

# 建構自助互助聞聲救苦 的防災安全社區

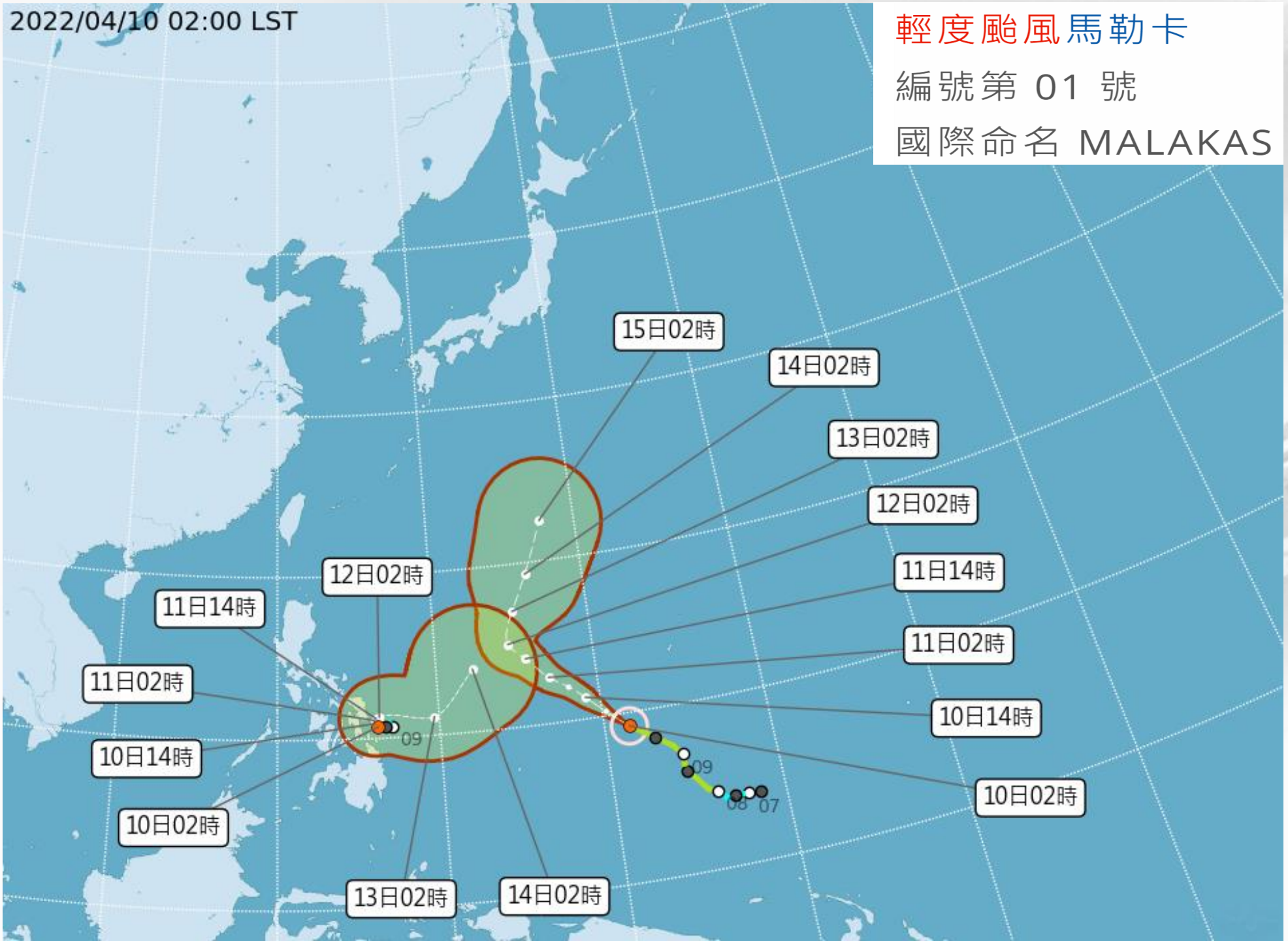
資料來源：佛教慈濟基金會慈發處

分享人：慈發處綜合企劃室 呂學正

# 輕度颱風馬勒卡

編號第 01 號

國際命名 MALAKAS



# 建構自助互助聞聲救苦 的防災安全社區

- 一、居家防災安全須知
- 二、社區防災工作重點
- 三、災害防救合作共善推動



# 居家防災安全須知篇



# 高雄城中城



udn



圖片取自聯合新聞網

感恩慈濟菩薩在每一個災害現場膚慰～  
我們是否可以**事前防範**讓傷亡**降到最低**？

破解

# 火場逃生的迷思

影片取自網頁 YouTube TEDxTaipei

<https://www.youtube.com/watch?v=a3CbSDzW2N0>

# 救災不如防災 防災不如離災

“

俗話說的好：「有備無患」，  
平時做好防災準備，  
才能從容應付突如其來的意外。

”



