臺中市 X 預防式 X 居家防災士

TAICHUNG

市民防災手冊



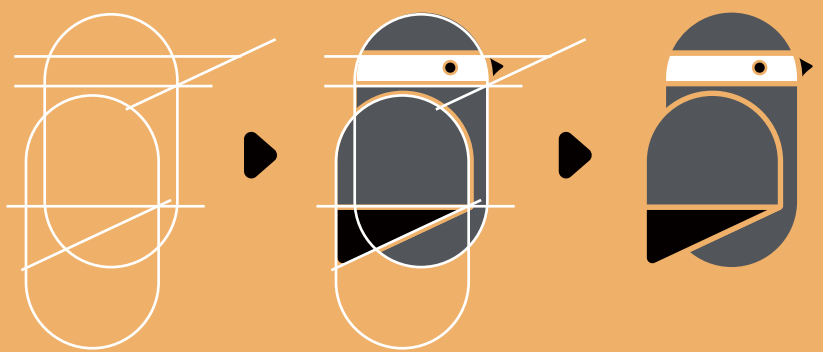
臺中市政府
TAICHUNG CITY GOVERNMENT


你是誰？
是居家防災士
白耳畫眉喔！

閱讀小撇步

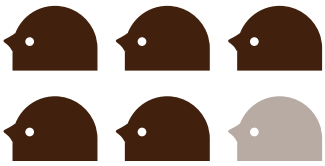
各位市民朋友大家好，我是阿眉！這本手冊的製作目的是為了能夠讓大家了解生活環境和災害，希望在面對災害來臨的時候，可以做到防災與自救，更甚者能夠救人。

手冊內容包含災害特性及臨災應變須知、擬定家庭應變計畫、準備緊急避難包、活用日常生活物品及瞭解簡易急救等，讓市民們在日常生活中就有足夠的防災資訊與正確觀念，才能在面臨災害時降低風險與損失唷！



手冊使用說明

手冊整體架構分為
五個主題：



建議拿到防災手冊市民朋友，先由目錄中了解各章節重點後，可以更快熟悉手冊內容！

第一章
了解不同災害的種類與特性，讓市民不管在預防或是遇到緊急狀況下都能以正確的知識應對。

‹ 災害與他們的產生原因 ›

第二章
提前做好防災計畫，將災害發生時可能會使用到的資訊，如：家庭成員資訊、災中臨時見面地點、緊急物資的有效期限等，養成日常預防的觀念。

‹ 集合啦！家庭防災會 ›

第三章
檢視家庭需求準備緊急避難包，並定時透過緊急避難包檢查表確認整備情形。

‹ 帶著我的緊急避難小包包 ›

第四章
瞭解如何在惡劣的環境下，將手邊的物品發揮出最大的價值，以及生活受到限制時，如何簡單因應日常生活所需。

‹ 防災也可以動手玩創意 ›

第五章
教導CPR及AED的操作和使用步驟以及口訣，讓民眾在需要時不至於手忙腳亂。

‹ 大家都可以上手的簡易急救 ›

第六章
收錄各單位資訊與聯絡方式。

‹ 更多專業知識 ›

篇章記號

主要標題的提醒圖示。

分點記號

為分別內容時所使用的圖示，使用於多點、類似或重複結構的介紹。

阿眉筆記

作為對於災害相關的知識、來源等補充區。

阿眉提醒您：

作為對於災害相關的知識、疑問回復區。

預防式、居家式
一起成為防災士！



災害與它們的



產生原因

一、地震篇

音浪太強？地震的原因！

臺灣位於板塊交接的地震帶上，從小到大市民一定都經歷過大大小小的震動，那麼除了最主要的地殼變動外，哪些是地震的成因呢？



構造性地震（地殼變動）



火山地震



衝擊性地震（隕石撞擊）



由於地球內有一種推動岩層的應力，當應力大於岩層所能承受的強度時，岩層會發生錯動，而這種錯動會突然釋放巨大的能量，並產生一種彈性波，我們稱之為地震波，當它到達地表時，引起大地的震盪，這就是地震。

※資料來源-交通部中央氣象署 地震百問

地震也有分等級？不同級數的影響！

震度分級	加速度 (cm/sec²)	人的感受	屋內情形	屋外情形
0-無感	0.8以下			
1-微震	0.8～2.5	人靜止或於高樓可感覺微小搖晃。		
2-輕震	2.5～8.0	多數人感到搖晃，睡眠中的人有部分會醒來。	電燈等懸掛物有小搖晃。	靜止的汽車輕輕搖晃，類似卡車經過，但歷時很短。
3-弱震	8.0～25	幾乎所有人都感覺搖晃，有的人會有恐懼感。	房屋震動，碗盤門窗發出聲音，懸掛物搖擺。	靜止的汽車明顯搖動，電線略晃。
4-中震	25～80	有相當程度的恐懼感，部分的人會尋求躲避的地方，睡眠中的人幾乎都會驚醒。	房屋搖動甚烈，少數未固定物品可能傾倒掉落，少數傢俱移動，可能有輕微災害。	電線明顯搖晃，少數建築物牆磚可能剝落，小範圍山區可能發生落石，極少數地區電力或自來水可能中斷。

震度分級	速度 (cm/sec)	人的感受	屋內情形	屋外情形
5-弱震	5弱 15～30	大多數人會感到驚嚇恐慌，難以走動。	部分未固定物品傾倒掉落，少數傢俱可能移動或翻倒，少數門窗可能變形，部分牆壁產生裂痕。	部分建築物牆磚剝落，部分山區可能發生落石，少數地區電力、自來水、瓦斯或通訊可能中斷。

【接下頁】

地震也有分等級？不同級數的影響！

震度分級	速度 (cm/sec)	人的感受	屋內情形	屋外情形
5-強震	5強 30～50	幾乎所有的人會感到驚嚇恐慌，難以走動。	大量未固定物品傾倒掉落，傢俱移動或翻倒，部分門窗變形，部分牆壁產生裂痕，極少數耐震較差房屋可能損壞或崩塌。	部分建築物牆磚剝落，部分山區發生落石，鬆軟土層可能出現噴沙噴泥現象，部分地區的電力、自來水、瓦斯或通訊中斷，少數耐震較差磚牆 可能損壞或崩塌。
6-烈震	6弱 50～80	搖晃劇烈以致站立困難。	大量傢俱大幅度移動或翻倒，門窗扭曲變形，部分耐震能力較差房屋可能損壞或倒塌。	部分地面出現裂痕，部分山區可能發生山崩，鬆軟土層出現噴沙噴泥現象，部分地區電力、自 來水、瓦斯或通訊中斷。
6-烈震	6強 80～140	搖晃劇烈以致無法站穩。	大量傢俱大幅度移動或翻倒，門窗扭曲變形，部分耐震能力較差房屋可能損壞或倒塌，耐震能力較強房屋亦可能受損。	部分地面出現裂痕，山區可能發生山崩，鬆軟土層出現噴沙、噴泥現象，可能大範圍地區電力、自來水、瓦斯或通訊中斷。
7-劇震	140以上	搖晃劇烈以致無法依意志行動。	幾乎所有傢俱都大幅移動或翻倒，部分耐震較強建築物可能損壞或倒塌。	山崩地裂，地形地貌亦可能改變，多處鬆軟土層出現噴沙噴泥現象，大範圍地區電力、自來水、瓦斯或通訊中斷，鐵軌彎曲。

5弱強度以上區域
很可能產生**重大災情**！

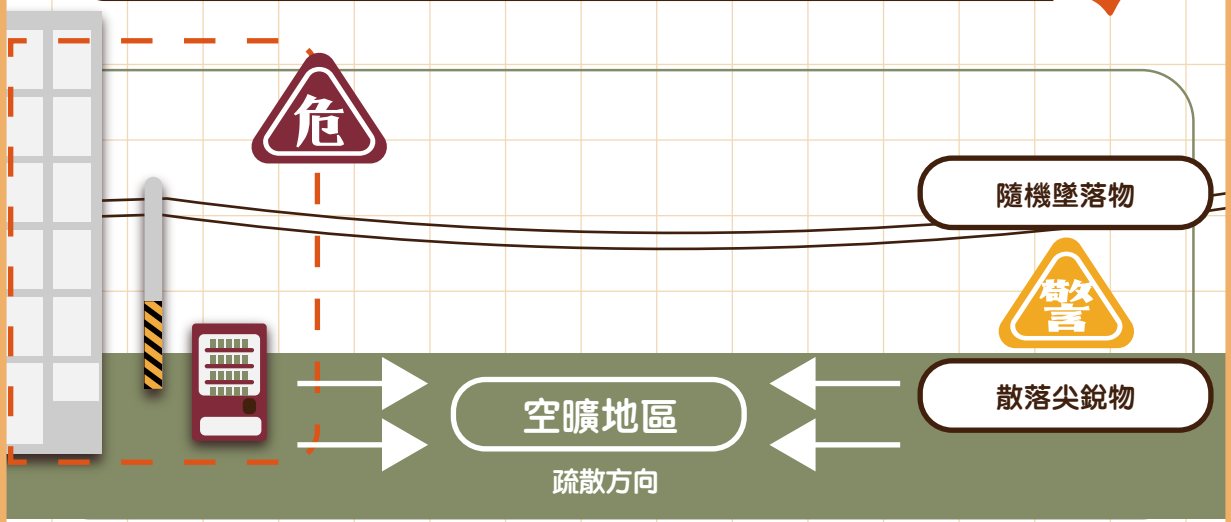
※資料來源-臺灣網路科教館

這麼震，太暈了怎麼辦？

地震來臨，可是我在室外該注意什麼？

阿眉提醒您：

地震發生時，在戶外的市民們**不要往室內躲避**，善用隨身物品**保護頭部**，注意上方可能掉落的墜落物與玻璃碎片，並遠離建造中的建築物、電線桿、圍牆和未固定的販賣機，避免受傷。如果周圍**沒有空曠地區，可以儘量遠離建築物並前往安全性較高的地方。**



地震時，剛好我在室內怎麼辦呢？

阿眉提醒您：

首先我們要**保持鎮定**，並且遠離掉下來可能會碎裂的玻璃、窗戶跟吊燈，以及容易倒塌的大型家具。同時以軟墊、包包等物品**保護重要的頭頸部**，蹲在**桌子底下、沙發或樑柱旁邊**，躲避危險。

逃生時隨手**關閉電源與火源**，預防火災；並穿著厚底鞋子或皮鞋，避免被碎玻璃或尖銳物品割傷；切記**不要搭乘電梯逃生**，地震時電梯可能停止運轉，如果使用電梯逃生可能會被困在電梯裡。

開車遇到地震我該棄車逃跑嗎？

阿眉提醒您：

地震發生時，駕駛可以減速後停靠在**右側路邊或空曠地**，選擇不容易受到撞擊的地方**熄火停車，並注意掉落物**，避免受傷。如果正好在高速公路或者高架橋上，應該小心並迅速離開，在晃動停止之前可以觀察周圍，利用汽車收音機收聽相關資訊。

萬一我在捷運、車站、機場上的話？

阿眉提醒您：

請抓緊車廂內或空間內的固定物，例如：把手、吊環、扶手等，千萬不要因為慌亂而推擠，大眾運輸工具上即使停電也會有臨時電源提供照明。地震暫緩後請**遵從服務人員的引導**，利用軟墊或手提袋等物品**保護頭頸部**，注意自身安全的同時要有秩序地離開建築物。

如果我在野外遇到地震的話？

阿眉提醒您：

請**避開山腳、陡峭的山坡山崖，以防山崩、滾石、土石流、地裂、斜坡等災害**。如果不幸遇到山崩或滑坡，要**朝著與滾石前進的垂直方向跑**，千萬不能順著滾石的方向往山下跑，並注意保護頭部。

如果我在海邊遇到地震的話？

阿眉提醒您：

地震發生時，如果大家正好在海邊，即使沒有發布海嘯警報，也要**盡可能離開海岸線，並前往更高的地方避難**。

關於地震，除了當下避難外，還要做什麼？

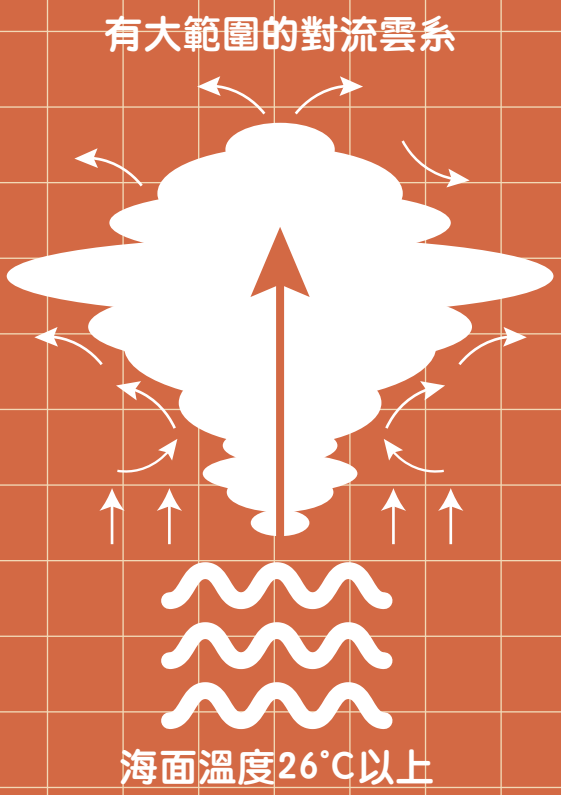
阿眉提醒您：

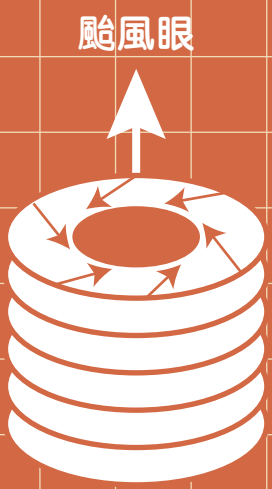
地震發生之前，民眾要熟悉住家附近的避難所，並且了解路線。另外要**準備好緊急避難包**，並且將包包放在方便取用的地方，固定**每三個月檢查緊急避難包**內的東西有沒有過期或故障。家裡的大型家具和學校的書櫃、置物櫃這些也要用五金零件或其他材料，**將這些龐大的家具固定好**，避免在地震的時候，因為搖晃過大導致傾倒或噴濺，造成民眾受傷。

