

~防震常識~

震前-防災準備：

- (一)居家環境安全檢視：首先必須確認的是，檢視自家住宅周圍環境，可能發生的危險，並加以改善明確知道附近有什麼防災設施，如防災公園、避難處所、滅火設備的位置等。
- (二)加強鄰居交流互助：平時就應多與鄰居交流，並且一起參加防災訓練，鄰里間的互相幫助與自救訓練，將可降低災害造成的傷亡與損失。
- (三)注意自宅建物結構安全：老舊房屋應進行徹底的點檢及整修，勿任意違法加蓋或拆柱、樑、樓地板、牆壁等，以免增加結構體負荷、破壞建物結構承載能力。
- (四)屋內安全總檢點：針對生活空間做安全檢查，如固定家具等。
- (五)召開家庭防災會議：針對居家可能發生危險因子，擬定對策改善，並預先想好地震發生時可以躲避位置，且在家經常演練。
- (六)準備「緊急儲備品」：每個家庭在家中都應該要準備「緊急儲備品」，內容應包括，以備災害發生受困時之用。



緊急儲備品：(一人份)

水	9公升(3公升X3天)
飯(米)	4~5餐份
乾糧	1~2箱
巧克力	2~3個
罐頭	2~3罐
內衣褲	2~3套
衣服	運動服(上衣、褲子)、毛衣

(七)準備「緊急避難包」：另外要準備「緊急避難包」，並且放置在隨手可拿到的地方，以便地震發生時可依照逃生計畫攜出緊急避難。

震時-就地避難：當地震發生時，應變的優先順序就是：冷靜、蹲下、找掩護、抓緊、直到地震結束。

在防震避難的首要概念，就是自我保護，尤其是保護頭部，所以應立即躲在桌子下或主要柱子旁。有關地震發生應變如下：

(一)地震發生時如果身處室內

1. 立即躲在桌子下抓住桌腳或蹲在柱子旁，並保護頭部，以防燈具、吊扇…等懸吊物或玻璃、雜物掉落。
2. 遠離衣櫃、書櫃、櫥櫃、酒櫃、書架、鋼琴、電視機、冰箱、物品架…等家具、電器，以免搖晃倒塌，或因地板搖動，造成大型家具、電器左右移動擠壓，而造成傷害。
3. 如果你正在廚房煮東西，順手立刻關上爐火，並立即躲在桌子下抓住桌腳。

4. 在公共場所發生地震時，仍應以就地避難為原則，立即尋找掩蔽物，避開危險玻璃、櫥櫃，蹲下並保護頭頸部，當地搖晃過後，聽從服務人員引導，不推不擠不跑，從容避難。
5. 逃生避難時，應走樓梯，不可搭乘電梯，以免受困。
6. 若地震時，剛好在電梯中，應將電梯停在最近的樓層並且快速離開。
7. 避難時，一定要穿鞋及戴上安全帽，並記得攜帶「緊急避難包」。

(二)地震發生時如果身處室外

1. 應小心路樹倒塌、電線掉落，以及招牌、冷氣機、花盆、屋瓦、碎玻璃…等物品砸落；並應遠離工地、電線桿、圍牆…等區域。
2. 切勿靠近已有損害的建築物，以免危險。
3. 應遠離懸崖峭壁，小心落石、山崩。
4. 在海邊及河口應儘速遠離並往高處避難，以防海嘯來襲。
5. 在開車中行駛中，切勿慌忙減速，應慢慢將速度降下來，打開警示燈，提醒周遭車輛注意。並將車輛慢慢減速停靠路旁，要特別注意，小心招牌等掉落物。
6. 搭乘大眾運輸工具時，應即緊握扶手或吊環，車停後聽從站務人員避難疏散。

震後-協助救援及安全檢視

- (一) 檢查身邊有無人員受傷，並且立即給予協助。
- (二) 檢查玻璃是否破損，並且避開玻璃碎片。
- (三) 檢查瓦斯管線是否受損，關上瓦斯開關，若有漏氣，並應輕輕打開窗戶讓瓦斯飄散，以及通知消防隊與瓦斯公司（瓦斯行）派員處理。（※聞到瓦斯味，千萬不可使用火柴、手電筒、以及開、關任何電器，也不可插、拔插頭，以免產生火花引起爆炸。）
- (四) 檢查電線是否受損，並關掉電源，以免火災。
- (五) 檢查水管是否受損，並將自來水總開關關閉。
- (六) 檢查冷氣、商店招牌是否鬆脫。
- (七) 地震災害發生後，大家都會擔心家人及朋友，人人也都想打電話報平安，因此災後使用電話務必長話短說，以保持通訊暢通，並請多利用 1991 留言平台留言。
- (八) 震後後建物若有嚴重傾斜、沉陷或梁柱、外牆較大裂縫、混凝土剝裂、鋼筋外露、門窗變形或隔間牆嚴重裂損、錯位，應請專業人員評估進行補強。

