

# 應急備災

## 快速指南

適用於托兒保育機構



818-717-1000 • [www.ccrcca.org](http://www.ccrcca.org)



## 火災

您的托育中心內或其周邊地區都可能發生火災。火勢蔓延迅速，可以在數分鐘內摧毀一個建築結構。對孩子們和員工們構成最大威脅的是煙霧的吸入，這會迅速導致死亡。

### 預作準備

- 每6個月一次，檢查和維護煙霧探測器、一氧化碳探測器和火警系統。
- 每6個月至少一次，進行包括疏散在內的消防演習。
- 滅火器應置放在方便取用的位置，每月檢查，每年維護。
- 知道如何及何時使用滅火器，並定期培訓員工。
- 出口應有明顯標誌，並保持暢通。出口門應在內側上鎖。
- 帶托育中心的孩子們一起訪問當地的消防站。

### 應對災害

- 如果在您的設施內發生火災，要立即疏散。

- 保育人員應保持冷靜，並向孩子們提供明確的疏散指示。
- 如遇疏散，請攜帶裝有所有兒童聯絡信息的應急疏散包。
- 疏散完成后，撥打911。
- 如果是周邊野火或建築物火災，請關閉所有門窗。如果您認為處境危險，請在安全官員的指令下立即撤離該場所。
- 密切關注電臺或電視臺的緊急情況播報及警報信息。
- 與家長溝通有關當前狀態或疏散的信息。

## 災后恢復

- 在安全官員通知您已然安全之前，請不要返回您的家中或設施內。
- 評估您設施所受的損害。在重新進入前要確保其安全。確保所有水電設施工作正常。
- 應注意兒童們可能會有的各種各樣的情緒反應和需求，並提供情緒疏導。
- 評估兒童們、員工們以及您自己在事件發生后可能產生的情緒問題。
- 審核並按需修正演習和您的疏散計劃。
- 您的設施內如發生火災，應向社區護理證照局（Community Care Licensing）提交一份事件報告。



火災



## 公用事業中斷（煤氣、電、水）

煤氣、電、水和電話為營業時間內必須保障的公用事業服務。應該對人為或天氣條件所導致的公用事業的意外中斷作好準備。

### 預作準備

- 保存一份有關您設施的公用事業服務緊急情況聯絡電話的最新列表，方便報告服務故障或服務中斷。
- 準備數個手電筒及一台搖柄或電池供電的收音機，以防斷電。
- 定期對供暖/空調系統進行維護，盡量減少水電設施故障。
- 使用電湧保護器，防止對電器和電子產品造成損壞。
- 設置一台無需用電的固定電話。無線電話需要用电，在斷電時將無法工作。
- 知道各閘門位置及如何關閉水、煤氣和電。
- 與員工及孩子們一起練習並討論安全用電的基本知識。

## 應對災害

如果服務中斷，聯絡相應的公共事業公司。

### 煤氣

- 如果您嗅到煤氣味道，請撤離該設施。
- 根據需要，聯絡公共事業公司、設施的維修人員、警察、消防部門和其它機構。

### 電

- 切勿觸碰任何帶電物體。
- 致電專業電工進行必要維修。
- 根據需要，聯絡公共事業公司、設施的維修人員、警察、消防部門和其它機構。

### 水

- 聯絡公共事業公司。
- 除非能確定其安全性，切勿飲用自來水。
- 使用替代水源和後備如廁選項，維護健康和安全。

## 災后恢復

- 如果您必須疏散，在確保安全之前不要重新進入您的設施。
- 所有公用事業服務項目在使用前應確保其工作正常和安全。



公用事業中斷（煤氣、電、水）



## 危及兒童的暴力威脅

暴力威脅可以包括未經授權的、威脅性的或武裝入侵者，或是您托育中心附近的警察行動可能需要封鎖您的設施。其它威脅包括爆炸、可疑包裹和恐嚇電話。重要的是要以不至於導致孩子們和員工恐慌的方式採取迅速行動。