# 廚房是居家防火重要關口

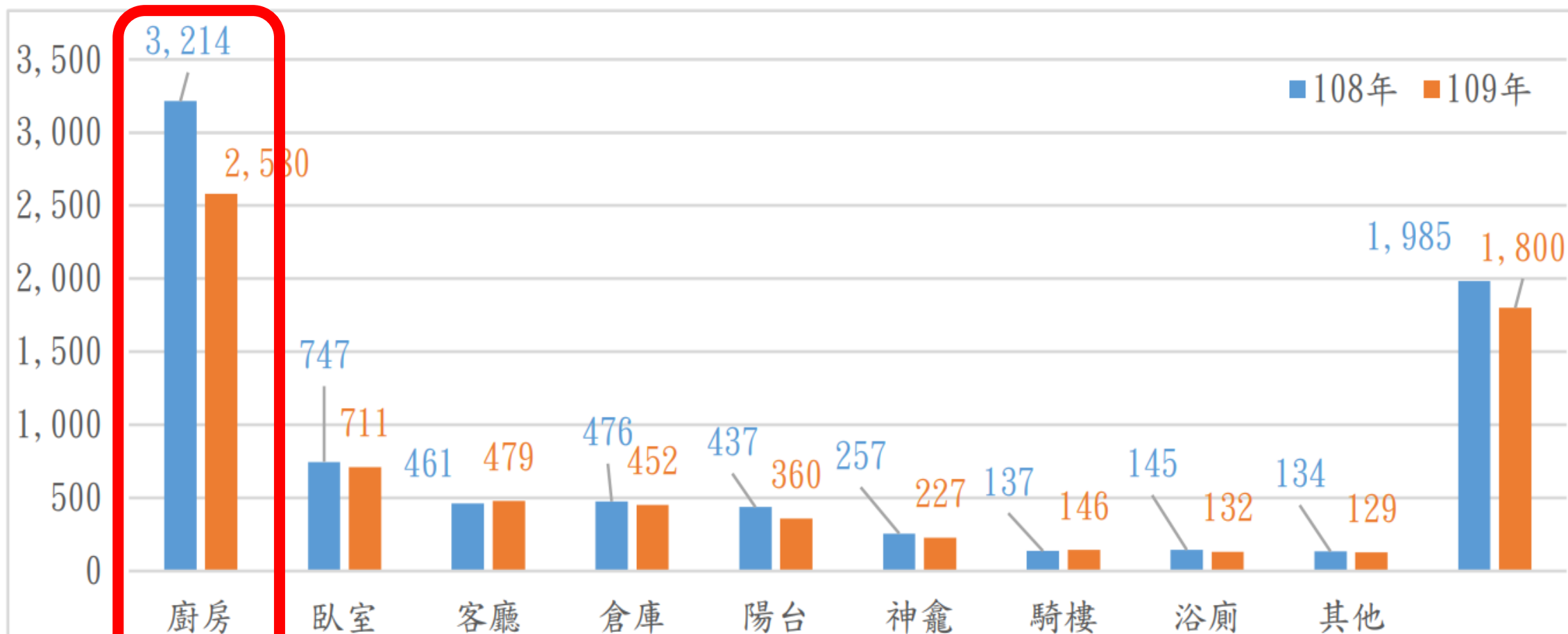


圖2 108、109年建築物火災起火處所統計長條圖(次)

# 注意！火災三大成因

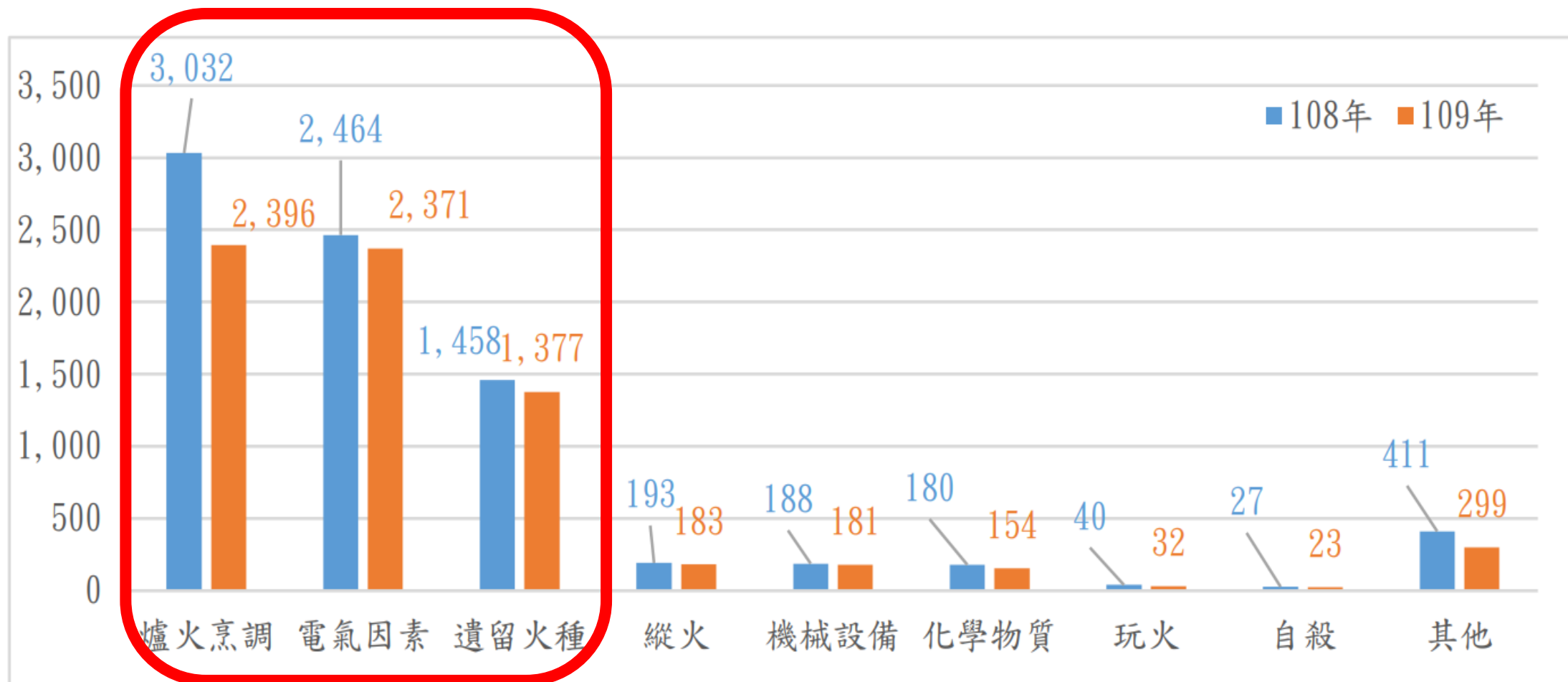


圖3 108、109年建築物火災起火原因統計長條圖(次)

