

地震安全檢查表

花一分鐘去做好準備



保護你的家人

是 否

- 你有否在家中練習“蹲下, 掩護, 抓緊”？ 是 否
- 你的家否有儲備一個應急包, 內裏包括有收音機和足夠家裏每個人用三天的水和食物？ 是 否
- 每個家庭成員是否都有緊急聯絡卡？ 是 否

保護你的孩子

是 否

- 你是否知道你孩子學校的災難應變計劃？ 是 否
- 你的孩子是否有一個災難應急包, 內裏面包括有鞋子, 電筒, 水, 身份證副本, 零食和玩具？ 是 否

保護你的財物

是 否

- 你的掛框照片是否安裝了防震掛鉤？ 是 否
- 你的電腦是否有用固定帶穩固在書桌上？ 是 否
- 你的電視機是否有用固定帶固定？ 是 否
- 架上的物件都已有用魔術膠固定？ 是 否

準備, 求存, 復完

少許的準備將會幫助你度過下一次地震和快一點恢復。請瀏覽網站 www.totallyunprepared.com 的視像以學習地震準備的簡單的步驟和省錢方法。

保護你自己

是 否

- 你自己是否儲備好一個災難應急包, 內裏包括有鞋子, 電筒, 手套, 和身份證副本？ 是 否
- 你的書架是否已固定於牆上？ 是 否
- 你的視聽組合櫃是否已固定於牆上？ 是 否

保護你的寵物

是 否

- 你是否準備了最小三天的寵物食糧？ 是 否
- 你是否有寵物籠或寵物帶？ 是 否
- 你是否有你寵物的疫苗接種記錄？ 是 否

保護你的房子

是 否

- 易燃或危險化學品是否儲存在高的架子上？ 是 否
- 你是否知道供水總開關在哪里, 你是否有扳手去控制該開關？ 是 否
- 你是否知道煤氣總開關在哪里, 你是否有扳手去控制該開關？ 是 否
- 你的熱水器是否已用釘固定在牆上？ 是 否
- 你的熱水器是否有綁有固定軟帶？ 是 否
- 你的房子是否已栓在基層？ 是 否
- 你是否已加固了屋頂的爬行空間以防止倒塌？ 是 否
- 家庭和租客保險並不包括地震。你知道地震保險費用是多少嗎？請到網站 EarthquakeAuthority.com 去獲得地震保險費用評估。 是 否



保護你的家人

以下是一些保護你家人的簡單方法。

練習“蹲下，掩護，抓緊”。地震發生時執行這簡單的動作可保障你自己和家人的安全。但假如家居處於海洋附近，地震時無須蹲下，應立即逃往高處，最好是離水平一百呎以上地方。

<http://www.earthquakecountry.info/roots/step5.html>

<http://www.dropcoverholdon.org>

<http://www.shakeout.org>

<http://www.totallyunprepared.com/2011/03/caribbean-earthquake-training-you-can-dance-to>