### 預作準備

- 熟悉有權在托育中心接送孩子的成人。
- 注意並報告行動異常的陌生人。
- 保持一個安全的環境。 房門及大門應在內側上鎖。 戶外區域應保持安全並上鎖。
- 不允許訪客進入教室或其它有孩子的區域。 將他們限制在大堂、辦公室或門庭範圍內。
- 創建並至少每6個月進行一次演習，使用暗語提醒員工所面臨的威脅，以免驚動孩子們和造成恐慌。
- 聯絡您當地的警察部門，讓他們了解您的托育中心位于他們的管轄區內。
- 設立讓兒童和成人報告任何不尋常事件的流程。
- 定期與孩子們和員工們一起進行封鎖校園和就地避難的演習。

## 應對災害

如遇任何暴力威脅或危及兒童安全的事件，包括未經授權的擅自接送，請撥打 **911**。

### *遵守執法部門提供的指導。*

- 實施封鎖校園的規程。
- 將孩子們移送至遠離威脅的指定安全區域。
- 避免靠近門窗。
- 為孩子們提供鎮定情緒的活動，防止恐慌。
- 密切關注電臺或電視臺的緊急情況播報及警報信息，或是您從當局收到的“解除警報”信號。
- 與家長溝通有關當前狀態或疏散的信息。

## 災后恢復

- 如果您必須疏散，在確保安全之前不要重新進入您的設施。
- 評估兒童們、員工們以及您自己在事件發生后可能產生的情緒問題。
- 應注意兒童可能會有的各種各樣的情緒反應和需求，並提供情緒疏導。
- 向社區護理證照局（**Community Care Licensing**）提交一份事件報告。
- 審核並按需修正演習、疏散和校園封鎖計劃。





## 情緒疏導

近期目擊或經歷了緊急情況或災難的兒童和保育人員可能有各種各樣的情緒反應和需要，這些反應和需要往往被忽視。儘早應對這些需要能促進更快的災后恢復。

### 預作準備

- 要注意正常的睡眠、飲食、社交和情感行爲，而且這些行爲的發展與兒童的年齡段相符。
- 注意退化行爲以及兒童可能經歷的各種各樣的情感表現。
- 為每個孩子建立安撫工具包，其中包括一些他們熟悉的物事，比如最喜歡的毛毯、書、絨毛動物玩具和家庭照片，以備疏散、就地避難或校園封鎖時使用。
- 識別您所在社區內能為兒童、家庭和員工提供心理健康、輔導和支持服務的當地資源。

### 應對災害

#### 對兒童

- 使用簡單並適宜于年齡的解釋和答復。
- 使用令人放心的詞語安慰兒童。
- 限制接觸新聞媒體報道，並提醒家長在家裏也同樣要這麼做。
- 儘可能保持正常的日常作息。



## 對保育人員

- 從容進餐、休息和放鬆，即使是短期的也好。
- 約談員工，並留意他們身體和情緒上的表現。
- 與朋友、親人或您信任的人談談，獲得支持。

## 災后恢復

### 對兒童

- 繼續保持正常作息。
- 觀察延遲反應和退化行為。
- 注意監測沒有改善或惡化的行為。
- 在事件發生期間及之後，不斷提供鼓勵和正面強化。
- 提供您所在社區內能為兒童、家庭和員工服務的當地心理健康、輔導和支持資源。
- 讓孩子們談談創傷的經歷，並提出問題。
- 不要強迫孩子們談論。

### 對保育人員

- 反省事件發生期間您做得好的地方，並接受您本可以做好但無法做到的局限事實。
- 答謝員工、兒童、家庭和其它人員所提供的幫助。
- 保持健康飲食、運動、散步、閱讀，照顧好自己。
- 評估員工們和您自己在事件發生后可能產生的情緒問題。
- 應注意您和員工們可能會有的各種各樣的情緒反應和需求，並提供情緒疏導和關懷。





## 危險物品

危險物品包括毒藥、爆炸物、放射性物質、易燃和可燃物質。危險物品在儲存、運輸、使用或處置過程中可能發生意外和接觸。如果事件危及公眾，當地的消防和警察部門或當地新聞節目會通知公眾。您可能被要求待在室內或疏散撤離。

如果您懷疑有兒童已接觸或攝入危險物品，請致電國家中毒防治中心（the National Poison Control Center）的熱綫電話 800-222-1222，或撥打 911。

