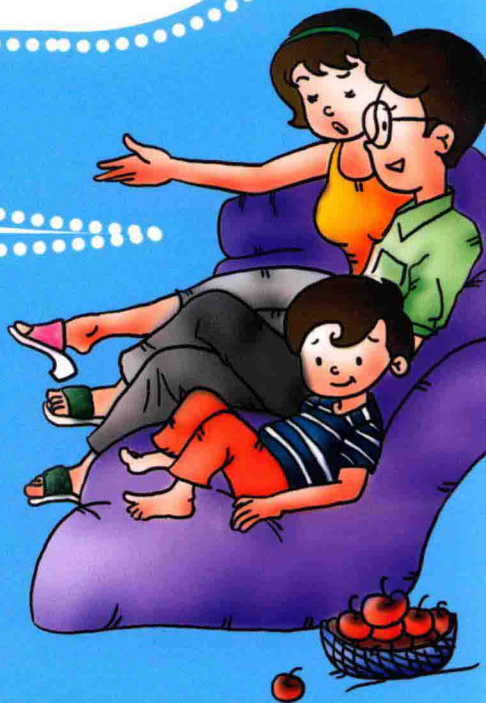


唱民谣 话安全

——北京市公共安全民谣征集活动获奖作品集

北京市民防局◎编

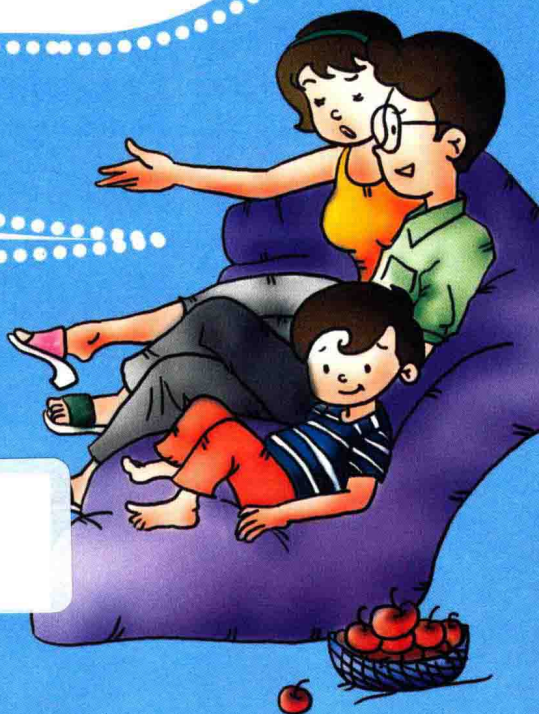


中国书籍出版社
China Book Press

唱民谣 话安全

——北京市公共安全民谣征集活动获奖作品集

北京市民防局 编



图书在版编目 (CIP) 数据

唱民谣 话安全 : 北京市公共安全民谣征集活动获奖作品集 /
北京市民防局编. — 北京 : 中国书籍出版社, 2013. 5

ISBN 978-7-5068-3459-9

I. ①唱… II. ①北… III. ①民谣—作品集—北京市—当代 IV. ①I277.21

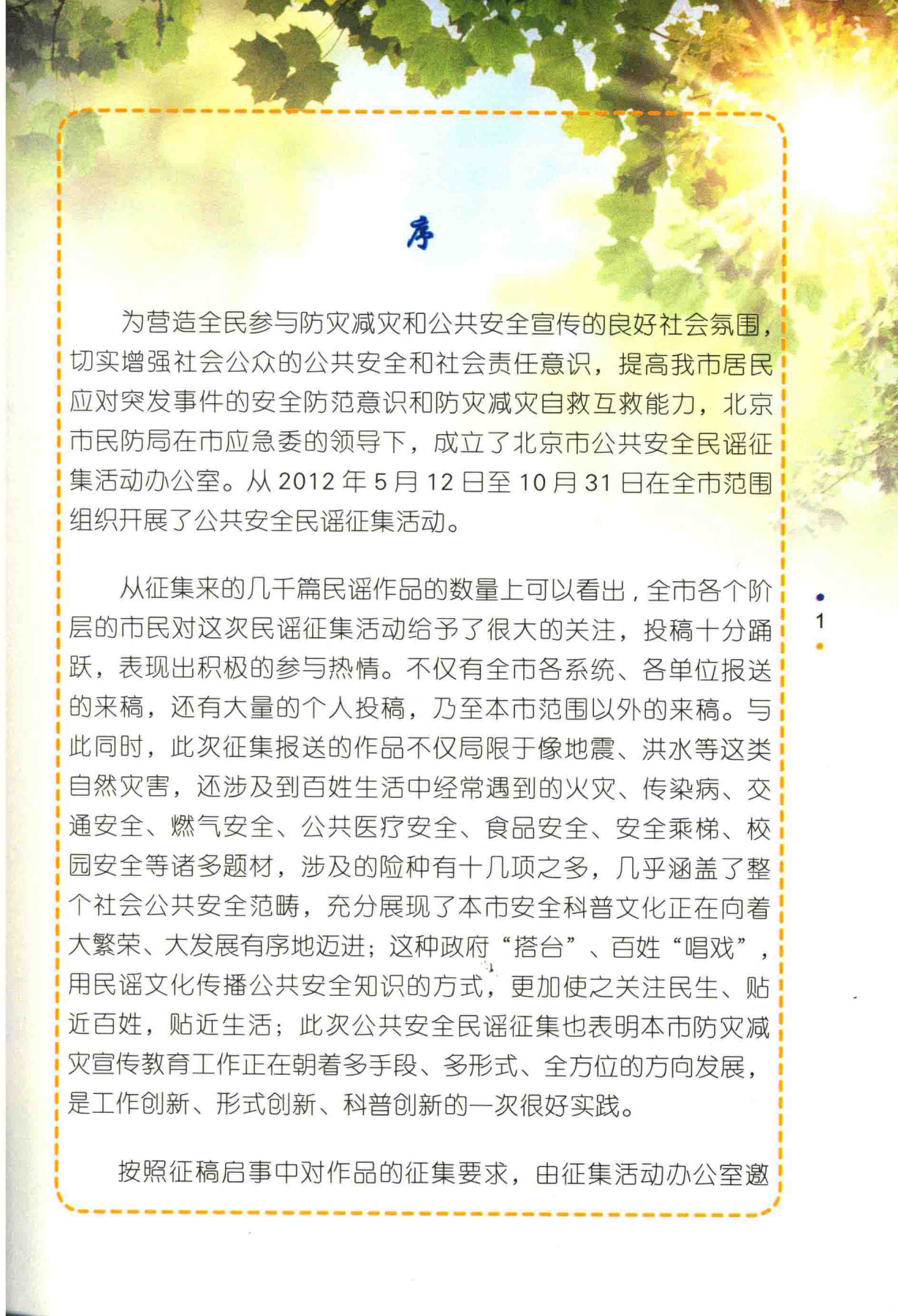
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 070236 号

唱民谣 话安全 : 北京市公共安全民谣征集活动获奖作品集
北京市民防局 编

-
- | | |
|------|---|
| 策划编辑 | 刘路 |
| 责任编辑 | 刘路 |
| 责任印制 | 孙马飞 张智勇 |
| 封面设计 | 展 华 |
| 出版发行 | 中国书籍出版社 |
| | 地址: 北京市丰台区三路居路 97 号 (邮编: 100073) |
| | 电话: (010) 52257143 (总编室) (010) 52257153 (发行部) |
| | 电子邮箱: chinabp@vip.sina.com |
| 经 销 | 全国新华书店 |
| 印 刷 | 北京京海印刷厂 |
| 开 本 | 710 毫米 × 1000 毫米 1/16 |
| 印 张 | 13 |
| 字 数 | 100 千字 |
| 版 次 | 2013 年 5 月第 1 版 2013 年 5 月第 1 次印刷 |
| 书 号 | ISBN 978-7-5068-3459-9 |
| 定 价 | 38.00 元 |
-

版权所有 翻印必究





序

为营造全民参与防灾减灾和公共安全宣传的良好社会氛围，切实增强社会公众的公共和社会责任意识，提高我市居民应对突发事件的安全防范意识和防灾减灾自救互救能力，北京市民防局在市应急委的领导下，成立了北京市公共安全民谣征集活动办公室。从2012年5月12日至10月31日在全市范围组织开展了公共安全民谣征集活动。

