

臺南市中西區公所 Fb 社群平台「防災一點靈」宣導圖文各月份一覽表

月份	類別	宣導文字	宣導圖片
1	消防常識	<p>避難器具-緩降機使用及操作(口訣/掛丟套束推):</p> <p>火場逃生應優先以建築物之安全梯或直通樓梯為逃生路線,如逃生路線遭火勢或濃煙侵襲,亦無法前往相對安全空間避難,才使用緩降機進行逃生避難。</p> <p>操作方式:展開固定架並將掛鉤確實【掛】在固定架鉤環上、從窗口【丟】下輪盤及確認無障礙物阻擋、將安全帶【套】於腋下、將束帶【束】至胸口、攀出牆外,身體面對牆面,雙手輕【推】牆壁緩緩落地,落地後將繩索另一端之載具套環束帶拉至頂端再使用。</p>	
	防範一氧化碳中毒	<p>防範一氧化碳中毒,熱水器安裝要正確,生命安全就有保障:</p> <p>熱水器安裝四大錯誤情境:廚房、浴室、加裝窗戶的陽台、屋內樓梯間,都是錯誤及危險的安裝位置。</p> <p>三大保命對策:熱水器遷移到戶外、更換為強制排氣式熱水器、更換為電熱水器或太陽能熱水器。</p>	
	登革熱防治宣導	<p>登革熱防治從環境整理做起,別讓蚊子找上你,清除孳生源就沒有病媒蚊,沒有病媒蚊就沒有登革熱,請加強居家內、外環境整理,做好「巡、倒、清、刷」孳生源清除,落實登革熱防治措施。</p>	
2	防震宣導	<p>行動不便者防震三步驟: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,要盡量要把身體壓低,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;若身邊沒有包包或坐墊等物品,就用雙手保護自己的頭、頸部,以避免受傷。</p>	

消防常識

火場求生觀念-逃生避難原則【關門】很重要：

- 一、不可為了收拾財物而延誤逃生避難時間，應以保命求生為首要目標。
- 二、不可搭乘電梯逃生。
- 三、不可躲在浴室。
- 四、不可用塑膠袋套頭，會影響逃生視線及速度。
- 五、不可浪費時間尋找濕毛巾而延誤逃生避難。
- 六、火場逃生避難時，一定要謹記隨手【關門】。



用電安全

注意用電安全，慎防電氣火災：

- 一、電器插頭務必插牢不鬆動，不使用時應隨手拔掉。
- 二、拔下插頭時，應手握插頭取下，不可僅拉電線，易造成電線內部銅線斷裂。
- 三、延長線應長度適中，不可綑綁使用，不可放置爐具等高熱器具上方或週邊，避免使用產生高熱發生危險。
- 四、延長線應有過載自動斷電功能，並避免同時使用及分插不同插座。
- 五、不可使用白熾燈泡或電熱器烘乾衣物或棉被。
- 六、使用高熱電器用品周圍不可放易燃物。



3






消防常識

消防設備-室內消防栓操作方式（口訣：按開拿拉轉）：

- 【按】警鈴，發現火警時，按下手動報警按鈕。
- 【開】消防栓箱。
- 【拿】瞄子，取水帶接頭連結瞄子。
- 【拉】出水帶，注意接頭是否牢固、水帶無打結或纏繞。
- 【轉】開水閥出水，射水時反作用力非常大，務必小心緊握瞄子，握緊後再轉動瞄子，選擇以水霧方式接近火點，再轉成水柱方式撲滅火災。