地震發生之後，民眾要記得馬上去**檢查水電與瓦斯管線**有沒有破損或壞掉，如果有要立刻關掉開關，暫時先不要使用。**如果有餘力，請協助急救幫助傷者**，也**隨時要冷靜注意收聽災情報導**，不要驚慌。

二、風水災害篇

不是世家！風水災害是什麼？





颱風是發生在廣闊的熱帶海洋上所發生的低氣壓，在夏季，因西南季風和東北季風相遇造成的輻合作用和對流作用的增加，兩者相互擾動產生漩渦，使已形成為低氣壓之漩渦繼續加深，也使四周空氣流動更快、風速加大，當近地面最大風速超過每秒17.2公尺時，即形成「颱風」。

由於臺灣地處西太平洋颱風帶上，每年夏、秋時期平均有3至4個颱風襲臺，再加上近幾年極端氣候對降雨型態的影響，以及地表開發利用的幅度增大，每逢豪雨來襲，可能導致部分地區產生淹水及坡地等災害。

※資料來源-中央氣象署數位科普網

風水災害的多重宇宙

焚風

過高的溫度會讓**農作物直接枯萎。**

暴潮

強風會讓**海面傾斜**，氣壓降低會讓**海面升高**。所以沿海地區可能會發生**海水倒灌**的災情。

強風

強風可能直接**吹壞房屋或建築物、電訊和電力線路、農作物**等，造成經濟上的損失。

洪水

山區的大雨會讓**河水高漲，損壞河堤**。水災**沖毀房屋、損毀農田**造成損失。

豪雨

過多的水量除了會**摧毀農作物跟農田**之外，還會讓地勢比較低的地方**淹水**。

山崩

大雨不斷沖刷會讓**山石崩裂，形成土石流**。土石流會沖毀房屋、波及到人類日常生活，造成災害。

鹽風

海風含有大量的鹽分，這會讓**農作物枯死**，也會導致**漏電**的情形發生。

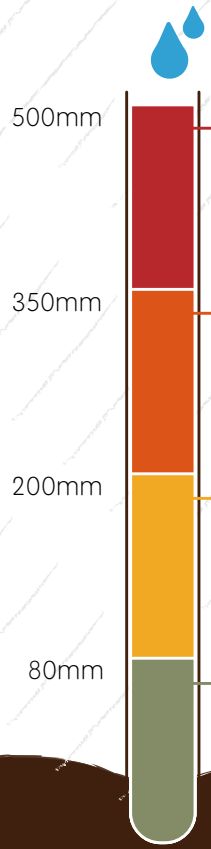
傳染病

水災過後容易帶來很多傳染病，例如：**痢疾、霍亂。**

巨浪

颱風時引起的海浪會**高達10至20公尺高**，容易造成**翻船**或是海浪**侵蝕海岸**。

豪大喔——雨量分級



超大豪雨 **24 小時累積雨量達 500 毫米以上**之降雨現象。

大豪雨 24 小時累積雨量達 350 毫米以上，或 **3小時累積雨量達 200毫米以上**之降雨現象。

豪雨 24 小時累積雨量達 200 毫米以上，或 **3小時累積雨量達 100毫米以上**之降雨現象。

大雨 24 小時累積雨量達 80 毫米以上，或**時雨量達 40 毫米以上**之降雨現象。

※自民國 109 年 3 月 1 日起實施

警戒！大雨一直下

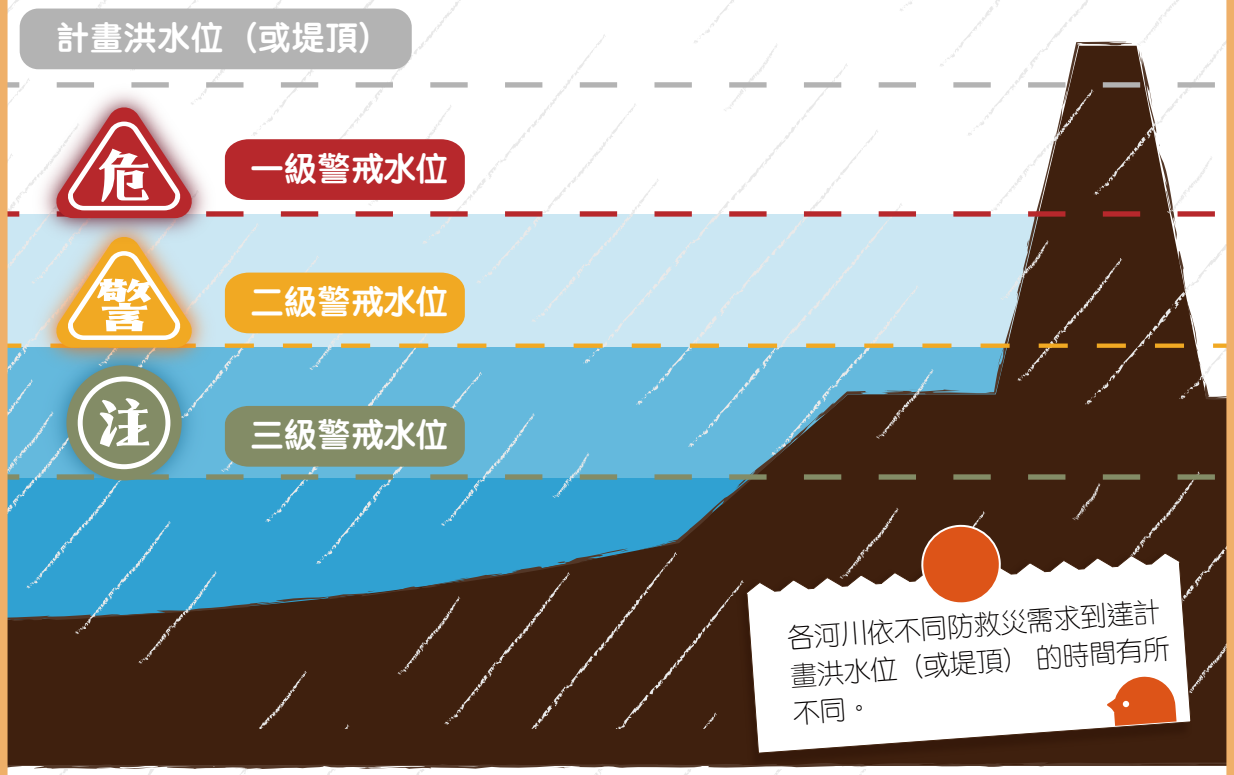
一級警戒 發布淹水警戒之鄉(鎮、市、區)如持續降雨，其轄內易淹水村里及道路可能已經開始積淹水。

危

二級警戒 發布淹水警戒之鄉(鎮、市、區)如持續降雨，其轄內易淹水村里及道路可能在三小時內開始積淹水。

淹水警戒的準確性易受降雨分布、密度，以及河川、地形等因素影響哦！

警戒！川流太不息



各級警戒的詳細說明

一級警戒水位 河川水位預計**未來2小時**到達計畫洪水位（或堤頂）時之水位。

二級警戒水位 河川水位預計**未來5小時**到達計畫洪水位（或堤頂）時之水位。

三級警戒水位 河川水位預計**未來2小時**到達高灘地之水位。

面對風水的不是道士，是居家防災士

知道颱風即將侵襲，我能做些什麼準備呢？

阿眉提醒您：

準備**足夠生活3天的物資**，包含耐放的食物、乾糧以及飲用水，另外再準備可用的乾淨自來水，因為颱風後水質混濁，可能會影響日常用水。**留意家中周遭的水溝**，避免異物堵塞導致排水困難，造成淹水。

房屋外和庭院內的**懸掛物品應該取下來**、**樹木樹枝需要修剪**、**鐵皮屋和水塔要加強固定**，避免被風吹落變成傷人的危險物品。另外**玻璃門窗可以加固**，必要時釘上木板，並且遠離玻璃門窗，可以防止玻璃破裂造成傷害。於河邊工作者，應儘早完成工作，民眾也需避免到海岸、溪流觀浪、玩水撿石頭或捕魚釣魚，防止被洪水困住，以防發生危險。如果是住在災害潛勢地區的民眾，則要配合政府儘速安全地離開避難；若居住地安全，請**遵照地方政府的停止上班上課公告**，留在家中不要出門，以免發生危險。

颱風登陸臺灣了！我要如何應對呢？

阿眉提醒您：

如果房屋很堅固不受颱風影響，儘量**待在家裡不要出門**，同時要**持續關心颱風動向的消息**，注意自己家是不是在警戒區域內。在家中避難時，要隨時檢查電路、注意爐火等周遭環境，防止火災、水災發生。並且停電時可以用手電筒取代蠟燭。

行駛中的車輛如果遭遇強風侵襲，應該要**停在路邊或是尋找安全避難所**，不可以強行駕駛，也不可以把車開進淹水的路面，以免造成意外發生。如果看見電線斷落，不可以用手觸摸，要去**通知電力公司來處理**。在登山途中應該馬上尋找安全的地方避難，同時**撥打緊急電話尋求協助（110、119、112）**。

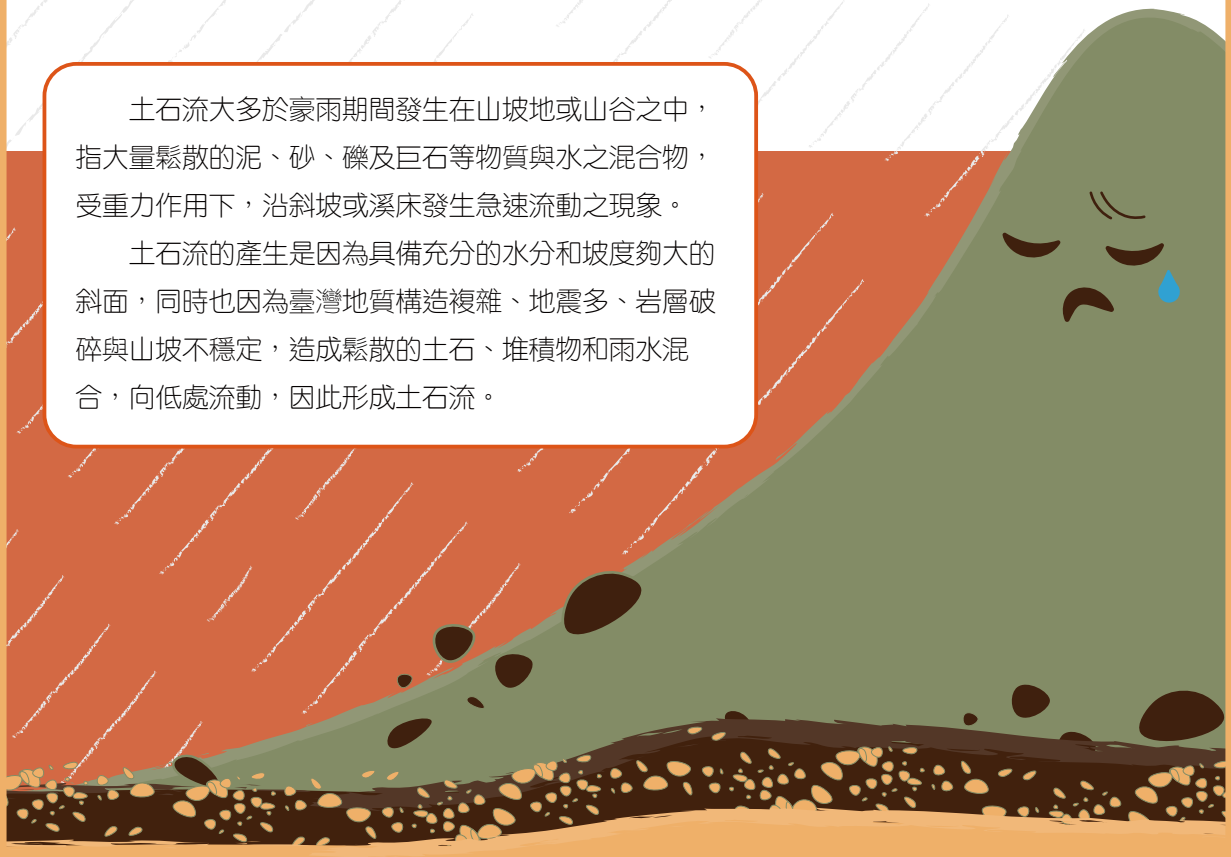
筆記區

三、坡地災害篇

大地流淚的原因？

土石流大多於豪雨期間發生在山坡地或山谷之中，指大量鬆散的泥、砂、礫及巨石等物質與水之混合物，受重力作用下，沿斜坡或溪床發生急速流動之現象。

土石流的產生是因為具備充分的水分和坡度夠大的斜面，同時也因為臺灣地質構造複雜、地震多、岩層破碎與山坡不穩定，造成鬆散的土石、堆積物和雨水混合，向低處流動，因此形成土石流。