从征集来的几千篇民谣作品的数量上可以看出，全市各个阶层的市民对这次民谣征集活动给予了很大的关注，投稿十分踊跃，表现出积极的参与热情。不仅有全市各系统、各单位报送的来稿，还有大量的个人投稿，乃至本市范围以外的来稿。与此同时，此次征集报送的作品不仅局限于像地震、洪水等这类自然灾害，还涉及到百姓生活中经常遇到的火灾、传染病、交通安全、燃气安全、公共医疗安全、食品安全、安全乘梯、校园安全等诸多题材，涉及的险种有十几项之多，几乎涵盖了整个社会公共安全范畴，充分展现了本市安全科普文化正在向着大繁荣、大发展有序地迈进；这种政府“搭台”、百姓“唱戏”，用民谣文化传播公共安全知识的方式，更加使之关注民生、贴近百姓，贴近生活；此次公共安全民谣征集也表明本市防灾减灾宣传教育工作正在朝着多手段、多形式、全方位的方向发展，是工作创新、形式创新、科普创新的一次很好实践。

按照征稿启事中对作品的征集要求，由征集活动办公室邀

请相关人员组成了专家评审组，负责对征集的公共安全民谣进行分类筛选、获奖评选。从民谣创作的文学特点，对预防灾害知识点的正确把握，以及语言词汇的运用等方面进行了多次认真的评判。本着入选获奖民谣应该通俗易懂、有较强的艺术感染力；篇幅上力求短小精悍、易读易记；语言上生动活泼、朗朗上口，节奏感强、韵律感强、利于传播传唱等几个方面尽可能完美的原则，评审组的同志对每一篇来稿都做到一丝不苟、认真阅读、反复斟酌、相互切磋，在取得一致意见的基础上，最后完成了各个奖项的评选工作。

值得一提的是，本书不仅刊载了部分获奖作品，并配有精美的漫画插图，还收录了有关公共安全与防灾减灾基础知识，因而更加具有可读性、实用性和可操作性。我们相信这本书的出版，其社会效益远大于作品本身的文化内涵，是践行党的十八大提出的民生理念，全面建成小康社会实现中国梦的一次有益尝试，将对提高首都市民防灾减灾、公共安全应急避险的意识和能力，有所启迪、有所帮助，这也正是主办者进行这次民谣征集、评奖、出书活动的初衷所系。

是为序。

北京市民防局局长

刘宝杰

2013年4月

目录

地震安全篇

防震安全童谣	◎李佳欣 /2
地震来了怎么办	◎姜连明 /3
校园防震歌	◎王志芳 /3
地震避险要做到	◎张玉红 /4
防震减害小民谣	◎李 迪 /4
避震要点我知道（皮筋谣）	◎李永森 /5
地震歌谣	◎姜玉红 /7
学校避震口诀	◎梁 杰 /7
地震前兆民谣	◎张合青 /9
地震防护民谣	◎王夏颖 /10
地震	◎徐关少杰 /11
震后应急避险谣	◎杨 师 /13
地震灾害预防篇	◎刘 娜 /14
避震歌	◎赵振明 /15
地震来时您别慌	◎赖思岑 /16
地震避险小民谣	◎周元元 /17
防震知识学几招	◎崔 倩 /17

消防安全篇

消防安全三字经	◎陈东坡 /20
森林火灾避险三字经	◎王 东 /20
森林火灾避险民谣	◎任久生 /21
公交车火灾应急避险歌谣	◎王晶晶 /23
楼房火灾逃生谣	◎杨连宝 /24
火灾逃生歌	◎王 芸 /26
家庭火灾要防范	◎赵盼婕 /27
七言消防歌谣	◎范 豪 /28
火灾紧急逃生	◎王 璨 /29
大家来唱消防歌	◎李羽棋 /30
火灾逃生自救谣	◎都建军 /32
消防民谣	◎雷 诺 /32
防火歌	◎樊秀棠 /34
防火减灾宣传篇	◎陈广珍 /35
消防常谈您别烦	◎刘学长 /36
消防民谣	◎秦鹏宇 刘 钢 /37
应急民谣——火灾篇	◎马云飞 /38
星星之火莫小瞧	◎武成潮 /39
预防火灾儿歌	◎杨 彪 /40
高楼防震歌	◎赵孟宇 /40
小学生防火歌谣	◎白佳麟 /41
油锅着火须提防	◎郑 乐 /42
防灾减灾应急避险民谣	◎马丽安 /44

