

地震保命三步驟

地震發生時最重要的就是3個步驟：趴下、掩護、穩住，除了保護自身的安全，應迅速趴下並以手保護頭部和頸部，然後躲到穩固的桌子底下作為掩護，並握住桌腳，當桌子隨地震移動時，桌下的人可隨著桌子移動，形成防護屏障，避免受傷。