土石流會帶來不只是土石？



土石流發生時速度很快，持續時間短，破壞力強，會造成河川和兩邊的河岸立刻崩塌。下游的土石也會瞬間堆積，造成房屋、農舍和農作物被掩埋，導致民眾巨大的財產與經濟損失。

土石流發生前徵兆

※資料來源-土石流及大規模崩塌防災資訊網

徵兆發生時間 幾小時前	一小時前	幾分鐘前	幾生土石流	徵兆	原因
●	●	●	●	◦ 視覺 附近有山崩或土石流發生	代表周邊坡面與地質已處於不穩定狀態
●	●	●	●	◦ 視覺 野溪流量突然增加	上游可能有豪雨
●	●	●	●	◦ 聽覺 有異常的山鳴	上游可能已發生崩塌或土石流
●	●	●	●	◦ 視覺 溪水流量急遽減少	上游野溪可能已被崩塌土石阻塞
●	●	●	●	◦ 視覺 溪水中帶有流木	上游可能發生山崩或河岸沖蝕
○	●	●	●	◦ 視覺 溪水異常混濁	上游可能發生山崩或河岸沖蝕
○	●	●	●	◦ 聽覺 溪流中有石頭摩擦聲音	因溪流流量增大
○	●	●	●	◦ 嗅覺 有腐植土臭味	上游可能發生山崩樹倒，從樹木腐植層散發出之臭土味
○	●	●	●	◦ 聽覺 有樹木裂開之聲音	上游可能發生土石流，撞裂樹木之聲音
○	●	●	●	◦ 視覺 動物有異常行為	動物的感官比人類敏銳，表示可能已發生人無法感受到的大自然異常現象
○	○	●	●	◦ 觸覺 感覺地表震動	土石流滾動時造成之震動
○	○	●	●	◦ 聽覺 上游有「Go」聲音及火光或像雷光的閃電	土石流流動時，巨石撞擊造成的現象

● 必定發生　● 發生可能性高　● 有發生可能

土石流警戒——儘速撤離！

土石流警戒區之發布範圍主要是中央氣象署發布某地區預測雨量或實際雨量大於土石流警戒標準，農業部農村發展及水土保持署就會針對土石流潛勢溪流下游影響範圍內之民眾發出警訊，但並不是整個區或整個里的居民都需要疏散。

土石流警戒發布時機

當中央氣象署發布某地區之預測雨量大於土石流警戒基準值時(此時可能尚未開始降雨)，由農業部農村發展及水土保持署發布該地區為黃色警戒土石流警戒區，地方政府應進行疏散避難勸告。

土石流警戒程度	發布警戒條件	應對措施	詳細說明
紅色警戒	實際雨量>警戒雨量	依地方實際狀況，指示撤離或強制疏散	某地區實際降雨已達土石流警戒基準值時，由農業部農村發展及水土保持署發布該地區為紅色警戒土石流警戒區，地方政府應勸告或強制撤離並作適當之安置。
黃色警戒	預測雨量>警戒雨量	進行疏散避難勸告	當中央氣象署發布某地區之預測雨量大於土石流警戒基準值時（此時可能尚未開始降雨），由農業部農村發展及水土保持署發布該地區為黃色警戒土石流警戒區，地方政府應進行疏散避難勸告。

疏散區域：上游山崩地滑區、危險溪流兩岸易崩塌區、危險溪流谷口扇狀地（人口最密集或設有重要公共設施）！

※資料來源-
土石流及大規模崩塌防災資訊網

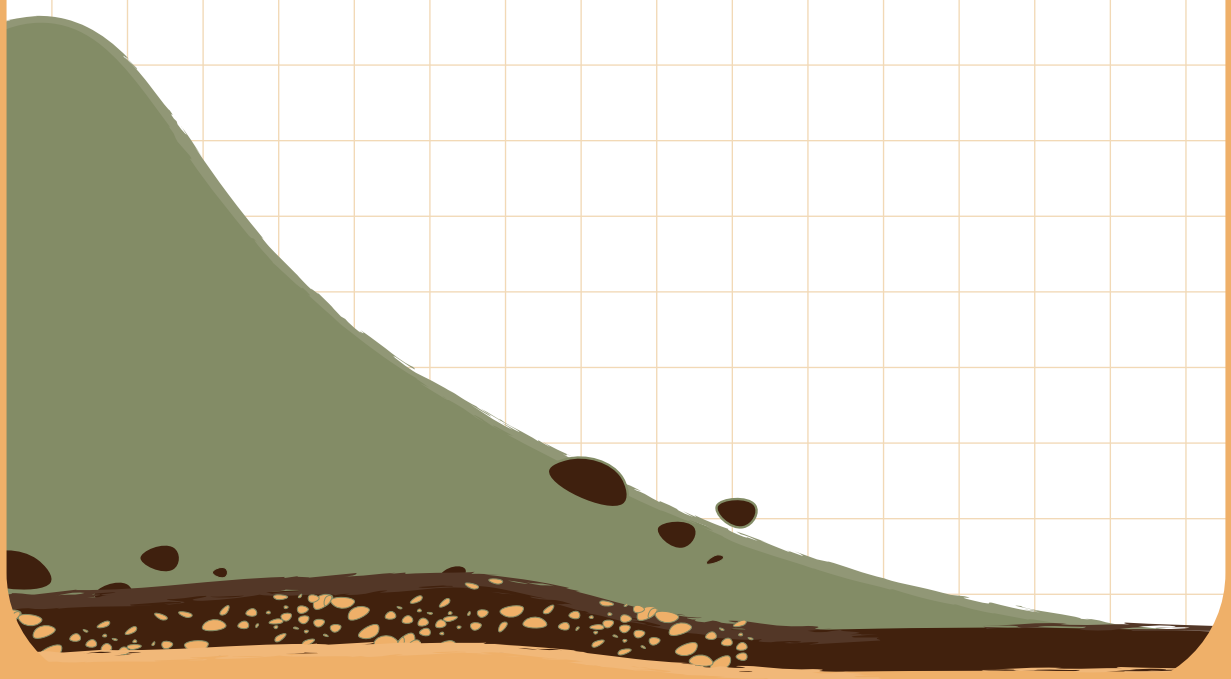
土石流的對抗方法

土石流好像要來了，我能怎麼做？

阿眉提醒您：

如果民眾住在土石流危險地區，在氣象署發布颱風警報後，除了留意颱風最新動向，也要**注意河水暴漲和山洪暴發的前兆**，並立即**遠離上游崩塌地滑區**、**危險溪流兩岸易崩塌區域**、**危險溪流谷口扇狀地**等三個地方，以免發生危險。

關心颱風最新動向的同時，也要注意新聞發布的地區疏散、避難的紅與黃色警戒。依照防災地圖或當地政府的指示，**疏散到當地的避難收容所**，或者儘量利**用現有道路，避開危險路段或陡坡區域**。不要穿越可能發生土石流的溪流，**向溪流兩側的較高地疏散**，才能安全有效地躲避災害。



四、海嘯篇

大浪怎麼淹過來啦？！

當地震的斷層使海床錯動進而造成海底地形劇烈變動，如海床垂直位移、海溝斜坡崩塌及海底火山爆發等現象，引起海面擾動而生成一連串長週期的波浪是為海嘯。



海床垂直位移　海溝斜坡崩塌　海底火山爆發

淺層地震引發海嘯，海嘯波隨地形被抬起，海嘯前緣會以撞擊的方式造成強大破壞力，海嘯的坡度越高，對於近岸的破壞力越近強大，其水體流動沖刷流經之處，會造成道路、房屋建物或路基嚴重流失，海嘯在沿海地區造成的災害，往往大於地震災害。

在地震後會因為斷層錯動讓海床劇烈地往垂直方向上升，接著就會形成波浪向四周湧去，但因為海水深度變淺，因此波浪會變高，隨著海底地形的影響，波浪會越來越高，所以形成海嘯而沖上海岸，淹沒陸地。

別再聽海哭的聲音啦！

海嘯來了要怎麼面對？

阿眉提醒您：

沿海地區的民眾在平常就要將家具固定在地面上，避免家具東倒西歪堵住逃生路線。海嘯來臨時的應對時間比較短暫，民眾平時就要準備好緊急避難包，才能儘量爭取時間，安全逃生。當地震發生的時候，民眾應有「海嘯可能會來」的意識，如果觀察到遠方海面有白色浪沫的長浪向岸邊湧來，或是海水快速遠離地面露出海岸，便必須立刻逃難。

逃難時必須往高處走，必要時進行二次避難，往更高的地方移動，因為海嘯帶來的危害並不是經驗可以判斷的，一定要做好最壞的打算來避難。如果來不及向高處移動，務必抓緊高處的堅固物件，若是身體浸泡在水中，也要小心被漂浮的物體撞傷。

海嘯過後可以做什麼？

阿眉提醒您：

海嘯可能持續好幾個小時，中央氣象署根據太平洋海嘯警報中心資料並綜合我國潮位站資料，會適時解除海嘯警報。因此在還沒接到海嘯警報解除的消息之前，民眾千萬不可以鬆懈，或者為了搶救財物而返回，以免發生生命危險。如果海嘯警報確定解除，政府和民間私人團體會進入災區，提供物資與醫療協助，民眾要盡快找到並前往完好的建築物，與其他倖存者一起等待救援與幫助。

五、人為災害篇

我燒到了！燒到了！

火災可以分成兩種類型

天然因素

可能是因為閃電打到可燃物，或者因為天災，例如地震、海嘯破壞了瓦斯管線、儲油槽這類內含易燃物的設施，間接造成火災。

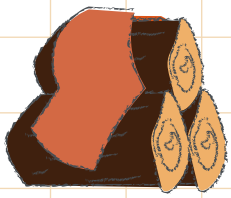
人為因素

可能是沒有小心使用電器物品、電器設備老舊導致電線走火、未能小心使用打火機、瓦斯爐，或是有人刻刻意放火等等原因。



不是所有火災都能撒水
不同類型的火災

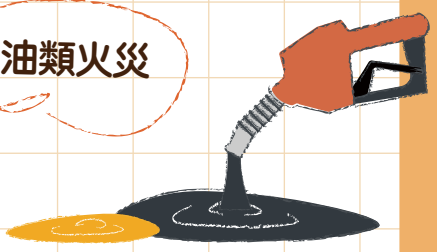
普通火災

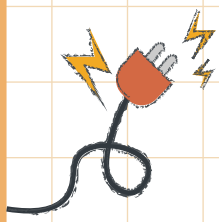


因為一般可燃物，像是木頭製品（例如：木雕、木屑）、紙製品（例如：書本、紙箱）、棉花製品、布料、塑膠、橡膠等等東西被點燃而燒起來，通常建築物發生的火災就是這種類型。可以**用水或者含有水的液體降低燃燒的溫度**，達到滅火的目的。

油類火災

可燃物液體比如石油、可燃性氣體比如乙烷氣、乙炔氣或者可燃性油脂比如說化學塗料所造成的火災。最有效的滅火方法，是讓火隔絕助燃的氧氣，透過掩蓋的動作、或者移開可燃物、降低溫度，如：**以泡沫覆蓋**讓火焰熄滅。





電氣火災

因為通電的電器設備，比如說一般電器、變壓器、電線、配電盤等等設施引起的火災，就是電氣火災。利**用不導電的滅火器控制住火勢**，如果能**立即斷電**再看情況，依照普通火災或油類火災的方式滅火，會比較好。

某些金屬容易燃燒，例如活性金屬鎂、鉀，鋯、鈦等，或者是禁水性物質燃燒起來而發生的火災，稱為金屬火災。因為這些物質燒起來的時候溫度很高，只有分別控制這些金屬的滅火器才能有效滅火，通常這類滅火器**以砂土覆蓋金屬引起的燃燒**。

金屬火災

※資料來源-內政部消防署

火災的可怕之處



・煙

濃煙由火而生，常伴隨毒氣體及碳粒、餘燼等，是在火場中容易被忽視的致命殺手。

很多人認為往下跑會遭遇火煙侵襲，往上跑最起碼離火煙越來越遠，安全上應該更有保障，事實上這是一個非常錯誤的想法，如果往下跑會遇到煙，代表梯間已受到汙染，往上跑也會碰到濃煙，而煙每秒上升速度3-5公尺，如果往上跑將使自己暴露在濃煙中，而往下跑最起碼跟煙做的是相對運動，只要能跑到起火層以下的樓層，我們就安全了。所以火場逃生原則上往下，如果不能往下避難，則應該回到原本居室「關門求生」。

・高溫

人在超過150℃時，生理機能即會失去正常功能，而火災發生時的溫度可能達到800℃，甚至1200℃以上。

逃生時，當摸門後發現門的溫度非常高，或門外有濃煙(濃煙通常會伴隨著高溫)，有一個非常簡單卻非常實用的保命方法-關門。根據美國NFPA實際燃燒實驗發現，當房門外的溫度高達150℃時，如果房門一直是關起來的，房內之溫度則僅有25℃，足證關門可以有效阻隔火煙，如果起火點在屋內，逃離家門時將門關起來，可以將火勢侷限於屋內。

・火

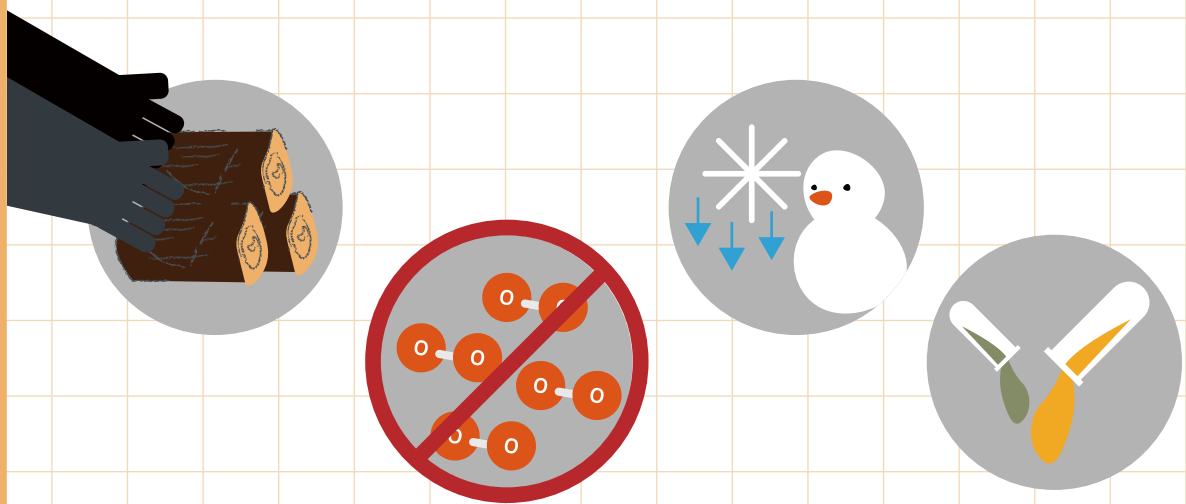
火為火災中的核心，由此產生上述「高溫」、「濃煙」，它會灼傷皮膚、熔化燒毀家中的房門與家具，卻通常不是造成人員傷亡的主要原因。