	住宅用火災警報器安裝宣導	住警偵測搶先機、居家安全有助力：住宅用火災警報器具有及早通報、便於安裝、易於檢測、價格便宜、免配電線等特性，家中安裝住宅用火災警報器，如不慎發生起火情形，可以及早發現、及早通知，住警器可提醒家人做好避難行動，讓一家人都安全。	
	防火安全	清明掃墓「四不、二記得」：雜草不亂燒、煙蒂不亂丟、冥紙不飛揚、爆竹不燃放、記得滅餘燼、記得收垃圾帶走。清明掃墓、慎終追遠，小心火燭使用，收垃圾、滅火燼，維護環境清潔，防範火災。	
4	防震宣導	防災（震）避難包，有備無患： 一、緊急帶出品：飲水、食物、現金、身分證件、常用藥品、衣物、班全帽、手電筒、哨子、打火機、蠟燭等；有小孩家庭增加奶粉、奶瓶、紙尿褲。 二、放置位置：家中隨手可拿之處。 三、檢查更新：每半年檢查及更新。	
4	防範一氧化碳中毒	安裝熱水器、做對5件事，遠離隱形殺手（一氧化碳）： 一、安全品牌。 二、正確型式。 三、安全安裝。 四、保持通風。 五、定期檢修。	
	1991 報平安留言平台	1991 報平安，親戚朋友通人知：政府建置整合性報平安留言平台（包含「1991 報平安語音留言專線」及「1991 報平安網路留言板」【網址 <a href="http://www.1991.tw">http://www.1991.tw</a> 】2項系統），語音專線僅限災時開放給災區民眾撥打，並採取使用者付費機制，網站功能則全年開放。民眾只要事先聯繫好約定電話（區碼+家用電話或手機號碼），即可利用網路或電話報平安。 提醒：「1991 報平安留言平台」，並	

		<p>未提供 119/110 的救險、救助聯繫功能，請民眾留意。</p>	
5	<p>防火安全</p>	<p>防火宣導-老人居家防火要訣          一、屋內應裝設住宅用火災警報器。          二、以居住 1 樓或近逃生出口的房間，並熟悉及演練逃生動線。          三、烹調時養成「人離火熄」習慣，隨手關閉火源。          四、睡前應檢查瓦斯是否關閉，熄滅蚊香等小火源，並不可在床上吸菸。          五、使用電熱器應與週邊可燃物保持 1 公尺以上安全距離，並不可將電熱器兼作烘乾衣物使用。</p>	 <p>老人防火要訣 圖 61</p> <p>1. 屋內應裝設住宅用火災警報器。          2. 以居住 1 樓或近逃生出口的房間，並熟悉及演練逃生動線。          3. 烹調時養成「人離火熄」習慣，隨手關閉火源。          4. 睡前應檢查瓦斯是否關閉，熄滅蚊香等小火源，並不可在床上吸菸。          5. 使用電熱器應與週邊可燃物保持 1 公尺以上安全距離，並不可將電熱器兼作烘乾衣物使用。</p> <p>內政部消防署 關心您  <a href="http://www.119.gov.tw">http://www.119.gov.tw</a></p>
	<p>用電安全</p>	<p>避免使用電氣用品造成災害，防範電氣火災，請遵守「五不、一沒有」原則：電器周圍不放可燃物、電線不綑綁、插頭不潮濕汗損、用電不超過負載、電源插座不用不插、沒有安全標章電器不買不用，以避免火災發生。</p>	 <p>預防電氣火災 五不一沒有</p> <p>沒有安全標章 電器不買不用</p> <p>用電不超過負載 電源插座不用不插</p> <p>電線不綑綁 插頭不潮濕汗損</p> <p>電器周圍不放可燃物</p> <p>內政部消防署 關心您</p>
	<p>防震宣導</p>	<p>防患未然，家具抗震防倒妙招：加裝 L 型金屬扣件及橫桿、使用固定帶防止移動、使用防滑墊片或吸盤、用鏈條連接固定、家具與天花板間設置支撐架、以防爆膜黏著玻璃門窗、地面縫隙塞入固定墊片或楔子、以安全扣固定櫥櫃門。</p>	 <p>防患未然 抗震不難</p> <p>家具防倒妙招</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>加裝 L 型金屬扣件及橫桿</li> <li>使用固定帶防止移動</li> <li>使用防滑墊片或吸盤</li> <li>用鏈條連接固定</li> <li>家具與天花板間設置支撐架</li> <li>以防爆膜黏著玻璃</li> <li>地面縫隙塞入固定墊片、楔子</li> <li>以安全扣固定櫥櫃門</li> </ol> <p>內政部消防署 關心您</p>
6	<p>住宅用火災警報器安裝宣導</p>	<p>居家安裝住宅用火災警報器，提供及早發現、及早反應、及早逃生之黃金三大功效。          住家重要的消防設備-住宅用火災警報器，有裝有保庇。          高齡者行動不便，若能於住宅裝設火災警報器，利用其所探測煙或熱時產生的警報聲，早期提醒，及早發現並逃生，減少傷亡。</p>	 <p>預防住宅火災對策</p> <p>裝置住宅用火災警報器</p> <p>安裝住宅用火災警報器可及早發現火災、及早反應，達到及早逃生的目的。</p> <p>設置種類及位置？</p> <p>怎麼選購？</p> <p>如何維護保養？（口訣：按、擦、換、測）</p> <p>電池種類及更換方式</p> <p>內政部消防署 關心您</p>



