

臺北市 國小消防體驗日

臺北市政府消防局

FIRE SAFETY EDUCATION CAMPAIGN FOR
ELEMENTARY SCHOOLS IN TAIPEI CITY



學校名稱：_____ 國小
班級：_____ 年 _____ 班
姓名：_____

109學年度

臺北市「國小消防體驗日」活動學習單

國小 _____ 年 _____ 班 姓名：_____ 填寫日期：_____



小叮嚀

此報案電話勿隨意撥打，謊報火警或無故撥打火警電話者，依消防法規處新台幣3千元以上1萬5千元以下罰鍰。

1 如遇火災發生或傷患需急救，應撥打 _____ 。

2 身上著火時，切記 _____ 、 _____ 、 _____ ！

不要慌張、不要亂跑，馬上停住，立刻趴下來，左右翻滾，可迅速撲滅火勢。

停 STOP



趴 DROP



滾 ROLL



地

趴下 DROP



掩護 COVER



穩住 HOLD ON



1 地震發生時的避難要領為 _____ 、 _____ 、 _____ ！

2 地震發生時，請跟著我這樣做「保護自己 更保護別人」， _____ 、 _____ 、 _____ 是疏散避難的3「不」原則。

3 家裡平時應準備 _____ ，並要放在家中隨手可得的地方。

小叮嚀

緊急避難包準備之內容物如下：(準備好的物品請在框內打勾)

- | | | | | | | | |
|------------------------------|-------------------------------|------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|------------------------------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> 飲用水 | <input type="checkbox"/> 防寒衣物 | <input type="checkbox"/> 瑞士刀 | <input type="checkbox"/> 哨子 | <input type="checkbox"/> 口罩 | <input type="checkbox"/> 急救用品 | <input type="checkbox"/> 收音機 | <input type="checkbox"/> 現金 |
| <input type="checkbox"/> 食物 | <input type="checkbox"/> 文具用品 | <input type="checkbox"/> 手電筒 | <input type="checkbox"/> 電池 | <input type="checkbox"/> 面紙 | <input type="checkbox"/> 嬰兒用品 | <input type="checkbox"/> 棉手套 | <input type="checkbox"/> 雨衣 |



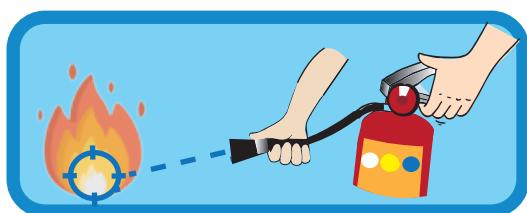
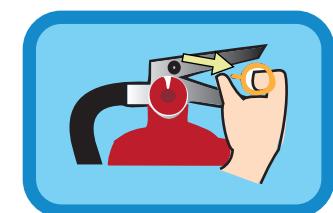


心肺復甦術(CPR)操作口訣為：

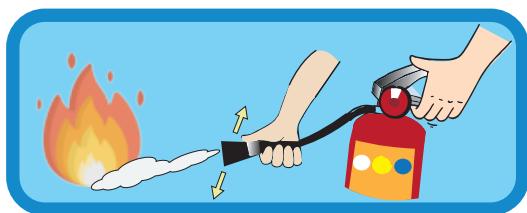
- ① _____ 患者：以呼喚、輕拍的方式檢查患者有無反應。
- ② _____ 求救：高聲呼救，撥打119求救或請旁人打119，並設法取得AED且確認呼吸狀況。
- ③ _____ 連續按壓：持續按壓胸部(每分鐘100-120下)，直到取得AED急救或救護人員接手。
- ④ _____ 電擊：依照AED語音指示操作，若無法取得AED，則持續性按壓胸部至救護人員接手。



- ① 火災發生時，如所處環境為起火處或不適合關門就地避難時，立即採_____移動至安全處。
- ② _____ 可及早偵知火災發生，爭取火災應變及逃生時間。
- ③ 家中使用燃氣熱水器或瓦斯爐時，應保持環境通風，門窗切勿緊閉，防止瓦斯燃燒不完全，而造成_____中毒。



- ① _____ :拉開安全插銷。 ② _____ :瞄準火源根部。



- ③ _____ :壓下壓把。 ④ _____ :左右掃射火源根部。

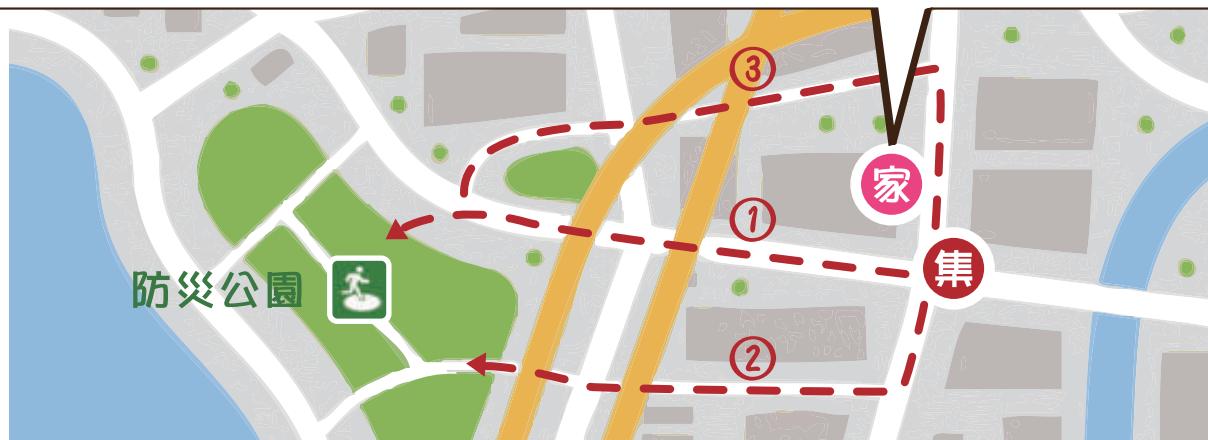
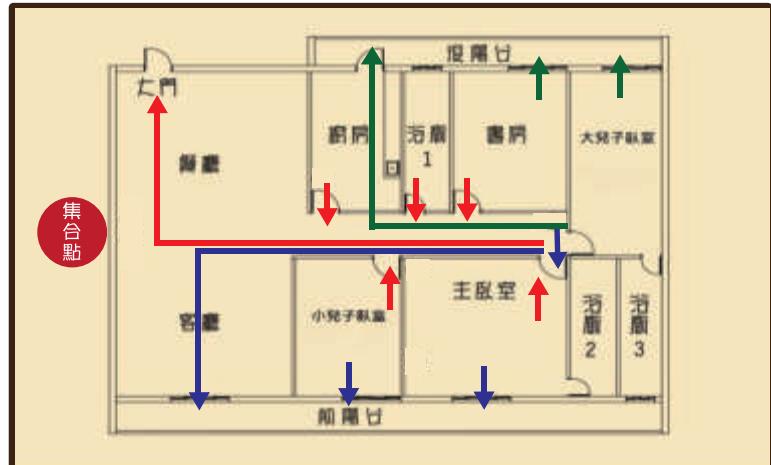
-任務主題-

