

臺灣位於環太平洋地震帶上，受到板塊擠壓作用的影響導致地震頻繁，民眾應如何因應。

(一)地震前防災準備：

1. 檢視自身居家周圍環境，改善因地震造成可能危害。
2. 對室內生活空間做安全檢查，如固定家具等。
3. 緊急防災包：防災包內應備物品如下，且每半年需檢查更新 1 次。
 - a、**水**(每人需準備 3 天份飲用水)、食物(高熱量食物)。
 - b、**緊急醫療包**：個人常用藥包、止血扣環、三角巾。
 - c、**保暖用品**：輕便雨衣、暖暖包、求生紙毯。
 - d、**工具**：螢光棒、手電筒、收音機、哨子、壓縮毛巾、垃圾袋、盥洗用具、重要證件影本、多功能萬用鉗。

(二)地震發生時基本概念：

「**趴下(Drop)、掩護(Cover)、穩住(Hold On)**」

1. 地震發生時，最重要的就是保護自身的安全，尤其是保護頭、頸部避免受傷，全世界防災機構及專家均認同**地震發生時最安全的動作就是立即採「趴下(Drop)、掩護(Cover)、穩住(Hold On)」的動作**，躲在桌下或是牆角；躲在桌子下時，同時握住桌腳，形成防護屏障，避免受傷。
2. 地震時在床上睡覺，留在床上，並利用枕頭或棉被保護頭部，直到地震結束。
3. 地震時會有強烈搖晃，造成玻璃、燈具、雜物等掉落，勿慌張奔跑，須立即就地躲在堅固桌子下並抓住桌腳或以低姿勢蹲在柱子旁，並保護頭部，**避免被掉落物砸傷**。
4. 地震時遠離隔間牆、酒櫃、櫥櫃、衣櫃…等家具，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。
5. 確保出口暢通：地震搖晃停止後，立即將門、窗戶打開，以確保隨時能避難。
6. 逃生避難時**不可搭乘電梯**，應走樓梯，以免電梯故障受困，若搭乘電梯遇到地震的話，要迅速按下所有樓層的電梯，背部、頭部緊貼牆壁成一直線，膝蓋微彎，雙手緊握手把，等待電梯停止，電梯門開啟立即離開，如果電梯門無法開啟，立即按緊急按鈕呼救，讓外面的人知道，冷靜等待救援。

(三) 地震發生後基本概念：

1. 地震之後，檢查瓦斯、水、電等開關，如有瓦斯洩漏，應輕輕打開窗戶，立即離開建築物並通報瓦斯公司。若發生火災，盡速以滅火器等物滅火。
2. 切勿靠近已有損害的建築物，以免危險。
3. 切勿搭乘電梯，要利用樓梯逃生。

*地震災害發生後，可多利用 **1991 留言** 平臺留言。*