# 養成居家防火的好習慣

## 爐火烹調安全 人離火熄



## 電器使用安全

1. 不超載
2. 不綑綁
3. 不潮溼
4. 不用不插
5. 不放可燃物品
6. 不用無安全商標



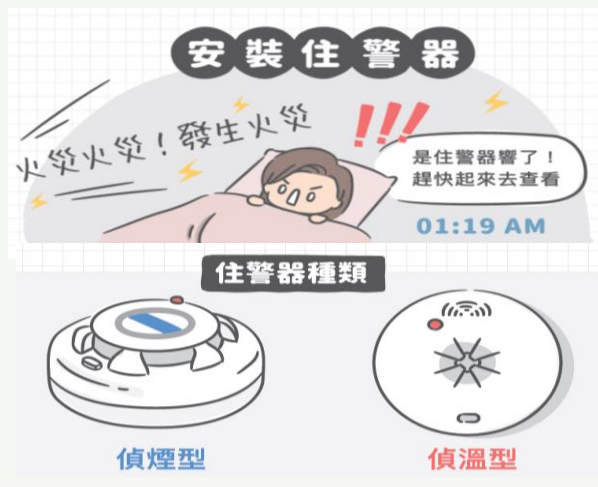
## 吸菸安全

絕不在床上吸菸



# 避免居家火災的重要對策

## 安裝住警器 及早應變求生



## 長者防火 使用安全烹器



## 防災演練 讓家人都清楚 火災安全區域



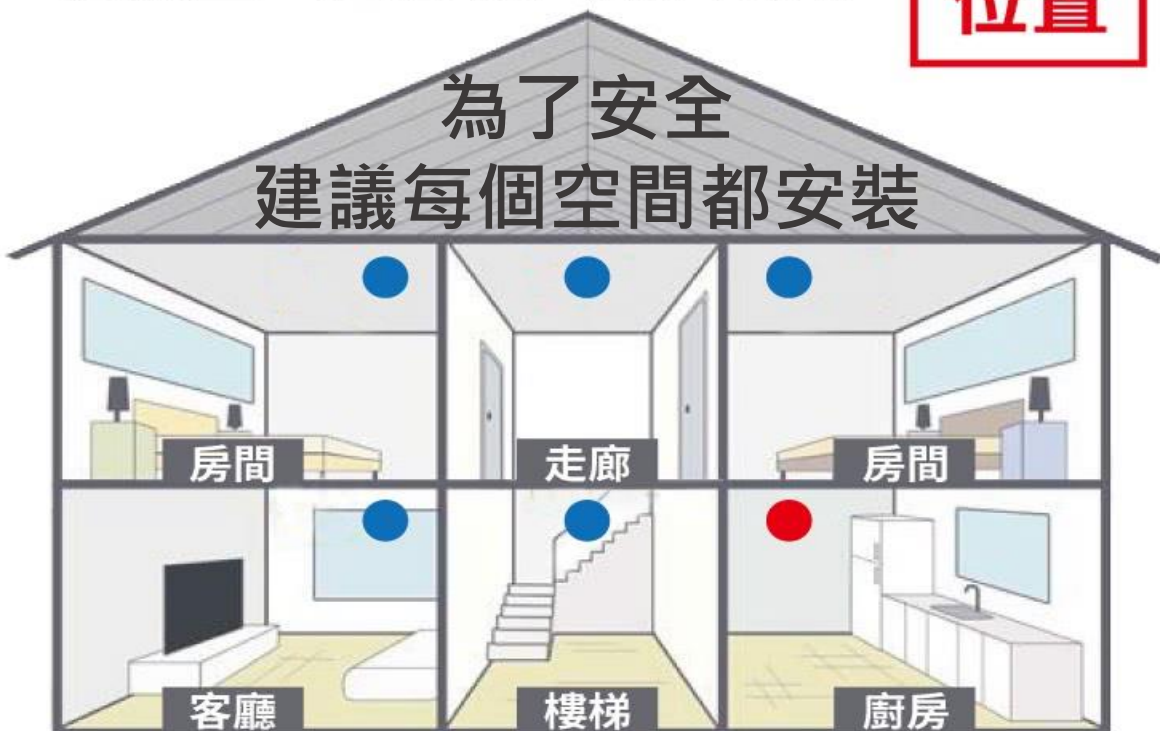
# 居家防火必備神器—位警器

## 設置場所

- 偵煙型：適合裝在無煙場所
- 偵熱型：適合裝在有煙場所

**安裝位置**

為了安全  
建議每個空間都安裝



**連動式**





# 居家 防火安全檢核表



11

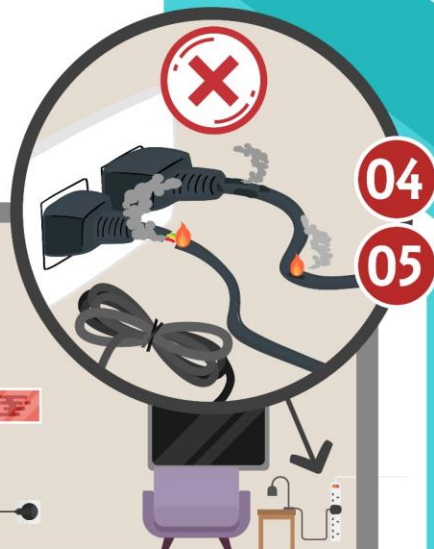


13

08

06

07



04

05



12



09

14



10



01 02 03



## 檢查看看

你家的防災是不是都有做了呢?

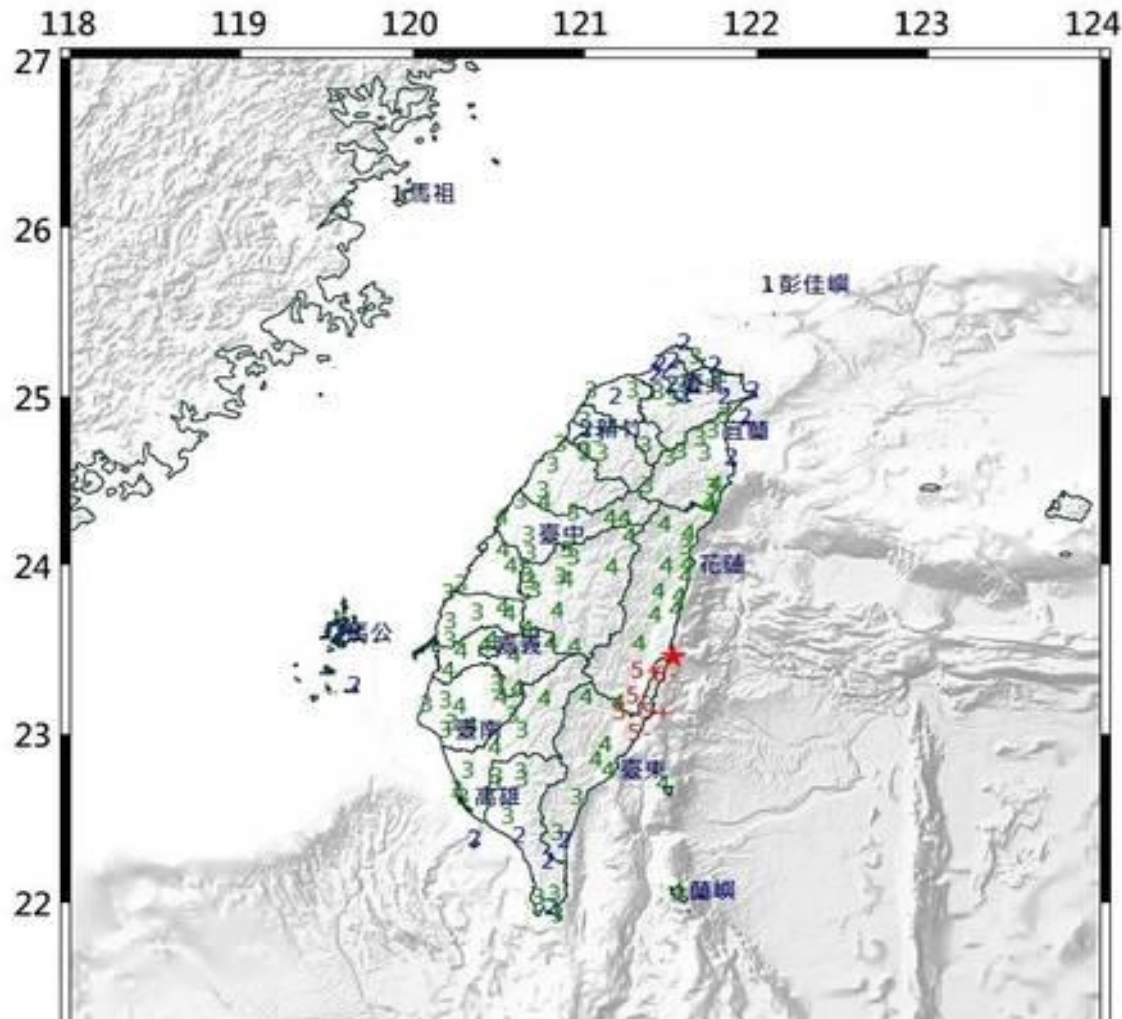
- 01 瓦斯爐具、排油煙機應隨時清潔油污，避免油鍋起火時擴大延燒。
- 02 謹記「人離火熄」：瓦斯爐使用完畢或暫時離開，要隨手關閉瓦斯。
- 03 電鍋、電熱水器、微波爐等消耗電力大，應分別插在迴路不同的插座，並避免同時使用。
- 04 電器插頭定期清潔擦拭、電線表皮有無老化、破損、斷裂。
- 05 選擇檢驗合格標識且附有保護裝置之延長線，不可綑綁使用。
- 06 不可使用白熾燈泡或電熱器烘乾衣物或棉被。
- 07 使用電熱器時應距離可燃物1公尺以上。
- 08 寢室、廚房、樓梯及走廊應安裝住宅用火災警報器，並每月定期測試。
- 09 家中備有滅火器，熟悉滅火器「拉、瞄、壓、掃」之操作流程。
- 10 熟悉家中二方向以上逃生避難路線及門窗開啟方式。
- 11 家中裝設鐵窗，須預留逃生出口，檢查是否可以開啟。
- 12 家中梯間、大門附近、逃生通道不可堆置雜物，須保持暢通。
- 13 服用藥物、飲酒、睡前等時機，絕對不可吸菸。
- 14 家中是否使用耐燃材料與防焰物品。