我可以去哪裡避難

災害發生後，若所在的建物有損傷，要跟家人到約定地點集合，再一起去防災公園避難哦！

任務1： 製作家庭逃生計畫

1. 畫出家中詳細平面圖。
2. 找到2個不同方向的逃生出口，並用箭頭畫出。
3. 事先選定1處逃出建物後戶外安全的集合地點。
4. 熟悉逃生的方法並與家人定期演練。



任務2： 製作居家防災地圖

1. 到臺北市防災資訊網/避難收容資訊/各區疏散避難地圖下載OO里簡易疏散避難地圖。
2. 印出OO里簡易疏散避難地圖。
3. 用色筆在地圖上標示安全的集合地點、學校及防災公園。
4. 和家人討論離家最近的避難收容處所。
5. 畫出1條以上從安全的集合地點到避難收容處所(學校或防災公園)的路線，並用箭頭標示逃生方向。

p.51
~p.64

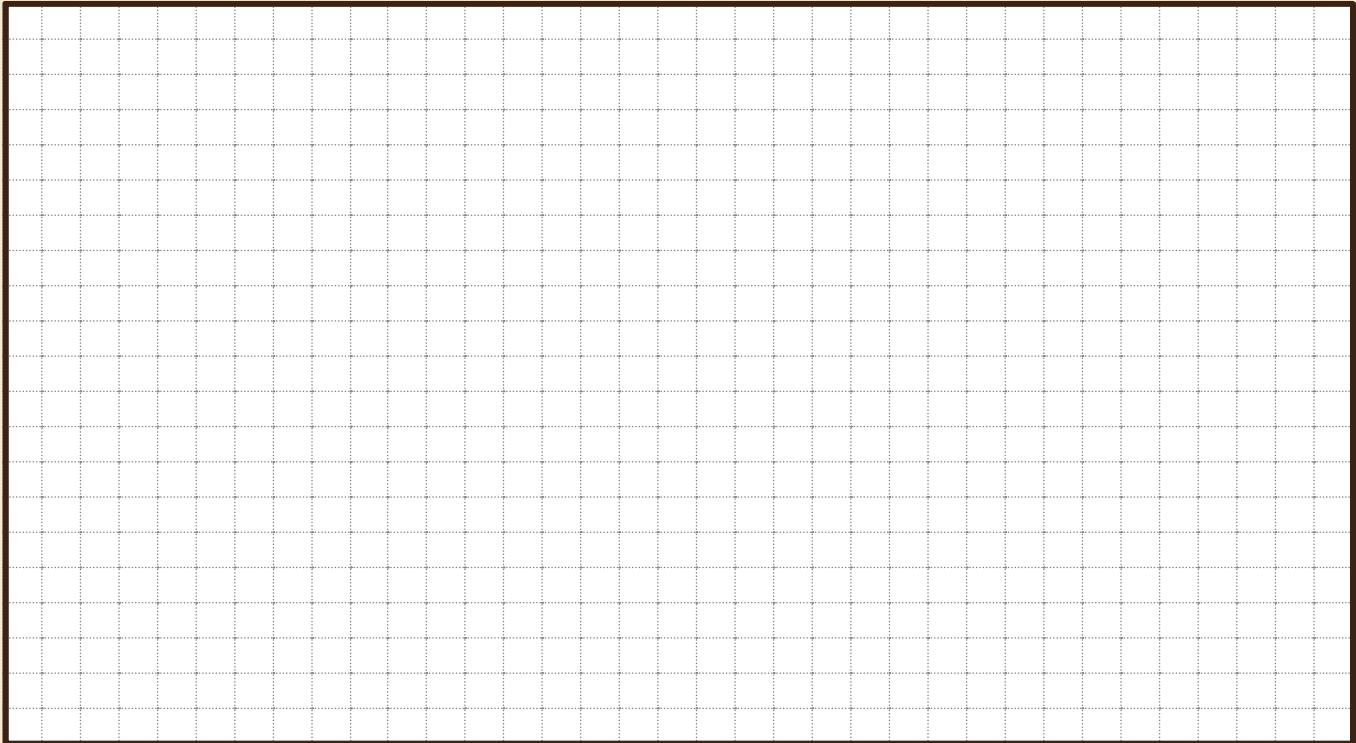


臺北防災立即GO



臺北市政府消防局 關心您

任務1：製作家庭逃生計畫



姓名：

我家的地址：

緊急連絡電話：

市/縣 區

屋外集合地點：

路/街 巷 弄 號 樓

任務2：製作居家防災地圖

「○○里簡易疏散避難地圖」黏貼處

離我家最近的防災公園名稱：

防災公園的地址：

市/縣

區

路/街

巷

弄

號



火災知識及應變



p.91
~p.94

臺北防災立即GO

1 停、趴、滾

當身上衣物著火時，要馬上依「停、趴、滾」的處理步驟自救，將傷害降到最低。如有戴眼鏡，應立即拿掉眼鏡再進行動作。

停 STOP

停下來、掩口鼻



趴 DROP

趴在地上



滾 ROLL

左右翻滾



2 報案



視訊119
APP



Android



iOS

大聲呼喊失火了！

119電話報案

CALL
119

火災

救護

地址

臺北市____區____路
____段____巷____弄
____號____樓

發生狀況

具體描述，如：5層樓
建築物的3樓冒出濃煙



聯絡資訊

電話號碼
(必要時告知手機號碼)

消防員詢問

確定案件地點

消防隊出勤



出勤中

地址

臺北市____區____路
____段____巷____弄
____號____樓

發生狀況

爺爺昏倒，需要急救。
具體描述：傷患病徵、
年齡、人數。



聯絡資訊

電話號碼
(必要時告知手機號碼)

119報案結束

地

認識地震及應變



p.01
~p.64

臺北防災立即GO

1 避難要領：趴下、掩護、穩住

地震發生時的避難要領為「趴下、掩護、穩住」的動作，立即趴下躲在桌子下方掩護，一手握住桌腳、一手護頭頸穩住身體，避免桌子隨地震移動；若沒有桌子時，則應以手護頭頸、遠離掉落物，躲在最近柱體旁等處。



