

北京市政府提倡
首都市民阅读安全知识普及读物
权威·详尽·生动·实用

AQ
n Quān
首都市民安全丛书

ShouDuShiMinAnQuanChangShi

首都市民安全常识

安全——我們永恒的旋律



改革出版社

TDDF

首都市民安全常识

刘淇 主编

改革出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

首都市民安全常识 / 刘淇主编. — 北京: 改革出版社,

1998.9

ISBN 7-80143-166-9

I. 首… II. 刘… III. 安全教育—北京—通俗读物 IV. X
925

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 25178 号

首都市民安全常识

刘淇 主编

改革出版社出版发行

社址: 北京市东城区安德里北街 23 号

邮政编码: 100011

深圳文博精品印刷包装有限公司印刷

新华书店经销

1998 年 9 月第 1 版

1998 年 9 月第 1 次印刷

850 × 1168 毫米 1/32 3.50 印张 100 千字

印数: 00001—100000 册

ISBN 7-80143-166-9/G·009

定价: 12.80 元

编委会主任： 刘淇

编委会副主任： 刘志华 何卓新 尤兰田

编委会委员： 凌 秋 张立华 李全福
郭积勇 马振川 刘瑞祥
沈 强 刘德辉

编写人员： 刘 岩 张连宏 李炳熙
曹 锋 刘炳轩 宋金荣
王树奇 高永富 张 杰
魏丽萍 张 贤 丁 冰
罗 云 韩海涛 张 威



北京是伟大祖国的首都，是全国的政治、文化中心。在迈向现代化国际大都市和“首善之区”的征途中，北京的安全文明的建设十分重要。

改革开放二十年来，北京的经济快速发展，城市建设日新月异，人民生活水平不断提高。安全工作坚持“安全第一，预防为主”的方针，经过各地区、各部门、各单位的共同努力，也取得很大成绩。但仍然存在一些灾害态势和不安全隐患。据统计，全市每年因交通、工伤、火灾、煤气中毒等意外事故造成上千人死亡，不仅给国家和人民生命财产带来严重损失，也在一定程度上影响了首都的经济发展和社会稳定。因此，搞好安全工作，对于保障改革开放，促进经济发展，保持社会稳定意义重大。

保障安全是造福于人民的伟大事业。有效的减少意外事故和预防灾害，建立良好的安全环境和秩序，是安居乐业、国泰民安的重要标志，也是首都两个文明建设的重要内容。建设安全文明城市，涉及到社会安全、生产安全、家庭安全、学校安全等诸多方面。进一步做好安全工作，一项重要的基础工作就是提高全体市民的安全素质，增强全体市民的安全意识，普及必要的安全知识和安全技能，使“遵章守纪、防止灾害、杜绝隐患，保障安全”成为全体市民的自觉行动。这就要求每一个首都市民无论在社会公共生活、职业生活，还是家庭生活方面，都应该自觉地、规范地、积极地为我们共同的安全生活相互协助，共筑安全生活大厦，共建首都安全。

我希望《首都市民安全常识》的出版，既能够为首都的安全文化建设添砖加瓦，又能够为首都人民的安全生活提供帮助和指南。让我们生活和工作在首都的全体市民共同携起手来，为“首善之区”的崛起兴旺和祥和安定而努力奋斗。

中共北京市委书记

北京市市长

一九九八年四月

第一篇 都市安全文化

第二篇 消防安全

- 消防安全基本知识
- 家庭防火
- 学校防火
- 公共场所防火
- "严禁烟火"重地安全
- 林区防火
- 电器防火
- 正确使用灭火器
- 火灾自救

第三篇 交通安全

- 行人安全
- 骑车安全
- 驾车安全
- 乘车安全
- 高速公路安全
- 铁路道口安全
- 安全乘坐地铁
- 安全乘坐火车
- 安全乘坐飞机
- 安全乘坐轮船
- 交通安全标识

