

## 地震發生後

待搖晃停止後，先確認家人是否平安，瓦斯爐等器具是否關緊。

震度強烈時，  
一定要小心餘震



## 確認家人是否平安

**檢查附近家人、鄰居是否有需要幫助**  
確認家人和家裡一切平安之後，還要確認附近鄰居是否安全，有沒有人需要援助。



## 確認基本生活需求

### 確認瓦斯爐等器具是否關掉

確認瓦斯爐、暖爐等器具是否關掉。斷水前，盡量用水桶、水壺和鍋子多儲存一些水。存在浴缸裡的水，可以用來沖馬桶。



## 受困求救方式

### 製造噪音，不要輕舉妄動

保持冷靜，確認自己有沒有受傷，再想辦法讓外面的人知道自己的位置與情況。