# 地震

圖片取自網路(花蓮0206地震3D影像)





# 中央氣象局地震報告

編號：第111019號

日期：111年3月23日

時間：1時41分39.9秒

位置：北緯23.43度·東經121.52度

即在花蓮縣政府南方62.6公里

位於花蓮縣近海

地震深度：30.6公里

芮氏規模：6.6

各地最大震度（採用109年新制10級震度分級）

臺東縣長濱	6弱	苗栗縣鯉魚潭	4級	桃園市	3級
花蓮縣玉里	5強	彰化縣彰化市	4級	臺北市信義區	3級
南投縣玉山	4級	新竹縣關西	4級	新竹市	2級
花蓮縣花蓮市	4級	南投縣南投市	3級	臺北市	2級
嘉義縣阿里山	4級	臺中市	3級	澎湖縣東吉島	2級
高雄市桃源	4級	屏東縣三地門	3級	基隆市	2級
臺東縣臺東市	4級	屏東縣屏東市	3級	澎湖縣馬公市	2級
雲林縣草嶺	4級	桃園市三光	3級	連江縣馬祖	1級
臺中市梨山	4級	臺南市	3級		
宜蘭縣澳花	4級	苗栗縣苗栗市	3級		

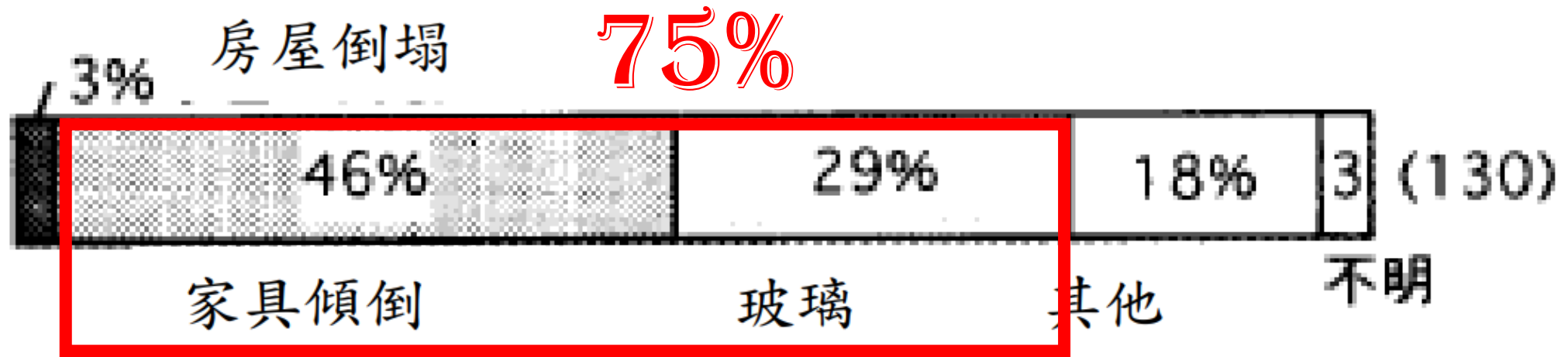
3/23 凌晨1:47花東外海發生芮氏規模6.6強震，中型餘震不斷，至3/24 晚上7點共1個規模6以上餘震、規模5以上（扣除6）餘震5個、規模4以上餘震46個。



