

## 內政部消防署 109 年國家防災日防災週系列活動

| 日期       | 主題           | 內容概要  |
|----------|--------------|---|
| 9月21日(一) | 演練地震避難動作     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 配合地震國家級警報，演練地震避難 3 步驟「趴下、掩護、穩住」，並於地震 停止後，試走避難路線，讓自己熟悉地 震時保護自己的方法。</li> <li>2. 將演練照片「趴下、掩護、穩住」地震 避難動作，上傳照片至「消防防災館」 (<a href="https://www.tfdp.com.tw">https://www.tfdp.com.tw</a>)。</li> </ol>                                 |
| 9月22日(二) | 固定家具         | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 檢查家裡的家具是否做好固定，確認地 震來臨不會掉落或傾倒，減少自身與家 人受傷的機會。</li> <li>2. 可至「消防防災館」下載「家具固定防 震 準 備 指 引 」 ( 下 載 網 址 : <a href="https://reurl.cc/20pA2v">https://reurl.cc/20pA2v</a>)，學習家具 固定 的知識與技巧。</li> </ol>                                   |
| 9月23日(三) | 準備緊急避難包      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 為家中每一個人準備緊急避難包，確認 避難包裡面的品項符 合自身需求，並將 過期食物或物品更新，萬一地震來臨需 要 緊急避難時，就可以立即取用。</li> <li>2. 可至「消防防災館」下載緊急避難包檢 核 表 ( 下 載 網 址 : <a href="https://reurl.cc/xZnjDZ">https://reurl.cc/xZnjDZ</a>)，依自身需 求檢查緊急避難 包之內容物。</li> </ol>           |
| 9月24日(四) | 準備 3 日份食 物飲水 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在家裡準備 3 日份食物及飲用水，考量 家庭日常生活飲食習 慣、營養平衡需 求，準備適合自己的防災食物及飲用 水，停 水停電或在家避難就可以維持生活。</li> <li>2. 可至「消防防災館」下載「居家防災食 物 準 備 指 引 」 ( 下 載 網 址 : <a href="https://reurl.cc/KkNzZy">https://reurl.cc/KkNzZy</a>)，學習如何 儲備 防災食物及飲用水。</li> </ol> |
| 9月25日(五) | 登陸家庭防災 卡     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 確認大地震後緊急聯絡人及緊急集合地 點，並與家人共同討 論，地震來臨時， 即可迅速與家人聯絡或會合。</li> <li>2. 可至「防災有 bear 來」個人化防災資 訊網 (<a href="https://bear.emic.gov.tw/">https://bear.emic.gov.tw/</a>) 註 冊，並登錄家庭防災卡資 訊，災時就能 迅速與家人聯繫。</li> </ol>                           |
| 9月26日(六) | 查詢避難收容 處所    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 查詢住家附近避難收容處所位置，並確 認避難路徑。</li> <li>2. 可至「防 災 有 bear 來」個人化防 災資 訊網 (<a href="https://bear.emic.gov.tw/">https://bear.emic.gov.tw/</a>) 註 冊，設定住家附近避難收容處 所位置， 並查詢避難路徑。</li> </ol>  |

**高雄市鹽埕區公所 關心您**