交通安全篇

行车三字经	◎降玉军 /46
地铁停电应急避险	◎侯蕊 /47
文明驾驶小歌谣	◎刘方媛 /49
高速公路行车紧急避险	◎齐美娟 /50
行车安全想一想	◎福振东 /52
驾车涉水小民谣	◎石久英 /53
交通安全心中记	◎董诺言 /55
小学生交通安全儿歌	◎秦川 张玉伟 /56
过马路看信号	◎戴小东 赵思琦 /58
行路歌	◎高鹏万 /59
骑车安全谣	◎刘智慧 /59
上学交通安全儿歌	◎焦启旋 /60
地铁应急避险民谣	◎刘畅 /61
学生交通安全歌	◎于立红 /61
老人外出保安康	◎曲世新 /62
地铁应急逃生歌	◎北京地铁运营公司 /64



燃气安全篇

- | | |
|--------------|----------|
| 预防煤气中毒----- | ◎刘向辉 /66 |
| 防煤气中毒----- | ◎唐国利 /67 |
| 防煤气 保安全----- | ◎赵玉良 /67 |
| 燃气泄露巧处理----- | ◎曹富强 /68 |

家庭安全篇

- | | |
|----------------|----------|
| 在家自救三字谣----- | ◎张建兵 /70 |
| 应急避险有高招----- | ◎张雨寒 /71 |
| 驴友谣----- | ◎于书江 /72 |
| 避险民谣----- | ◎温宝才 /74 |
| 供水安全歌谣----- | ◎王 春 /75 |
| 应急避险小歌谣----- | ◎吴佳洁 /76 |
| 居民日常生活民谣----- | ◎商 宏 /78 |
| 晕厥急救民谣----- | ◎李翠芳 /79 |
| 公共安全拍手歌----- | ◎温慧强 /81 |
| 防电老虎----- | ◎张全会 /82 |
| 有人溺水怎么办----- | ◎张 峻 /84 |
| 避险须知----- | ◎李晓兰 /85 |
| 安全用电民谣----- | ◎王 婷 /86 |
| 预防结核病传染歌谣----- | ◎王慧剑 /87 |
| 应急避险民谣----- | ◎马玉平 /89 |

应急避险民谣	◎王丽荣 /90
安全民谣	◎李 伟 /91
动物检疫须知	◎李 满 /93
人人要做安全员	◎鹿呈林 /93
避灾难保平安	◎刘金燕 /95
安全用电放头条	◎杨宝义 /96
平安幸福数来宝	◎叶 华 /97
坡西社区应急避险歌	◎杜九祎 /98
登山安全民谣	◎高英卫 /100
防灾避险很重要	◎李 伟 /101
避险平安歌	◎辛长江 /102
火灾预防歌	◎刘泽政 /103
地震来临莫慌张	◎匙逸凡 /105
游泳安全谣	◎李 莹 /106
安全乘电梯歌	◎郝金贵 /107
灾后防疫谣	◎吴占友 /109
防骗民谣	◎丁莉娜 /110
应急避险民谣	◎齐续清 /111
应急自救谣	◎李仕刚 /112
电梯避险歌	◎钱 珊 /113
安全生产民谣	◎游兴峰 /114



食品安全篇

- 预防扁豆中毒歌—————◎郑 菲 /116
 会吃扁豆防中毒—————◎闫 捷 /117
 食品安全歌—————◎刘承锋 /118
 安全饮食 20 句谣—————◎李学勤 /119
 超市安全民谣—————◎付安平 /121
 中水不能饮—————◎刘天江 /122
 预防食物中毒—————◎杨明波 /123
 饮水异常应对措施民谣—————◎刘宇婷 /124