許多人對火災發生時有個迷思：「火怕水」，所以逃生第一個想法就是躲進浴室。然而浴室門與天花板大部分不是木造就是塑膠製，容易軟化或著火；軟化或著火後，相對安全區防火防煙區劃就被破壞了，所以浴室並不是待救時第一選擇場所。

※資料來源-臺中市政府消防局

滅火的正確方法

滅火基本原理	燃燒條件	方法名稱	滅火原理	滅火方法
	可燃物	拆除法	搬離或除去可燃物	將可燃物搬離火中或自燃燒的火焰中除去
	助燃物（氧）	窒息法	除去助燃物	排除、隔絕或者稀釋空氣中的氧氣
	熱能	冷卻法	減少熱能	使可燃物的溫度降低到燃點以下
	連鎖反應	抑制法	破壞連鎖反應	加入與游離基結合的物質，破壞或阻礙連鎖反應



※資料來源-內政部消防署

火場求生大作戰

遇到火災，我要怎麼保護自己？

阿眉提醒您：

火警應變三步驟：
示警→應變→安全後打119報案。

住宅用火災警報器發出聲響時，大叫示警後，若尚無濃煙，請由建築物本體樓梯往下逃，過程中隨手關門，減緩火、煙及熱蔓延。
若門外已經有濃煙時，房間的牆壁、地板為耐燃或不燃材質，且門為實心門，請關門就地避難，關門後再開窗呼救。
木屋或鐵皮屋，或房間門為塑膠門、玻璃門及有孔洞等無法擋煙熱的門，避免就地避難及早逃出為佳。

「低姿勢、沿牆壁、找出口、向下逃、隨手關門」：
若所在的房間不能就地避難，則需使用「低姿勢、沿牆壁、找出口、向下逃、隨手關門」要領，盡速逃躲避至鄰近的相對安全空間避難或離開建築物。
平時備妥封箱膠帶，關門後用膠帶將上方及側邊門縫貼緊，下方門縫可用毛巾或衣物床單等塞住，防止煙飄進來。如房間內有中央空調使用的通風口，亦應一併擋住，以防濃煙侵入。
煙每秒上升3-5公尺，人是跑不贏煙的，因此逃生方向應為「向下逃」。

警言 **1. 浴室避難？**
火災忌躲浴室，浴室門多為塑膠門且有通風口，遇火時會熔化，高溫的煙熱仍會侵入。

警言 **2. 濕毛巾救命法？**
濕毛巾摀口鼻對於火場應變亦無實際效益，以待在安全環境為主，避免為打濕毛巾而犯險。

警言 **3. 套頭呼吸法？**
塑膠袋及防煙頭套套頭對於火場應變亦無實際效益，盡速離開為佳，無法立即逃離請就地避難，不會有時機需要塑膠袋及防煙頭套套頭。

記 **4. 冷靜報案！**
切忌在危險環境下打119報案，因為人在緊張時有時報案資訊會講不清楚。打119報警，勿心慌，需詳細說明火警發生之地址、處所、建築物狀況等，以便派遣消防車輛前往救災。

記 **5. 火場莫回頭！**
當火災發生時，正確的應變，保全性命是最佳之道。逃生時，務必保持鎮定，切勿驚慌，更勿為攜帶貴重財物，而延誤了逃生的時機，也切忌重返火場。

特別要注意的瓦斯災害



瓦斯也有隱藏風險

・瓦斯漏氣與災害

許多家庭與餐飲業會使用瓦斯罐，平常若在搬運或安裝過程中有所疏忽，就可能造成管線接縫處有的情況，若放置的位置有明火、曝曬等情形，就有可能引發火災或是氣爆，那我們該如何防止悲劇發生呢?

・防止方法

瓦斯桶應直立使用，與火源保持適當距離，且放置於陰涼通風處，避免陽光曝曬與潮濕。

烹飪時，不要離開廚房，並隨時注意爐火大小，如要離開，應先關閉爐火。養成「人離火熄」的習慣。

更換瓦斯鋼瓶時應留意有沒有貼合格標示，並注意「下次檢驗期限」有沒有過期。

(如有發現不合格之鋼瓶，請立即撥打119)

頭好暈……難道是一氧化碳中毒了？

瓦斯經過燃燒後，一旦通風不良，空氣供應不足，就會因為燃燒不完全而產生大量的一氧化碳，當人體吸入一定濃度的一氧化碳就會產生中毒症狀。建議依照安裝位置選擇正確的型式。

・熱水器形式

室外或是通風良好的處所可選擇**屋外式熱水器(RF)**。

陽台有加蓋窗戶或是通風不良建議選擇**半密閉式強制排氣式(FE)**。

屋內無通風處則建議使用**密閉強制供排氣式(FF)**或**電熱水器**及**太陽能**等。

一氧化碳中毒時該怎麼做？

記

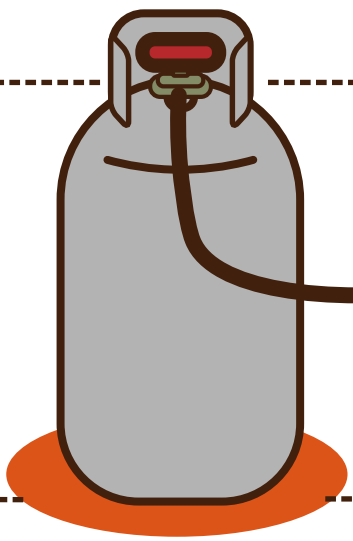
開	移	求	施
立刻**輕開**窗戶，使**空氣流通**。	將中毒者**移至**空氣流通處。	撥打119求助。	如果中毒者**沒有呼吸**，立刻**實施心肺復甦術**。

安全用瓦斯，在家要落實

記

安裝瓦斯桶三注意

1. **防止脫落**：瓦斯桶與管線使用夾具固定
2. **通風良好**：瓦斯桶應該安裝於通風室外
3. **防止傾倒**：瓦斯桶加裝鐵鍊、柵欄等



換裝瓦斯桶三步驟

1. 關閉調整器
2. 鬆開調整器
3. 裝上調整器

漏氣檢測

在管子上**塗抹肥皂水**

漏氣處理五步驟

禁 → 關 → 開 → 打

- 禁：禁火
- 關：關氣
- 開：開窗
- 打：打給119或瓦斯公司

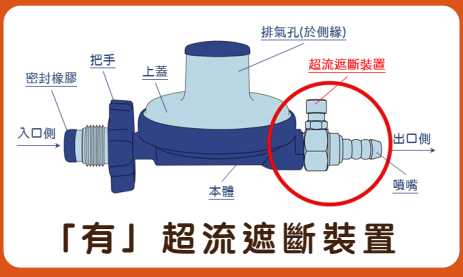
超流遮斷裝置？安全無代誌

什麼是「超流遮斷裝置」？

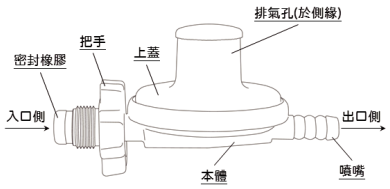
超流遮斷裝置在瓦斯流量超過標示值時，會自動啟動的安全機制，主要作用為阻止瓦斯外洩，避免漏氣導致氣爆危險。

為什麼要安裝？

家用瓦斯管線常因外力破壞，如颱風、地震或蟲鼠啃咬，導致脫落或斷裂，進而引發瓦斯大量外洩的危險。為有效防範類似意外，加裝「超流遮斷裝置」能自動阻斷瓦斯外洩，降低漏氣引發氣爆的風險。



「有」超流遮斷裝置



「無」超流遮斷裝置

(112年6月1日後製造的Q2流量以下之插管式瓦斯調整器必備此裝置)

瓦斯選用注意四要點

1. 商品檢驗標識

檢查商品是否有標示商品檢驗標識。

2. 調整器出口壓

確認瓦斯調整器的出口壓力是否為2.8kPa或280mmH2O（R280型），切勿使用R500或其他規格的調整器。

3. 調整器流量

確保瓦斯調整器的標示流量（Q）符合家中瓦斯器具的使用需求。

4. 配置「超流遮斷裝置」

若選用Q1或Q2的瓦斯調整器，需檢查是否配置「超流遮斷裝置」。

Q：表示最大流量，也就是**每小時流出的瓦斯公斤數**。

※資料來源-經濟部標準檢驗局

Q1：每小時流出1公斤瓦斯。
Q2：每小時流出2公斤瓦斯。

六、閱讀防災地圖篇

防災地圖有什麼用呢？

防災地圖是專業的客製化地圖，為提升民眾防災意識，建立自主避難觀念，圖資內容除一般地圖的基本繪製內容之外，還將災害防救資訊以點、線、面的方式繪製成圖，以便於傳達與利用。

民眾於平時可應用本手冊中所提供之平臺進行自家附近防災資訊地圖產製，並透過防災地圖規劃疏散路線及瞭解自家附近之避難收容據點，便於災害發生時儘快至安全場所避難，其主要為村里或社區層級之疏散避難圖。此類地圖不需過於複雜的資訊，重點於正確地呈現避難處所位置分布及安全逃生路線，並可呈現災害通報單位、緊急連絡人及防災資訊網站等資料，民眾可上網得知防災知識或災害預警等相關資訊，或是第一時間發現災情得以通報相關單位。

防災地圖在哪裡查看？

臺中市政府在官網上有提供各區簡易防災地圖，只要找到自己居住的區，就能在該區分類中下載各里的防災地圖，其中以幫民眾標示各單位的圖示、詳細的防災資訊表，以供使用。可掃描以下QR CODE直接進入網站。



防災地圖介紹示意圖

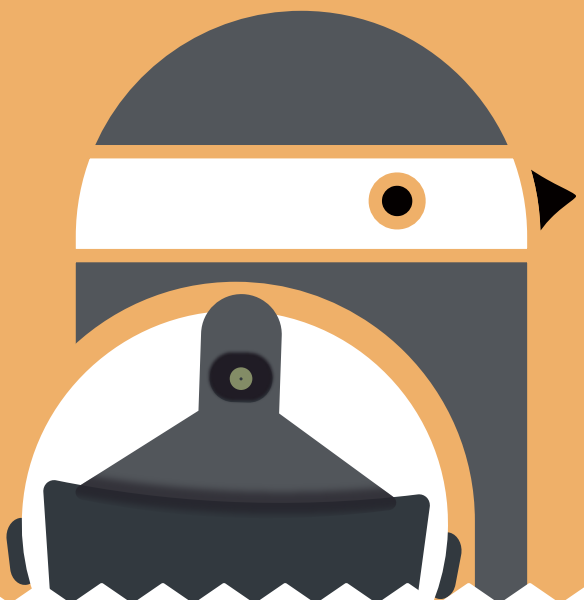
臺中市政府
緊急避難資訊QR CODE

筆記區

集合啦！



家庭防災會



災害應變的前提就是先認識災害，瞭解各類災害是如何發生以及當災害發生時又該如何臨機應變，因此從日常生活中養成防災、減災的習慣，建立起災害危機意識，多一分準備、少一分傷害。

當個災害小博士

一、擬定家庭安全計畫

當個家庭防災會議成員



知擬記備演

社區的防空洞在哪？
快看地圖呀！

家庭成員的基本資料是……
該不會連生日都不知道吧？

緊急聯絡計畫？
有誰可以聯絡啊！？

政府救救我ＱＱ

家裡有緊急用品？
要準備嗎？準備多少？

知

・知道家庭安全概況

家庭中每個成員都該瞭解自己所居住的社區可能受哪些災害影響，並瞭解這些災害的特性與相對應對作為，然後檢查住宅與環境的安全，共同討論應如何進行改善。

擬

・擬訂相關的計畫

共同討論、規劃相關計畫資料，確認分工事項。

- 成員基本資料
- 緊急聯絡計畫
- 緊急用品整備

備

・執行整備的工作

擬定家庭應變計畫之後，需確實參與執行各項災前整備工作，以防範災害的發生。

- 瞭解不同災害發生時的避難地點與逃生路線。
- 儲存各項緊急用品，並確認家中每個人都知道緊急避難包的位置。
- 在電話旁貼上緊急電話簿，並教導小孩如何撥打與請求援救。
- 教導家人如何關掉水、電、瓦斯的總開關，以及如何使用滅火器。