破解

地震災害的迷思

# 地震造成傷亡的主因

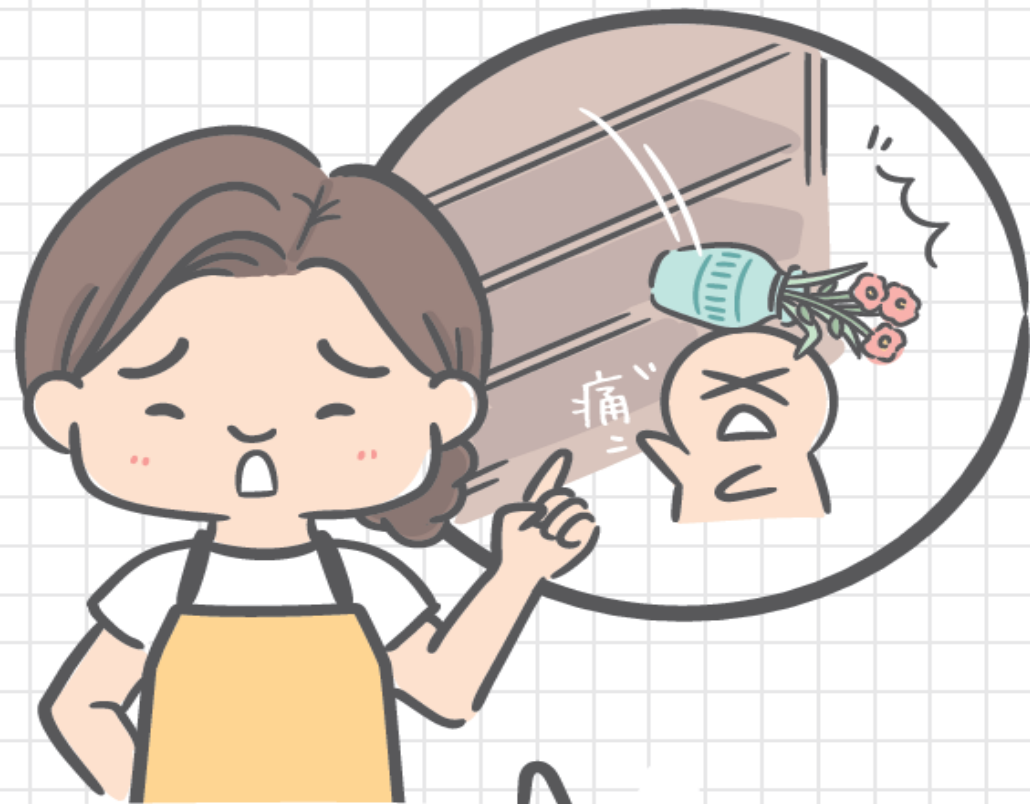
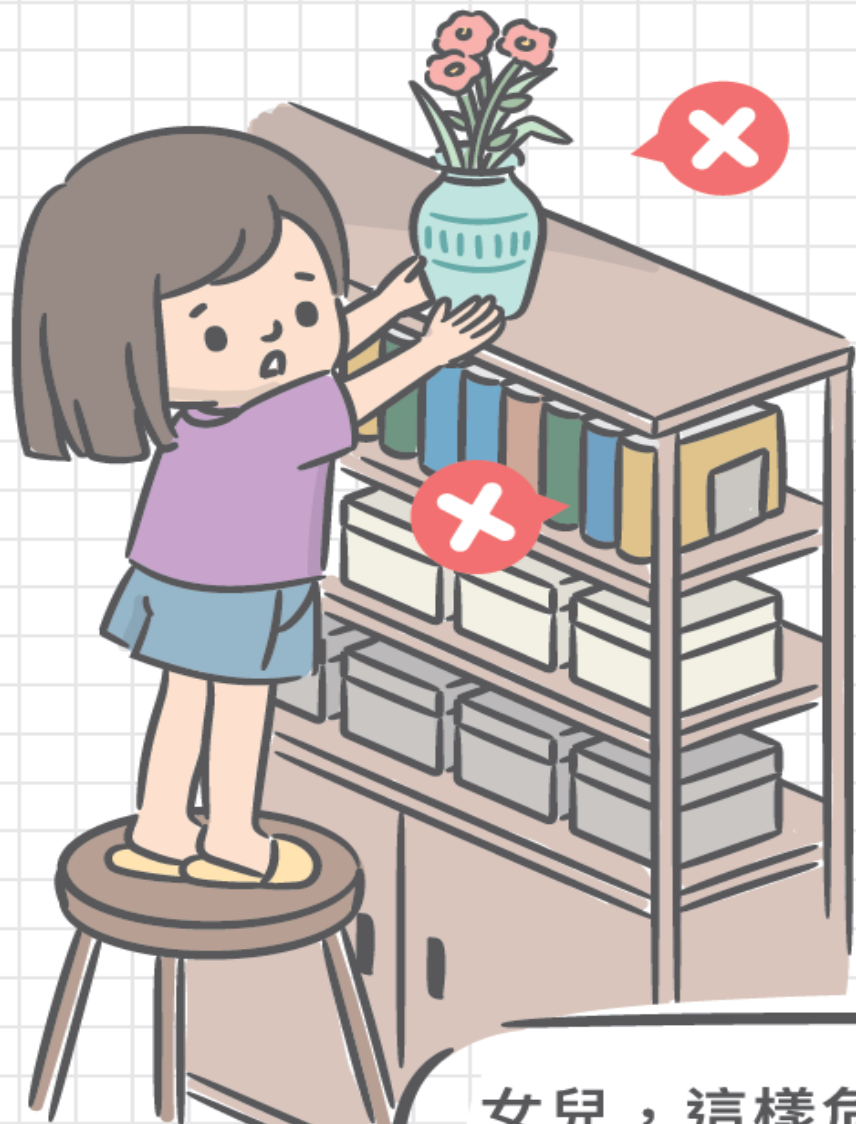


(b)住宅內人員受傷原因

圖 1-1 阪神大地震住宅空間內人員受傷比例與原因

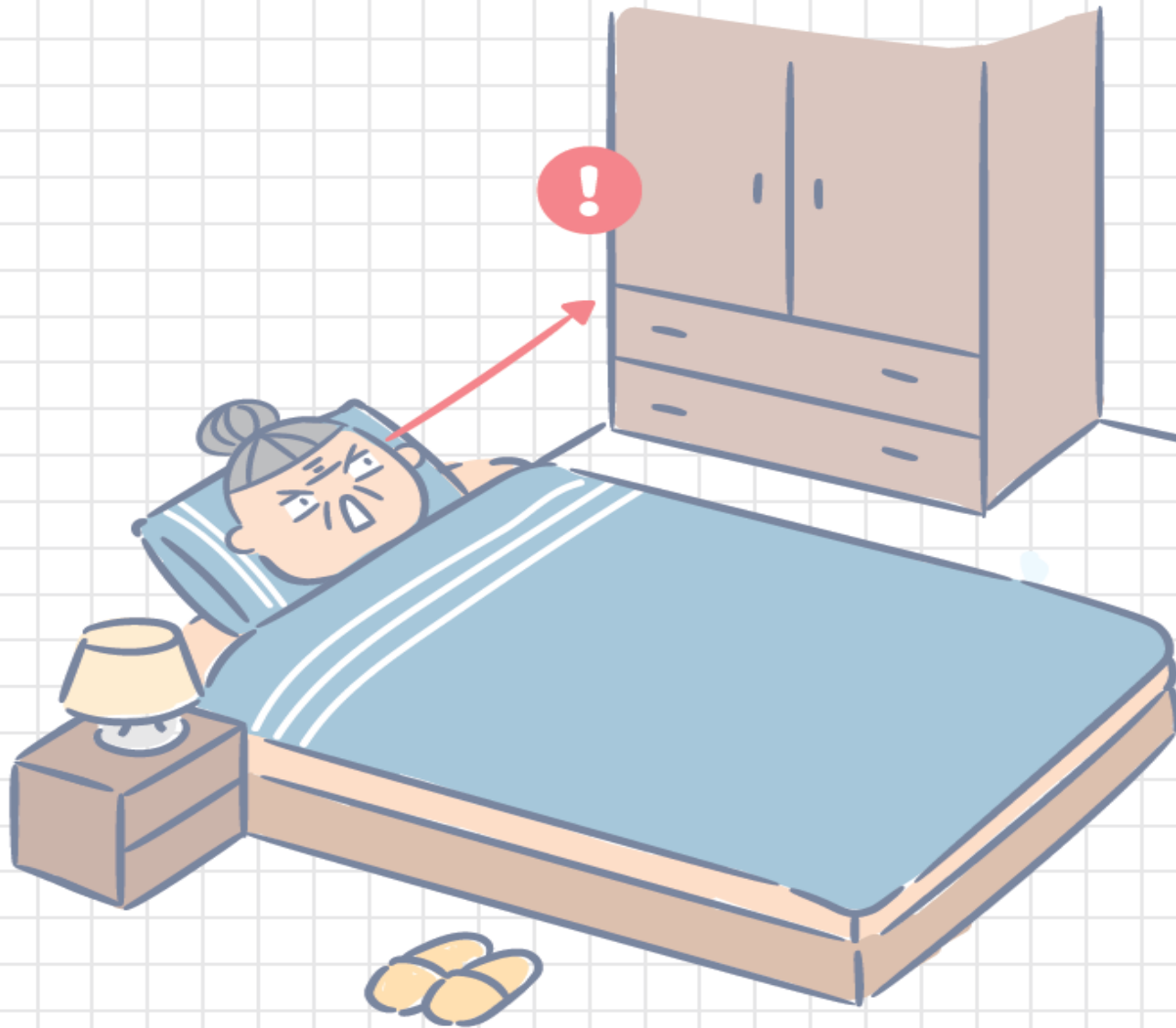
(資料來源：日本建築學會[1])