沒有桌子時，手護頭頸、
躲在上方無掉落物柱子旁。



有桌子時，立即趴下、掩護
、穩住。

趴下 DROP



掩護 COVER



穩住 HOLD ON



2 疏散要領：不推、不跑、不語

不推



不跑



不語



2 緊急避難包

平時應備妥緊急避難包，置於家中隨手可拿到的地方，攜帶物品的原則是以前往避難途中所需最少限度的物品，以備災難發生後家中不適合居住時能立即攜帶前往避難，需要的物品如下：



水、食物



現金



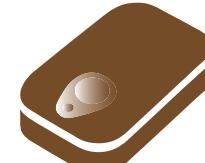
證件影本



急救用品



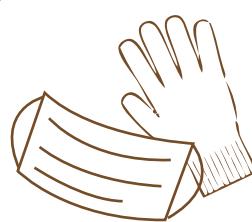
面紙



手機



衣物、毛毯



口罩、手套



哨子



手電筒



收音機



瑞士刀

③ 災害應變報平安服務

在任何災害發生時，提供網路、市區電話與手機報平安的服務，您可透過此平臺讓家人與親友在第一時間知道您是否平安。
歡迎您上網(www.1991.tw)取得更多資訊。



4 地震時防止家具倒落

地震可能造成的環境危險

地震發生時，家具、電器用品及其他物品容易因地震導致掉落或傾倒，造成人員受擠壓或碰撞而受傷。



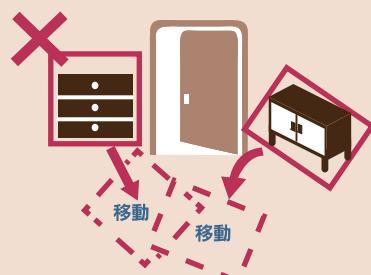
平時做好居家安全空間確認



物品集中收納



不要阻擋避難路線



固定家具



5 防止家具倒落固定器具

在家中找找看!



1 支柱式固定器

設置在家具和天花板間



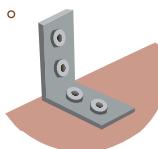
2 鏹條

連接掛式照明燈具，防止其掉落。



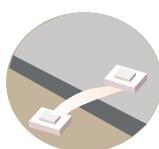
3 L型金屬零件

將家具和牆、柱子或地板固定在一起。



4 裝卸式移動防止帶

1. 連接牆壁和帶腳輪的家具。
2. 固定電器產品。



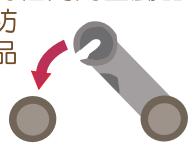
5 橫桿

固定於書架，防止書架上的書籍掉落。



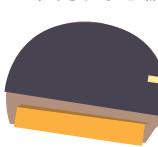
6 櫃櫃門防止開啟器具

將可開啟的櫃門用金屬器具固定，防止櫃內物品掉落。



7 固定墊片

塞入家具正面下方與地板的縫隙，使家具向牆壁傾斜。



8 腳輪托盤

不需移動時腳輪應鎖上或利用腳輪托盤等固定。



6 臺北市 防災公園在哪裡？

若發生重大災害時，例如強震發生後，所在建築物已有明顯變形，且餘震不斷，建議民眾攜帶平時準備好的緊急避難包前往距離最近的防災公園避難。防災公園規劃設置有安置登記站、醫護站、播音站、物資管理站、器材倉庫、指揮中心、伙食區、帳篷區、沐浴區、曬衣場、公共廁所、自來水取水站等相關設備及物資。





認識CPR & AED



p.182
~p.183

臺北防災立即GO

1 心肺復甦術(CPR)

使用時機

CPR主要是針對到院前心肺功能停止的患者進行急救，當發現患者沒有意識、呼吸、心跳，且現場環境評估安全後，即可實施心肺復甦術，期能在**黃金4分鐘內**救活患者。

1 04 確認反應



先生！先生！
你怎麼了？

以呼喚、輕拍的方式檢查患者有無反應。

2 04 求救



**CALL
119**

- 1.大聲求救，請人撥打119求救，並請人取得AED。
- 2.確認呼吸狀況：沒有呼吸或幾乎沒有呼吸時立即CPR。

4 電 電擊



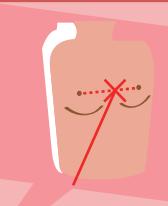
要電擊了！
不要碰觸患者。

- 1.取得AED：打開電源，聽從語音指示操作。
- 2.未取得AED：持續CPR至救護人員來。

3 壓 胸部按壓



一下、二下
...三十下



下壓至少5公分

- 1.兩乳連線壓胸骨，用力壓、快快壓、胸回彈、莫中斷。
- 2.下壓深度至少5公分，按壓速率每分鐘100-120次。

② AED「自動體外心臟電擊去顫器」

AED (Automated External Defibrillator)，稱為「**自動體外心臟電擊去顫器**」，是一台能夠自動偵測到院前心臟停止傷病患心律是否需電擊之機器，經由電擊去顫及持續CPR能提升心臟恢復正常運作的機會。因為使用的方式相當容易，開啟機器時會有語音說明其使用方式，並有圖示輔助說明，所以又稱之為「**傻瓜電擊器**」，是急救到院前心肺功能停止病患之利器。

因此**CPR與AED電擊是相輔相成的救命搭檔**。

操作程序

當我們遇到突然倒下的人時，除了求救與做CPR外，我們還要去請求旁人拿AED來支援，將AED電源打開，拿出貼片貼在病人身上，這時AED會有語音教導你怎麼做，所以不用擔心你會忘記接下來要做什麼。另外，AED還會自動判斷病人是否需要電擊，如果需要電擊，它就會大聲地告訴你，請你勿接觸病人並按下電擊鈕來電擊病人；如果不需要電擊，它也會大聲告訴你病人不需要電擊，請你持續做CPR。