- 公共安全标识
- 会议及大型活动安全
- 高压线路安全
- 防范高空坠落物
- 施工场所安全
- 游乐安全
- 电梯安全

第四篇 公共安全

第五篇 家庭安全

一、居家安全

- 预防家庭危害
- 家庭防触电
- 预防食物中毒
- 预防煤气中毒
- 配备家庭灭火器

二、外出安全

- 游泳安全
- 防止中暑
- 登山安全
- 放飞风筝安全

第六篇 学校安全

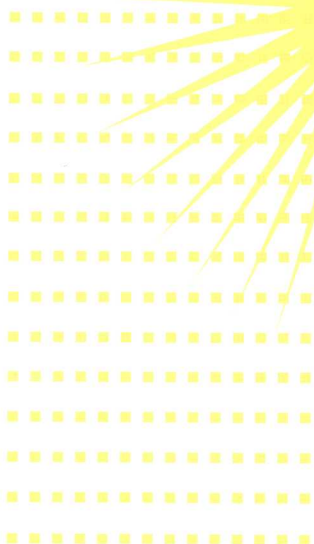
- 课余活动安全
- 实验室安全
- 锻炼讲安全
- 春游安全常识



3

第七篇 职业安全

- 安全生产
- 劳动安全卫生法规
- 劳动者的权力义务
- 个人安全防护
- 职业病防范
- 因工伤亡事故及其认定
- 工厂安全
- 办公室安全
- 建筑安全
- 化学危险品安全
- 防火防爆
- 工业用电安全
- 机械安全
- 防毒防尘



第八篇 应急与自救

- 报警电话：110、119、120 ■■■■■■
- 人工呼吸 ■■■■■■
- 胸外心脏挤压法 ■■■■■■
- 煤气中毒急救 ■■■■■■
- 外伤急救 ■■■■■■
- 烫伤与冻伤急救 ■■■■■■
- 骨折的急救 ■■■■■■
- 触电急救 ■■■■■■
- 食物中毒急救 ■■■■■■
- 气管异物急救 ■■■■■■
- 溺水急救 ■■■■■■
- 昏厥急救 ■■■■■■
- 中暑急救 ■■■■■■
- 交通事故急救 ■■■■■■

第九篇 安全防范

- 家庭安全防范
- 邻里互助保安全
- 防扒窃常识
- 家庭防盗常识
- 见义勇为

■	■	■	■	■
■	■	■	■	■
■	■	■	■	■
■	■	■	■	■
■	■	■	■	■
■	■	■	■	■
■	■	■	■	■
■	■	■	■	■
■	■	■	■	■
■	■	■	■	■

第十篇 灾害防范

- 城市灾害种种
- 城市防洪
- 城市防风
- 城市防雷电
- 城市防震
- 市民防震应急防范

■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■

DSAQWH

都市安全文化

DUSHI ANQUAN WENHUA

第一篇

- 都市现代化与安全生活
- 首都市民安全素质
- 了解常用安全法规
- 掌握基本安全技能

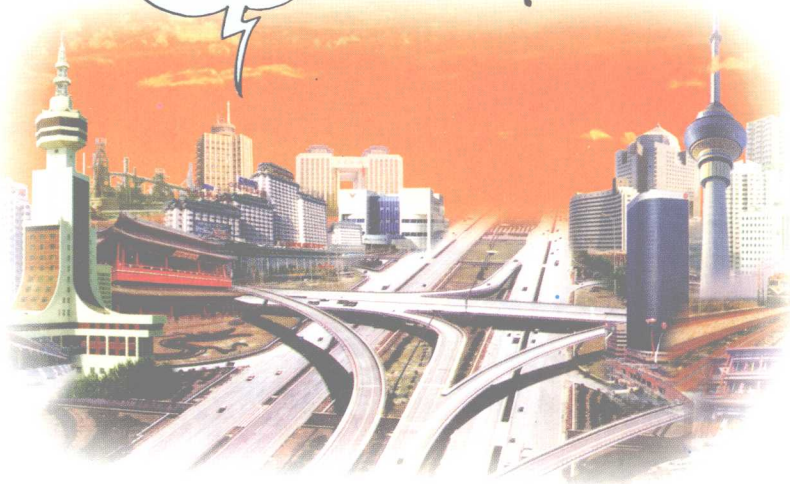


第一篇 都市安全文化

都市现代化与安全生活

火灾、风灾、地震、泥
石流、山体滑坡、水灾

.....



都市安全文化

都市现代化
与安全生活

都市现代化与安全生产

3

★ 生活需要安全，城市现代化更需要安全。北京作为一个千年古都和向国际化迈进的大都市，同样也面临着一些灾害态势和不安全隐患。从自然灾害的威胁看，北京面临着水灾、风灾、地震、泥石流、山体滑坡等灾害；从城市现代化生活中的人为灾害看，北京存在着交通、工伤、火灾、溺水、煤气中毒、食物中毒等事故和事故隐患。城市安全日益成为影响首都发展的重要问题。

第一篇 都市安全文化

首都市民安全素质

★ 作为“首善之区”的市民，应具备以下三个方面的安全素质：

1、树立安全意识：城市安全随着现代化的发展，变得越来越重要。我们不仅要善待生命，还要增强健康意识、风险意识、防范意识、科学意识和守法意识。

2、懂得安全知识：了解公共生活、职业生活、家庭生活中基本的安全知识，如什么是危险物质、危险场所；如何预防事故和危害。

3、掌握安全技能：掌握现代人安全生活的基本技能，如火灾报警，灭火器的使用，公共场所遇险的正确逃生，事故灾害发生时的应急方法，以及生活中防范事故的方法和技能。



5

目前,我国已颁布的与城市相关的重要安全法律法规已有100多项,有关安全技术标准已有400多项。了解这些法规本身就会增加安全意识,就能掌握安全知识。自觉遵守这些法规,就会规范安全行为,提高安全素质。