登革熱防治  
宣導

容器不積水，杜絕登革熱，居家環境要巡視，積水容器不囤積，孳生源清除做好，居家環境沒煩惱。  
登革熱防治小叮嚀，「巡、倒、清、刷」莫忘記、旅遊防蚊別輕忽、返國健康多留意、孳生源環境如何找，身體不適即就醫，及早治療好痊癒。



水域安全

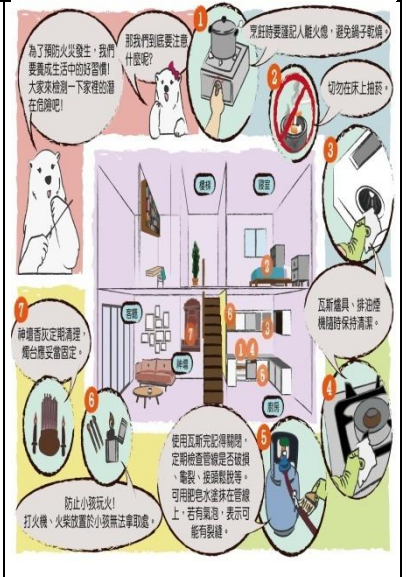
水域安全宣導/救溺五步、救溺先自保：夏季期間常為溺水事件發生的高峰期，請謹記「救溺五步」口訣「叫叫伸拋划」：【叫】「大聲呼救」、【叫】「呼叫 119、118、110、112」、【伸】「利用延伸物（竹竿、樹枝等）」、【拋】「拋送漂浮物（球、繩、瓶等）」、【划】「利用大型浮具划過去（船、救生圈、浮木、救生浮標等）」，「救溺五步」第一時間務必大聲求援，利用周圍救生器材，切勿貿然下水救人。



7

防火安全

居家用火安全應注意，養成生活好習慣：  
一、烹飪時謹記「人離火熄」，避免鍋子乾燒。  
二、切勿在床上抽菸。  
三、瓦斯爐具、排油煙機隨時保持清潔。  
四、烹煮後應隨手關閉瓦斯，並定期檢查管線、接頭情形。  
五、防止小孩玩火。  
六、神壇香灰定期清理，燭台應妥善固定。



水域安全

水域安全宣導/夏季戲水，玩水不玩命，安心玩水小撇步：大人陪同好安心、危機水域我不去、暖身活動不馬虎、學習自救有保障。「生命無價」，請注意水域活動之安全，避免溺水事件的悲劇發生。



防颱宣導

防颱宣導「六要、三不」：  
六要：防颱訊息要注意、土石流危險區民眾要撤離、低窪區民眾要遷高、招牌門窗要固定、社區水溝要疏通、防災用品要準備。  
三不：登山溯溪不要去、危險河床不要去，觀潮、戲水、釣魚不要去。



防火安全

火場逃生避難流程【關門】很重要：  
1. 開門，往一樓往外逃生（原則為往下逃生、開門前應先觸摸門把測試溫度及觀察門外是否有煙霧）。  
2. 確認樓梯裡沒有煙霧時，才可選擇走樓梯往下、往外逃生。  
3. 當主要逃生出口無法往下、往外逃生時，請尋找第二逃生出口往下逃生，若第二逃生出口也受阻，則改往相對安全空間【關門】避難，再用衣物或毛巾將門縫塞住，防止火勢及煙霧侵入，並撥打 119 求援，告知 119 所在位置，等待救援。






8

水域安全

瞭解「防溺十招」，確保水域活動安全：  
一、要合法：戲水地點需合法，要有救生設備與人員。  
二、要小心：湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心。  
三、要注意：注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水。  
四、要暖身：下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水。  
五、要冷靜：加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆。  
六、不跳水：避免做出危險行為，不要跳水。  
七、不疲憊：身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳。  
八、不長時：不要長時間浸泡在水中，小心失溫。