<http://quakequizzesf.org>

家庭緊急包內裏有收音機，每人三天的食物和食水，電筒，手套，急救包，重要文件副本(例如駕駛執照，保險單，汽車牌照，信用卡，和銀行賬戶號碼)，和零用錢。

最好是由你自己收集各類應急物品，因為祇有你自己才知道地震準備的必需品。以下的網頁內容可以給你一些這方面的意見。

<http://www.ready.gov/america/getakit/index.html>

<http://www.earthquakecountry.info/roots/step3.html>

http://www.redcrossroommates.org/en/?episode=build_a_kit

每一名家庭員的緊急聯絡卡。你可以從以下網頁下載一份緊急聯絡卡，或根據網頁的資料

自行填寫一份。

http://www.ready.gov/america/_downloads/FamEmePlan.pdf

<http://www.earthquakecountry.info/roots/step2.html>

保護你的孩子

你是否知道你孩子的災難計劃呢？除了為自已和孩子制定災難計劃外，你亦必須了解孩子

學校的災難計劃。

<http://www.earthquakecountry.info/roots/step2.html>

http://cms.calema.ca.gov/prep_kids.aspx

你的孩子是否準備好個人的應急包，內裏有鞋子，電筒，食水，零食，與你一起拍攝的近照，和玩具。有了近照可以在分散時較易尋回。最好是有全家的照片。

與家裏的小孩一起研製災難計劃有一定的樂趣，你亦可以將操練蹲下，掩護，和抓緊

的動作成為一種遊戲。

保護你的財物

將掛框照片，海報，及其它牆上掛畫以防震掛鉤固定以防止它們在地震發生時脫落；假如沒

有這類掛鉤，可以用普通鉤子，之後再用魔術膠固定它們的位置。

<http://www.daretoprepare.org/stuff/wallhangings.html>

使用固定帶將電腦穩固在書桌上，這種方法非常之簡單和容易。你可以使用地震固定帶，或

電腦鎖將整台電腦固定在書桌上。

<http://www.daretoprepare.org/stuff/electronics.html>

使用固定帶或金屬架將電視機固定在牆上，任何一種方法都是可行的。

<http://www.daretoprepare.org/stuff/electronics.html>

用魔術膠將裝飾架上的物品固定位置。魔術膠是一種易除膠制品，不會損壞貴重物品。

<http://www.daretoprepare.org/stuff/displaycases.html>

<http://www.daretoprepare.org/stuff/openshelves.html>

廚櫃和內裏的物品亦必須穩固，你可以在廚櫃門上加裝防震或兒童安全門栓。

<http://www.daretoprepare.org/stuff/cabinets.html>

保護你自己

在你睡房內放置一個災難應急包，內裏包括有鞋子，電筒，和手套。可將這些物品放進一個布袋，並掛在床邊。再準備另一個放在門口附近，以便需要撤離時立即可以攜走。

用傢俱帶將書架及重型傢俱固定於牆上。

<http://www.daretoprepare.org/stuff/bookcases.html>

用傢俱帶將視聽組合櫃固定於牆上。

<http://www.daretoprepare.org/stuff/shelfunits.html>

保護你的寵物

準備最小三天的寵物食糧。你對自己的寵物認識最深，你應該知道你寵物最喜愛甚麼食糧。

動物保護協會的 Betty White 可以教導你如何為寵物做好準備：

<http://youtu.be/mSEqAn79NjY>

你是否有寵物籠或寵物帶？必須考慮如何將寵物綁好。

<http://www.prepare.org/home/preparedness-resources/threatshazards/pet-safety.html>

寵物準備視像：http://youtu.be/_uAxzFxA_ko

你是否有你寵物的疫苗接種記錄？假如沒有的話，請聯絡你的獸醫索取一份副本，並將該副

本存放在寵物應急包之內。

保護你的房子: 屋主的特別指引

易燃或危險化學品是否儲存在高的架子上？假如沒有的話現時便要搬移！

你是否知道供水總開關在哪里，你是否有扳手去控制該開關？

你是否知道煤氣總開關在哪里，你是否有扳手去控制該開關？

<http://www.pge.com/myhome/edusafety/gaselectricsafety/turngasoff>

Youtube video showing how to shut off utilities:

<http://youtu.be/VFaATsqvE5g>

你的熱水器是否已用釘固定在牆上？在加州來說，這法例已推行了二十年。

<http://www.daretoprepare.org/stuff/waterheater.html>

The California Seismic Safety Commission has a special publication for homeowners.

參閱加州地震加固安全委員會為業主特別印制的刊物。

http://www.seismic.ca.gov/pub/cssc_2005-01_HOG.pdf

你的熱水器是否有綁有固定軟帶？你可能需要一名水管匠來安裝固定軟帶，以下網頁可提

供安裝固定軟帶的資料。

<http://www.lasco.net/w1.htm>

你的房子定嗎？你是否已將房屋栓在基層？你有沒有將房屋加固以防止倒塌？你應該要做

的。今天便將房屋固定在基層，將比日後地震發生後再重新蓋建便宜很多。加固了的房屋在

地震發生時是不會倒塌的。

<http://www.daretoprepare.org/building/notbolted.html>

<http://www.eeri.org/mitigation/tag/retrofitting>

<http://www.daretoprepare.org/building/cripplewalls.html>

家庭和租客保險並不包括地震，你需要購買另一份保單。加州地震局 (CEA) 與一網絡的保險

公司共同一起為民眾提供地震索償和有關的專業服務。加州地震局所提供的保險可為你在

地震發生後盡快重返正常生活。請瀏覽以下網頁，學習購買地震保險的五大原因和保險費估

價等。

www.EarthquakeAuthority.com.