



คู่มือ เรื่อง ๑๖ วิชาเอาตัวรอด ที่ต้องสอนเด็ก
ฝึกทักษะชีวิตเอาตัวรอดได้ในทุกสถานการณ์



รวบรวมโดย
งานป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
เทศบาลตำบลสันป่าเปา อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

สารบัญ

เรื่อง

หน้า

เรื่องที่ ๑: ภัยพิบัติต่าง ๆ.....	๑
เรื่องที่ ๒: การฝึกเตรียมฉวยชิงพลุกเณน พร้อมไว้ที่บ้าน.....	๒
เรื่องที่ ๓: การเอาตัวรอดเมื่อเกิดอุบัติเหตุทางน้ำ.....	๓
เรื่องที่ ๔: การช่วยเหลือคนจมน้ำ.....	๔
เรื่องที่ ๕: การเตรียมรับมือเมื่อน้ำท่วม.....	๕
เรื่องที่ ๖: การเตรียมรับมือเมื่อเกิดแผ่นดินไหว.....	๖
เรื่องที่ ๗: การเตรียมรับมือเมื่อเกิดสึนามิ.....	๗
เรื่องที่ ๘: การป้องกันและหลบหลีกฟ้าผ่า.....	๘
เรื่องที่ ๙: วิธีการใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าให้ถูกวิธี.....	๙
เรื่องที่ ๑๐: การเตรียมรับมือกับไฟไหม้.....	๑๐
เรื่องที่ ๑๑: การช่วยเหลือตัวเองเบื้องต้นเมื่อได้รับอันตรายจากสารเคมี.....	๑๑
เรื่องที่ ๑๒: การใช้ก๊าซหุงต้มอย่างถูกวิธี เพื่อลดการเสี่ยงระเบิด.....	๑๒
เรื่องที่ ๑๓: การใช้อุปกรณ์นิรภัยให้ถูกวิธี.....	๑๓
เรื่องที่ ๑๔: การเอาตัวรอดเมื่อติดอยู่ในรถ.....	๑๔
เรื่องที่ ๑๕: การรู้จักโรคระบาดต่าง ๆ.....	๑๕
เรื่องที่ ๑๖: รู้จักเบอร์โทรฉุกเฉินของหน่วยงานต่าง ๆ.....	๑๖



เรื่องที่ ๑: ภัยพิบัติต่าง ๆ

สอนให้เด็ก ๆ เรียนรู้สัญญาณความผิดปกติทางธรรมชาติก่อนภัยพิบัติ เพื่อเตรียมพร้อมรับมือกับภัยพิบัติได้อย่างทันท่วงที ยกตัวอย่างเช่น

- ☐ เรื่องอุทกภัย : เกิดจากฝนตกหนักและระดับน้ำเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง
- ☐ เรื่องดินถล่ม : น้ำเป็นสีขุ่นข้นและเปลี่ยนเป็นสีเดียวกับสีดินภูเขา
- ☐ เรื่องสึนามิ : น้ำทะเลลดระดับลงอย่างรวดเร็วหลังเกิดแผ่นดินไหวขนาดรุนแรงได้มหาสมุทร
- ☐ เรื่องพายุฤดูร้อน : อากาศร้อนอบอ้าว และเมฆก่อตัวอย่างรวดเร็ว