	<p>九、不落單：不要落單，隨時注意同伴狀況位置。</p> <p>十、不嬉鬧：不可在水中嬉鬧惡作劇。</p>	
防颱宣導	<p>防颱宣導「居家防颱安全檢核表」：</p> <p>一、陽台植栽應事先取下。</p> <p>二、檢查家中門窗是否穩固。</p> <p>三、準備緊急避難包放置門口處。</p> <p>四、準備砂包及防水閘門。</p> <p>五、準備防颱用品及3日內飲水食物。</p> <p>六、修剪及固定樹木。</p> <p>七、查詢災害潛勢區及製作家庭防災計畫。</p> <p>八、清理排水溝及排水孔。</p> <p>請檢查看看，防颱措施您做了沒？</p>	
9	<p>製作家庭逃生計畫(口訣：1216原則)：</p> <p>住宅用火災警報器讓我們能第一時間察覺火災發生，而完善的「家庭逃生計畫」才能讓我們立即採取必要而正確的應變動作，確保生命安全。</p> <p>製作家庭逃生計畫(口訣：1216)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 畫出1個家庭逃生計畫圖。</li> <li>2. 標示2個不同方向的逃生避難出口及路線。</li> <li>3. 設定1個屋外逃生集合地點。</li> <li>4. 每6個月進行逃生演練1次。</li> </ol>	
防震宣導	<p>地震保命三步驟「<u>趴下、掩護、穩住</u>」，圖片中預設地震發生當時的九種可能情境下，應如何做好、做對掩護的動作（如無桌子等堅固物做掩護，則用手或包包護住頭部及頸部作保護），地震發生時，做「對」就安全。</p> <p>9月21日為「國家防災日」，請大家在9月21日上午9時21分一起參與「<u>趴下、掩護、穩住</u>」地震避難演練。</p>	

	<p>住宅用火災警報器安裝 宣導</p>	<p>住宅用火災警報器安裝： 一、安裝在何處：寢室、廚房、樓梯、走廊。 二、如何安裝：依照產品內附說明書，以「釘」、「掛」、「黏貼」都可以完成警報器安裝。 三、那裡可買：消防安全器材販賣店、賣場或量販店或網購通路均可購買。 特別提醒：注意產品需張貼內政部核准之登錄機構個別認可之合格標示。</p>	
	<p>消防常識</p>	<p>消防設備-滅火器使用口訣「拉、瞄、壓、掃」：<b>【拉】</b>（插梢）/提起滅火器後，將安全插梢「旋轉並拉開」、<b>【瞄】</b>（火源）/握住皮管噴嘴後，瞄準火源「底部」、<b>【壓】</b>（握把）/用力握下手壓柄（壓到底），朝向火源根部上方 2~3 公分處噴射、<b>【掃】</b>（向火源左右噴灑）/左右移動掃射後，熄滅後澆水將餘燼冷卻，持續監控並確定火源熄滅。</p>	
<p>10</p>	<p>登革熱防治 宣導</p>	<p>隨手清容器，孑孓不孳生，登革熱不上身：登革熱孳生源環境，可能出現、潛身在你我居住環境週遭，清除積水容器，就是清除孳生源環境，找一找，家中室內、戶外有那些地方可能是病媒蚊孳生源環境，找到孳生源環境，依「巡、倒、清、刷」孳生源清除步驟處理，就能跟登革熱說 bye bye。</p>	
	<p>住宅用火災警報器安裝 宣導</p>	<p>住宅用火災警報器檢測口訣「按、擦、換、測」： 一、按：按測試鈕。 二、擦：擦拭保持清潔。 三、換：更換電池。 四、測：定期測試。 提醒：警報器電池如快沒電時，警報器會發出「嗶」聲的一定間隔的短促音，警報燈會閃爍，提醒更換電池。</p>	



防範一氧化碳中毒

一氧化碳中毒症狀：一氧化碳無色無味，吸入後會有頭暈、頭痛、噁心、嘔吐、全身無力等症狀，嚴重則可能昏迷，甚至死亡。

一氧化碳中毒處置：如有頭昏、噁心、嗜睡等情況，請停止使用燃氣熱水器及盥洗，儘速打開通往室外的窗戶通風；如身體嚴重不適時，請先前往通風良好的室外環境，再儘速撥打電話求助；如發現家人或朋友有一氧化碳中毒情況，無呼吸心跳時，依照急救步驟，實施心肺復甦術（CPR），直到救護車到場急救。



