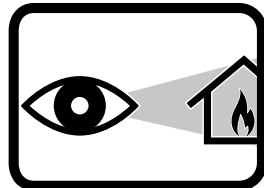
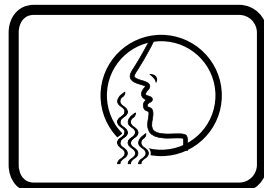


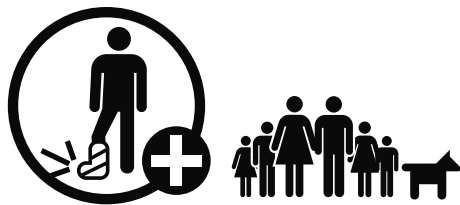
# 災難 資源 手冊



## 第 1 步

# 有人受傷嗎？

檢查自己和周圍的人。



### 急救基本步驟：查看 - 呼叫 - 照顧

- 固定周圍關節上下受傷部位。
- 用直接按壓止血。
- 保持傷者安靜和舒適。
- 保持傷者溫暖以防休克。
- 只有在現場不安全的情況下才移動傷者。

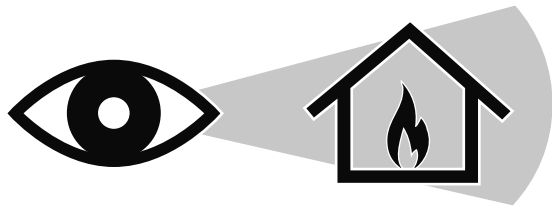
我的急救包存放地點： \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 第 2 步

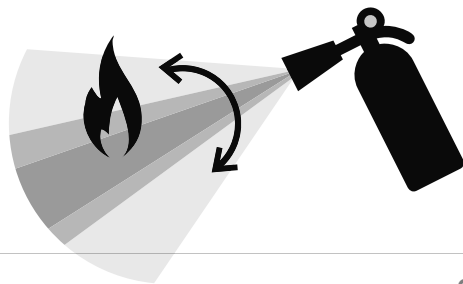
# 看到起火嗎？

用手提滅火器  
撲滅小火。



### 如何使用滅火器：

- 拉出保險銷
- 對準火的根基部位
- 捏緊手柄
- 從火的一側掃向另一側



## 第 3 步

# 聞到瓦斯氣味嗎？

如果聞到天然瓦斯氣味或聽到噝噝聲，  
應關掉屋外的瓦斯閥門。

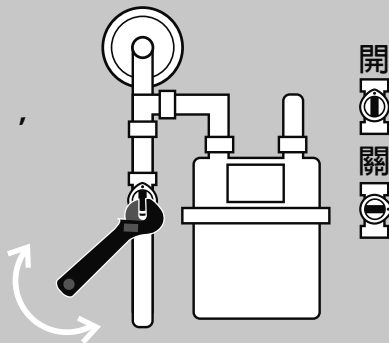


只有在漏氣的情況下才關掉瓦斯

## 如何關斷瓦斯：

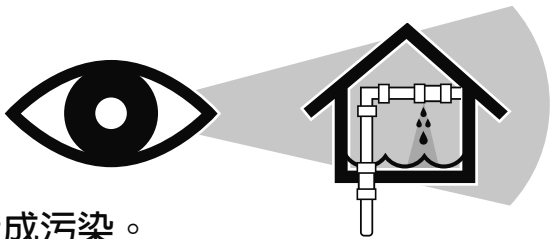
- 找到瓦斯錶關斷閥門。  
通常是瓦斯錶附近瓦斯管道露出地面後的第一個接頭。
- 用長柄扳手將閥門向左或向右轉動四分之一圈，  
使閥門把手與管道成十字狀。
- 瓦斯閥門一經關掉，不要再去打開。  
聯絡 Puget Sound Energy（或當地瓦斯公司）  
檢查系統及重新點火。