### 預作準備

- 識別靠近您的托育中心的危險物品。注意可能使用危險物品的企業和工廠。
- 確保兒童無法接近藥品和清潔產品。所有武器和有毒藥品，比如除草劑或殺蟲劑，必須儲存在上鎖的櫃子內。
- 保存好國家中毒防治中心（the National Poison Control Center）的熱綫電話，以備不時之需。

### 應對災害

- 如果您懷疑有兒童已接觸或攝入危險物品，請立即致電國家中毒防治中心（the National Poison Control Center）的熱綫電話，或撥打 911。
- 不要催吐，除非有醫療急救人員指導這麼做。
- 如有必要，用自來水沖洗接觸區域。
- 向社區護理證照局（Community Care Licensing）提交一份事件報告。

### 如果您被要求疏散：

- 立即執行。
- 遵循當局建議的疏散路綫。

- 密切關注電臺或電視臺的緊急情況播報及警報信息。
- 與家長聯絡溝通有關現狀。

### **如果您被要求就地避難：**

- 將兒童和成人轉移到一個沒有窗戶或僅有很少窗戶的內部房間內。
- 關閉所有空調機和通風系統。
- 為孩子們提供鎮定情緒的活動，防止恐慌。
- 密切關注電臺或電視臺的緊急警報信息。
- 隨時準備好在應急官員的指導下疏散撤離。
- 與家長聯絡溝通有關現狀。

## **災后恢復**

- 如果您被疏散，在應急人員批准前不要返回。
- 避免食用可能被污染的食物和飲料。
- 處理已被污染的物品時要使用手套和其它保護措施。
- 在經過適當的安全檢查之前，不要使用您設施內的任何空調或取暖系統。
- 評估兒童們、員工們以及您自己在事件發生后可能產生的情緒問題。
- 應注意兒童們可能會有的各種各樣的情緒反應和需求，提供情緒疏導和關懷。
- 向社區護理證照局 ( Community Care Licensing ) 提交一份事件報告。
- 審核並按需修正演習、疏散和就地避難計劃。



**危險物品**



# 地震/海嘯

## 地震

地震經常發生，並且沒有警告。因為它們會造成嚴重的損害和傷害，預作準備和操練演習是保障安全和生存的關鍵。

### 預作準備

- 識別並固定您的設施內可能在地震時砸落的物品，包括書架、懸掛的鏡子以及吊燈裝置。
- 至少每6個月進行一次演習。練習“蹲下！掩護！穩住！”
- 為可能發生的就地避難作好準備。
- 聯絡您當地的警察和消防部門，讓他們了解您的托育中心位于他們的管轄區內。
- 準備數個手電筒及一台搖柄或電池供電的收音機，以防斷電。

### 應對災害

- 指導兒童和員工“蹲下！掩護！穩住！”每個人都保持原位非常重要。奔跑可能造成不必要的傷害。
- 遠離窗戶。
- 如果您在室內，不要往外跑。如果在室外，去一個遠離建築物、輸電綫和任何能砸到您的物事的開闊地帶。
- 如有必要，幫助兒童尋找掩護。
- 待在掩蔽物下直至晃動停止。
- 與家長溝通有關當前狀態或疏散的信息。
- 密切關注電臺或電視臺的緊急情況播報、進一步指示及警報信息。
- 為孩子們提供鎮定情緒的活動，防止恐慌。

### 災后恢復

- 晃動停止后進行兒童和員工點名，檢查受傷情況。
- 謹防餘震。
- 如果您的設施不安全，您可能需要就地避難或撤離。

- 評估您設施所受的損傷。在重新進入前要確保其安全。所有公用事業服務項目在使用前應確保其工作正常和安全。
- 評估兒童們、員工們以及您自己在事件發生后可能產生的情緒問題。
- 應注意兒童們可能會有的各種各樣的情緒反應和需求，提供情緒疏導和關懷。
- 審核並按需修正演習和疏散計劃。