## 2. 家具固定及物品收納



女兒，這樣危險！花瓶及厚重書本不要放在高處！避免地震時掉落而被重物砸傷！

# 正確的櫥櫃放置位置與方向



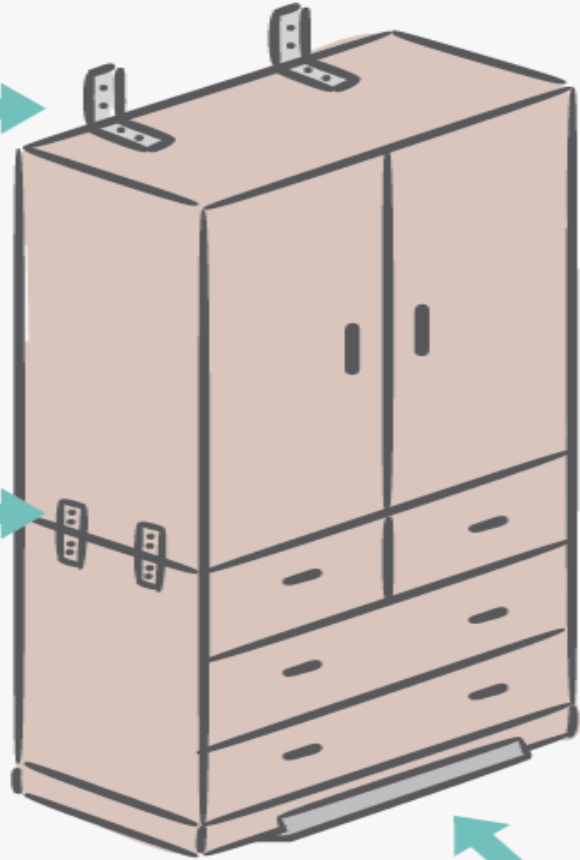
注意櫥櫃擺放方向，避免造成倒塌時壓傷睡眠中的家人。

# 家具固定秘訣

## 1 固定櫥櫃斗櫃

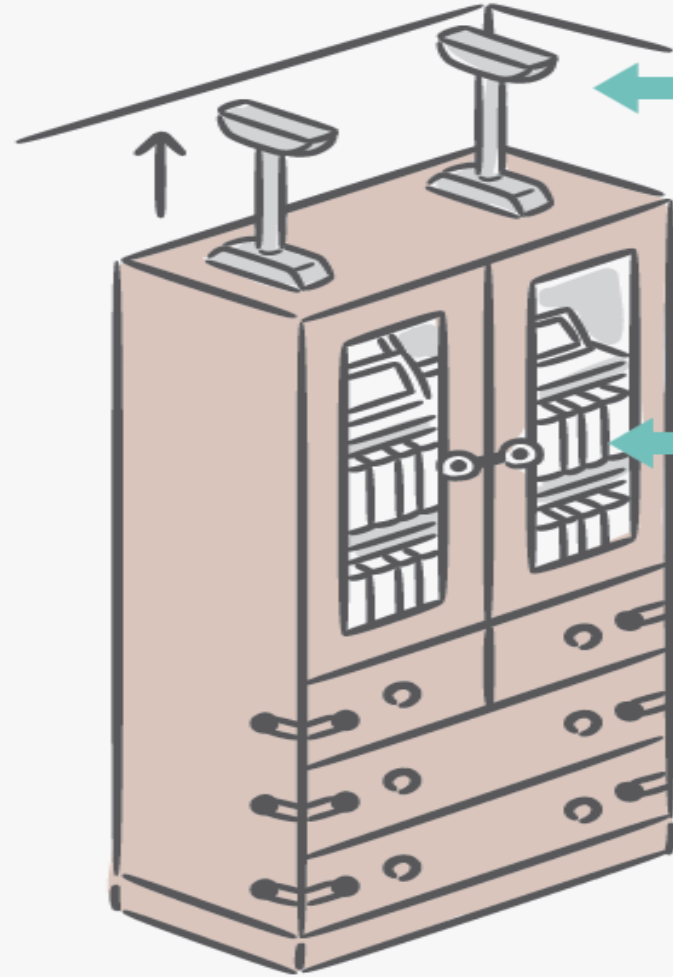
**L型金屬**  
固定櫃子

**I型金屬片**  
固定連結兩  
段式家具



**防震板**

預防家具傾倒



**支撐式固定器**

固定櫃子到  
天花板間距離

**防止開啓裝置**

防止櫃門開啓  
物品掉落

# 地震時之行動

地震發生時最重要就是保護頸部、頭部，立即採「**趴下、掩護、穩住**」躲在桌下或是牆角。躲在桌下立刻撐住桌腳，當桌子隨地震搖晃移動時，掩蔽者可藉握穩桌腳確保重要部位隨時受到桌子的屏障與防護。



不要急著離開床上，轉身臉部朝下趴著，縮起雙腳，並用枕頭保護自己的頭部、頸部，直到搖晃停止。



# 躲黃金三角是錯誤觀念



地震時先開門、躲黃金三角都錯！  
你該知道的地震保命SOP



# 居家地震安全檢核表



## 檢核項目

居家地震安全您檢查了嗎?

