

戲水遠離沸騰線 守護你我生命安全

「親水、玩水本來是一件快樂的事，但安全必須放在第一位」



提醒計劃戲水的朋友們，請勿前往**公告禁止戲水區域玩水**，隨時注意天氣變化，不僥倖逗留，並記牢「**救溺五步**、**防溺水十招**」，遠離沸騰線、暗流、漩渦或地形變化落差大的地方戲水，以保障自己和親友的生命安全。



救溺五步

叫

大聲呼救。



叫

呼叫 119、118、110、112。



伸

利用延伸物(竹竿、樹枝等)。



拋

拋送漂浮物(球、繩、瓶等)。



划

利用大型浮具划過去(船、救生圈、浮木等)。



防溺水十招

- ① 不做出危險行為，像是跳水。
- ② 不落單，隨時注意同伴狀況位置。
- ③ 不在水中嬉鬧惡作劇。
- ④ 不勉強身體，不適就不戲水游泳。
- ⑤ 不長時間浸泡在水中避免失溫。
- ⑥ 要注意天氣報告，天氣不佳不戲水。
- ⑦ 要選有救生員管理的水域。
- ⑧ 要暖身才可下水，不可穿著牛仔褲。
- ⑨ 要注意湖泊溪流深淺。
- ⑩ 落水時要冷靜，加強游泳漂浮技巧。