## 海嘯

---

海嘯是由地震、火山爆發或大量水体移動引起的一系列特別巨大或長波的海浪。

### 預作準備

- 注意您的托育中心是否位于海嘯區內。
- 熟悉指定的疏散路線。
- 確定潛在的疏散場所。

### 應對災害

- 海嘯警戒 ( Tsunami Watch ) 表示有海嘯的可能性。
- 海嘯警告 ( Tsunami Warning ) 確認有海嘯來臨。
- 密切關注電臺或電視臺的緊急情況播報及警報信息。
- 隨時準備好在應急官員的指導下疏散撤離。
- 與家長溝通有關當前狀態及疏散信息。

### 災后恢復

- 如果您的設施受到海嘯侵襲，評估受損程度。在安全官員宣佈安全之前不要返回。
- 在宣佈安全前不要飲用自來水。
- 評估兒童們、員工們以及您自己在事件發生后可能產生的情緒問題。
- 應注意兒童們可能會有的各種各樣的情緒反應和需求，提供情緒疏導和關懷。
- 審核並按需修正演習和疏散計劃。





# 極端天氣狀況

在加利福尼亞州，我們經歷各種各樣的極端天氣狀況，包括：極端高溫、強風和水災。

## 與高溫相關的緊急狀態

### 預作準備

- 監測當地的天氣狀況，跟蹤惡劣天氣的氣象警告。
- 定期在您的托育中心進行空調系統維護。
- 計劃和準備兒童室內活動，盡量減少戶外活動，尤其是在氣溫上升時。
- 拉上窗簾或百葉窗，降低熱度。
- 了解兒童和成人與過熱相關的疾病、中暑性痙攣、中暑衰竭、熱中暑和脫水等病症。準備為這些疾病提供急救。
- 注意空氣質量。
- 兒童與員工應穿著輕便、寬鬆的衣服。
- 提醒家長在戶外很熱時切勿將孩子留在車內。

### 應對災害

- 立即離開高溫場所，進入室內，最好在有空調的屋內休息。如果沒有空調，使用風扇和溼的涼毛巾或冷水降溫。
- 尋找涼爽和陰涼處休息。
- 用涼水淋浴、沐浴或擦浴。
- 提醒兒童和員工保持水分。經常性安排飲水休息。
- 限制飲用汽水和其它含糖飲料，比如水果潘趣飲料和檸檬水。
- 監測兒童是否有過熱跡象。
- 如果兒童有伴隨嘔吐或腹瀉的過熱現象，應該去看醫生。

## 強風

### 預作準備

- 監測當地的天氣狀況，跟蹤惡劣天氣的氣象警告。
- 注意可能會影響到您的設施的樹木、輸電綫和其它結構。

- 準備數個手電筒及一台搖柄或電池供電的收音機，以防斷電。

## 應對災害

- 監測當地的天氣狀況，跟蹤惡劣天氣的氣象警告。
- 計劃並準備兒童的室內活動。
- 遠離倒伏的輸電綫。

## 災后恢復

- 安全後，評估所受的損失。
- 疏散之後，在重新進入您的托育中心前要先評估其安全性。
- 清除戶外操場上的所有危險雜物。
- 應注意兒童們可能會有的各種各樣的情緒反應和需求，提供情緒疏導和關懷。
- 審核並按需修正演習和疏散計劃。

## 水災

### 預作準備

- 監測當地的天氣狀況，跟蹤惡劣天氣的氣象警告。
- 準備數個手電筒及一台搖柄或電池供電的收音機，以防斷電。
- 確定潛在的疏散場所。
- 確定疏散時如何轉移兒童。
- 注意您所在地區是否有發生泥石流。

### 應對災害

- 監測當地的天氣狀況、惡劣氣象警報和疏散通知。
- 遵循執法機關或官方發佈的疏散指示。
- 遠離倒伏的輸電綫。
- 避開水災區域，不要穿過或走入流水。
- 與家長溝通有關當前狀態或疏散的信息。

### 災后恢復

- 如果您必須疏散，評估損失。
- 如果您必須疏散，在確保安全之前不要重新進入您的設施。
- 所有公用事業服務項目在使用前應確保其工作正常和安全。
- 除非能確定其安全性，切勿飲用自來水。
- 在長期下雨或大水後要注意泥石流的潛在威脅。
- 審核並修正演習、疏散和就地避難計劃。