演

・演練與修改計畫

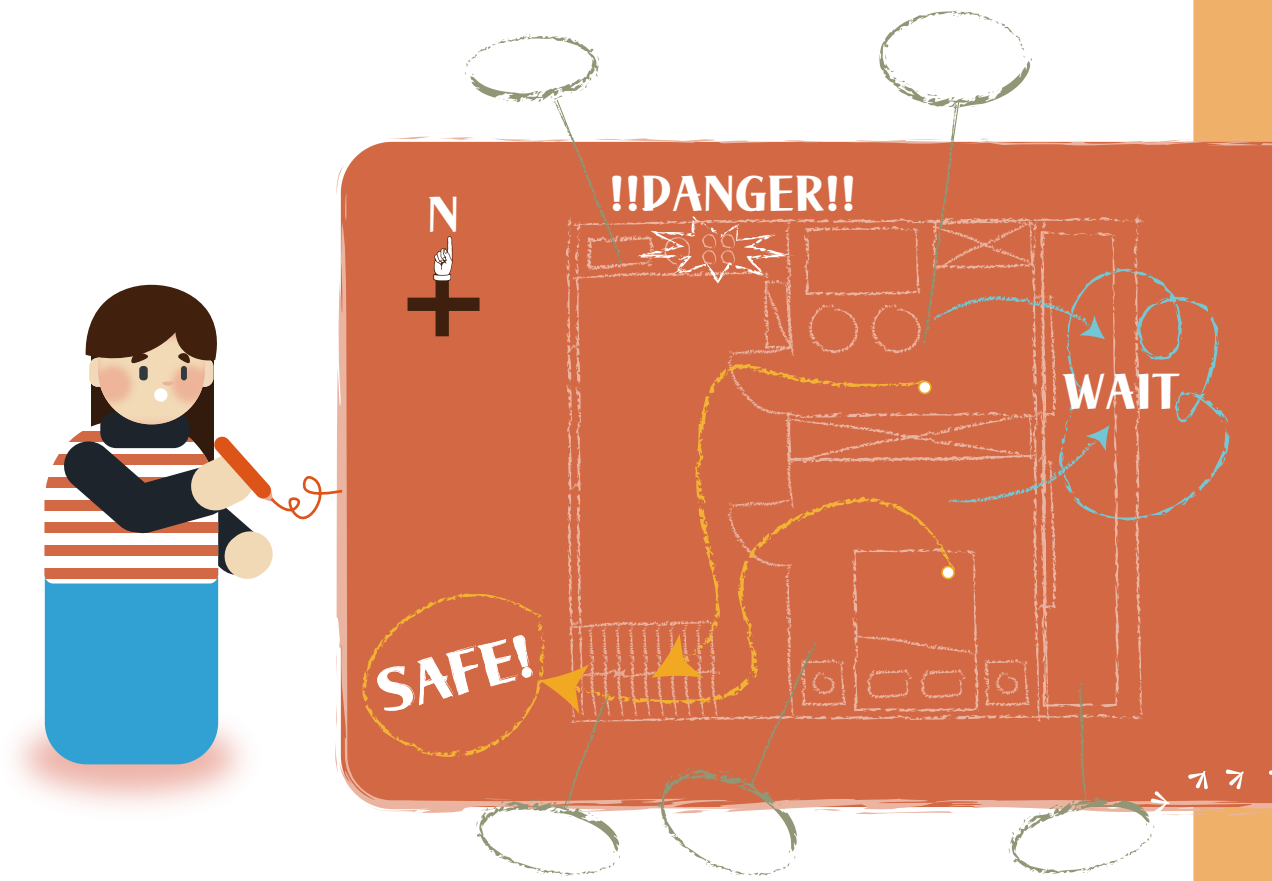
定期進行疏散避難與相關防災演練，並適時調整、修改計畫的內容。此外，應定期測試防救災裝備及設備的效能，及檢查各項緊急用品的使用期限。

在演練與修改計畫過程中，政府協力專業團隊可以提供必要的諮詢，並結合防災社區教育訓練與演練活動一起進行。

※資料來源-行政院災害防救委員會 防災社區指導手冊

二、繪製家庭逃生路線

當個防災地圖繪製員



・演練與修改計畫

跟家人一起畫出家中平面圖，並且標註出逃生路線、危險地點、防災物資等地方吧！除了家的平面圖，住家周圍的環境與緊急避難點也可以一起記在手冊裡，或是掛在家中明顯的地方！