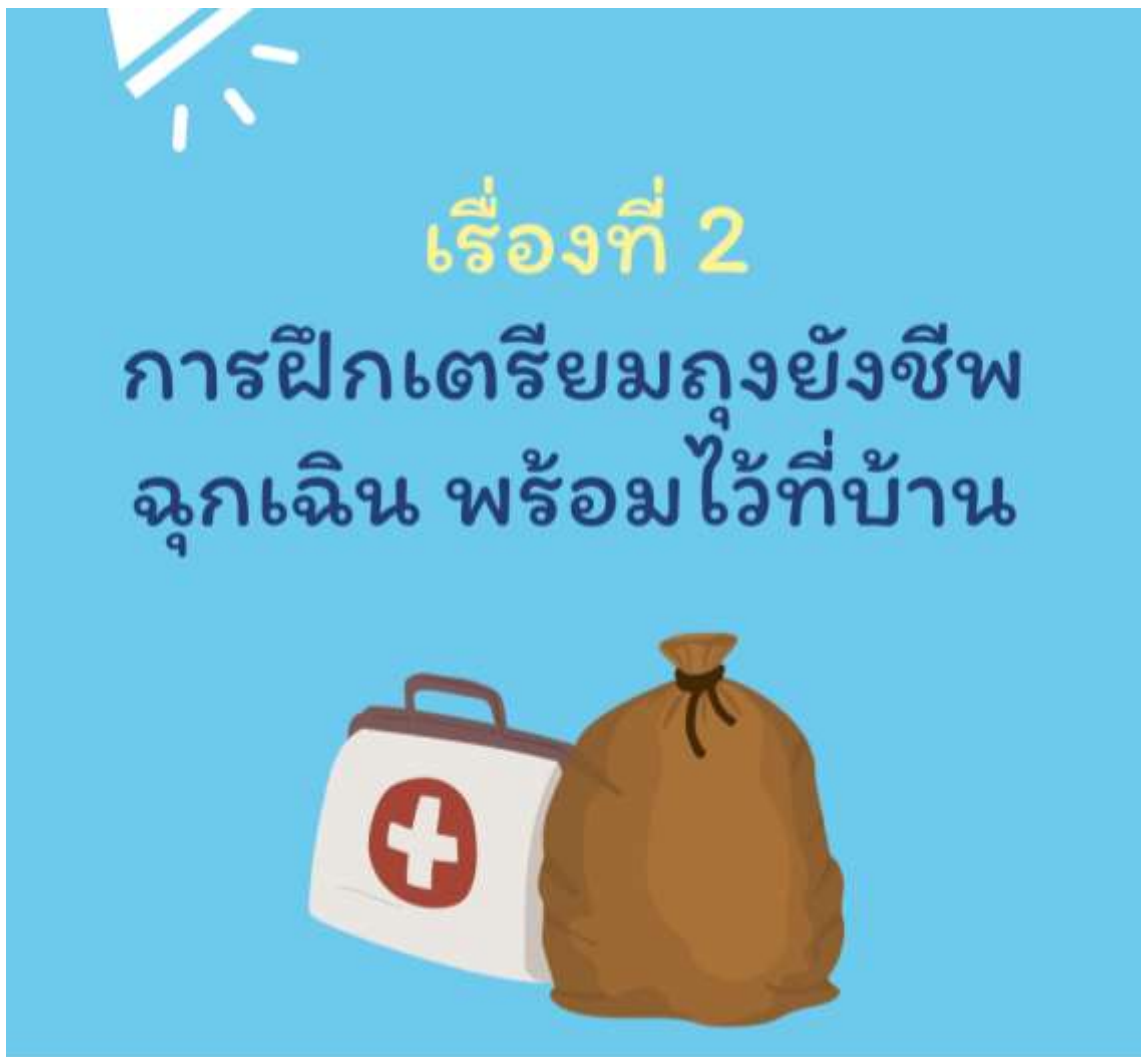
คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ

☐ สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖of๕๖๐๗de.pdf

หัวข้อ เตรียมพร้อมรับมือกับพิบัติ ลดเสี่ยงอันตราย...ดำเนินชีวิตปลอดภัย น.๑-๔





เรื่องที่ ๒: การฝึกเตรียมมถุงยังชีพฉุกเฉิน พร้อมไว้ที่บ้าน

สอนให้เด็ก ๆ เรียนรู้เกี่ยวกับการเตรียมมถุงยังชีพไว้ที่บ้าน หากเกิดเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝัน เด็ก ๆ จะรู้ว่าสิ่งที่ควรเตรียมไปเมื่อยามจำเป็นนั้นมีอะไรบ้าง และอะไรคือสิ่งที่ไม่ควรนำไป ยกตัวอย่างเช่น

- ☐ เครื่องอุปโภคบริโภค เช่น ข้าวสาร อาหารแห้ง อาหารกระป๋อง น้ำดื่ม ยารักษา เป็นต้น
- ☐ ของใช้ที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตในระยะแรก เช่น ไฟฉายพร้อมถ่านแบบกันน้ำ วิทยุพร้อมถ่านสำรอง นกหวีด เทียนไข เชือก กระดาษชำระ เป็นต้น
- ☐ เอกสารสำคัญต่าง ๆ ให้เก็บไว้ในถุงพลาสติกกันน้ำ ได้แก่ บัตรประชาชน ทะเบียนบ้าน สติ๊กเกอร์สำเนาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ
- ☐ นอกจากนี้ลองให้เด็ก ๆ หากกระเป๋าที่น้ำหนักเบา ที่สามารถพกพาได้สะดวก หยิบใช้ได้ง่ายเมื่อเกิดยามฉุกเฉิน

คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ

☐ สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖๐f๕๖๐๓de.pdf

หัวข้อ ถุงยังชีพฉุกเฉิน พร้อมไว้เมื่อภัยมา น.๕-๖





เรื่องที่ ๓: การเอาตัวรอดเมื่อเกิดอุบัติเหตุทางน้ำ

สอนให้เด็ก ๆ ดูแลตัวเอง และทำตามข้อระเบียบต่าง ๆ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดอันตรายทางน้ำ หรือหากเกิดอันตรายทางน้ำ เด็ก ๆ จะต้องทำอะไร ตามหัวข้อย่อยที่ควรเรียนรู้ ดังนี้

☐ การขึ้นและลงเรือ: ต้องรอให้เทียบท่าสนิทเสียก่อน และไม่ลงเรือที่บรรทุกเกินอัตรา ไม่ยืนรอเรือบนโป๊ะ: ควรยืนรอเรือภายในเขตเส้นสีเหลืองที่กำหนดไว้

☐ การกระจายการนั่งบนเรือให้สมดุล: ไม่ควรยืนบริเวณท้ายเรือ หรือกราบเรือ

☐ การทรงตัวให้นิ่ง ๆ เมื่อเรือมีอาการเอียงหรือไหว

☐ การสวมเสื้อชูชีพทุกครั้งเมื่อลงเรือ

☐ การไม่หลอกล้อกันเมื่อขึ้นหรือลงเรือ

☐ การช่วยเหลือตัวเองเมื่อพลัดตกจากเรือ: ควรมีสติและพยุงตัวให้ลอยน้ำโดยใช้ขาสองข้างตีน้ำ พยายามหาที่ยึดเกาะ และรอการช่วยเหลือ

☐ การช่วยเหลือตัวเองเมื่อเรือล่ม: พยายามว่ายน้ำให้ผล่ออกจากเรือโดยเร็วที่สุด เพื่อป้องกันการถูกดูดเข้าไปใต้ท้องเรือ ว่ายน้ำออกห่างจากใบพัดเรือ ถอดสิ่งของที่ถ่วงน้ำหนักออก และพยายามคว้าสิ่งของที่ลอยน้ำให้ได้ หรือพยุงตัวรอการช่วยเหลือ อย่าฝืนว่ายน้ำเข้าฝั่ง เพราะอาจหมดแรงและเป็นตะคริวได้

คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ

☐ สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖of๕๖๐๗de.pdf

หัวข้อ อุบัติภัยทางน้ำ มหันตภัยสายน้ำคร่าชีวิต น.๗-๙





เรื่องที่ ๔: การช่วยเหลือคนจมน้ำ

สอนให้เด็ก ๆ รู้จักวิธีพื้นฐานของการช่วยเหลือคนอื่น ยกตัวอย่างเช่น

☐ เด็ก ๆ ต้องรู้จักการประเมินศักยภาพตัวเองก่อนที่เราช่วยได้ หรือ ไม่ได้อย่ารีบช่วยในทันที ยิ่งถ้าหากว่ายน้ำไม่เป็น ไม่ควรที่จะช่วยเหลือเพราะอาจทำให้จมน้ำทั้งคู่

☐ การหาอุปกรณ์ช่วยเหลือที่ใกล้ตัวที่สุด : หากเด็ก ๆ ไม่สามารถช่วยได้ ให้ลองหาอุปกรณ์ใกล้ตัวที่สุด เช่น ไม้ ห่วงยาง เสื้อชูชีพ ถังแกลลอน เพื่อให้คนที่คนกำลังจมน้ำมีสิ่งยึดเกาะ

☐ รีบแจ้งผู้ใหญ่ที่อยู่ใกล้ที่สุด

☐ หากว่ายน้ำเป็น ควรว่ายน้ำเข้าไปด้านหลังพร้อมจับตัวผู้ประสบเหตุให้ลอยตัวในท่านอนหงาย ให้ใบหน้าพ้นน้ำ จากนั้นให้ประคองตัวเข้าหาฝั่ง

คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ

☐ สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘๖๖of๕๖๐๗de.pdf

หัวข้อ การช่วยเหลือคนจมน้ำ น.๔





เรื่องที่ ๕: การเตรียมรับมือเมื่อน้ำท่วม

สอนเด็ก ๆ ให้เตรียมตัว เตรียมรับมือเมื่อเกิดน้ำท่วม ในหัวข้อย่อยดังนี้

📁 สิ่งที่ต้องทำก่อนเกิดน้ำท่วม

- การติดตามพยากรณ์อากาศ
- การเตรียมถุงยังชีพ
- การเตรียมกระสอบทราย

📁 สิ่งที่ต้องทำขณะเกิดน้ำท่วม

- การประเมินระดับน้ำ
- การขนย้ายสิ่งของขึ้นที่สูง
- การตัดกระแสไฟฟ้าในบ้าน
- การอพยพขึ้นที่สูง
- การดูแลสมาชิกในบ้าน คนแก่ และเด็ก



คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ

📁 สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖๐f๕๖๐๗de.pdf

หัวข้อ แนะนำเตรียมรับมือ หนีภัยจากน้ำท่วม น.๑๒-๑๔ และรู้ทันอันตราย ช่วยป้องกันภัยในช่วงน้ำท่วม น.๑๕-๒๐



เรื่องที่ ๖: การเตรียมรับมือเมื่อเกิดแผ่นดินไหว

สอนเด็ก ๆ ให้เตรียมตัวรับมือเมื่อเกิดแผ่นดินไหว ในหัวข้อย่อยดังนี้

- ☐ การประเมินสถานการณ์รอบข้าง
- ☐ การเอาตัวรอดจากแผ่นดินไหว สิ่งที่ควรทำ และไม่ควรทำ
- ☐ สิ่งที่ควรทำหลังเกิดเหตุ

คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ



☐ สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖๐f๕๖๐๗de.pdf

หัวข้อ แผ่นดินไหว...ภัยนะจากธรณีพิบัติภัย เรียนรู้ รับมือ ภัยแผ่นดินไหว น.๒๔ - ๒๗



เรื่องที่ ๗: การเตรียมรับมือเมื่อเกิดสึนามิ

สอนเด็ก ๆ ให้เอาตัวรอด และเตรียมรับมือหากเกิดสึนามิ ได้ตามหัวข้อย่อต่อไปนี้

- ☐ ทำความรู้จักกับสึนามิ ว่าสึนามิเกิดจากอะไร และผลกระทบของสึนามิมีอะไรบ้าง
- ☐ การเอาตัวรอดเมื่อเกิดสึนามิในกรณีต่าง ๆ เช่น กรณีอยู่ในเรือ กรณีอยู่ในใกล้ริมชายหาด เป็นต้น

คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ

☐ สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖๖of๕๖๐๗de.pdf

หัวข้อ สึนามิ มหันตภัยคลื่นยักษ์ เร็วรู้ เตรียมพร้อมรับมือภัยสึนามิ น.๒๘ - ๓๐





เรื่องที่ ๘: การป้องกันและหลบหลีกฟ้าผ่า

สอนเด็ก ๆ รู้จักป้องกันและหลบหลีกการถูกฟ้าผ่า ตามหัวข้อย่อยดังนี้

- ☐ วิธีป้องกันเมื่ออยู่กลางแจ้ง
- ☐ วิธีป้องกันเมื่ออยู่ในอาคาร
- ☐ วิธีหลบหลีกกรณีอยู่กลางแจ้ง เช่น อยู่ใต้ต้นไม้ อยู่ในรถยนต์ อยู่ในเพิงพิกสั้งกะสี

คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ



☐ สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖๐f๕๖๐๗de.pdf

หัวข้อ แนะนำป้องกันฟ้าผ่า มหันตภัยร้ายช่วงต้น-ปลายฤดูฝน น.๓๔ - ๓๖ และแนะนำวิธีหลบหลีกฟ้าผ่า กรณีอยู่กลางแจ้ง น.๓๗-๓๘



เรื่องที่ ๙: วิธีการใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าให้ถูกวิธี

สอนเด็ก ๆ ให้รู้จักมีความระมัดระวังในการใช้เครื่องใช้ไฟฟ้าให้ถูกวิธี เพื่อความปลอดภัย ตามหัวข้อ
ย่อ ดังนี้

❑ การเลือกใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าให้เหมาะสมกับสภาพพื้นที่และวัตถุประสงค์ เช่น เครื่องใช้ไฟฟ้าไฟแรง
สูง ควรเสียบกับปลั๊กที่มีกำลังไฟเท่าไร เป็นต้น