# 傳染病

傳染性疾病在托育中心內很常見。重要的是要識別症狀，立即聯絡兒童的家長或監護人，將孩子接走，以便需要時可以接受治療，並防止傳染到設施內的其他兒童。

在兒童們到達托育中心時進行日常健康檢查有助於確定一名兒童何時可能感覺不適。而識別該兒童正常行為、外表的改變或抱怨不適或疼痛則可以幫助確定一名兒童是否應留在托育中心內。

保育人員可以通過制定病假政策以及在兒童無法待在您的托育中心內時提供替代的看護方案，幫助家長為孩子的生病預作準備。

為減少傳染病的擴散，一定要實行以下步驟：

- 兒童和員工應經常洗手
- 換尿布和進行急救護理時要使用手套
- 咳嗽和打噴嚏時要掩嘴
- 經常消毒玩具和桌面

如果確認已爆發傳染病，要通知您設施內所有有接觸的兒童的家長，這非常重要。在該兒童適合返回托育中心前，要請醫生出具證明。

## 水痘

**症狀和体征：**有非常癢的皮疹，帶輕度發燒，粉色疙瘩會變為水泡，最終結痂。

**傳播：**水痘在皮疹出現前1至2天，直至皮疹出現後大約5天內，通過親密接觸或空氣中的飛沫傳播。新病症會在接觸後長達20天內發病。水痘的傳染性很強。

**返回托育中心：**兒童在所有水泡結痂並收干後可以返回托育中心，這通常要在皮疹發生後第六天才會出現。

## 結膜炎（紅眼病）

**症狀和体征：**眼紅、多淚，可能刺痛或發癢，眼睑腫脹、發厚，黃色或綠色分泌物可能導致睜不開眼睑。

**傳播：**紅眼病通過接觸傳播，被感染的兒童在揉眼睛後又觸摸其它物體。

**返回托育中心：**受感染兒童在分泌物停止後可以返回托育中心。



## **流行性感冒 (FLU)**

**症狀和体征：** 有些人的流行性感冒會在他們表現出症狀前傳染。症狀可能包括喉嚨痛、發燒、發冷、頭痛、肌肉酸痛、食欲不振或感覺不適。幼兒可能會有嘔吐症狀，但成人通常不會。

**傳播：** 流行性感冒通過接觸被受感染者的口鼻分泌物近期污染的物品傳染。建議每年給6個月以上年齡的所有兒童、他們的家庭和全體保育人員接種疫苗，減少流感的傳播。

**返回托育中心：** 兒童在包括發燒等症狀消退，並感覺足夠好時可以返回托育中心。

## **感染性腹瀉**

**症狀和体征：** 病毒性腹瀉是常見疾病，識別症狀為比正常情況下更稀、更頻繁地排便。

**傳播：** 通過用手接觸被來自糞便中的細菌污染的表面，然後進入口腔傳染。兒童的糞便中可能已包含病毒1至2天後才顯示出症狀。這種疾病通常在接觸後1至3天內發病。

**返回托育中心：** 兒童在排便能夠得到控制，並且無其它症狀時可以返回托育中心。

## **蝨子**

**症狀和体征：** 抱怨瘙癢，感覺有東西在頭髮內移動的發癢感覺，應叮咬引發過敏性反應或因抓撓造成的頭皮潰瘍。潰瘍有時會受感染。兒童可能表現出煩躁不安。

**傳播：** 蝨子通過小蟲產卵（幼蝨）傳播，幼蝨在頭髮上看起來就像沙粒。蝨子從一個人爬向另一個人，或可能通過衣物轉移，或共用髮刷，或共用像帽子、髮卡或髮帶等頭飾傳播。頭蝨可以通過接近查看頭髮和頭皮上的蟲卵、蟲蛹或成蟲檢測出來。

**返回托育中心：** 治理托育中心的蝨子是一項很重要的任務。遵循這些步驟：

1. 給所有兒童和員工檢查蝨子。
2. 用洗衣機清洗患兒在接受治療（殺蝨子和蝨卵）前兩天內可能接觸過的所有可洗物品及床上用品。使用熱水循環（130° F； 55° C）清洗物品，並用至少20分鐘高溫循環烘乾。





