



防震須知-地震防災對策（一）平時的防災準備

1. 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。

2. 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。

3. 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。

4. 屋內安全總檢點

針對生活空間做安全檢查，如固定家具等。

5. 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。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、熱水器是否正常無損壞
- (4) 確認住家附近避難場所及避難道路

防震須知-地震防災對策（二）地震發生之瞬間

當地震發生時，首先應保持冷靜不要慌張，並立即找掩蔽物—

「**趴下、掩護、穩住**」，

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：

1. 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—「**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**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，造成大型家俱、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。
- (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**」。



2. 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，要特別小心招牌等掉落物。
- (6) 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。



防震須知-地震防災對策（三）地震發生後

1. 確認是否需要進行疏散。
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。（※ 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）。
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，並將自來水總開關關閉。
6. 檢查冷氣、商店招牌是否鬆脫。
7. 檢查玻璃是否破損，並且避開玻璃碎片。
8. 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。
9. 震後應檢查建築物樑柱，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。

