

# 戰勝地震！

加州地震準備工作  
要採取的措施



## 地震 - 閃躲, 掩護 與抓牢的要訣

當你感到地震時, 立刻俯身躲在書桌或結實的桌子底下, 遠離窗戶, 書架, 檔案櫃, 重的鏡子, 懸掛的賞花植物與其他可能會掉下來重的物品, 注意會掉下來的灰泥或天花板的瓦片, 一直躲在掩護下, 直到地震停止, 緊緊抓住書桌或桌子, 假如它會移動的話, 跟着它一起移動, 下述是一些在特殊地點如何防護的附帶的要訣。

- ◆假如你是在高樓裡, 並且你不是靠近書桌或桌子的話, 緊貼着內牆, 並且要用兩臂保護你的頭, 不要使用電梯, 假如火警聲或噴水器開放的話, 不要驚奇。
  - ◆假如你在戶外的話, 移到一個空曠的地點, 遠離樹木, 標誌, 建築物, 或倒下來電纜與電線桿。
  - ◆假如你是靠近建築物旁邊的人行道的話, 急速俯身躲到門框下, 以保護你不受到掉下的磚瓦, 玻璃, 瓦片和其他的碎礫傷害。
  - ◆假如你正在開車, 就開到路旁把車停下來, 遠離天橋, 高壓電纜與其他的危險, 停留在車裡直到震盪停止。
  - ◆假如你在一個擁擠的店裡或是其他公眾場所, 不要衝到出口處, 遠離會有東西掉下來的陳列架。
  - ◆假如你在輪椅上, 就坐在上面, 假如可能的話, 找到掩護的地方, 扣住你的輪子, 並且用兩臂保護你的頭。
  - ◆假如你在廚房的話, 遠離冰箱, 爐灶與頭上的櫥櫃。(現在就花一點時間把用具固定好, 並且在櫥櫃的門上按裝安全門以減少危險。)
  - ◆假如你在體育場或戲院, 就坐在位子上, 並且用兩臂保護你的頭, 不要試着離開, 除非等到震盪停止, 然後才很鎮定有秩序的離開。
- 在地震之後, 並且準備會有餘震, 計劃好在餘震發生時, 你要在那裡掩護。