

# 對於老年人的 災難預防

## DISASTER PREPAREDNESS FOR SENIORS

### 個人援助網絡

- ◆ 與您的家人和朋友合作建立您的個人援助網絡。
- ◆ 您的援助網絡可以包括家人，朋友，室友，鄰居，私人助理和同事。在災難期間，他們會聯絡您是否安好並在需要時提供幫助。

### 如果您需要撤離

- ◆ 與您的個人援助網絡中的人住在一起，但住的房屋應在1994年以後建造的，並且位於撤離區域之外。
- ◆ 如果您需要去公共緊急避難所，請與您的個人援助網絡聯繫並安排。收容所的位置和開放時間將在電視和廣播中播出。知道哪兩個避難所與您最近。避難所可能很熱和擁擠，會使老年人和殘疾人士感到不舒服。此外，您必須攜帶所有自己的災難救援用品。
- ◆ 如果瓦胡島被下令疏散，城市巴士將成為疏散專用車，將帶您到最近的指定緊急避難所。疏散專用車費用全免並可以在他們的行車路線上的任何地點上車。你不需要到巴士站等候。

災難會以不同的方式  
影響着每個人。  
了解災難會  
如何影響您。



**Department of  
Emergency Management**  
**City and County of Honolulu**  
**Kirk Caldwell, Mayor**  
650 South King Street  
Honolulu, HI 96813  
(808) 723-8960  
Fax (808) 524-3439  
www.honolulu.gov/dem  
dem@honolulu.gov

### 學習和準備

- ◆ 學習《現在為下一次災難計劃和準備》的傳單，然後準備14天的災難供應裝備（每個人至少14天）。

### 額外的災難準備項目

- 您的個人援助網絡成員，醫生和其他醫療保健提供者的聯繫信息。
- 處方藥和劑量以及過敏症列表。
- 額外備用的眼鏡和助聽器電池。
- 額外的輪椅電池和氧氣。
- 醫療保險和醫療保健卡。
- 心臟起搏器和其他醫療設備的品牌，型號和序列號。
- 登陸HNL.info通過短信或電子郵件了解緊急情況，天氣預報，交通公告等等。
- 收聽當地電視台/電台的最新消息。
- 設有NOAA天氣警報的電池供電的AM / FM收音機，應該是您的災難供應裝備的一部分。

# 現在為下一次災難 做計劃和準備

PLAN AND PREPARE NOW FOR THE NEXT DISASTER

## 準備您的14天緊急災難工具包 (每個人最少準備14天的用量)

- 水** 每人每日一加侖的水以備飲用和梳洗。
- 食物** 非易腐和不需要烹飪的食品。救生食物，如花生醬，蛋白質奶昔，乾果和堅果。嬰兒配方食品和特殊需要的食物。
- 餐具** 盤子，餐具和一個手動開罐器。
- 收音機** 電池供電或NOAA天氣警報的手搖發射收音機
- 手電筒** 帶備用電池的手電筒
- 手機** 和太陽能充電寶。
- 口哨** 重要的求救信號。口哨遠遠超過人的聲音的傳送距離，比喊叫使用更少的能量。
- 防塵面具**  
有助於過濾受污染的空气



### 學習

在災難中鍛煉你自己從而影響你和你的家人

### 計劃

創建並實踐一個家庭災難計劃。確立一個後備會議地點和一個離島聯絡人資料。

### 個人，家庭和商業災難計劃

災難計劃是每一個人的責任。仔細查看這些信息，並今天用一些時間與家人，朋友，鄰居和同事商量和策劃災難籌備計劃。

- 衛生用品** 濕巾，耐用的帶繩索的垃圾袋，洗手液，衛生紙，蘇打粉/貓沙用於吸收氣味，以及個人衛生用手套。
- 工具** 扳手或鉗子用於關閉水電開關，基本工具包，膠帶。
- 重要的文件和現金** 將重要的紙張放在防水的容器裡面。
- 地圖** 局部地區地圖。
- 醫療** 處方藥，眼鏡/隱形眼鏡，醫療設備和急救箱
- 寵物** 為你的寵物預備食物和額外的水。
- 衛生** 女性用品，個人衛生用品，尿布，失禁用品
- 照片** 如果分散了，你隨身攜帶自己的照片可以幫助你的家人和朋友找到對方。



Department of  
Emergency Management  
City and County of Honolulu  
Kirk Caldwell, Mayor  
650 South King Street  
Honolulu, HI 96813  
(808) 723-8960  
Fax (808) 524-3439  
www.honolulu.gov/dem  
dem@honolulu.gov

- HNL.info** 可使用HNL.info通過短信或電子郵件了解緊急情況，天氣預報，交通公告等等。