11

防火安全

火場求生觀念-火場逃生八字訣  
「小火快逃，濃煙關門」，當逃生方向有煙霧時，應朝煙霧反方向逃生，當所有逃生方向均受阻時，不可強制逃生，更不可低姿勢沿牆壁找出口，而應退回相對安全區、塞門縫、撥打「119」告知受困位置、等待救援。火場逃生的要領，要記住採「低姿勢」讓自己維持在煙層底下，呼吸煙層下面較為新鮮之空氣，如果有下樓梯情形時，應採取「頭上腳下」的姿勢，採倒退之方式往下爬，避免重心不穩而跌倒。



住宅用火災警報器安裝宣導

連動型住宅用火災警報器介紹：連動型火災警報器可單獨偵測火災發出警報，亦能將火災訊號透過無線傳輸方式連動其它住警器或移報輸出至其它連線裝置（如手機），通知家庭成員出現火災訊息，共同防災應變，守護家人安全。

特點：一個響、全部響。

提醒：廚房應裝設定溫式住宅用火災警報器。



	預防瓦斯外洩釀災	<p>預防瓦斯外洩釀災：一般家用瓦斯分為液化石油氣（桶裝瓦斯）或液化天然氣（管線配送），二者本身均具無色、無味（家庭用瓦斯會添加臭劑）、無毒、易燃、易爆之特性。</p> <p>瓦斯外洩可能釀成氣爆之重大災害發生，預防瓦斯外洩釀災應注意事項；瓦斯桶直立放置室外及避免日曬、瓦斯配管要定期檢查、注意爐具使用安全，特別提醒：瓦斯使用後、外出前、就寢前，請關閉瓦斯開關。</p>	
12	防震宣導	<p>地震保命三步驟「趴下（Drop）、掩護（Cover）、穩住（Hold on）」，你我要做到，如無堅固物做掩護，用手或包包護住頭部及頸部作保護，地震發生時，做好「趴下、掩護、穩住」保命三步驟，做「對」就安全。</p>	
	登革熱防治宣導	<p>登革熱防治「防蚊四寶」：容器刷洗乾的好、植物花瓶清理妙、內外積水勤清掃、容器丟棄先打包。</p> <p>「巡、倒、清、刷」孳生源清除做的好，居家環境沒煩惱。</p>	
※	其他	<p>◎新冠肺炎（COVID-19）病毒防範：落實防疫新生活，佩戴口罩、保持社交距離，並養成勤洗手、咳嗽禮節等衛生習慣，以降低感染風險。</p> <p>洗手七式：內、外、夾、弓、大、立、腕，認真洗，就對了。</p>	

資料、圖片來源：內政部消防署、臺南市政府消防局、消防防災館、衛生福利部疾病管制署、臺南市政府衛生局、新竹市政府（火場求生指南）。

◎豪雨防範（參考）：

0826 豪雨 中西區公所開設災害應變中心

因應 0826 豪雨情形，臺南市災害應變中心 8 月 26 日晚間 8 時 30 分二級一階開設，中西區公所同步完成災害應變中心開設作業，區公所提醒民眾隨時注意中央氣象局豪雨動態訊息，並請先行巡查、清除住家週邊排水溝孔蓋雜物堆置，避免阻塞影響排水或淹水情形發生，請民眾及早完成豪雨前防災準備，維護居家平安，並請留意外出安全，中西區災情通報專線：06-2267151。



為防範未然，中西區公所設置砂包放置點（共4處），位置如下：（砂包如不再使用，請送回領取點，勿隨意丟棄或堆置，以免影響市容環境。）

1. 中西區公所（青年路側門）。
2. 湖美街60巷停車場邊。
3. 府前里活動中心前（尊王路53號）。
4. 海安路二段302巷30號旁空地（由296巷進入）。

◎中秋假期將屆，家人、朋友聚會烤肉有時會用到卡式瓦斯爐，提醒大家使用卡式瓦斯爐上的安全注意事項，預祝大家中秋假期快樂！

1. 要在通風良好的環境中使用，並依說明書正確操作。
2. 避免烹煮時湯汁溢出，造成爐火熄火。
3. 不可使用超出爐架面積範圍的大鍋具，以免瓦斯罐受熱發生危險。
4. 不可將多個卡式瓦斯爐並排使用。
5. 使用時要遠離易燃物及其他熱源或火源。

