

哈崗中文學校 2009年地震演習

日期：12/12/2009

時間：10:30am~11:30pm

地點：本校禮堂

美國加州位於美洲和太平洋兩大地質板塊之間，統計資料顯示，縱貫中加州及南加州南北的聖安德里斯斷層（San Andreas Fault），在過去的歷史中，每隔 150 年就要引發一次大地震，但是最後一次大地震卻是在 300 年前，最近 50 年來加州發生的芮氏 6 級以上破壞性地震共有十次。

去年 4 月，美國地質調查局和南加州大學地震研究中心的專家聯合發布的長期預測報告指出，在未來 30 年內，聖安德里斯斷層（San Andreas Fault）的最南端將極有可能引發下一場災難性大地震，如果這一推斷成立的話，南加州聖伯納迪諾縣（San Bernardino County）、洛杉磯縣（Los Angeles County）、橙縣（Orange County）、河岸縣（Riverside County）、聖地牙哥（San Diego）以及帝王（Imperial）縣等地都將遭受破壞性災難。雖然地震的準確時間無法預測，如我們現在就做好準備，比地震來時再行動要好。新的研究顯示，如果沒有準備，一旦地震發生時就來不及了。

今年十月十五日上午十時十五分，加州舉行了主題為「蹲下、掩護、守候」的大規模地震演習，是否有人參加了這次的演習？



強烈地震會在任何地方隨時來臨，發生時你可能正在工作，在日常生活當中，或正外出旅遊。地震演習，讓我們有機會練習如何在地震發生時保護自己，幫助我們準備好去面對地震，目標是防止地震災難演變成更大的浩劫。

地震演習是如此重要？如同任何其他事情一般，你必須經常練習，才能行動迅速。當地震發生時，你或許只有數秒的時間，在強烈地震來臨前或在物品摔落，砸下來以先，去作出反應保護自己。

- 準備好去面對地震發生
  - 確認危險物品，將重心過高的物品固定在牆壁，並將電器用品和貴重物件繫緊在桌上
  - 檢查您的緊急救援物資和設備，並確保它們的運用功能和取用方便
  - 鼓勵職員在家中作好準備
  - 提供職員急救培訓
- 傳揚分享地震演習資訊
  - 鼓勵職員及志願者向親友、家人、鄰居分享地震演習資訊並往 [www.ShakeOut.org/resources](http://www.ShakeOut.org/resources) 網址註冊
  - 鼓勵其他非牟利機構參加地震演習
  - 以海報、傳單和其他材料，傳揚分享地震演習活動
  - 分享您的地震演習經驗 [www.ShakeOut.org/drill](http://www.ShakeOut.org/drill)

## 重大災難時切記要「三關」

當地震、火災等重大災難時切記要「三關」，就是注意瓦斯總開關、電力總開關、熱水器及水的開關，尤其急難救助時分秒必爭，提醒民衆平時就要知道家裏電器重要開關在何處，也要備好需要工作，並知道如何開關操作。

災難發生時，家中聞到瓦斯味，得趕快打開門窗揮散，若瓦斯味過濃揮之不去，這是危險訊號，得趕快找到瓦斯總開關；因此瓦斯總開關旁需隨時放一個扳手，急難時馬上拿起扳手關閉，但若事過境遷再打開總開關時，切記要請專業人員幫忙，避免瓦斯管爆裂。

第一步是關瓦斯之後，第二步就是關電力總開關，人在慌張緊急時特別容易健忘，因此家中平日就該用貼紙標籤電力總開關位置，緊急災難發生時，才能在不驚慌的情況下，正確、迅速關掉所有電源。

急難發生時，水往往是保命的重要關鍵，所以急難發生時的第三步驟，就是關掉熱水器及水開關；一般家中大桶裝的熱水器約儲有 30 加侖水，可以維持 10 天，急難發生時，先得關掉熱水器右方的總開關，等到熱水器裡的水冷卻，就可飲用淨水。

