游泳池安全

|  |  |
| --- | --- |
| （1） | 池邊不可奔跑或追逐，以免滑倒受傷。 |
| （2） | 池邊不可任意推人下水，以免撞到他人或撞到池邊受傷。 |
| （3） | 池邊嚴禁跳水，常因水淺，造成頸椎受傷而終生癱瘓。 |
| （4） | 戲水時，不可將他人壓入水中不放，以免因嗆水而窒息。 |
| （5） | 潛水時，應依自身能力為限，以免發生意外。 |
| （6） | 水中活動時，已感有寒意時，或將有抽筋現象時，應登岸休息。 |
| （7） | 游泳前進時，應張開眼睛，跟前者應保持安全距離，以免被踢到而受傷。 |
| （8） | 若在水中發現自己體力不足，無法游回池邊時，應立即舉手求救，或大聲喊叫「救命」等待救援。 |
| （9） | 有滑水道的浴場，起點要有安全人員管制，以免撞到前者頭部，終點也要有安全人員清理航道，以策安全。 |
| （10） | 若發現有人溺水時，即刻發出「有人溺水」或打119向消防隊請求支援，如果自己沒有學過水上救生，不可冒然下水施救。 |

戲水安全叮嚀

|  |
| --- |
| 1. 在開放及有救生人員看守的水域戲水游泳。 |
| 2. 對水域環境不熟時，不隨意下水。 |
| 3. 不要游離岸邊太遠，泳技差著不可至深水區。 |
| 4. 不單獨下水，要有人照顧或結伴而行。 |
| 5. 勿在飯後、吃藥、喝酒甚至吸毒後游泳。 |
| 6. 不穿著牛仔褲或長褲下水。 |
| 7. 有難時不要驚慌，舉手呼救或漂浮等待救援。 |
| 8. 勿逆游與急流搏鬥，應順流斜向游往岸邊。 |
| 9. 如見有人溺水，需大聲呼救，不要妄自赴援。 |

河川、溪流、湖泊安全要點

|  |  |
| --- | --- |
| （1） | 溪流水域深淺不一，水溫差別甚大，在坡度大的地區，急流及漩流，應特別注意安全。 |
| （2） | 不要在水質不清或受污染的溪流中游泳。 |
| （3） | 遇到大雷雨或地震發生時，應立即離水上岸，往安全處逃避。 |
| （4） | 水底多為滑溜卵石，在水中行走，應注意免得滑倒。 |
| （5） | 若看到上游山區烏雲密佈或聽到上游傳來隆隆聲響越來越大或看到溪水變色，水面忽然上昇，這是山洪爆發前兆，應立即離水前往高處逃。 |