輕度颱風00增強中 請民眾注意最新颱風預報

依據中央氣象局最新資料顯示，輕度颱風00（國際命名00）目前在鵝鑾鼻東南東方海面，向西轉西北西移動，中央氣象局已發布海上颱風警報，因颱風路徑仍有略為偏北趨勢，路徑如沒太大變化，預計傍晚到晚間可能發布陸上颱風警報。

受到颱風外圍環流影響，5日晚間起至6日臺灣附近海面風浪將逐漸增大，東半部與恆春半島一整天都會降雨，花東與恆春半島可能有局部大雨或豪雨，北部、東北部、東部及南部也有局部短暫陣雨，各地可能有強陣風，請民眾注意最新颱風預報。

00 颱風00 午後風雨漸增 請留意外出安全

依據中央氣象局最新資料顯示，輕度颱風0011月6日上午已接觸陸地，暴風圈逐漸進入恆春半島，對臺東（含蘭嶼、綠島）、屏東、恆春半島、高雄及臺南構成威脅，風雨下午將逐漸增強，請民眾嚴加戒備，並防強風豪雨。

區公所配合臺南市災害應變中心開設作業，同步完成三級開設，並於6日上午6時提升為一級開設，區公所上午8時30分隨即召開災害應變會議，蕭區長指示各防災編組加強防災整備工作、砂包整備補充及抽水機檢測，在建工程完成巡檢及防範措施。區公所提醒民眾隨時注意颱風動態訊息，及早完成颱風應變準備，並請留意外出安全，中西區災情通報專線：

06-2267151。

中西區公所設置砂包放置點（共4處），位置如下：（砂包如不再使用，請送回領取點，勿隨意丟棄或堆置，以免影響市容環境。）

1. 中西區公所（青年路側門）。
2. 湖美街60巷停車場邊。
3. 府前里活動中心前（尊王路53號）。
4. 海安路二段302巷30號旁空地（由296巷進入）。

## 砂包回收

防汛砂包回收

109年汛期已屆，為回收防汛砂包再利用，請民眾將已領用或目前用不到的防汛砂包，就近擺放於本所規劃之下列地點回收，以利後續處理，回收地點如下：

1. 中西區公所(青年路側門)。
2. 西湖社區活動中心旁停車場空地(湖美街 60 巷 31 號旁)。
3. 海安路二段 302 巷 30 號邊空地(由 296 巷進入)。
4. 府前里活動中心(尊王路 53 號/原保安里活動中心)。

滅火器使用要安全，「定期檢查」不可少/滅火器使用，除瞭解「拉、瞄、壓、掃」使用口訣外，定期檢查更是必要工作，滅火器檢查項目包括合格標示、藥劑效期及鋼瓶壓力，以確保滅火器可隨時取用應變，撲滅火源。

工欲善其事，必先利其器，消防署提供滅火機檢視應注意事項，如有損壞或不堪用情形，應立即回收或更新：

一、認可標示：滅火器貼有內政部委託之檢驗機構實施型式認可及個別認可合格之標示。

二、效期標示：滅火器定期檢查，每 3 年請廠商更換及充填滅火器藥劑，並於滅火器上貼標示及瓶頸加裝檢修環。

三、外觀及壓力檢查：滅火器外觀有無變形、腐蝕、損傷，鋼瓶壓力指針應在綠色範圍。

### 低溫特報

昨夜風起時，晨起冷溫降，全臺大有感，民眾寒害防。

依據中央氣象局資料，寒流南下，越晚越冷，南部地區 7 日至 9 日有 10 度以下氣溫發生機率，提醒民眾留意家中長者與小孩的身體狀況（尤其是心血管與慢性病患者），做好保暖及禦寒措施，晚間宜備好禦寒衣物因應，晨起以漸進式方式起床；使用瓦斯熱水器、電暖器應注意室內通風及用電、用火安全，防範一氧化碳中毒或火警事件發生。