風 逃生保命要領

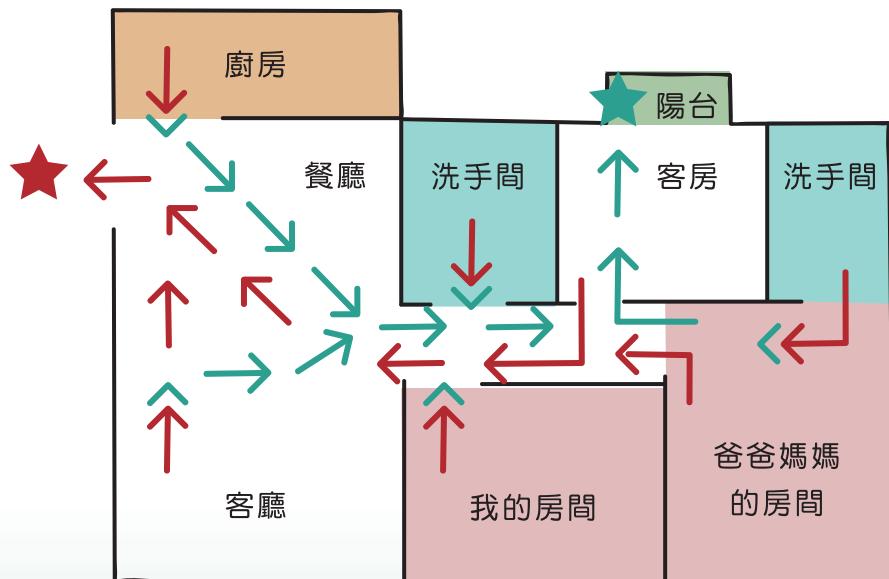


p.81
~p.87

臺北防災立即GO

1 記憶避難逃生位置

出入公共場所時，應養成觀察避難逃生位置的習慣，以防突然遭遇火災時，能快物逃離現場。



2 低姿勢爬行

火災發生時，如所處環境為起火處或不適合關門就地避難時，應立即採低姿勢爬行移動至安全處。



步驟1 雙膝跪地、身體壓低。

步驟2 手肘、手掌平貼地面。

步驟3 手放頭前、沿牆而行。

步驟4 迅速離開濃煙區域。

③火場逃生大秘技：關門保命

1. **關門**能透過門的防火時效性**有效阻絕火煙的延燒**，將火勢侷限在一個空間內，爭取更多待救時間。千萬別躲浴室，浴室門多為塑膠門，遇熱容易軟化變形。
2. **火在身邊**：若起火點和自己在同一房間時，立即逃離，並關上房門阻絕火煙往外擴大。
3. **火不在身邊**：以手背測試門板上方或門把溫度，門縫中沒有煙且門板及門把無溫度時，開門進行逃生；若開門後發現仍有煙層，則立即退回房間，關門並立即報案。



沒關門的房間

房間內家具、電器用品受到高溫濃煙燻黑、燒融，人無法於該環境下生存。



有關門的房間

關門阻擋高溫濃煙進入，門內牆壁仍保持乾淨，室內環境未受到火煙影響，爭取獲救時間。

4 認識可怕的一氧化碳中毒



p.128
~p.132

臺北防災立即GO

每逢冬天寒流來臨或是全家團圓圍爐 在密閉或通氣不良的空間中或室內，使用燃氣熱水器、瓦斯爐或燃燒煤炭，因供氧不足造成不完全燃燒，容易造成一氧化碳中毒，一氧化碳為無色無味的氣體，一旦吸入，一般人經常只有疲倦、昏眩等不適症狀，往往中毒而不自覺，在昏睡中死亡，成為潛藏於居家環境中的隱形殺手。

一氧化碳中毒的症狀

毒性依暴露時間和濃度有差異，輕微時：頭痛、虛弱、嗜睡、腸胃不適及嘔吐等症狀，嚴重時會面色潮紅、脈搏快速、喪失意識甚至於死亡或變植物人；常同時造成多人或全家大小發生相同中毒的癥兆。



一氧化碳中毒處置步驟



步驟1

開窗通風。

步驟2

關閉瓦斯開關。

步驟3

撥打119求救。

步驟4

將中毒者移至通風處，並鬆開衣物。

步驟5

若無反應、呼吸，立即實施CPR。

防範一氧化碳中毒，5要原則

1要 保持環境通風

避免阳台違規使用、加裝門窗、紗窗不潔及晾曬大量衣物。使用瓦斯、木炭、酒精烹煮時，務必打開門窗，保持通風。

2要 注意平時檢修

熱水器應定期檢修或汰換，如發現有水溫不穩定現象或更換組件時，均應請合格技術士為之。

3要 使用安全的熱水器品牌

熱水器應貼有CNS(國家標準)及TGAS(台灣區瓦斯器材工業同業公會)檢驗合格標示。

4要 使用正確的熱水器形式

屋內通風不良場所應安裝密閉或半密閉強制排氣型；通風良好或屋外應安裝屋外或開放型。



5要 注意安全的安裝

由合格技術士依安裝標準安裝。

5 認識住宅用火災警報器(住警器)

- 依消防法第六條規定，不屬於各類場所消防安全設備設置標準應設置火警自動警報設備住宅，應設置住宅用火災警報器。
- 住警器可及早偵測到火災產生的濃煙或高溫，爭取火災應變及逃生時間，降低人命傷亡的機率。



