

單元二：工作場所安全

● 防震安全

一、 平時的防災準備

(一) _____

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、滅火設施等的位址等。



(二) 加強與 _____

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。

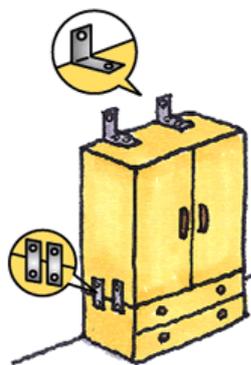


(三) 注意自身住家建築物的結構安全

老舊房屋應進行徹底點檢及整修，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、破壞建築物結構承載能力。

(四) _____

針對生活空間做安全檢查，如固定大型家具(衣櫥、置物櫃)、檢查門窗是否堅固。



(五) 召開_____

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的位置，且在家經常演練。應討論內容事項包含：

1. 增加緊急應變的知識。
2. 定期檢查居家消防安全設備。
3. 定期檢查瓦斯爐、熱水器是否正正常無損壞。
4. 確認住家附近避難場所及避難道路。
5. 確認緊急情況時家人的聯絡方法和集合場所。



(六) 準備「_____」



家中要準備「緊急避難包」，並且放置在隨手可拿到地方，以便地震發生時可依照逃生計畫攜出緊急避難，須包含下列物品。

圖 片	物 品 名 稱	用 途
		<p>飲用水、防災食品、餅乾、真空速食食品等。</p> <p>最好是準備足夠3天的食物，是比較安全。每人最好準備3公升的礦泉水。</p> <p>有嬰兒的家庭應準備奶粉、嬰兒食品、奶瓶等。</p>
		<p>輕便外套、內衣、襪子、毛巾、手套(橡膠手套)、雨衣、小毛毯、暖暖包等；如果有小型睡袋，在可背負範圍內，也可一併帶出。</p> <p>有嬰兒的家庭要記得帶尿布；嬰兒背帶最好也放在出門可隨手拿得到的地方，一併帶出。</p>
		<p>優碘、棉花棒、紗布等急救用品、溫度計、肥皂、面紙、濕紙巾、衛生棉及醫藥(每日服用藥及常用藥等；要注意藥品保存時效及保存方式)等。</p>
		<p>身分證、健保卡及存摺影印本；其他合法證明重要證件影印本；另需至少許現金，最好準備些零錢，因為可能會使用到公共電話或自動販賣機。</p>
	其他	<p>如哨子、防災地圖(可至內政部消防署或各直轄市、縣(市)政府網站下載)、可攜式收音機、手電筒、電池、開罐器、筆和紙、繩索等，準備備用電池時，請注意您要準備的是否是符合您要使用的電器的電池。</p>



★ 注意：外出避難時，要記得_____，以防路上碎石、玻璃刺傷。



★ 注意：可以和家人討論哪些東西是一定要放在避難包裡的，而且是個個人可以背負得動的，家中長輩或小孩，最好也準備一份，但要考慮是可背得動的，而且是維生必需的。

(七) 熟悉防災避難地圖

熟悉地圖中避難處所資訊（如收容人數、地址及電話）、防災相關資訊（如里長、消防隊及派出所電話），可至縣政府防災資訊服務網查詢。



二、地震時之瞬間

當地震發生時，首先應保持冷靜，不要慌張，並立即找掩蔽物掩護，直到地震結束。在防震避難的第一概念，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。在室內或室外應變注意事項不同，讓我們一起來認識注意事項。

(一) 地震發生時在室內

1. 躲：

立即躲在桌子下抓住桌腳或蹲在柱子旁，並保護頭部——「蹲下/趴下、掩護、穩住」，以防燈具、吊扇...等懸吊物或玻璃、雜物掉落。



2. 遠離：

遠離衣櫃、書櫃、櫥櫃、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. 停止：

如果你正在廚房煮東西，立刻順手關上爐火，並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，蹲下並保護頭部，當地搖晃過後，若有需要避難，聽從服務人員引導，遵從不推不語不跑原則，從容避難。



5. _____：

逃生避難時，應走樓梯，不可搭乘電梯，以免受困。

★注意：若地震時，剛好正在電梯中，應將電梯停在最近的樓層並且快速離開。



6. _____ :

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) 地震發生時在**室外**

- 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...等物砸落；並應遠離工地、電線桿、圍牆...等區域。



- 應遠離懸崖峭壁，小心落石、山崩。
- 在海邊及河口應儘速遠離並往高處避難，以防海嘯來襲。
- 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，要特別小心招牌等掉落物。
- 搭乘大眾運輸工具時，應緊握扶手或吊環，車停後聽從站務人員避難疏散。

三、地震發生後

1. 確認是否需進行疏散。
2. 檢查身邊有無人員受傷，並且立即給予協助。
3. 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。

★注意：聞到瓦斯味，千萬不可使用火柴、手電筒、以及開關、關任何電器，也不可插、拔插頭，以免產生火花引起爆炸。

4. 檢查電線是否受損，並關掉電源，以免火災。
5. 檢查水管是否受損，並將自來水總開關閉。



6. 檢查玻璃是否破損，並且避開玻璃碎片。
7. 地震災害後，打電話報平安，記得長話短說，並多加利用_____留言。





作業練習：

一、 填充題

● 平時可以做好哪些防災準備：(答案在 p.1)

1. 居家_____。
2. 加強與_____。
3. 屋內_____。
4. 召開_____。
5. 準備_____。

● 地震來臨時有幾個注意事項：(答案在 p.5)

1. 地震來時，當你室內有三個步驟可以做，請將答案填入空格內？



2. 在公共場所遇到地震時，有三個不須遵守，請問是哪三個不？

- (1) _____。
- (2) _____。
- (3) _____。

● 地震過後有那些事情需要做？

1. 檢查_____、_____。
2. 若要撥打電話報平安可撥打
_____。

二、圈選題

緊急避難包內要必須包含哪些物品，請把需要的物品圈選起來。



手電筒



礦泉水



玩具火車



保暖外套



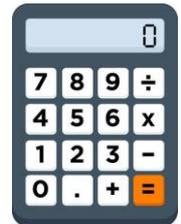
電視遙控器



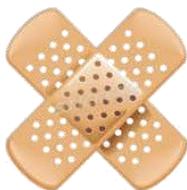
面紙



餅乾



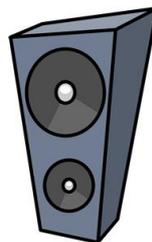
計算機



醫藥用品



手機



音響



零錢