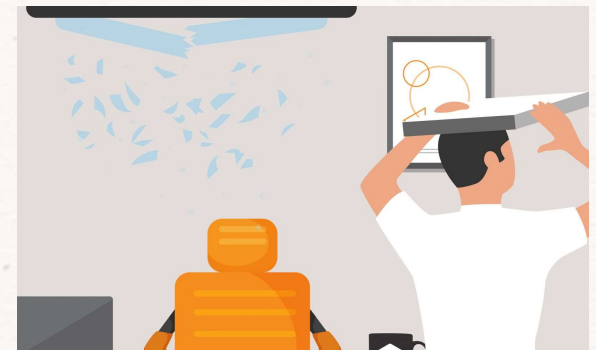


躲到自己辦公桌下，趴下、掩護、穩住，保護自身頭頸部。



別往上看！！！！

利用桌子來保護頭、頸部和身體，以免被掉落的電燈、電扇或天花板等物品砸傷。因為日光燈可能會破掉，這個時候如果往上看，很容易被破片刺傷。





廉政專線：

037-356639

苗栗縣政府
政風處關心您♥



THANK YOU
恁仔細