p.95

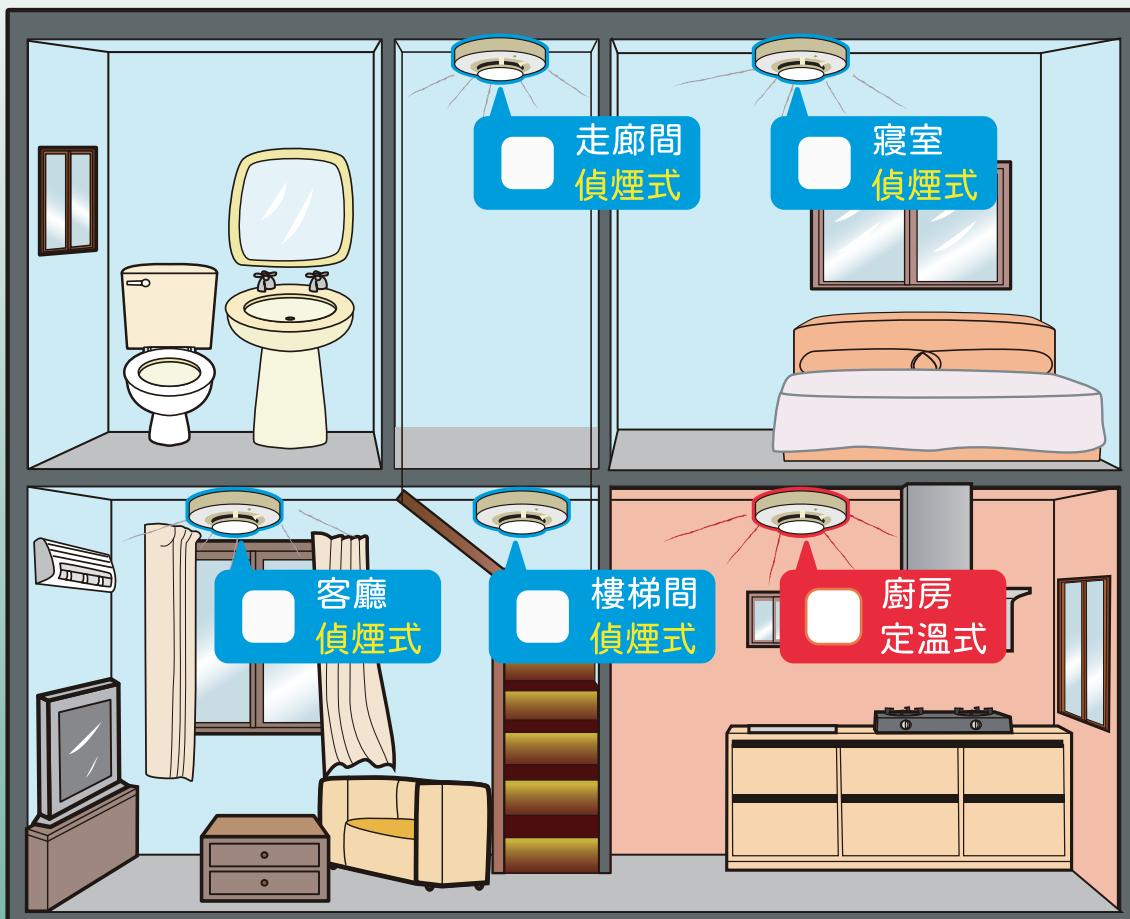
住警器種類



種類	離子式、光電式	定溫式
作用原理	偵測火災產生的煙粒子，發出警報音響	偵測區域溫度達一定溫度時，發出警報音響
裝設位置	寢室、樓梯、走廊	廚房

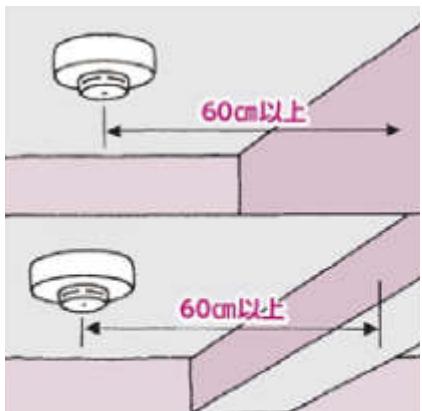
住警器安裝位置

在家中找找看!

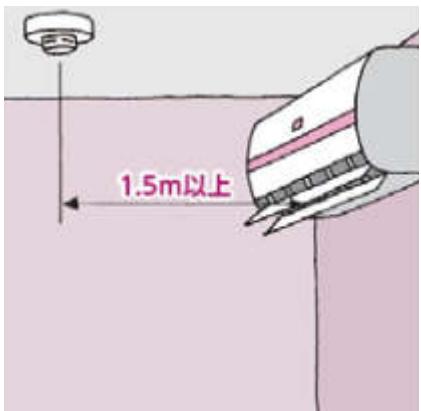


住警器裝設方式

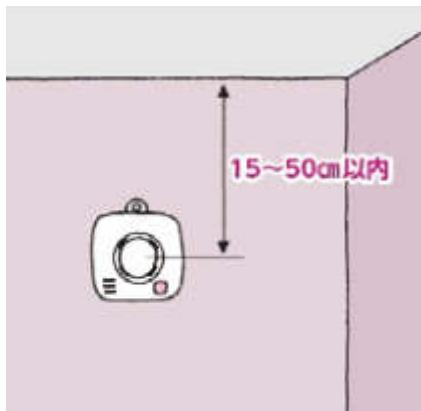
以掛勾、黏貼、鑽孔等方式安裝於天花板、樓板或牆面。



應與周圍牆壁或樑柱保持
60公分以上



離出風口1.5公尺以上，
避免氣流影響



裝於牆面時，距天花板或
樓板下方15至50公分以內

住警器特性



及早通報



便於安裝



易於檢測



免配電線



價格便宜

定期維護檢測

請把做到的打勾。



按鈕測試



擦拭汙垢



檢查固定



更換電池



每月按壓住警器上方之測試
按鈕，確認是否可正常動作。

(紅圈處為測試按鈕)



住警器篇國語版

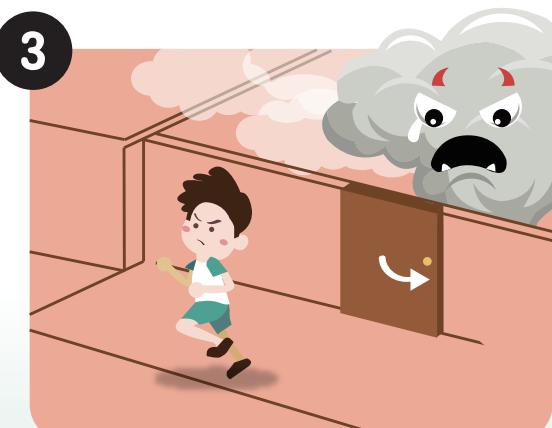
住警器動作後確認是火災發生，該怎麼做？



火災初期時能發出警報聲，及早逃生。



大聲通報家中的成員發生火災，請立即避難。



請立即避難逃生。



撥打119通報火災發生。

住警器成功作動案例

109-4-18 萬華區火警

住宅傳出警報聲響伴隨燒焦味，消防局獲報迅速趕抵現場，發現外觀冒出些許白煙，人員上樓查看，確認屋主在家，關閉爐火，成功阻止一場可能的災害發生，還好有住宅用火災警報器發揮功效，避免火災擴大造成嚴重的損失。