❑ การตรวจสอบอุปกรณ์ไฟฟ้า เด็ก ๆ ควรมีทักษะสังเกตความผิดปกติของเครื่องใช้ไฟฟ้า เช่น
สายไฟแบบไหนที่เรียกว่าชำรุดแล้ว หรือการสังเกตกลิ่นไหม้ต่าง ๆ

❑ การใช้งานอุปกรณ์ไฟฟ้า เช่น หากตัวเปียก ไม่ควรเสียบปลั๊กไฟ หรือห้ามซ่อมแซมเครื่องใช้ไฟฟ้า
ด้วยตัวเอง

❑ การช่วยเหลือผู้ถูกไฟฟ้าดูด เช่น การห้ามใช้มือเปล่าหรือส่วนใดส่วนหนึ่งถูกตัวผู้ถูกไฟฟ้าดูด ให้ยืน
อยู่บนพื้นหรือวัสดุที่แห้ง และสวมรองเท้าพื้นยาง เพื่อป้องกันการถูกกระแสไฟฟ้าดูด

คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ

❑ สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖of๕๖๐๗de.pdf

หัวข้อ รู้หลักใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าถูกวิธี ช่วยชีวิตรอดปลอดภัย น.๔๐ - ๔๓





เรื่องที่ ๑๐: การเตรียมรับมือกับไฟไหม้

สอนเด็ก ๆ ให้เตรียมมือเมื่อเกิดเหตุไฟไหม้ ตามหัวข้อย่อยดังนี้

- ☐ การป้องกันเพลิงไหม้
- ☐ สิ่งที่ต้องทำเมื่อเกิดเพลิงไหม้ในกรณีต่าง ๆ เช่น กรณีไหม้นอกห้องเรียน กรณีติดอยู่ในวงล้อมของกองเพลิง
- ☐ หากไฟลุกลามติดเสื้อผ้า
- ☐ การหนีออกจากอาคารที่เกิดเพลิงไหม้

คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ

☐ สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖๐f๕๖๐๗de.pdf

หัวข้อ เพลิงไหม้ หายนะ เรียนรู้ ป้องกัน รู้ทันเพลิงไหม้ น.๕๐ - ๕๓





เรื่องที่ ๑๑: การช่วยเหลือตัวเองเบื้องต้นเมื่อได้รับอันตรายจากสารเคมี

สอนเด็ก ๆ ให้รู้จักรักษาตัวเอง เมื่อได้รับอันตรายจากสารเคมีที่เกิดจากผลิตภัณฑ์ในชีวิตประจำวัน หรือเกิดจากอุบัติเหตุที่ไม่คาดคิด ตามห่วย่อยดังนี้

- ☐ วิธีการรักษาเบื้องต้น หากได้รับอันตรายทางผิวหนัง
- ☐ วิธีการรักษาเบื้องต้น หากได้รับอันตรายทางดวงตา
- ☐ วิธีการรักษาเบื้องต้น หากได้รับอันตรายทางการสูดดม
- ☐ วิธีการรักษาเบื้องต้น หากได้รับอันตรายทางการรับประทาน

คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ

☐ สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖of๕๖๐๗de.pdf

หัวข้อ หลักการช่วยเหลือเบื้องต้น เมื่อได้รับอันตรายจากสารเคมี น.๖๑-๖๓



การปฏิบัติตัวกรณีก๊าซรั่วไหล





เรื่องที่ ๑๓: การใช้อุปกรณ์นิรภัยให้ถูกวิธี

สอนเด็ก ๆ ให้รู้จักใช้อุปกรณ์นิรภัยให้ถูกวิธี ตามหัวข้อย่อยดังนี้

- ☐ การใช้เข็มขัดนิรภัยอย่างถูกต้อง และข้อควรระวังในการใช้เข็มขัดนิรภัย
- ☐ การสวมหมวกนิรภัยอย่างถูกต้อง และการเลือกใช้หมวกนิรภัย

คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ

☐ สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖๐f๕๖๐๗de.pdf

หัวข้อ ใช้อุปกรณ์นิรภัยถูกวิธี ลดอันตราย ลดเสี่ยงตายจากอุบัติเหตุ น.๘๐-๘๔





เรื่องที่ ๑๔: การเอาตัวรอดเมื่อติดอยู่ในรถ

สอนเด็ก ๆ ให้เอาตัวรอดหากติดอยู่ในรถ โดยโรงเรียนบ้านปลาดาว www.facebook.com/SCHSE ได้มีการ
สาธิตการสอนให้เด็กเอาตัวรอดเมื่อต้องติดอยู่ในรถ เมื่อวันที่ ๑ มีนาคม ๒๕๖๕ ที่ผ่านมามาตามหัวข้อต่อไปนี้