只有瓦斯公司才可重新接回瓦斯！



## 第 4 步

# 自來水是否安全可用？



檢查污水和供水管道是否損壞。

關斷自來水以防屋外損壞的水管造成污染。

如果懷疑污水管損壞：

- 避免使用抽水馬桶，盡快修理污水系統。

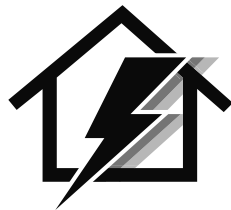
如果水管損壞：

- 避免使用水龍頭中流出的水，聯絡水公司。

## 第 5 步

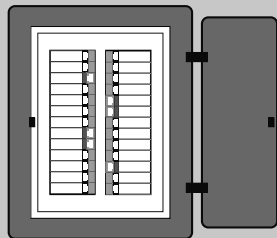
# 電路有問題嗎？

尋找電氣系統損壞之處。



如果看到火花或破損/斷裂的電線，  
或聞到絕緣物燃燒的氣味，  
請在主保險絲盒或配電板處切斷電源。

切勿涉水走到保險絲盒或配電板處。



## 第 6 步

# 穿戴安全衣物， 到規定地點會合

打開無線電收聽最新資訊



- 衣著舒適，帶安全頭盔、防護眼鏡和手套，穿堅固的鞋子。
- 帶上手電筒和急救包。
- 將滅火器放在車道端部，以便他人在必要時使用。

我的會合地點是：\_\_\_\_\_

我所在地區的公用電話：\_\_\_\_\_



## 區外聯絡人

姓名：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_ 電子郵件：\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

姓名：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_ 電子郵件：\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

姓名：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_ 電子郵件：\_\_\_\_\_

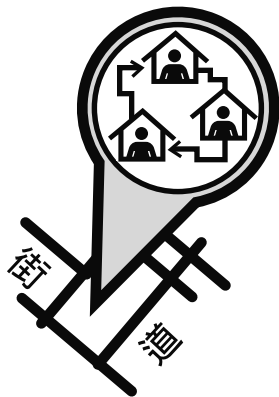
\_\_\_\_\_



## 資訊頁

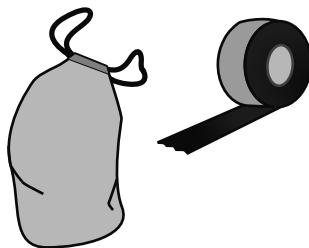
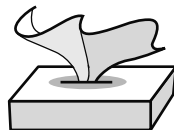
# 社區聯絡人與資源

(社區中心、教會、圖書館等)



# 可在災難發生後使用的 家用物品

- 書寫留言的筆、紙和馬克筆
- 充當急救用品的領帶、衛生紙和膠帶
- 用作絕緣、雨具和遮擋的垃圾袋
- 用作手套的三明治袋
- 裝東西用的枕套
- 敲打牆壁發出求救信號
- 結實的鞋子
- 水
- 其他???



## 資訊頁

# 醫療資訊



醫生：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_ 電子郵件：\_\_\_\_\_

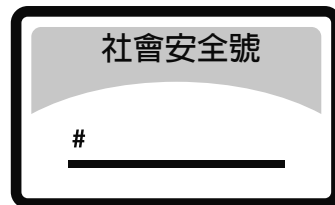
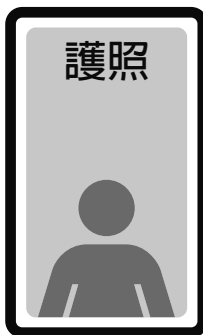
保險：\_\_\_\_\_

過敏：\_\_\_\_\_

藥品：\_\_\_\_\_

醫藥需要：\_\_\_\_\_

# 將文件和身份證件副本放在此處



## 資訊頁

將最喜歡的安慰詞語  
和勵志格言寫在此處

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

資訊頁

將相片放在此處

## 資訊頁

# 將其他資料頁放在此處

(保險、銀行資訊等)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 西雅圖緊急電話號碼

緊急報警/消防/醫療 .....	911
非緊急報警。 .....	(206) 625-5011
電力 / <b>City Light</b> 。 .....	(206) 684-7400
天然瓦斯 / <b>PSE</b> .....	(888) 225-5773
水/污水。 .....	(206) 386-1800
西雅圖動物管制。 .....	(206) 386-7387
西雅圖路況。 .....	(206) 684-7623

緊急新聞無線電台：  
AM 710 (97.3 FM) 或 AM 1000 (97.7 FM)

物業管理：\_\_\_\_\_

其他重要聯絡人：\_\_\_\_\_