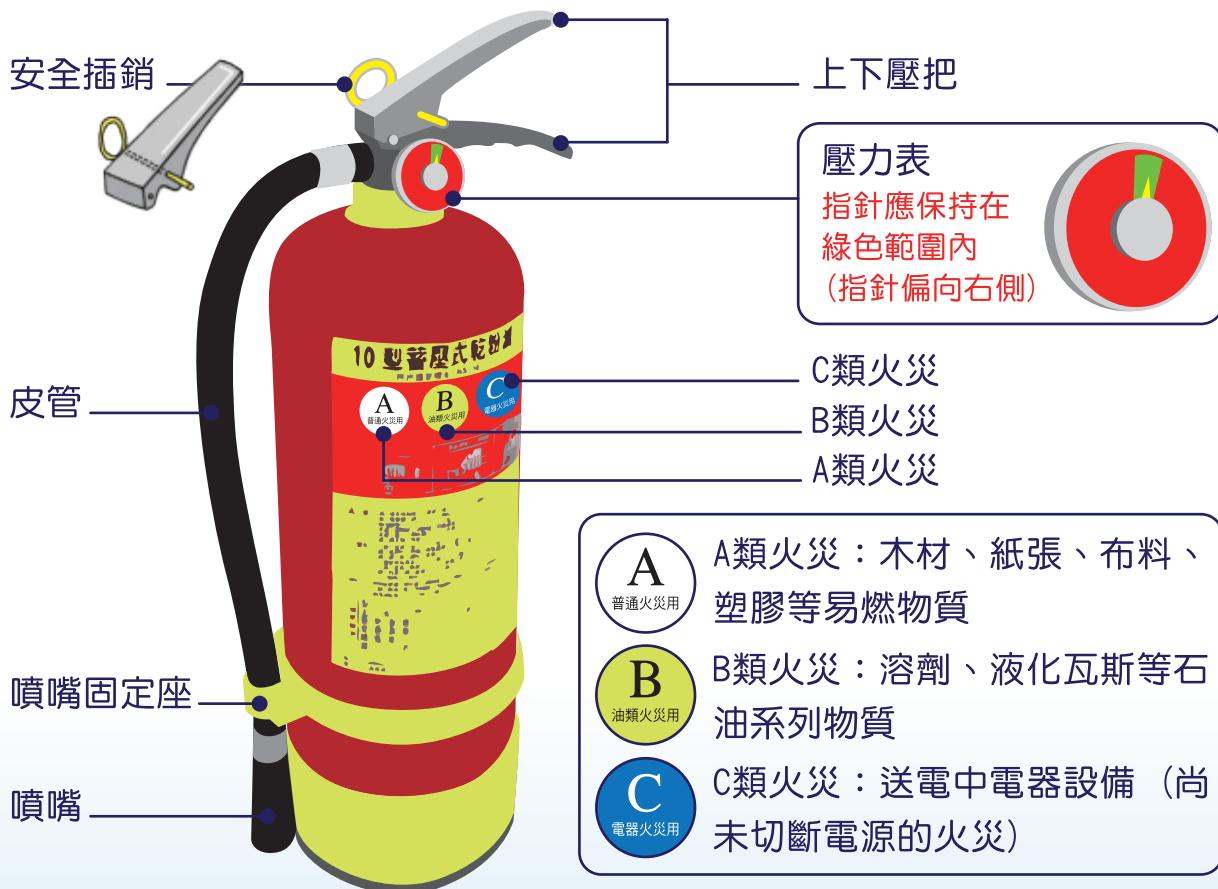
住警器成功動作發出警報



現場燃燒情形

水射水體驗

1 認識滅火器



2 滅火器使用方法

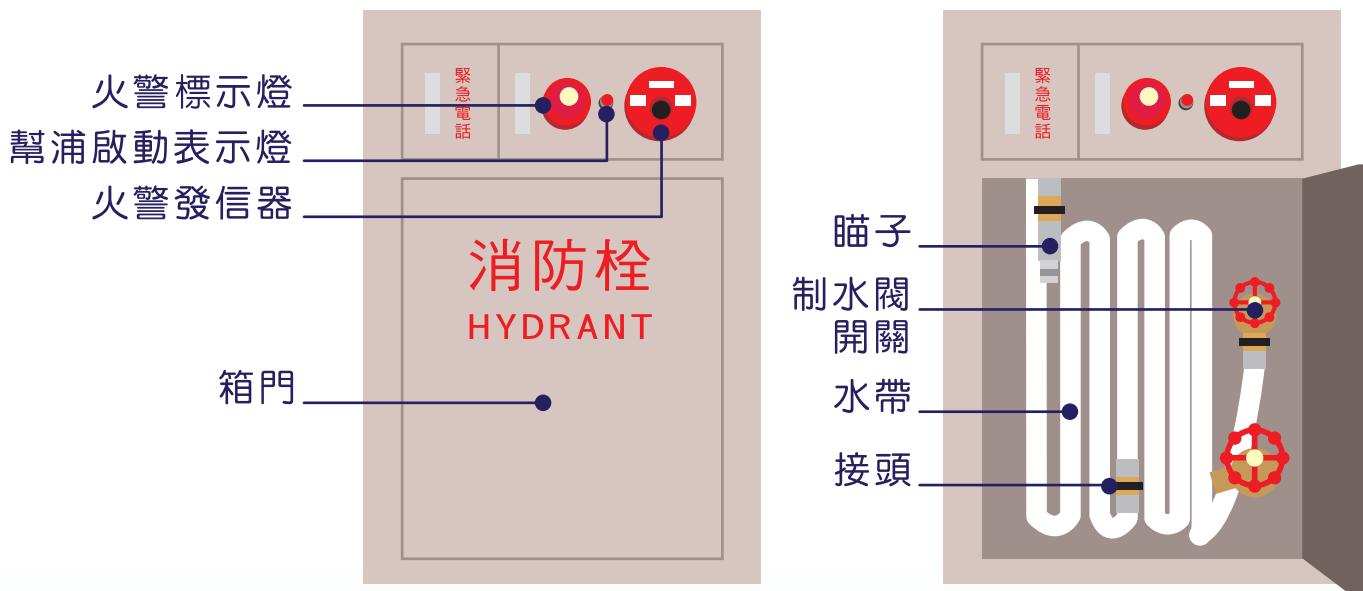


3 認識室內消防栓



p.90

1. **設置位置**：樓梯間、走廊、走道。
2. **使用時機**：一旦判斷無法用滅火器滅火時，且對本身未造成危害之前，可藉室內消防栓進行滅火。
3. **平時維護**：附近不可堆放雜物、定時檢查。



注意事項

1. 平時多注意室內消防栓的位置。
2. 應先確保自身安全，再使用消防栓滅火。
3. 注意放水時的反作用力。



水柱及水霧使用說明



使用時機	功效	變換方式
可直接看到火點時	撲滅火源	當瞄子全開時，逆時鐘方向旋轉會先出現水柱
濃煙密佈時可先用水霧排煙，等發現火點時再用水柱撲滅	冷卻室溫 隔絕濃煙	出現水柱後繼續往逆時鐘方向轉，會漸變成水霧。反向轉可恢復原狀