气象安全篇

- 暴雨五点诀—————◎彭 森 /126
 恶劣天气出行—————◎栾 奕 /127
 防雷雨歌谣—————◎郑建山 /129
 洪水谣—————◎马培林 /130
 暴雨天气自救歌—————◎姜学红 /131
 防雾霾—————◎韩泽京 /132
 牢记“七二一”—————◎杨义龙 /133
 暴雨避险—————◎金艳芳 /134
 下雨天保安全—————◎王 琳 /135
 预防雷电民谣—————◎蒋学飞 /137
 不测风云人人防—————◎李素艳 /138

暴雨出行防滑坡	◎贾婷婷 /139
防雨减灾民谣	◎徐家祥 /141
防雷暴歌	◎李晓琳 徐丹凤 /142
水灾避险歌	◎马淑英 /143
防灾我有招	◎昌平区文化馆 /145
防雷电篇	◎丁久哥 /146
避雷安全歌	◎刘 鹏 /147
防雷击歌谣	◎王宝仁 /149
洪涝过后心不乱	◎张 超 /151
暴雨前兆谣	◎姜 燕 /152
预防暴风雪民谣	◎赵焕勇 /153
防沙尘暴歌谣	◎姚慧滢 /153
防汛防灾很重要	◎张 信 /155
暴雨预警歌	◎赵 慧 /155
雷雨天气	◎王旭阳 /157
倾盆暴雨哗哗哗	◎郑 彤 /158
防雷雨应急避险民谣	◎张 健 /159

防空安全篇

人民防空民谣	◎王智利 /162
防空袭三字经	◎谷建华 /163



安全知识篇

地震应急避险知识	166
汛情四色知识	168
北京市红十字会的应急救护工作	171
家庭防灾知识	173
交通安全知识	176
人防（民防）基础知识	178
新中国人民防空发展史	182
市公安局预防煤气中毒宣传常识	185
卫生防疫知识	187
后记	193



地震安全篇

防震安全童谣

◎李佳欣

小花狗，汪汪叫，大公鸡，飞上墙。
灯在动，屋在晃，地震了，要遭殃。
同学们，不要慌，听指挥，勿紧张。
桌底下，墙角旁，躲一躲，藏一藏。
别跳楼，不扒窗，同学间，互相帮。
走楼梯，去操场，有秩序，别乱闯。
在平地，远离墙，在城市，去广场。
信自己，信师长，小朋友，记心上。



地震来了怎么办

◎姜连明

地震屋塌房又倒，保持镇静别乱跑。
室外广场空旷地，避险安全最牢靠。
紧急可躲床桌下，内墙根角危险小。
勿近门窗和阳台，使用电梯不能要。
避开高大建筑物，忌近高压立交桥。
山脚陡崖防石滚，远离水边防波涛。

校园防震歌

◎王志芳

叮铃铃，叮铃铃，上课铃声似百灵。
老师讲，同学听，课堂讨论兴趣浓。
忽然间，桌椅动，屋顶电灯晃不停。
警报响，急疏散，老师同学不惊恐。
师疾呼，桌椅下，手举书包护头顶。
不哭闹，不乱跑，相互安慰情意重。
稍平息，讲秩序，老师引导紧跟定。
下楼梯，手扶墙，弯腰低身要镇静。
埋废墟，先自救，保持体力待援兵。
空旷处，听指挥，紧急避险保生命。

地震避险要做到

◎张玉红

地震袭来要记牢，寻求自保十二秒。
集体逃生有秩序，沉着冷静莫乱跑。
不要靠近玻璃窗，书本书包保护脑。
平房可以离现场，楼房卫生间里好。
赶快贴紧坚固墙，各自就近安全找。

埋在废墟莫哭闹，保存体力最重要。
补充水分和食物，等待救援不动摇。
震后远离危险地，楼房河岸立交桥。
只要这些都做到，生命安全可以保。

防震减灾小民谣

◎李 迪

地震来临莫惊叫，头顶软物防砸到。
不要急于向外逃，屈身抱头躲墙角。
服从命令听指挥，有序疏散别乱跑。
一旦不幸埋废墟，保存体力莫哭闹。
想尽办法补水食，敲击铁管把警报。
寻求救援待时机，创造奇迹把命保。