因東北風明顯偏強，氣象局已發布強風特報，民眾出門應注意外出及行車安全，農作物及水產養殖業請加強寒害預防。

### 低溫特報

低溫特報再發布，保暖禦寒要備妥，防範溫降併發症，居家通風更安全。

依據中央氣象局資料，寒流南下，越晚越冷，南部地區 7 日至 9 日有 10 度以下氣溫發生機率，提醒民眾留意家中長者與小孩的身體狀況（尤其是心血管與慢性病患者），做好保暖及禦寒措施，晚間宜備好禦寒衣物因應，晨起以漸進式方式起床；使用瓦斯熱水器、電暖器應注意室內通風及用電、用火安全，防範一氧化碳中毒或火警事件發生。

衛生福利部國民健康署製作「低溫保健 8 要點」：保暖、暖身、避免大吃大喝及情緒起伏、避免飯後酒後立即泡澡、避開高風險時段運動、控制病情規律服藥、隨身攜帶病歷卡及緊急用藥、有症狀立即就醫，提供參考。



地震逃生錯誤觀念導正：勿躲在黃金三角、勿躲在冰箱旁、勿急開門或衝出門外、半夜震醒勿急下床、勿急跑出浴室。

最高原則：先求活命、再談逃出。

中西區防災一點靈/寒流到，濕冷天，低溫特報發，體感溫度冷冷冷，中西區公所提醒您，請做好保暖及禦寒措施，使用瓦斯器具、電暖器應注意室內通風及用電、用火安全，防範一氧化碳中毒或火警事件發生。

防範一氧化碳中毒事件發生，首要為保持通風環境，屋內烹調食物或使用瓦斯熱水器、電暖器時，門、窗勿緊閉，保持環境通風，為生命留下一線生機。

住宅火災能不能預防？預防勝於治療，有備才能無患，請大家認真檢查一下住家環境是否安全？有無火災應變利器？非常重要的 #3 習慣 4 對策 5 不要 請一定要記得👉

### #3 習慣

#### 1 注意爐火烹調習慣

住宅火災近 5 成起火原因為 #爐火烹調 因素，其中以乾燒及油鍋起火為常見的原因，所以煮東西時一定要謹記 #人離火熄 並選用安全爐具。

#### 2 注意電氣使用習慣

電氣因素常見高居於起火原因前 3 名，用電請謹記 #5 不 1 沒有：用電不超過負載、電線不綑綁折損、插頭不潮溼污損、電源插座不用不插、電器周圍不放可燃物、沒有安全標章電器不要使用，才能保障你我生命安全。

#### 3 注意抽菸習慣

未熄滅的菸蒂也是住家常見的起火原因之一，請記得吸菸後確認菸蒂已經完全熄滅，以免小小火星帶來可怕的災害。

### #4 對策：

#### 1 裝置住宅用火災警報器：

住警器可以 24 小時全年無休偵測火災生成物，即早發出警報聲響、即早應變避難逃生；現在還有 #連動式住宅用火災警報器 可以選擇，它能將火災訊號透過無線傳輸方式連動到其他住宅用火災警報器，有的還可以連結其他裝置，將火災訊息移報輸出至其他連線裝置(如手機等)，為我們爭取更多應變時間及外部支援。

#### 2 設置住宅用滅火器

當火災初期火勢還小，尚未延燒到其他可燃物時，可依照實際情況判斷是否使用家中滅火器，撲滅初期火勢。

#### 3 建構防火環境

改善家中隔間及牆壁防火性並減少可燃物堆積，可延緩火勢及爭取更多避難時間。

#### 4 規劃家庭逃生路線

檢視家中是否有 2 個不同方向的逃生出口，或是具有防火時效空間，可退往待救求援。

### #5 不要：

**1** 不要收拾財務

火場瞬息萬變，不要為了收拾財務而延誤避難逃生時間。

**2** 不要搭電梯

普通電梯的供電系統會隨時斷電，容易使人受困，火煙如漫入電梯井，就會像煙囪般迅速往上竄燒。

**3** 不要躲浴室

浴室門和天花板大多為塑膠材質不耐高溫，門下方也有通風百葉無法阻絕濃煙，易造成人命傷亡。

**4** 別忘記叫醒家人及通報 119

大喊失火了叫醒家人讓所有人都知道火災訊息，到相對安全區後也要趕快打 119 求救。

**5** 不要延誤逃生時間

火場濃煙含有造成人命傷亡的一氧化碳和有毒氣體，千萬不可嘗試穿越濃煙逃生，也不要為了遮住口鼻特地去尋找毛巾等物品而浪費逃生時間。