

◆ 9/12(四) 防災觀摩演練及研習-桃園蘆竹消防分隊蔡擎平主講：

在參加防災觀摩演練研習課程後，我深刻體會到火災時的應對策略對於保護生命的重要性。

當發生火災時，千萬不要覺得可以穿過濃煙，最關鍵為避開濃煙逃到安全區，並採取低姿勢逃生。這不僅是為了避免吸入濃煙，更是因為在煙霧中視線受限，低姿勢能讓我們更容易找到安全的出路。若遇到門後有煙的情況，我們應選擇有窗的安全房間，並且在關閉門後，記得要阻隔煙霧的侵入。

關門後的行動非常重要，這時不需要將門縫塞住，而是應打開對外窗戶，讓少量煙霧排出。這樣可以減少房間內的煙霧濃度，並且保持通風。最理想的位置是在靠近窗邊並蹲低，這樣可以更好的避開煙霧。

在等待救援的過程中，務必關掉中央空調，這樣能避免煙霧進一步擴散。打 119 報警的時候，要清楚表達自己的地址，讓救援人員能夠迅速抵達。安全後再尋求幫助是明智的選擇。

此外，我學到了在火災中如何觀察門的溫度，使用手背輕觸門面，並觀察上方是否有煙霧竄出，這是判斷門後情況的有效方法。若要開門，必須注意煙霧可能直衝進來的位置，避免吸入有害氣體。

最後，我了解到在大樓因堆積雜物而發生火災的情況下，可以向建管會進行申訴，以保障居住環境的安全。

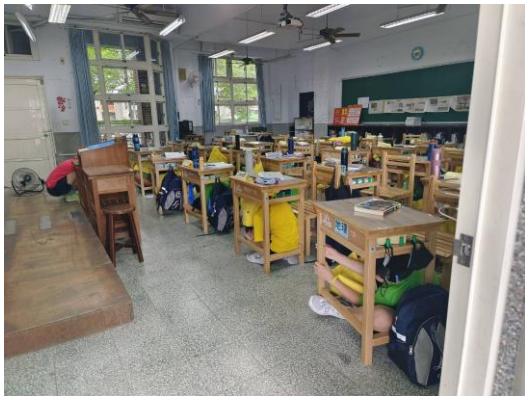
這次研習讓我對火災逃生有了更全面的認識，也明白了實際操作的重要性。未來，我會持續進行低姿勢逃生的練習，以備不時之需。火災的危險性不容小覷，唯有提升自我防範意識，才能保護自己和他人的生命安全。



防災觀摩演練及研習-蔡擎平主講



在火場中千萬不要覺得可以穿過濃煙



實際觀摩羅東國中防震防災演練



學生做好趴掩穩後疏散至集合地點