## 傳染病（續）

3. 不能水洗的物品，比如絨毛動物應置放在塑料袋內，密封兩星期。
4. 用吸塵器清潔地板和家具。不要使用熏蒸噴霧劑。（如果吸入可能有毒）
5. 兒童在開始治療的24小時後可以返回托育中心。

### 麻疹

**症狀和体征：** 高燒、流鼻涕、咳嗽、紅眼、喉嚨痛，伴隨遍佈全身的皮疹。麻疹可以引起嚴重並發症，尤其是年齡小於5歲的兒童。

**傳播：** 麻疹病毒可以通過咳嗽和打噴嚏傳染給他人，能在表面上或在患者咳嗽或打噴嚏處的空氣中存活達2小時。

**返回托育中心：** 兒童在出現皮疹4天後可以返回托育中心。得了麻疹的兒童在皮疹出現的前後4天中不應參加任何活動。排除那些在接觸後72小時內沒有接受接種疫苗的兒童和員工至少2個星期。

### 百日咳

**症狀和体征：** 百日咳開始時由輕度感冒症狀，發展為嚴重咳嗽。咳嗽持續時間較長，伴隨著帶有鮮明哮咳聲音的快速吸氣。

**傳播：** 百日咳是一種可用疫苗預防的疾病。1歲以下的兒童不能完全免疫接種，有患百日咳的高風險。非常重要是那些工作涉及接觸嬰兒的工作人員要在免疫接種的有效期內。

**返回托育中心：** 兒童在開始抗生素治療的5天後可以返回托育中心。

### 疥癬

**症狀和体征：** 兒童在指間、手腕、手肘、腋下、腹部和腳的外側緣出現非常癢的紅色皮疹。嬰兒的皮疹可能看起來像頭皮、頸部、手掌和足底的小水泡。

**傳播：** 疥癬是由皮下的微小蟎蟲造成的，可以通過包括共用毛巾、床上用品和其它個人物品等密切接觸傳播。

**返回托育中心：** 兒童在開始治療的24小時後可以返回托育中心。

您的設施內如爆發傳染疾病，應向社區護理證照局（Community Care Licensing）提交一份事件報告。

請參閱您當地的衛生部門網站 [www.publichealth.lacounty.gov](http://www.publichealth.lacounty.gov) 來確定給兒童與成人接種疫苗的時間表。



## 緊急聯絡

**急救電話911**

請求非緊急情況援助和信息，請撥打211

國家中毒防治中心（**NATIONAL POISON CONTROL CENTER**）  
請撥打**800-222-1222**

國家緊急狀態兒童定位中心（**NATIONAL EMERGENCY CHILD LOCATOR CENTER**）請撥打**866-908-9570**

*請在下面填寫信息和聯絡電話*

您的第一疏散地地點和電話號碼：

---

您的第二疏散地地點和電話號碼：

---

當地警察部門： \_\_\_\_\_

當地消防部門： \_\_\_\_\_

本地資源和諮詢機構 \_\_\_\_\_

社區護理證照局： \_\_\_\_\_

當地衛生部門： \_\_\_\_\_

當地醫院： \_\_\_\_\_

鄰居的姓名、地址和電話號碼： \_\_\_\_\_

---

---

區域外聯絡人姓名和電話號碼： \_\_\_\_\_

---

---



## 公用事業供應商

煤氣：

電：

---

廢料/垃圾：

水：

---

設施/物業經理：

---

## 應急資源

洛杉磯縣211 綫

[www.211la.org](http://www.211la.org)

聯邦緊急事務管理署 (FEMA)

[www.fema.gov](http://www.fema.gov)

準備就緒 準備。計劃。參與。

[www.ready.gov](http://www.ready.gov)

美國紅十字會

[www.redcross.org](http://www.redcross.org)

加利福尼亞托兒資源和諮詢網

[www.rrnetwork.org](http://www.rrnetwork.org)

救助兒童會

[www.savethechildren.org](http://www.savethechildren.org)

---

本項目得到來自疾病控制和預防中心(CDC)的資助撥款合作協議編號5U90TP000516-03的支持。  
本文內容完全由撰文者自行負責，並不一定代表CDC的官方意見。