繪製你的地圖吧

三、疏散避難標準作業程序

記住！考試會考

災前準備

- ✓ 瞭解各類災害
- ✓ 擬定應變計畫
- ✗ 準備緊急避難包

阿眉提醒您：
疏散避難的行動不只是災害發生當下才實施，災前的準備與預防更是重要！

下一章一起阿眉帶您一起準備～

災中應變

災害發生或災害發布時，有能力判斷災情，才能正確臨災應變

確認**避難地**

避難地點：

前往**目的地**

避難地點：

疏散口訣



自 友 記 情 示

自 確保**自**身安全 → 友 親**友**聯繫會合 →

→ 情 掌握災**情**訊息 → 示 等待疏散指**示**

PLAN A **異地**避難

PLAN B **就地**避難

依
疏散避難路線指示
進行避難

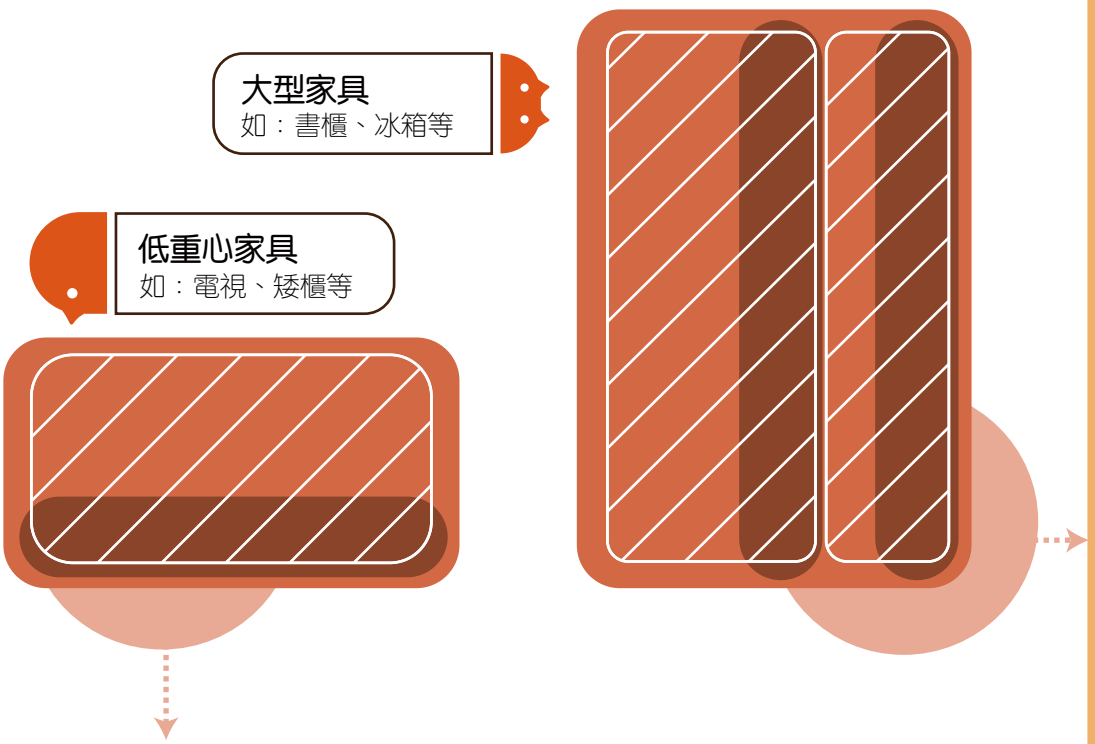
待到災情穩定

四、地震家具固定

與家具的一二三木頭人

大型家具
如：書櫃、冰箱等

低重心家具
如：電視、矮櫃等



・奈米無痕膠

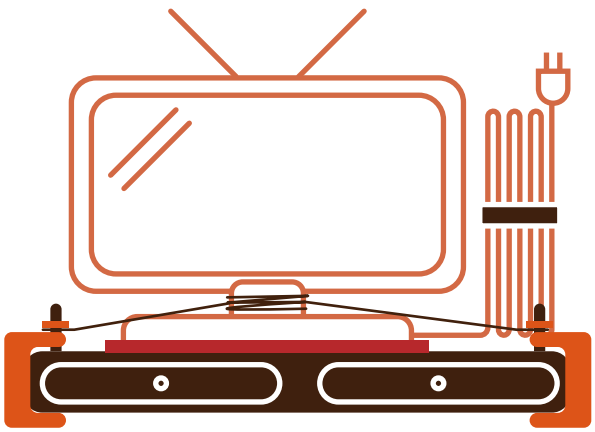
將奈米無痕膠貼在螢幕、喇叭底座，能減緩搖晃倒落的機率

・桌上夾具

使用桌邊夾或工字夾，先夾在桌面兩側，搭配繩子穩住螢幕

・繩子

繩子環繞螢幕底座，再穿過桌邊夾並綁緊，使繩子可以減緩地震帶來的搖晃與衝擊



・防傾固定帶

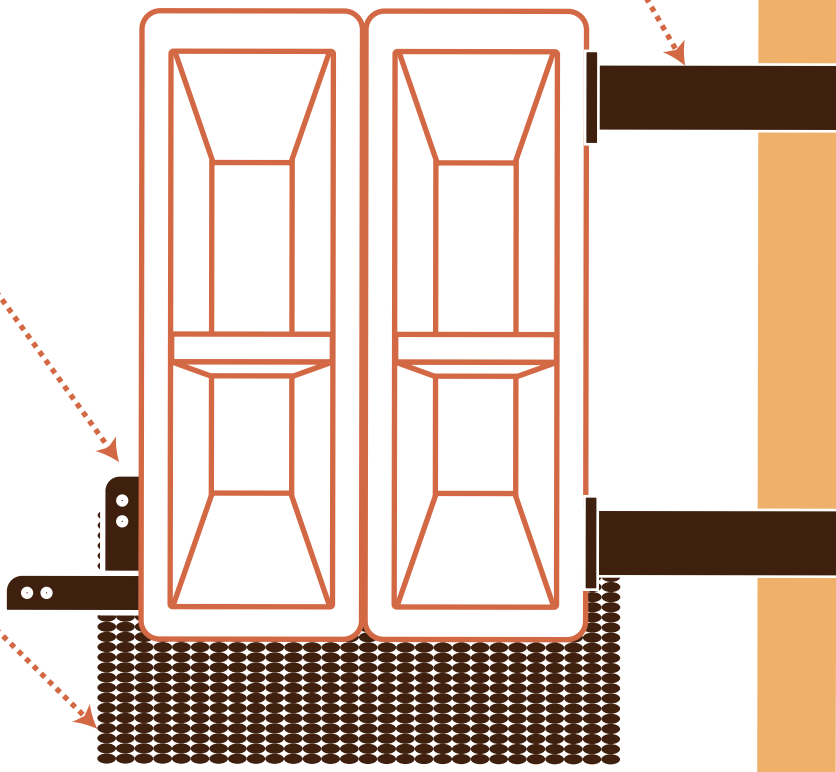
在靠牆側底部加上止滑的安全裝置防止傾倒或滑動

・L型金屬零件

使用 L 型金屬零件將物品固定於牆壁，能有效防止傢俱傾倒

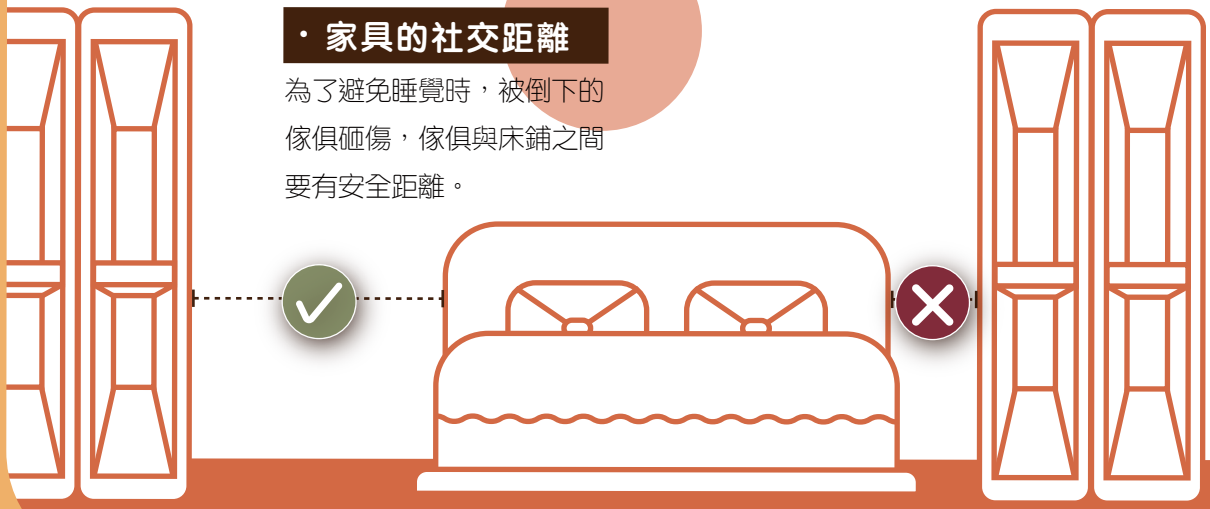
・止滑片

在靠牆側底部加上止滑的安全裝置防止傾倒或滑動



・家具的社交距離

為了避免睡覺時，被倒下的傢俱砸傷，傢俱與床鋪之間要有安全距離。

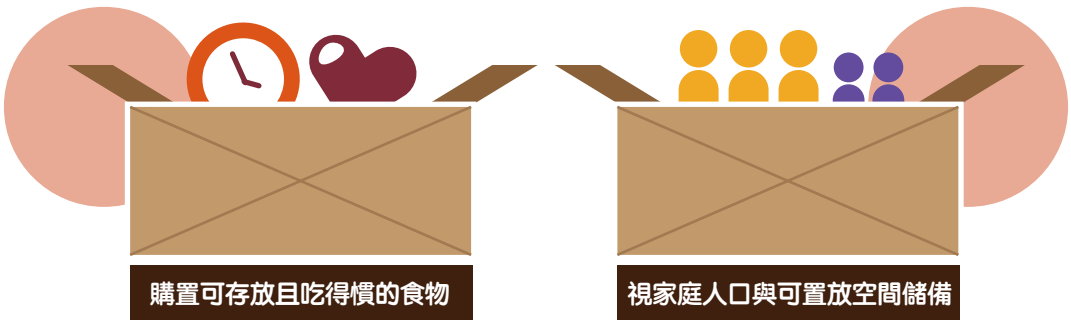


五、輪蓄式儲備

居家囤物小松鼠？

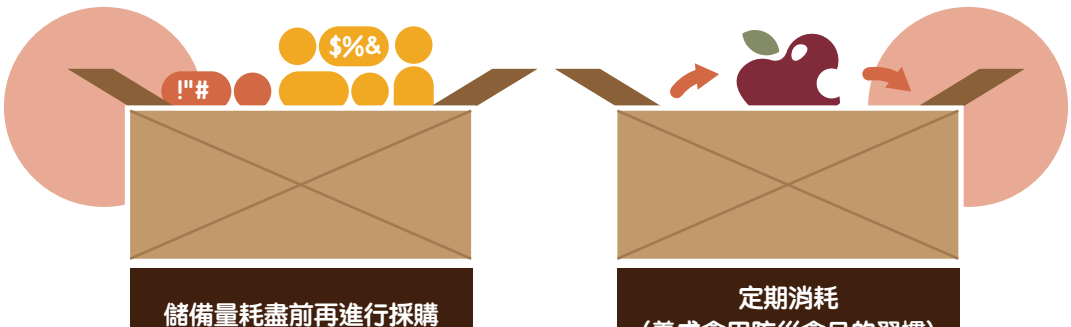


如果自己家很幸運沒有倒塌，大部分的人會留在自己家裡渡過災後生活，所以平常在家裡儲備生活必需品就非常重要！



購置可存放且吃得慣的食物

視家庭人口與可置放空間儲備

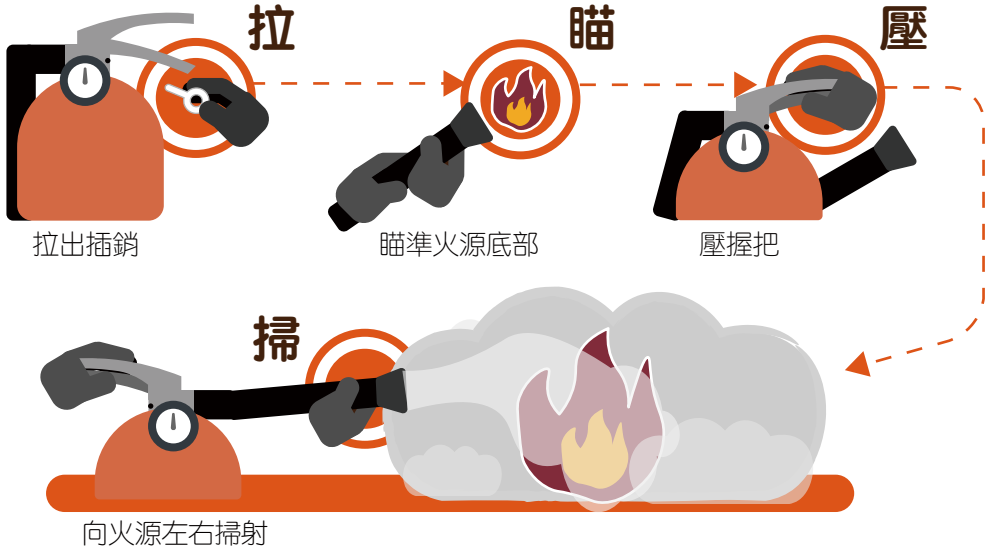


儲備量耗盡前再進行採購

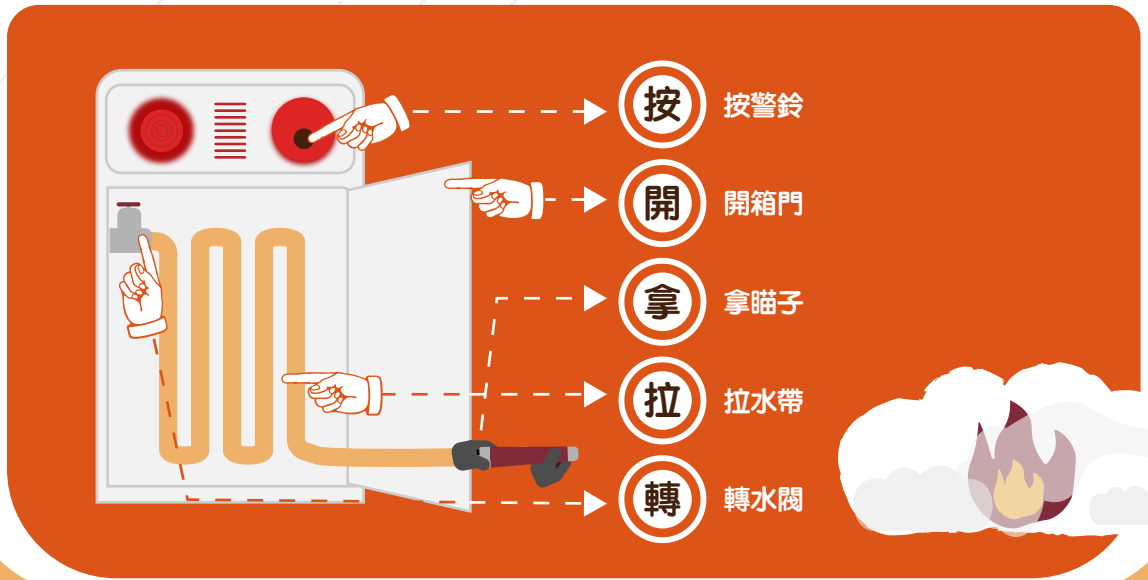
定期消耗
（養成食用防災食品的習慣）

六、滅火器及消防栓使用說明

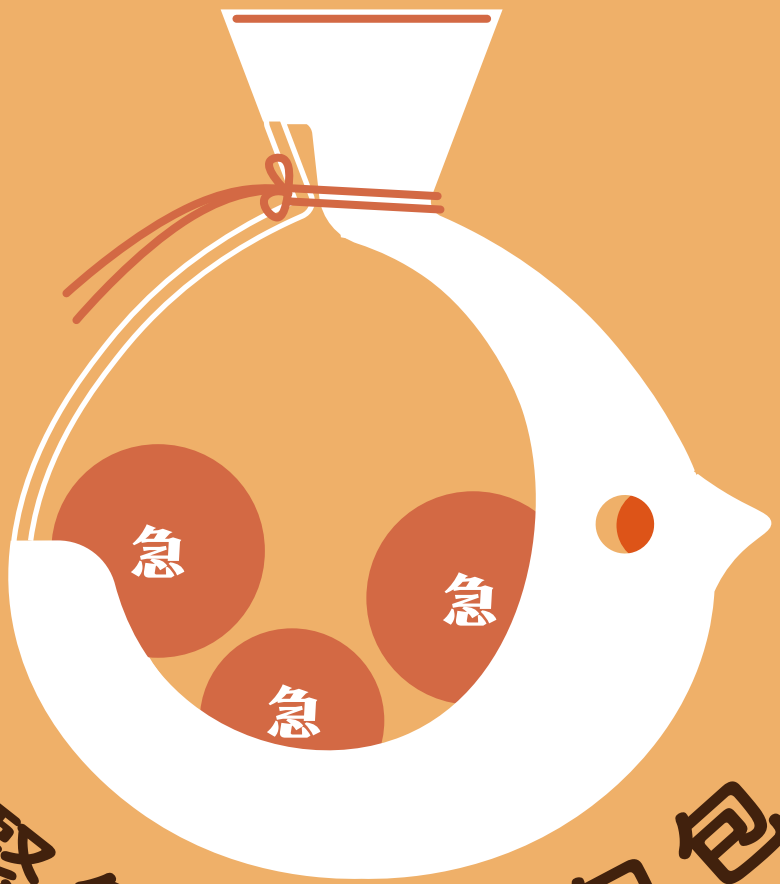
滅火器使用說明



室內消防栓使用說明



帶著我的



緊急避難小包包

不是要離家出走
是避難包啦！



臺灣是個地震與颱風災害頻繁的海島國家，我們都應保有一定的警戒心與準備，提升防災意識，家家戶戶都要準備好「緊急避難包」，以備不時之需，在災害發生時能有效發揮防災、減災的功效，讓損失降到最低，保住家人的生命與安全，渡過難關。

一、防災緊急用品清單

各方各面都得準備齊全的清單

緊

・避難包選擇

大小適中的**雙肩背包**，最好能**防水**，可自行貼上反光條。

急

・水、食物

水：準備每人**1～3公升**的飲用水，適量，**非口渴時豪飲用**。視住家至避難收容場所的距離而定。

食：準備**易攜帶、可即時食用**的食物，並避免易腐壞或需冷藏的食物。

避

・急救藥品

1. **緊急醫療包**
2. 家人**慣用藥品**（慢性病、重大或特殊疾病）

難

・照明、保暖、指引

1. 手電筒
2. 暖暖包
3. 指北針
4. 螢光棒
5. 防災毯
6. 收音機及電池

電子產品要特別注意蓄能方式，或是確保有緊急電源可以充電喔。

・衛生清潔

1. 濕紙巾
2. 壓縮毛巾
3. 衛生紙
4. 牙刷牙膏組
5. 女性生理用品
6. 嬰兒用品

・警報、輔具

1. 高音哨
2. 應變包資料袋
3. 警報器
4. 摺疊水袋

・工具、防護

1. 萬用鉗
2. 防滑手套
3. 防風打火機
4. 雨衣

・其他

1. 口罩
2. 避難地圖
3. 現金（零錢/鈔票）
4. 家庭重要文件影本（身分證及健保卡等）



二、緊急避難包用品清單

物資CHECK!

- [ ] 個人重要文件影本（身分證、健保卡）
- [ ] 手電筒
- [ ] 螢光棒
- [ ] 暖暖包
- [ ] 防災毯
- [ ] 指北針
- [ ] 收音機及電池
- [ ] 摺疊水袋
- [ ] 防滑手套
- [ ] 雨衣
- [ ] 特別家庭需求用品
- [ ] 濕紙巾
- [ ] 壓縮毛巾
- [ ] 牙刷牙膏組
- [ ] 高音哨
- [ ] 警報器
- [ ] 應變包資料袋
- [ ] 萬用鉗
- [ ] 防風打火機
- [ ] 避難地圖

其他：客製化只屬於我的列表

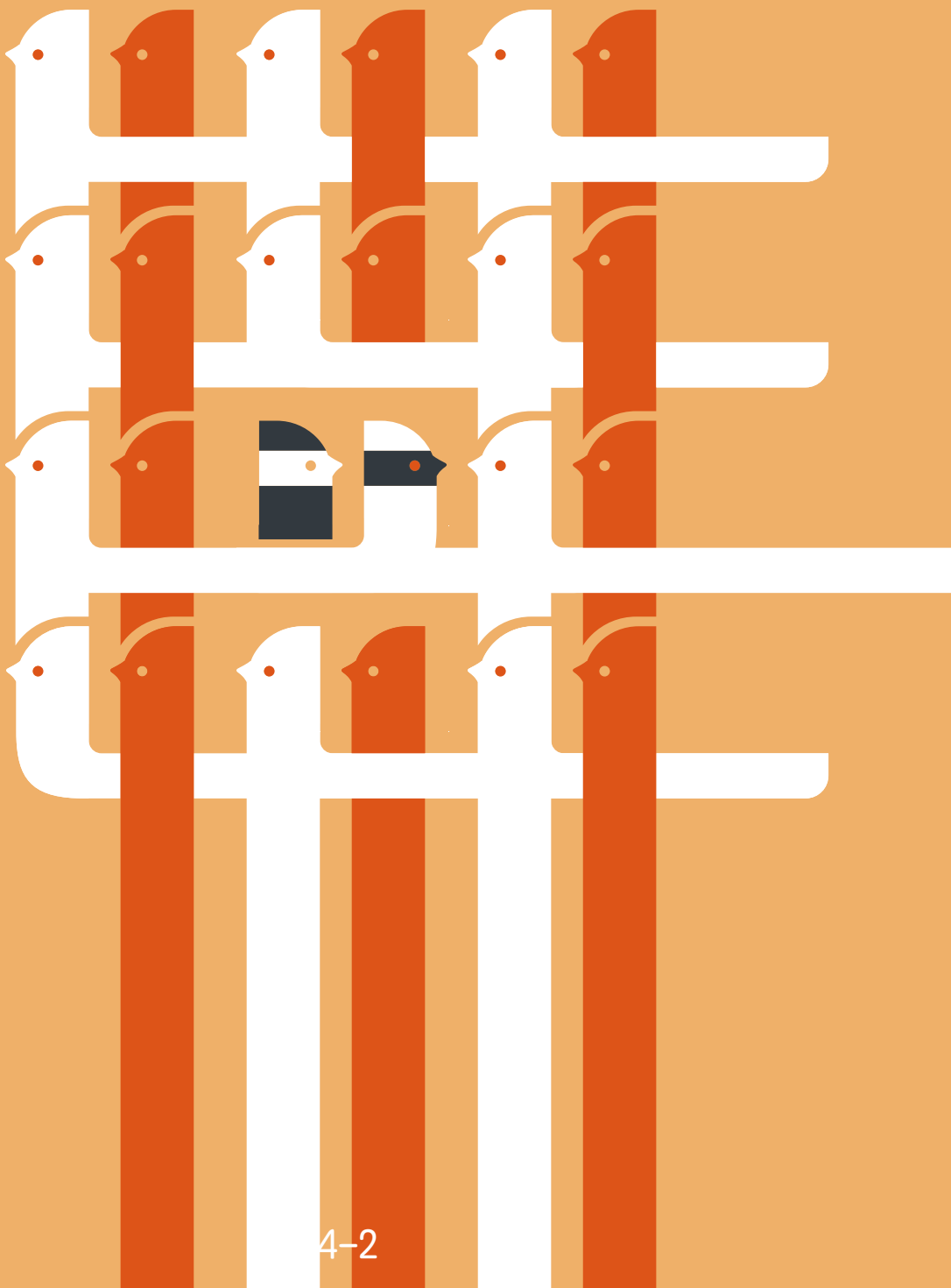
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