第一篇 都市安全文化

掌握基本安全技能

★ 第一、家庭生活技能

1、家庭防害。家庭装修装饰要选择无污染、阻燃的材料，正确使用、妥善保管杀虫剂、洗涤剂等有毒有害的生活用品，预防微波炉、电视机、移动电话等电磁辐射。

2、家庭防险。家庭设计要充分考虑安全因素，防止意外烫伤、触电、煤气中毒等。学会使用灭火器；掌握应急自救方法。

3、家庭保安。家庭生活要充分考虑来自社会的不安全因素的侵扰，掌握防盗、防骗等安全生活的知识和技能，配备必要的家庭安全设施。

6

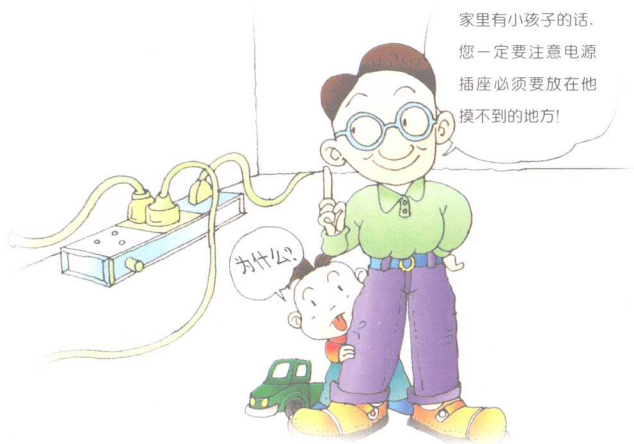
第二、公共 安全生活 技能

遵守公共生活的规范，掌握相关安全知识与技能，是公共安全的基础。如：

在各种公共场所，要熟悉安全通道。遇到意外时，要掌握自救和救助他人的方法。

第三、劳动安全技能

作为首都市民，无论从事何种职业，都应熟知相关的安全知识，掌握有关的安全操作技能和防范危害的技能。

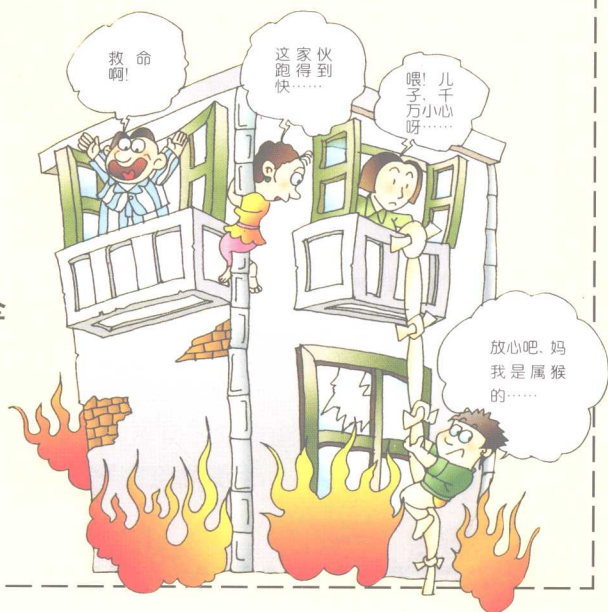


X F A Q

消 防 安 全

第二篇

- 消防安全基本知识
- 家庭防火
- 学校防火
- 公共场所防火
- “严禁烟火”重地安全
- 林区防火
- 电器防火
- 正确使用灭火器
- 火灾自救



消防安全基本知识

★ 现代生活中，人们离不开火，火给我们带来温暖和光明，但如果使用不当，也给我们带来损失和危害。

燃烧需要三个基本条件：火源、可燃物、助燃物(通常是空气)，有效地管理好可燃物，控制火源，避免三者之间相互作用，是防止火灾的基本方法和手段。

火源大致有三类：

(1)明火。如火柴、燃气炉、热水器等。各种电器由于安装或质量问题同样会成为火源。

(2)生产性火源。如电焊、汽车发动机、工业锅炉等。

(3)自然火源。雷电、静电是自然形成的火源。

可燃物有三种：(1)固体可燃物。如：木材、纸张、布匹等。

(2)可燃液体。如：汽油、油漆、酒精等。

(3)可燃气体。如：煤气、天然气、液化石油气、乙炔气等。