而當重大災難發生時，地區的市政府將成爲緊急救護中心，除提供飲水、食品、毛毯等日常用品，也是電訊及資訊聯絡中心，所以，災難發生後，可到附近市政府求救。

另外，「急難救助包」也是每個家庭不可或缺的，因爲在可能斷水、斷糧的重大災難發生時，急難救助包可在暫無救援的情況下，提供短期活命的機會，關鍵的準備內容包括 3-6 日飲用水，乾糧食品、現金及重要證明檔案拷貝本、季節衣物、手搖式手電筒、急救藥包、應急袋(口哨、口罩、個人衛生用品)、手套、雨衣等。

## 地震時如何自救

在震中區，從地震發生到房屋倒塌，來不及跑時可迅速躲到桌下、床下及緊挨牆根下和堅固的家俱旁，臥在地下，閉目，用鼻子呼吸，保護要害，並用毛巾或衣物捂住口鼻，以隔擋嗆人的灰塵。正在用火時，應隨手關掉煤氣開關或電開關，然後迅速躲避。

震後如發現自己不能脫險時，應採取延緩生存時間的自救措施。地震引起房倒屋塌時，空氣中漂浮著大量灰塵，因此，首先要防止呼吸道被塵埃堵塞；其次決定生死的首要條件是有無空氣，故不要亂喊叫，盡量節省氧氣，保存體力；再者要冷靜觀察自身所處環境，努力創造供生存的安全空間和易于被外面人發現的條件。

## 學校人員如何避震

在學校中，地震時最需要的是學校領導和教師的冷靜與果斷。有中長期地震預報的地區，平時要結合教學活動，向學生們講述地震和防、避震知識。震前要安排好學生轉移、撤離的路線和場地；震後沉著地指揮學生有秩序地撤離。在比較堅固、安全的房屋裏，可以躲避在課桌下、講臺旁、教學樓內的學生可以到開間小、有管道支撐的房間裏，決不可讓學生們亂跑。

## 地震時，在街上行走時如何避震

地震發生時，高層建築物的玻璃碎片和大樓外側混凝土碎塊、以及廣告招牌，馬口鐵板、霓虹燈架等，可能掉下傷人，因此在街上走時，最好將身邊的皮包或柔軟的物品頂在頭上，無物品時也可用手護在頭上，盡可能作好自我防禦的準備，要鎮靜，應該迅速離開電線桿和圍牆，跑向比較開闊的地區躲避。

## 地震發生時行駛的車輛應如何應急

- (1) 司機應盡快減速，切勿緊急剎車，以防車禍發生。
- (2) 乘客（特別在火車上）應用手牢牢抓住拉手、柱子或座席等，並注意防止行李從架上掉下傷人，面朝行車方向的人，要將胳膊靠在前坐席的椅墊上，護住面部，身體傾向通道，兩手護住頭部；背朝行車方向的人，要兩手護住後腦部，並抬膝護腹，緊縮身體，作好防禦姿勢。

## 在商店遇震時如何應急

在百貨公司或商店遇到地震時，要保持鎮靜。由于人員慌亂，商品下落，可能使避難通道阻塞。此時，應躲在近處的大柱子和大商品旁邊（避開商品陳列櫥），或朝著沒有障礙的通道躲避，然後屈身蹲下，等待地震平息。處于樓上位置，原則上向底層轉移為好。但樓梯往往是建築物抗震的薄弱部位，因此，要看準脫險的合適時機。

學校節錄了由三藩市緊急事務管理局(San Francisco Department of Emergency Management)『發生重大災難時，你如何生存 72 小時？』手冊，如有需要請向辦公室索取。

洛杉磯華人緊急救援聯絡電話：

洛杉磯經文處 24 小時救助專線 213-923-3591

慈濟 877-889-8244、909-447-7799

佛光山西來寺 626-923-5188

本校網站上有許多其他資訊，歡迎上網參觀。

網址：[hhacs.org](http://hhacs.org)

以上資料均來自 Google Search