4 室內消防栓使用方法



5 避難逃生



如果火焰高度「超過25公分」（達到火災成長期），或是自己認為自己無法控制火勢時，就應直接認定火勢已經無法控制，此時就不建議滅火；另只有看到濃煙看不到火焰時，也不建議貿然進行滅火；當下應立即以關門、避難或逃生為最高原則。

滅火是具有危險性，小朋友現階段仍應以**大聲呼救及避難逃生**為主。



臺北市
行動防災App



想觀看即時影像？
想知道離自己最近的避難地點？
想知道災害最新消息？
想知道最新颱風消息？



Android



iOS

臺北市國民小學

學生配戴防身警報器 自我防救常識

叫



救命！



大聲呼叫

拉開銷插銷

拉

哩哩哩

遇到危險時



跑

趁機跑開

向路人求救



敬愛的家長、小朋友，您好：

為瞭解本局辦理「全市國小消防體驗日」活動時，學童對於體驗過程感想及消防人員服務態度，特設計此問卷，並請將此問卷填妥後交回班級老師彙整送回本局，以作為本局研究改進重要依據及參考，進而提昇本市防災教育宣導及為民服務品質，謝謝您的支持與協助。

敬祝

身體健康 萬事如意

臺北市政府消防局 敬啟

(學生、家長填寫)

- 請問對於這次「全市國小消防體驗日」活動整體滿意度為何？
非常滿意 滿意 沒意見 不滿意 非常不滿意
- 請問所有體驗項目中印象最深刻是哪個項目？
火 地 救 風 水，原因：_____
- 為了做好防震準備，請問您家裡是否有意願準備「緊急避難包」？
有意願 無意願，原因：_____
- 為了及早警覺火災發生，請問您家裡是否有意願裝「住宅用火災警報器」？
有意願 已安裝 無意願，原因：_____
- 請問您對本局防火（災）教育宣導工作有何建議或想法？

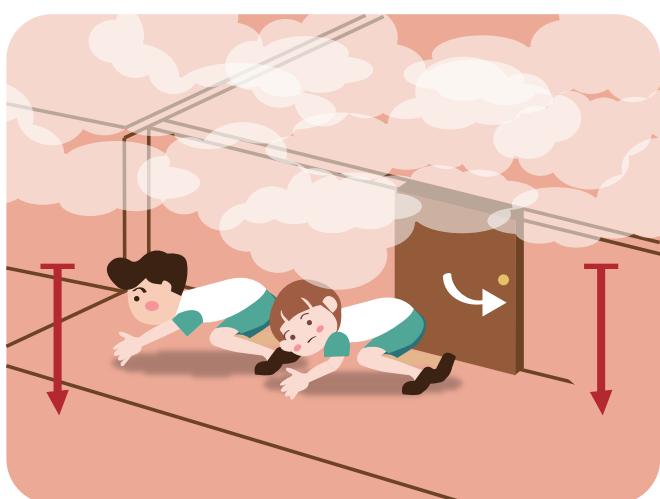
(給消防人員的話)



請將問卷帶回家給家長填寫，並於3日內交給老師

臺北市「國小消防體驗日」活動測驗卷

01. () 防範火災發生是 _____ 的責任？
(1) 消防員 (2) 警察 (3) 學生 (4) 大家
02. () 什麼樣的病人可以給予心肺復甦術(CPR)的操作？
(1) 中暑 (2) 呼吸與心跳停止 (3) 骨折 (4) 頭暈
03. () 火災現場充滿濃煙，逃生時哪裡有殘餘空氣可利用？
(1) 靠天花板處 (2) 靠地面20-30公分處 (3) 靠高樓層處 (4) 以上皆是
04. () 下列何者是火場中第一號殺手？
(1) 濃煙 (2) 高溫 (3) 火焰 (4) 以上皆是
05. () 「緊急避難包」之內容物，應準備下列哪些物品？
(1) 飲用水、食物、若干現金、文具用品、瑞士刀、哨子 (2) 急救用品、手電筒、收音機、電池、毛毯、嬰兒用品 (3) 禦寒衣物、棉手套、口罩、面紙、雨衣 (4) 以上皆是
06. () 小明住在五樓公寓或頂樓加蓋房子，因為家中沒有火災自動警報設備，所以要安裝 _____ ？
(1) 住宅用火災警報器 (2) 熱水器 (3) 咖啡機 (4) 監視器
07. () 爸爸開車在路上遇見消防車鳴警笛出勤時，應當？
(1) 禮讓 (2) 超過去 (3) 和它賽車 (4) 跟隨在後
08. () 小明發現爺爺昏倒了、叫不醒，該如何求救？
(1) 打113 (2) 打165 (3) 打117 (4) 打119
09. () 室內消防栓的操作使用口訣？
(1) 按、開、拿、拉、轉 (2) 開、按、拿、轉、拉 (3) 拿、開、按、拉、轉 (4) 按、開、轉、拿、拉
10. () 地震發生時該做甚麼？
(1) 趴下 (2) 掩護 (3) 穩住 (4) 以上皆是