📄 รู้จักระบบการทำงานของรถยนต์เท่าที่จำเป็นเฉพาะเพื่อเอาตัวรอด ประกอบด้วย

- แนะนำเกี่ยวกับระบบเชื้อเพลิงล้อคของรถยนต์
- แนะนำเกี่ยวกับระบบป้องกันการเปิดจากด้านใน
- การลดกระจกประตูลง
- การใช้สัญญาณไฟฉุกเฉิน
- การใช้แตร
- แนะนำให้เด็กมาเปิดประตูจากฝั่งคนขับ



📄 ดูภาพประกอบเพิ่มเติม

เฟสบุ๊ก โรงเรียนปลาดาว จังหวัดเชียงใหม่ Starfish

School: [www.facebook.com/๒๒๓๐๓๖๕๑๐๕๕๕๕๕๗/posts/๕๓๖๕๓๑๕๙๓๔๙๘๒๕๔/?d=n](https://www.facebook.com/๒๒๓๐๓๖๕๑๐๕๕๕๕๗/posts/๕๓๖๕๓๑๕๙๓๔๙๘๒๕๔/?d=n)



เรื่องที่ ๑๕: การรู้จักโรคระบาดต่าง ๆ

สอนเด็ก ๆ ให้รู้จักวิธีการป้องกัน สังเกตอาการ และข้อปฏิบัติต่าง ๆ ตามหัวข้อย่อยดังนี้

- ☐ เชื้อไวรัสโควิด ๑๙
- ☐ เชื้อไวรัสซิกา โรคจากยุงลาย
- ☐ โรคมือ เท้า ปาก
- ☐ โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่
- ☐ โรคไข้หวัดนก

คุณครูสามารถสอดแทรกเรื่องโรคระบาดอื่น ๆ ได้ หากในช่วงเวลานั้นเกิดโรคระบาดใหม่ (ชื่อโรคระบาดข้างต้น เป็นหัวข้อที่ยกตัวอย่างเท่านั้น)

คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ

☐ สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖of๕๖๐๗de.pdf

น.๑๑๕-๑๓๓





เรื่องที่ ๑๖: รู้จักเบอร์โทรฉุกเฉินของหน่วยงานต่าง ๆ

สอนเด็ก ๆ ให้รู้จักเบอร์โทรฉุกเฉินของหน่วยงานต่าง ๆ ในกรณีฉุกเฉิน

คู่มือประชาชนในการเตรียมตัวให้รอดปลอดภัยพิบัติ

สามารถอ่านรายละเอียดฉบับสมบูรณ์ ได้

ที่ www.disaster.go.th/upload/download/file_attach/๕๘cb๖๖of๕๖๐๗de.pdf

หัวข้อ หมายเลขโทรศัพท์ฉุกเฉิน น.๑๓๔-๑๓๗





16 วิชาเอาตัวรอดที่ควรสอนเด็กๆ ตั้งสักระวังเหตุร้ายในทุกสถานการณ์

- ❗ แม่เฝ้าเปลี่ยนสื่กล๊อบดินขุ่นข้น
เป็นสัญญาณเตือน น้ำเขียว ดินกล่ม
- ❗ หลีกเลียงการพืงเหล็กหรือตะตองโลหะเมื่อเปล้าเมื่อตัวชุ่มเหงื่อ
สวมรองเท้าพื้นยางและถุงมือยาง ในจุดเสี่ยงกระแสไฟรั่วไฟดูด
- ❗ น้ดลอบตัวในน้ำ จดจำวิธีสวมเสื้อชูชีพที่ถูกต้อง
ไม่ล้้มคาคล่อกรัดโคนขาเวลาลงเรือ
- ❗ มองหาทางออก EXIT ในทุกอาคารหรือพื้นที่ปิด
สังเกตทางหนีไฟในสถานที่ใหม่ที่ไม่คุ้นเคยเสมอ
- ❗ จำลองสถานการณ์ในภาคติดต่ออยู่ในรถตู้และรถแท็กซี่
สอนนับแต่ระขอความช่วยเหลือ เปิดหน้าต่าง
ระบายอากาศ ปลดล็อกประตูรถ

