

### 【109 年國家防災日全民地震避難演練】

天災無法避免，唯有加強防災知識，於災前做好預防措施，提升自我災害應變能力，以

減輕災害損失，才能保障你我生命財產安全。地震發生第一時間如何應對？



全民應一同練習抗震保命三步驟：“**蹲下、掩護、穩住並抓住桌腳**”，邀請您一起來練習抗震保命三步驟！

實施地震演練，拍下演練過程相片1~4張，上傳至網站與大家分享。

透過內政部消防署之消防防災館網頁 (<https://www.tfdp.com.tw>) 平臺，註冊成為各類身份之演練會員，在預定的時間、日期及位置，

提醒大家把握機會於活動期間(109/09/21 - 109/10/21)內參與演練呈上傳演練成果，不但能學到保命知識還有機會參加活動抽大獎唷！



地震避難 3 步驟(蹲下 Drop、掩護 Cover、穩住 Hold on)



身心障礙者地震避難 3 步驟(固定 Lock、掩護 Cover、穩住 Hold on)