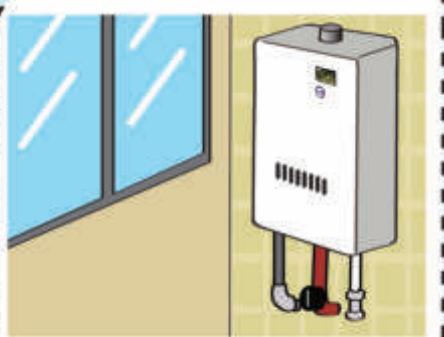


消防小偵探 大調查

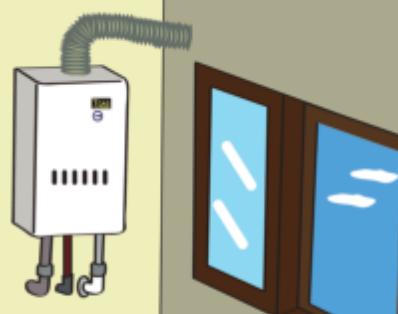
任務1-家中瓦斯熱水器找一找



1.屋外式安裝於浴室



2.屋外式安裝於室內



3.屋外式裝排油煙管



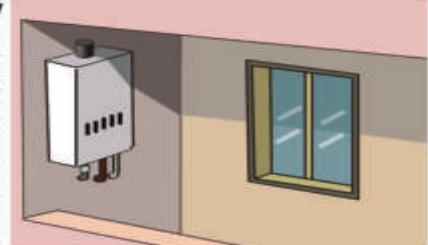
4.屋外式安裝於廚房



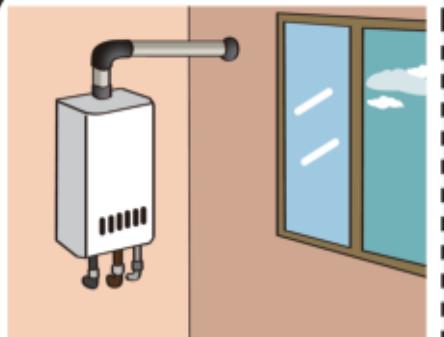
5.屋外式安裝於梯間



6.陽台晾曬衣物



7.屋外式安裝通風
良好處，無窗戶、
紗窗及晾曬衣物。



8.屋內式正確安裝
強制排氣管

圖1~6請將熱水器遷移至屋外通風良好處或更換強制排氣式、太陽能或電熱水器。

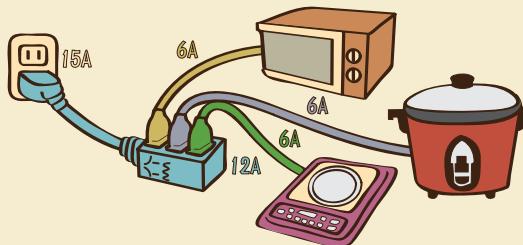
圖7、圖8恭喜您擁有一個較安全的居住環境！



任務2-防範電氣火災5不1沒有

(請找找家裡的延長線有沒有下列情形)

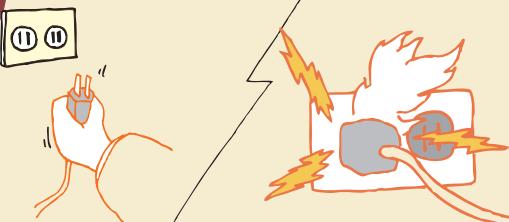
第1不 不要超過負載



狀況A：同一延長線同時接高耗電產品(如電鍋、微波爐)

有 沒有

第2不 插頭不用不插



狀況B：不用的電器插頭未拔掉或延長線電源未關掉

有 没有

第3不 不要綑繩電線



狀況C：延長線有綑繩，電源線破損、變形，插座有焦黑或電線受重物壓住

有 没有

第4不 不要汙損



狀況D：插頭、插座累積灰塵與棉絮且附近是否有潮溼

有 没有

第5不 不要有可燃物



狀況E：延長線放在書籍、紙箱、沙發、窗簾、床鋪上方或附近

有 没有

沒有安全標章，不用！



狀況F：請找找家裡的延長線是不是都有安全標章

有

沒有 (請更換有安全標章的延長線)

小叮嚀

家中室內電線配線使用20年以上的話，記得委請合格電器承裝業者予以更新。

如對於消防安全有疑慮需要協助，請留下聯絡資訊

無需求 有需求

_____ 國小 ____ 年 ____ 班 姓名： _____

住址： _____

連絡電話：

家長簽名：

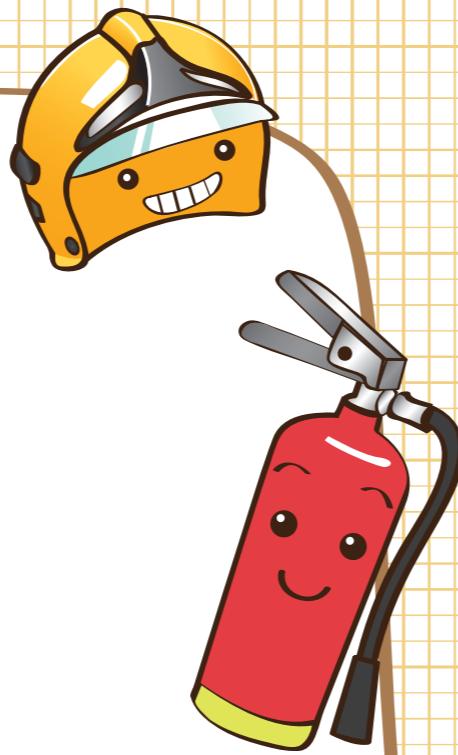
目錄

- 1 國小消防體驗日學習單
- 3 我可以去哪裡避難
- 25 活動問卷及測驗卷
- 27 消防小偵探生活大調查

火

火災知識及應變

- 5 停、趴、滾、報案



地

認識地震及應變

- 6 避難要領・疏散要領・認識緊急避難包
- 8 災害應變報平安服務・地震時防止家具掉落
- 10 防止家具倒落固定器具・臺北市防災公園

救

認識CPR及AED

- 12 心肺復甦術(CPR)
- 13 AED「自動體外心臟電擊去顫器」

風

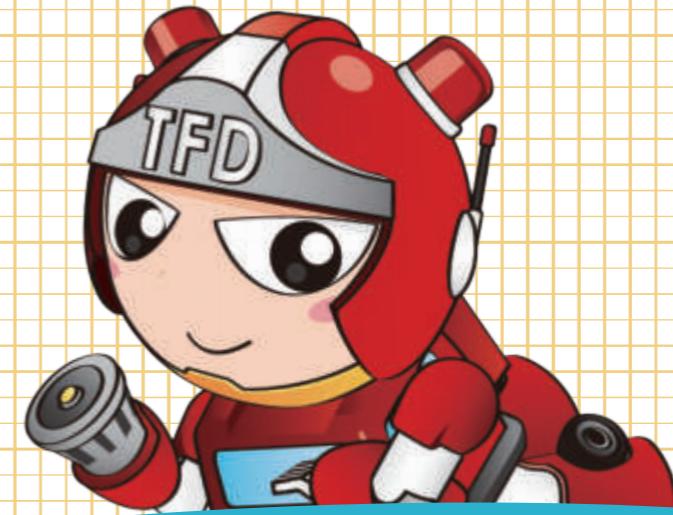
逃生保命要領

- 14 記憶避難逃生位置・關門保命
- 16 認識可怕的一氧化碳中毒
- 17 認識住宅用火災警報器(住警器)

水

射水體驗

- 20 認識滅火器・滅火器使用方法
- 21 認識室內消防栓・避難逃生



各位小朋友：

歡迎參加「臺北市國小消防體驗日」活動，在這本手冊中，附有消防體驗日測驗卷、問卷、學習單、消防小偵探生活大調查表，以及本活動相關課程內容。請於課程結束後，將手冊中的測驗卷及問卷、消防小偵探生活大調查填妥，交給班級導師(P25~28)。

多一分準備能減少一分災害，希望各位小朋友，參與本活動後，能增加防災知識及災害應變能力，在危難發生時，能自助、助人。

 臺北市政府消防局