檢查日期：_____/___/___



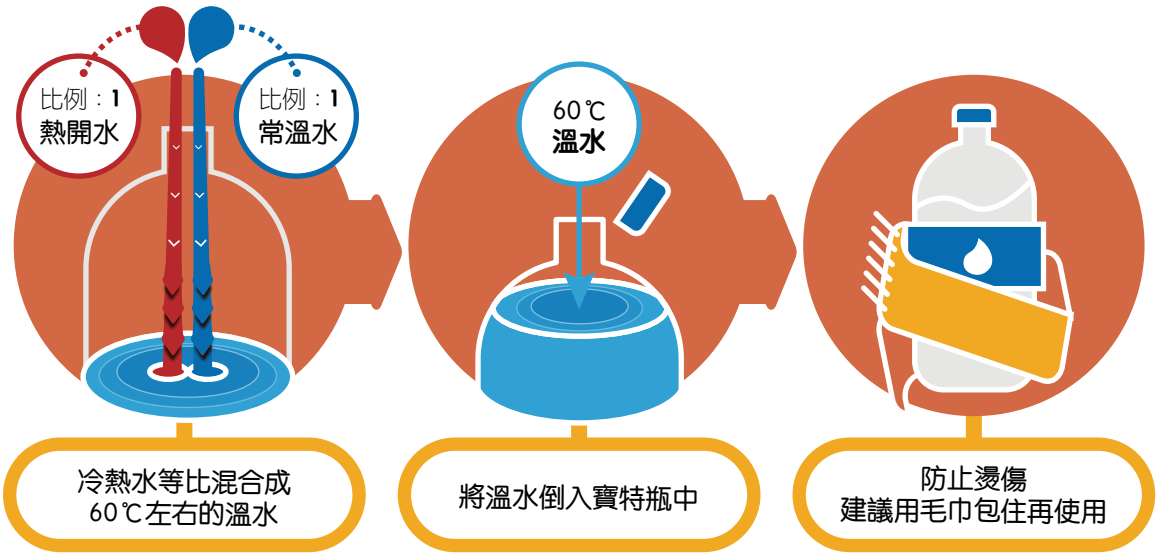
防災也可以

動手玩創意

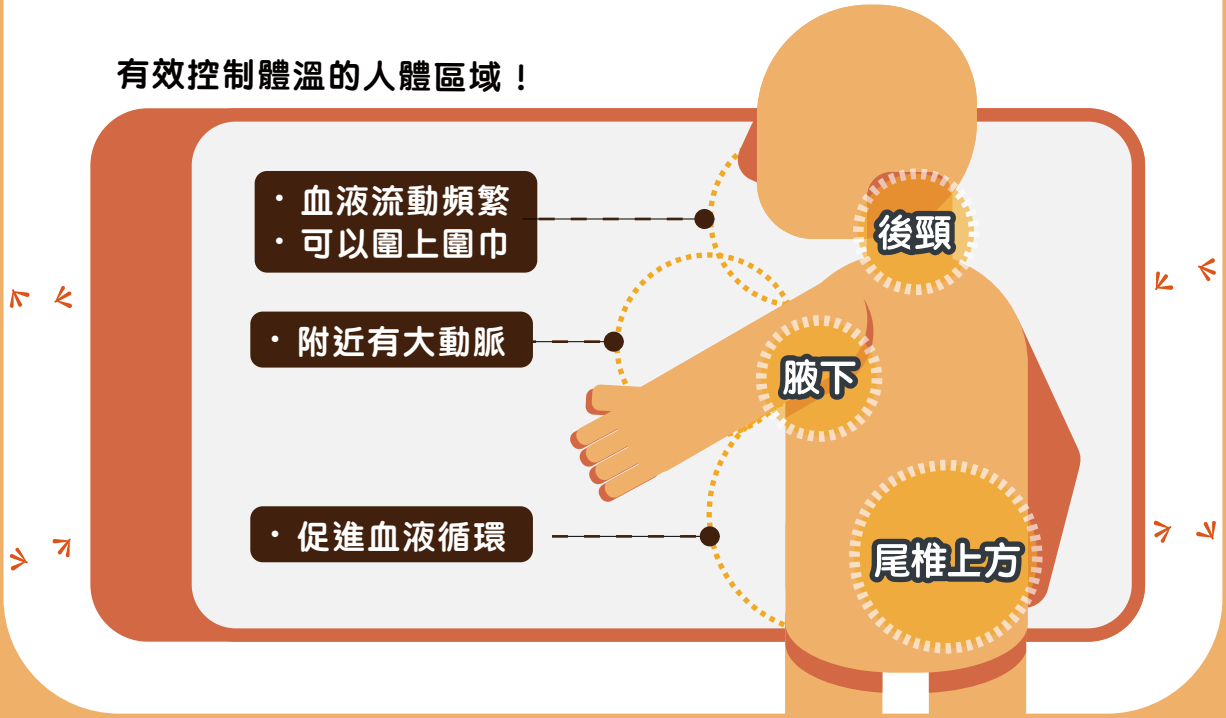


一、寶特瓶的其他用法

調節體溫法



有效控制體溫的人體區域！

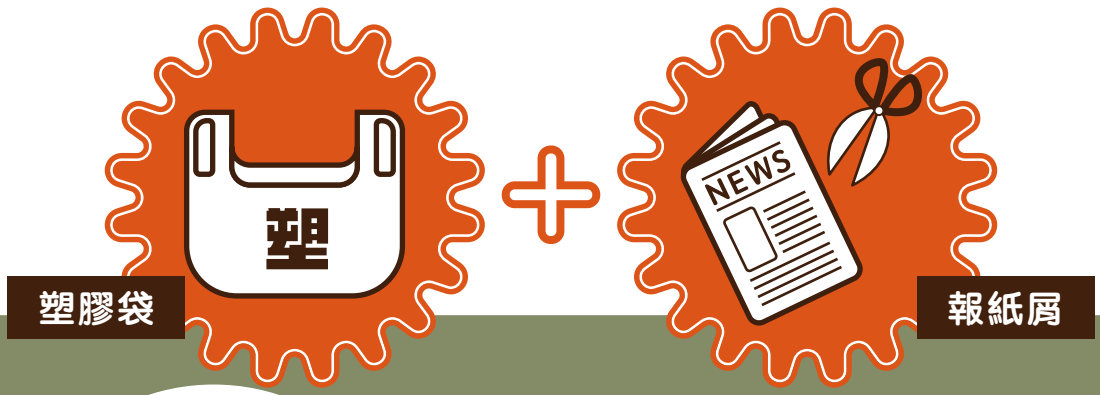


二、塑膠袋的多重運用

塑膠袋——一袋走氣味，包住尷尬

災難來的時候，常常會有沒水沒電的困境。需要使用廁所的人很多，可是又不能沖水，就會有難聞氣味的困擾。這時候就可以利用身邊有的東西解決哦！

生理需求應用



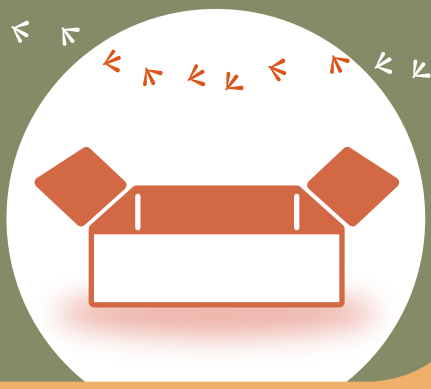


・無法沖水的馬桶

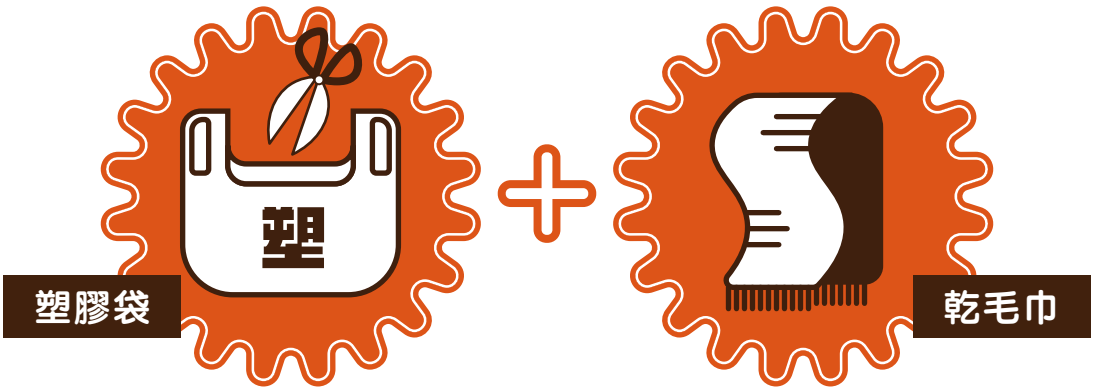
將不能沖水的馬桶的蓋子及坐墊掀開，將塑膠袋套在馬桶上，並在裡面墊上細碎的報紙。上完廁所就可以整袋丟棄，以免產生臭味。