- 01 做好家具固定
- 02 備妥防災物品(如:手電筒、電池、手機電池、行動電源及電池式收音機)
- 03 儲備至少 3 日份儲糧及飲水
- 04 居家備妥緊急避難包
- 05 協助身心障礙者防災需求
- 06 查詢避難收容場所及避難路徑
- 07 確認家人間地震後聯繫方式
- 08 檢查居家安全空間

# 避難包包什麼？



# 避難包準備的原則



當災害發生後，我們所處環境不安全時，可迅速攜帶緊急避難包前往防災公園或安全場所避難，所以放進避難包裡的東西，要以"維生必要、輕便好用"為原則喔!

## 1. 緊急糧食



飲用水



易開罐頭



餅乾



真空速食品

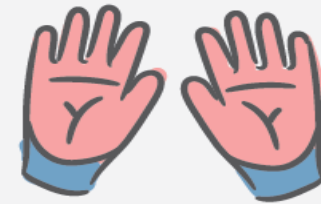
## 2. 禦寒保暖衣物



保暖物品



輕便雨衣



防割手套或  
橡膠手套

### 3. 醫療及清潔用品

急救用品



醫療及防疫用品



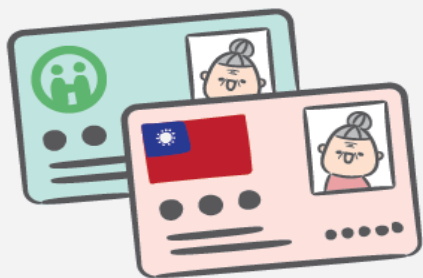
濕紙巾及衛生紙

注意時效  
及保存方式



常備藥

### 4. 貴重物品



身分證及健保卡影本



存摺影本



少許現金及零錢



應以自己背得動為原則  
依個人狀況及需求準備

爸爸



男用內褲



我要帶刮鬍刀  
和刮鬍泡



## 女兒



衛生棉



內衣褲



梳子

這些是女性不可或缺的東西喔！

## 婆婆



慢性病藥物

紙尿褲



老花眼鏡

別忘了我的伸縮拐杖囉！



嬌嬌

小Baby的物品準備  
要特別注意，不然就麻煩了！



嬰兒背帶

奶嘴



奶粉及奶瓶



尿布



玩具



嬰兒衣物



嬰兒食品





# 社區防災工作重點篇



# 韌性社區與防災士培訓



## 推動韌性社區



更多韌性社區資訊

### 什麼是韌性社區？

社區具有災害容受力，社區環境較能夠承受災害衝擊，也能快速反應並自災害中復原。



### 為什麼要推動韌性社區？

目前社區在防災工作推動及對於災害的耐受力較為不足，面對災害時可能無法有效因應；也需要更長時間復原重建。



### 韌性社區的目標是什麼？

- 提升社區對災害的危機意識
- 鼓勵社區民眾參與防災工作
- 培養社區自助、互助的能力
- 評估社區潛在的災害風險
- 建立社區防災工作推動機制



多一份防災準備，少一份災害損失

## 韌性社區做什麼？

### 1 防災基礎工作

- 環境探勘
- 建立防救災資料
- 製作防災地圖
- 巡檢、管理、演習

### 2 維持運作機制

- 規劃工作項目
- 擬定工作期程、分工合作機制
- 評估脆弱點
- 紀錄及彙整相關資料

### 3 擬定復原重建策略

- 建立復原重建組織
- 了解災害衝擊並建立共識、可用資源
- 簽署合作備忘錄
- 定期推演並更新機制



更多資訊請掃描



內政部消防署

廣告

# 如何才能成為防災士?

## 防災士課程培訓基準

項次	課程內容	節數
1	防災士職責與任務、我國災防體系與運作	1
2	我國近年災害經驗及災害特性	1
3	資訊掌握、運用與社區防災計畫	1
4	基礎急救訓練	1
5	急救措施實作(含急救術科測驗)	3
6	個人與居家防護措施	1
7	個人與居家防護措施 ( 情境練習 )	1
8	社區防災工作推動與運作	1
9	社區避難收容場所開設與運作	1
10	防災計畫實作與驗證	3
11	學科測驗	1

## 自己的安全自己守護

歡迎大家一起做伙來!

加入**防災士**的行列，

守護自己、家人和社區。

(各班期開課資訊將公布於消防署網站)



圖片取內政部消防署

# 參加慈濟「防災士」要做什麼？

## 防災士



參加培訓



通過考試



取得證照



災防資訊



居家社區安全



自助互助

防災 是生活的態度

防災士 是防災生活的實踐者

## 4. 成為防災士後要做什麼？

- **防災核心參與者**：防災士對防救災工作具有熱忱，自動自發推動防救災工作，可謂防災活動之核心參與者。
- **平時**：受過防災士培訓後，具備防災基本知識技能，可自主協助家庭、社區及工作場所推動防災活動。
- **災時**：在政府救援到達前，進行初期滅火救助、避難疏散、災情查通報等災害應變措施。
- **災後**：參與避難收容及災民照顧，並協助地方政府組織復原重建。



歡迎大家報名參加防災士培訓



# 慈濟災害防救發展方向



# 結合社區關懷據點關懷災害弱勢





# 結合安美專案關懷社區長者居家防災



## 長輩居家安全檢查清單

- 通行路面勿散置電線、延長線或堆置雜物，應去除地毯及踏墊邊緣的皺褶或捲起，以避免被絆倒
- 門檻與地面落差盡量在0.5公分以內，否則應將門檻拆除，或在門檻處加裝具防滑效果的斜坡道
- 不分區域，所有照明設備要能正常使用且光線適中，採用柔和光線為宜，避免因燈光刺眼影響長輩視覺
- 電燈開關控制宜有夜間可辨識裝置，避免長輩摸黑尋找開關而有發生傷害的機會
- 家具擺放要牢固不會滑動，擺放電器的櫥櫃或架子要平穩固定無鬆動，避免掉落傷人
- 浴室廁所是長輩最容易發生傷害的地點，地面避免高低落差，地板材質最好具防滑效果，區域盡量使用乾溼分離設計
- 馬桶和洗臉盆旁須設有扶手，以供長輩支撐；檢查洗臉盆與牆面是否密合、洗臉盆表面是否出現裂痕，即時修繕
- 臥室或浴廁可設有緊急呼叫裝置，讓長輩在有狀況時可用以求助

