

水域安全宣導

每年夏季氣溫升高，許多民眾會前往海邊、溪流、河川或游泳池從事戲水活動。然而若缺乏正確的水域安全觀念，往往容易發生溺水意外。因此，建立正確的水域安全觀念，是保護自身生命安全的重要課題。

首先，從事水域活動時應選擇安全且合法的戲水場所。建議前往設有救生設備與救生人員的游泳池或合法水域，避免到沒有管理的溪流、河川、水庫或危險海岸區域戲水。這些地方常因水深不明、水流湍急或地形複雜，容易發生危險。

其次，戲水時應結伴同行並告知家人或朋友活動地點，避免單獨從事水域活動。若發生突發狀況，有同伴可以協助求救或聯絡相關人員。此外，戲水前應注意天氣變化，若遇大雨、颱風或雷雨等不良天候，應立即停止水域活動，以確保安全。

在戲水過程中，也應避免從事危險行為，例如互相推擠、惡作劇、跳水或潛入不明水域。飲酒後或身體不適時，更不應從事水域活動，以免因體力不足或判斷力下降而發生意外。

此外，學生應學習基本的水域安全與自救觀念，例如仰漂、水母漂等自救方法。當發現有人溺水時，應立即大聲呼救並通知周圍人員協助，同時遵守「叫、叫、伸、拋、划」的救援原則：

叫：大聲呼救

叫：撥打 119 求救

伸：利用竹竿或長物伸出救援

拋：拋出浮具或救生器材

划：利用船隻或漂浮物協助救援

切勿貿然下水救人，以免造成二次危險。

生命只有一次，水域活動應以安全為第一考量。

透過建立正確的水域安全觀念與遵守相關安全原則，才能在享受水域活動的同時，保障自身與他人的生命安全。