

埔心國中水域安全宣導 1090930

*選擇安全地點 露營戲水有保障

疫情改變了人們的想法，掀起一波露營旅遊風潮。不過，日前南投武界壩突放水奪 4 命的意外，引起全台關注。如何預防憾事再發生？值得大家深思探討！

溪河屬於天然環境，不容易預警；而且主流水勢暴漲的可能性，通常高於支流。中華游泳救生協會秘書長王英州表示，像武界這種上游有水壩，又是主要流域，完全不適合露營，應盡量避開。不同水域各有其危險特性，溪河流是否為交接處、水中有無暗流、漩渦、突起石塊或長青苔的石塊。池塘、湖泊、深潭有無水底淤積、深度不明。海邊潮汐起落，有無離岸流、瘋狗浪，易被纏繞的漁網、釣線... 都需留意。還有，水域的易達性高低，沿岸有無落石，水中有無漂流物或有害生物攻擊，是否水質不佳，水溫冰冷、水下地形落差大... 等等，下水前也都應提高警覺注意安全。除了觀察水域之外，也要留意風向、風速及氣候環境的變化。更重要的是，勿逞強、高估自身能力，不諳水性、酒足飯飽後別下水，隨便穿牛仔褲或鞋子也不應冒然下水。

體育署呼籲，家長學生露營戲水，行前要有週全的規劃及準備，慎選合法的露營地點。避免進入溪谷、水域危險地區。在無人經營的場地露營，應注意附近有無告示牌，如看到「水流湍急、漩渦、暗流或是溪水暴漲」等類似警語，千萬不要下水，也不要在水邊紮營，因為有些河床看似水深不及膝，實則地形陡峭，一旦

山洪暴發或水壩放水，將無路可逃，即使具備基本自救能力，危險性仍高。

出遊前，應先把「防溺 10 招、救溺 5 步」學起來，以確保戲水安全。體育署也提醒學生，平日應加強仰漂、水母漂等自救漂浮技巧，若不幸落水，保持冷靜不慌張，勿拼命掙扎消耗體力，適時舉手呼叫，等待救援。

如遇他人溺水，可使用防溺 5 步「叫、叫、伸、拋、划」施以援助。首先，立即大聲呼救(叫)；接著，打電話報警(叫)；然後，利用竹竿、木條、衣物等延伸物(伸)，拋送球、繩等漂浮物(拋)；最後，利用船、浮木、救生圈、保麗龍等大型浮具划過去等方式(划)，間接進行搭救。

* 露營戲水注意事項：

(1)請選擇合法露營地。

(2)山坡及河川地，易受天氣影響，發生土石崩坍或溪水暴漲，請勿在溪邊河床紮營。

(3)上游水壩電廠，隨時會排放水，請勿入溪河中，確保生命安全。(4)與河床、海濱保持安全距離，選擇堅硬而平整的地面紮營。

(5)酒足飯飽後，不要立刻下水，以防意外。

(6)穿牛仔褲或鞋子，請勿冒然下水。

(7)戲水時，請勿逞強或高估自身能力。

埔心國中關心你