・大水桶 / 大紙箱

如果沒有馬桶的話，可以用大水桶或是大紙箱代替，一樣鋪上塑膠袋後，在裡面墊上報紙。使用完後一樣可以直接丟棄。

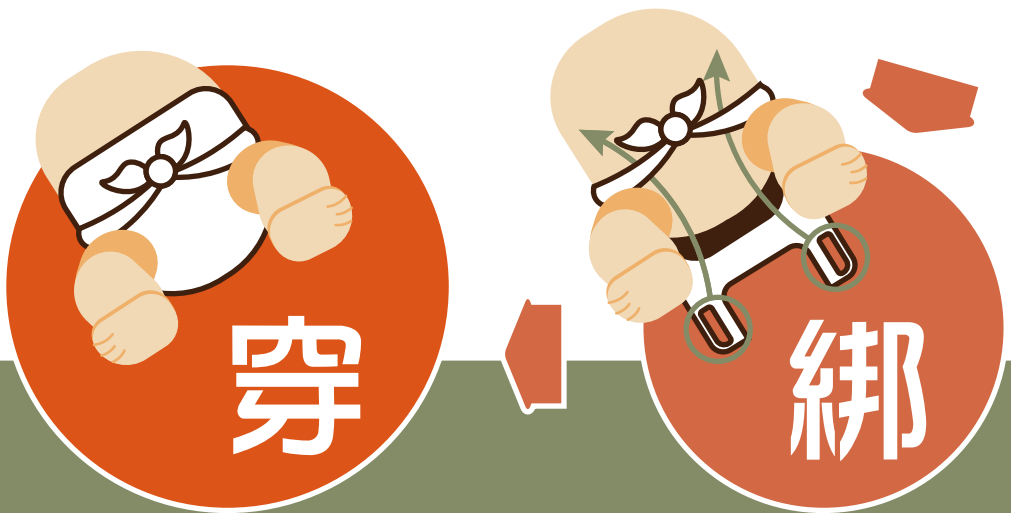


簡易尿布製作





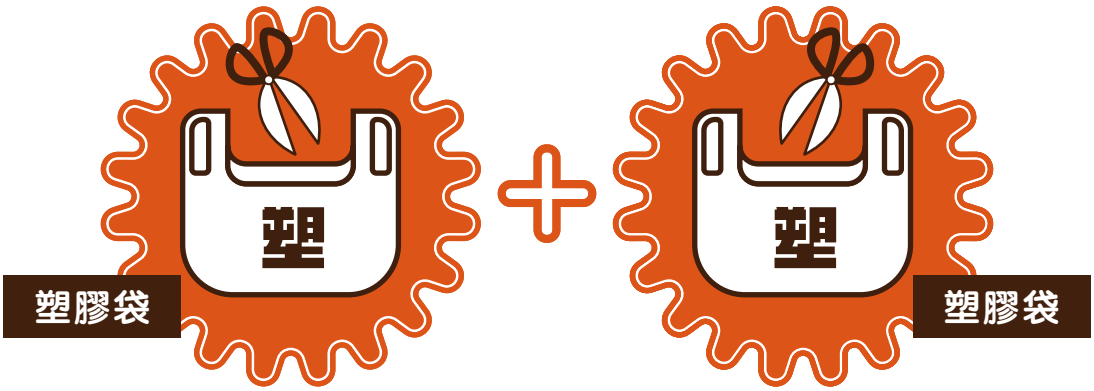
增長提把，以便「綁」在嬰兒腰部

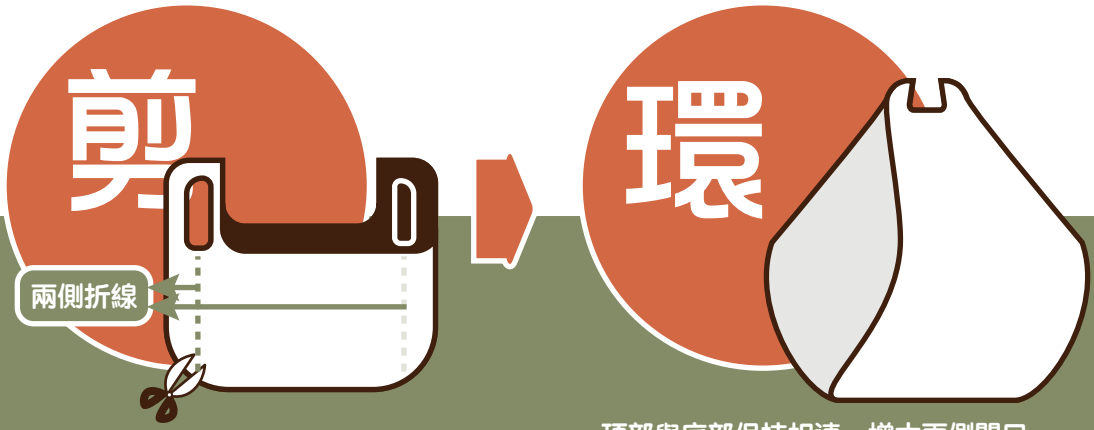


由下往上穿過打結的部分，並將剩餘的往下折

將兩側的手把綁在嬰兒肚子上

骨折的急救措施


塑
塑膠袋
+
塑
塑膠袋

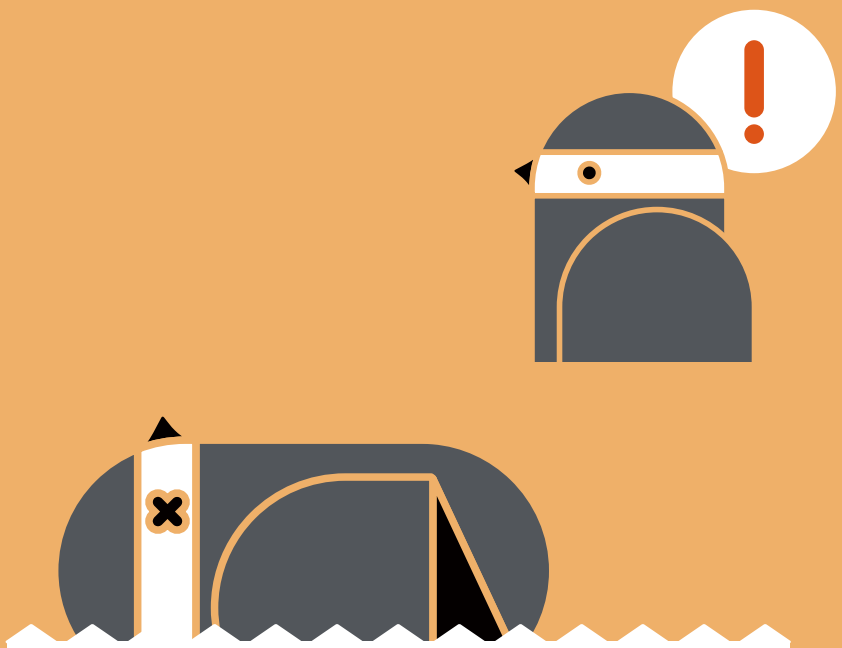

剪
兩側折線
環
頂部與底部保持相連，增大兩側開口


定
穿
一：穿頭
二：穿手
從開口處依序穿過頭、手，並調整為舒適的姿勢

大家都可以上手的



簡易急救



如果周圍有突發狀況，但又沒有醫護人員在現場，我可以怎麼幫助他呢？

一、心肺復甦術CPR

記

叫

叫患者

先**叫喚**或是**拍打**患者雙肩，確認患者有沒有意識及呼吸。

叫

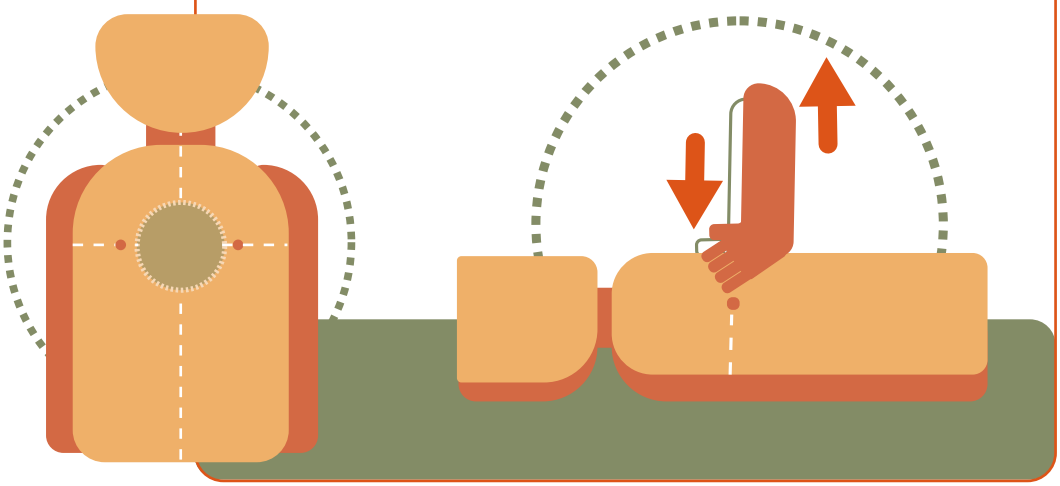
叫支援

若病患**沒有反應**，趕緊請人撥打119叫支援，並拿取AED。

壓

壓胸急救

施行心肺復甦術，以**一秒兩下**的速度， **5-6公分的深度**按壓兩個**乳頭連線與胸骨交叉位置**，持續**按壓兩分鐘**，如尚未有醫護人員接手，請再確認意識和呼吸後，再次按壓兩分鐘。



電

AED電擊

拉開衣物並按照AED裡面的圖示打開電源並貼上電擊貼片。**電擊前所有人離開，確認無人接觸患者，再按下電擊鈕。**

二、自動體外心臟電擊去顫器AED

記

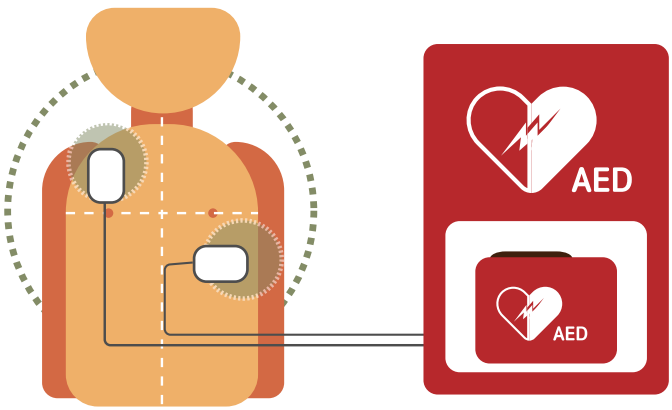
開

打開AED的電源，並**按照語音指示**，此時另一位施救者應持續**為患者實施CPR**。

貼

依據機器或電極貼片上的圖示，**將病患衣服移除**，一片貼在患者**左邊乳頭下方偏外側處**，另一片貼在患者右**邊乳頭上方**。

如果病患胸毛濃密，可先利用AED附的剃刀刮除黏貼區域的胸毛，再將貼片貼上。若是病患胸口貼有藥物貼片，必須先移除貼片，並將殘膠與藥物清理乾淨，再貼上電極貼片。



插

確定電極貼片黏好後，將線頭插入電擊插孔。（有些機器的線頭已經接在插孔上）插好後，**AED會自動分析心律並發出語音提示**：「不要碰觸患者，正在分析心律」此時請暫時停止CPR，不要碰觸病患。**如果發出不建議電擊的語音，則繼續實施CPR**。

電

一旦AED發出建議電擊的語音，應**請其他人遠離**，避免過於靠近觸電。並且在**確認沒有人觸碰病患後，才可以按下電擊鈕**。電擊完成後，則繼續施行CPR。



更多專業資訊


原來我還可以向這些單位求救！

重要防救災資訊

臺中市政府

電話：04-22289111

地址：臺中市西屯區臺灣大道三段99號

農業部農村發展及水土保持-臺中分局

電話：04-25261165

地址：臺中市豐原區陽明街22號

中央氣象署-臺中站

電話：04-22222505

地址：臺中市北區精武路295號

經濟部水利署中部辦公室

電話：04-22501250

地址：臺中市南屯區黎明路2段501號

臺中市1999服務專線（免費服務電話，公用電話、預付卡及虛擬行動網路電話MVNO除外），外縣市請撥：04-2220-3585

行動裝置

警察局	消防局	緊急救難電話
110	119	112

「112」為全球行動電話手機均可撥打的緊急救難號碼，即使無SIM卡(用戶識別卡)，只要手機尚有電力並在信號涵蓋範圍內，均可撥打112。

無限廣播頻道

警察廣播電台

調頻地區治安交通網	調頻全國治安交通網
臺中台 FM 94.5	臺中台 FM 105.1

NCDR Line官方帳號

官方帳號：@NCDR

國家災害防救科技中心LINE已啟用最正確的即時災害示警資訊，可訂閱氣象、水文、交通、民生的示警類型，大家可以用手機LINE「官方帳號」加入～

防災士培訓資訊查詢

全臺防災士
培訓機構資訊

全臺防災士
培訓課程查詢

本市防災士培訓
資訊及課程查詢

臺中市區公所

中區區公所
電話：04-22222502

地址：臺中市中區成功路300號

東區區公所
電話：04-22151988

地址：臺中市東區長福路245號

南區區公所
電話：04-22626105

地址：臺中市南區工學路72號3樓

西區區公所
電話：04-22245200

地址：臺中市西區金山路11號

沙鹿區公所
電話：04-26622101

地址：臺中市沙鹿區鎮政路8號

梧棲區公所
電話：04-26564311

地址：臺中市梧棲區中和街66號

后里區公所
電話：04-25562116

地址：臺中市后里區公安路84號

神岡區公所
電話：04-25620841

地址：臺中市神岡區神岡路30號

潭子區公所
電話：04-25388699

地址：臺中市潭子區豐興路一段512號

大雅區公所
電話：04-25663316

地址：臺中市大雅區雅環路二段301號

新社區公所
電話：04-25811111

地址：臺中市新社區興社街二段28之1號

大里區公所
電話：04-24063979

地址：臺中市大里區大新街36號

和平區公所
電話：04-25941501

地址：臺中市和平區東關路三段156號

太平區公所
電話：04-22794157

地址：臺中市太平區中平路144號

北區區公所

電話：04-22245200

地址：臺中市西區金山路11號

西屯區公所

電話：04-22556333

地址：臺中市西屯區市政北二路386號

南屯區公所

電話：04-24752799

地址：臺中市南屯區永春東路679號

北屯區公所

電話：04-24606000

地址：臺中市北屯區崇德路三段10號

豐原區公所

電話：04-25222106

地址：臺中市豐原區市政路2號

東勢區公所

電話：04-25872106

地址：臺中市東勢區豐勢路518號

大甲區公所

電話：04-26872101

地址：臺中市大甲區民權路52號

清水區公所

電話：04-26270151

地址：臺中市清水區鎮政路101號

石岡區公所

電話：04-25722511

地址：臺中市石岡區豐勢路1033號

外埔區公所

電話：04-26832216

地址：臺中市外埔區六分路390號

大安區公所

電話：04-26713511

地址：臺中市大安區中山南路356號

烏日區公所

電話：04-23368016

地址：臺中市烏日區新興路316號

大肚區公所

電話：04-26991105

地址：臺中市大肚區沙田路二段646號

龍井區公所

電話：04-26352411

地址：臺中市龍井區沙田路四段247號

霧峰區公所

電話：04-23397128

地址：臺中市霧峰區大同路20號

臺中市急救責任醫院

西區　衛生福利部臺中醫院
電話：04-22294411
地址：臺中市西區三民路一段199號

南區　中山醫學大學附設醫院
電話：04-24739595
地址：臺中市南區建國北路一段110號

北區　中國醫藥大學附設醫院
電話：04-22052121
地址：臺中市北區育德路2號

豐原區　豐原醫院
電話：04-25271180
地址：臺中市豐原區安康路100號

中區　澄清綜合醫院
電話：04-24632000
地址：臺中市中區平等街139號

西屯區　臺中榮民總醫院
電話：04-23592525
地址：臺中市西屯區台灣大道四段1650號

沙鹿區　光田醫院-向上院區
電話：04-26625111
地址：臺中市沙鹿區向上路七段127號

潭子區　慈濟醫院
電話：04-36060666
地址：臺中市潭子區豐興路一段88號

大雅區　清泉醫院
電話：04-25605600
地址：臺中市大雅區雅潭路四段80號

國軍臺中總醫院-中清分院
電話：04-22033178
地址：臺中市北區忠明路500號

大里區　仁愛醫院
電話：04-24819900
地址：臺中市大里區東榮路483號

烏日區　林新醫院
電話：04-23388766
地址：臺中市烏日區榮和路168號

澄清醫院-中港分院
電話：04-24632000
地址：臺中市西屯區台灣大道四段966號

東勢區　農民醫院
電話：04-25771919
地址：臺中市東勢區豐勢路297號

南屯區 林新醫院

電話：04-22586688

地址：臺中市南屯區惠中路三段36號

太平區 國軍總醫院

電話：04-23934191

地址：臺中市太平區中山路二段348號

賢德醫院

電話：04-22732551

地址：臺中市太平區宜昌路420號

大甲區 光田醫院-大甲院區

電話：04-26885599

地址：臺中市大甲區經國路321號

梧棲區 童綜合醫院

電話：04-26581919

地址：臺中市梧棲區台灣大道八段699號

長安醫院

電話：04-36113611

地址：臺中市太平區永平路一段9號

霧峰區 亞洲大學附屬醫院

電話：04-23329888

地址：臺中市霧峰區福新路222號

李綜合醫院

電話：04-26862288

地址：臺中市大甲區八德街2號

防救災資訊網查詢

經濟部水利署防災資訊服務網

https://bit.ly/3D4cFLW

經濟部地質調查及礦業管理中心

https://www.gsmma.gov.tw/nss/p/index

土石流及大規模崩塌防災資訊網

https://246.ardswc.gov.tw/

劇烈天氣監測系統(QPESUMS)

https://bit.ly/32NEZzo

交通部公路防救災資訊系統

https://bit.ly/3lDfc5l

防災教育資訊網

https://bit.ly/3gG38wk

臺中市災害情資網

https://bit.ly/3hMG7JA

交通部中央氣象署

https://www.cwa.gov.tw/V8/C/

臺中市政府水利局防災資訊網

https://bit.ly/3tV9ZJD

3D災害潛勢地圖網站

https://bit.ly/3aNzXY0

防災士推廣說明

認識防災士！

內政部

公部門

民間防災審查輔導機構

培訓機構

培訓機構

培訓機構

通過資格考試

防災士

歡迎加入防災士大家庭！



如何成為防災士？

第一階段

學歷？

具備初級中等以上學校畢業或具同等學歷，即可報名參加防災士培訓課程。

第二階段

考試？

參與全部培訓課程後，進行學科及術科測驗，術科測驗包含：心肺復甦術、AED操作、包紮及止血等。

第三階段

證明？

測驗都合格後，政府頒布的機構將會審查相關資料，最後由內政部發給防災士合格證書及識別證。

什麼是防災士的意義？

自助

學習防災相關知識和技能，在災害時能保護自己。以「幫助他人」為目標，而非成為「接受幫助的人」。

互助

由防災士引導在地組織、小型商業，能夠在第一時間投入救災，能大幅增加救援成功的機率。

合作

1. 協助消防、警察、國軍、及救難團體等單位投入救援活動。
2. 協助地方政府提供受害者救援。

筆記區

臺中市政府
TAICHUNG CITY GOVERNMENT

臺中市災害防救辦公室
逢甲大學營建及防災研究中心
共同編製