參考資料／臺北市衛生局「步行困難老人居住安全手冊」、衛生福利部國民健康署「長者防跌妙招手冊」





# 與社區鄰里組織合作推動社區防災



# 結合慈善方案的社區防災工作

- 結合社區關懷據點關懷災害弱勢
- 結合安美專案，共同推動長者居家安全改善與居家防災安全教育。
- 與社區鄰里組織合作推動社區防災
- 以社區組隊為單位推動以上方案

# 生命共同體 防災安全 人人有責





# 災害防救合作共善推動篇





# 建立公私共善合作強化能量



# 慈濟災害防救服務項目



防災。減災。備災



應災。災害救助



復原。重建

# 完整的災害援助及關懷系統

## 提高效能 完備後勤

### 災害現場—急難特搜/緊急醫療後勤支援服務

- 災區搜救指揮站設站設置、緊急物資提供、醫護搜救人員膳食供應通訊社師提供、傷者關懷陪伴。

## 物資提供 生活服務

### 設立災區/安置點「生活服務中心」

- 提供生活包、熱食、飲水、衣物、急難設備器材設備物資等服務。
- 諮詢服務、家屬聯繫關懷。

## 膚慰心靈 穩定人心

### 設立「三合一關懷服務中心」

- 「一案一社工一陪伴團隊」規劃，透過宗教心靈引導、社工支持、和訓練有素的志工關懷，建立關懷三合一團隊。

## 紓壓關懷 心理衛生

### 設立「安心紓壓站」

- 提供災民及救助人員中西醫及芳香療法、推拿舒壓等
- 急性壓力紓緩關懷

## 短期避難 收容安置

### 協助建置收容中心與服務

- 避難收容中心開設(設備、物資、志工人力)
- 收容中心短中期安置維運服務

# 災害防救關懷團隊成員

## 宗教師

### 宗教師

- 由靜思精舍師父、清修士或經宗教心靈關懷專業訓練之人員組成宗教師關懷團隊進行心靈關懷團隊。

## 社工師

### 社工師

- 由慈濟基金會社工師與社工師協會合作籌組關懷團隊，協助災時及災後關懷人力安排及跨區跨縣市跨國接力關懷陪伴。

## 關懷士

### 關懷士

- 與衛福部、中華民國志願服務協會及社工師公會共同合作訓練，經基礎及特殊訓練，並通過衛生福利部核定之關懷志工。

## 防災士

### 防災士

- 已取得內政部防災士證書之志工，平時協助社區防減災工作，災時協助災區救災運作及收容避難維運、災民服務等工作。



# 慈濟團隊關懷陪伴特色



完整性

關懷陪伴



長期性

關懷陪伴



跨縣市

接力陪伴



跨國際

接力陪伴

慈濟在災害救助中整合慈善、醫療、教育、人文志業資源，提供完整的災區身心關懷服務，並透過全台社工系統進行關懷接力；此外，慈濟在全球67個國家設置分支會所，可即時進行跨國接力陪伴關懷。

TZU CHI **合作共善-消防局(急難搜救後勤)**



物資補給



休息區設置



飲水補充



熱食供應



後勤行政聯繫



後勤通信

TZU CHI **合作共善-衛生局(緊急醫療後勤)**



檢傷區空間設置及物資籌備



傷者虞慰陪伴



作業物資供應





# 合作共善-災區『安心紓壓站』服務

諮商、中西合療、針灸、芳療、推拿





# 合作共善-民政局 (助念/追思/祈福)



為罹難者助念



念佛祝福法會



追思告別法會



慈濟人帶來證嚴法師虔誠的  
陪伴受苦的人走出漫漫長空

## 平安 祈福會



平安祈福會



# 合作共善-社會局(災民關懷與安置)



陪伴災民



悲傷關懷



悲傷關懷



安撫災民情緒



陪伴與祝福

# 合作共善-- 『生活服務中心』



茶水



諮詢發放



生活物資供應



熱食供應



保暖毛毯衣物



體力補充

# 合作共善-- 『生活服務中心』





# 避難收容開設維運服務



# 避難收容開設維運服務



收容維運服務站



收容防疫安全



餐飲熱食服務



長者照顧陪伴



兒少關懷陪伴



學子教育支持

# 避難收容開設維運服務



寢區設施服務



醫療保健服務



文康活動安排



生活物資供應



環境衛生維護



安心紓壓關懷

# 避難收容開設維運服務項目

災民資料登記

餐食飲水供應

文康活動安排

防疫安全管理

安心舒壓關懷

長者照護陪伴

收容諮詢服務

醫療保健服務

語言翻譯服務

寢區設施提供

兒少關懷陪伴

特殊需求服務

生活物資提供

學子教育支持

收容環境衛生

# 公私合作共善匯聚防救災能量

領域

## 平時防災

- 防災教育訓練辦理
- 防災士培訓
- 居家防災安全宣導  
韌性社區推動
- 自主防災社區
- 防災教育特展辦理
- 校園防災教育宣導

## 災前備災

- 組織人力籌備
- 慈悲科技維運
- 災害物資準備
- 弱勢家庭防災工  
作協助
- 高災害風險區域  
預置性撤離關懷

## 災害救助

- 志工人力協調與  
物資調度
- 緊急災害醫療及  
後勤
- 災民身心安頓與  
關懷陪伴
- 避難收容安置開  
設與維運
- 宗教靈性關懷與  
助念告別式

## 災後復原

- 身心健康復原關  
懷與陪伴
- 生活重建規劃
- 災區環境復原
- 組合屋/永久家  
園重建規劃推動
- 產業重建推動
- 希望工程推動

任務

合作單位

教育部、衛福部、消防署、社會司、民政司、水利署、水保局、工研院、  
縣市消防局、衛生局、社會局/處、民政局/處、社工師公會、心理師公會  
防災教育訓練學會、志願服務訓練協會、

# 建立公私合作平台

消防局

緊急救難  
後勤支援

韌性社區推動  
災害救助支援  
災區搜救後勤

衛生局

緊急醫療  
心理衛生

緊急醫療後勤  
災區醫療關懷  
災後心理復原

社會局

災民關懷  
收容避難

災民安置服務  
避難收容維運  
關懷志工動員

民政局

宗教關懷  
追思告別

疏散撤離關懷  
宗教靈性關懷  
追思告別儀式

慈濟基金會

# 防災與安全都是大家共同的责任



## YOUR SAFETY IS A SHARED RESPONSIBILITY



MANDATORY  
TO WEAR MASK



WASH HANDS  
FREQUENTLY



KEEP YOUR  
DISTANCE



CONTACTLESS  
DATA EXCHANGE



TEMPERATURE  
CONTROL

報告完畢  
感恩聆聽