

# 臺北市西湖實驗國民中學 111 學年度第一學期 複合式災害（防空、地震）疏散避難演練實施計畫

111.08.19

## 壹、依據

- 一、行政院 111 年 6 月 29 日院臺忠字第 1110180000 號函頒「111 年國家防災日推動綱要計畫」。
- 二、教育部校園災害管理工作手冊及教育部 111 年度國家防災日各級學校及幼兒園地震避難掩護演練實施計畫。
- 三、臺北市政府教育局 111 年萬安 45 號演習防空疏散避難演練實施計畫（草案）。
- 四、臺北市地區災害防救計畫。
- 五、臺北市中等學校及國民小學防災應變重點教育實施計畫。

## 貳、目的

- 一、因應國際情勢，持恆居安思危與熟練防空作為，強化學校進行防災與安全創意教學，增進學生對防災與安全的知覺、技能、行動及價值觀，培養具有環境與防災素養的公民。
- 二、提升學校災害防救意識，強化師生災害應變處理能力，增進學校成員進行減災、防災動力，提升學校的抗災能力，有效減低災損，以維護校園及師生安全。

## 參、實施方式

### 一、教育宣導

- （一）運用新生訓練、朝、週會等集會時間，實施防震、防汛、防火等防災宣導或安排相關演講。
- （二）運用學校網站、跑馬燈、公佈欄及各班教室公布欄等張貼防災救難知識宣導。
- （三）結合各領域教師課程，採取融入式教學，進行防災救難基本知識宣導。
- （四）運用教職員工集會或開會時間，安排相關演講或宣導。

### 二、本學期複合式防災演練時程如下（納入學校行事曆）

- （一）第 1 次預演：9/12（星期一）7:45-08:20 複合式災害（防空、地震）避難及疏散演練（有預警）。
- （二）第 2 次預演：9/16（星期五）7:45-08:20 複合式災害（防空、地震）避難及疏散演練（無預警）。
- （三）正式演練：9/21（星期三）9:00-09:40 複合式災害（防空、地震）避難及疏散演練。

肆、參加對象：全校教職員工及全體學生

伍、預期效益：

- 一、藉由本活動規劃、演練，模擬發生空襲、地震等災害情況，增強緊急危難時應變處理能力。
- 二、透過實際演練檢視學校災害處置能力及各項災害應變流程，整合災害應變效能，作為日後災害處置參考經驗。
- 三、藉以強化學校災害防救災應變處置暨善後復原重建作業能力。

陸、其他事項

- 一、地震避難掩護演練若遇重大天然災害或不可抗拒因素，得決定活動停止或延期辦理。
- 二、配合教育局最新修訂「臺北市各級學校暨教育機構因應嚴重特殊傳染性肺炎防疫教育總指引」，做好相關防疫措施，並視疫情變化滾動調整。
- 三、避難引導人員在引導避難時，應特別注意行動不便或有特殊情況的學生需求。

柒、參考資料

- 附件 1、複合式災害疏散避難演練任務分工表
- 附件 2、國家防災日災害疏散避難演練時序動次表
- 附件 3、防空疏散位置分配表
- 附件 4、臺北市高級中等以下學校防空疏散避難演練行動指引
- 附件 5、地震避難掩護演練流程及注意事項
- 附件 6、學校地震避難掩護應變參考程序
- 附件 7、緊急避難疏散地圖

柒、本計畫敬陳校長核可後實施，修正時亦同。

# 附件 1

## 複合式災害（防空、地震）疏散避難演練任務分工表

緊急應變小組	負責人	組 員	負 責 工 作
指揮中心	指揮官：謝勝隆校長 指揮官代理人：李坦營主任 發言人：張景朝主任		負責指揮、督導、協調一切防災應變事宜。 負責統一對外發言、通報中心受災情形、目前處置狀況等。
通報組 (教務處)	李苑琪 (組長)	搜救失蹤師生責任區	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 臨災戒備時，加強天然災害相關預警通報資訊掌握，提供災情研判，採取緊急應變措施。</li> <li>2. 協助搜救受災人員。</li> <li>3. 通報應變中心已疏散人數、收容地點、災情及學校教職員、學生疏散情況。</li> <li>4. 負責蒐集、評估、傳播和使用有關於災害與資源狀況發展的資訊。</li> <li>5. 負責協調聯繫各組之運作。</li> </ol>
		廖家慧(科學樓 3F-5F) 王怡仁(科學樓 3F-5F) 林欣穎(倫理樓 3F-5F) 黃建銓(倫理樓 3F-5F) 鄭淑玲(倫理樓 3F-5F) 陳昕楷(倫理樓 1F-2F) 林采晴(倫理樓 1F-2F)	
避難引導組 (學務處/ 研發處)	張文建 (主任)	疏散引導責任區 (各樓梯出口 1 樓)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分配責任區，協助疏散學校教職員、學生至集合地點。</li> <li>2. 清點學生及教職員人數。</li> <li>3. 選定適當地點作為臨時避難地點。</li> <li>4. 協助登記至避難所人員身分、人數。</li> <li>5. 設置服務站，提供協助與諮詢。</li> </ol>
		李易軒(2 號梯口) 溫崇弦(3 號梯口) 李芝瑩(4 號梯口) 林哲淵(5 號梯口) 陳怡婷(6 號梯口) 李星瑩(8 號梯口) 陳傳玲(9 號梯口) 各班導師(任課老師)： 隨班級疏散	
搶救組 (總務處/ 警衛室)	周仰慈 (組長) (中正樓 1F)	搜救失蹤師生責任區	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 受災學校教職員生之搶救及搜尋。</li> <li>2. 強制疏散不願避難之學校教職員生。</li> <li>3. 清除障礙物協助逃生，。</li> <li>4. 維護學校災區及避難場所治安。</li> <li>5. 協助學區周遭受災民眾至避難所，協助登記身份、人數。</li> <li>6. 各項物資準備及一切後援事宜。</li> </ol>
		范榮雄(中正樓 3F-5F) 林姿伶(中正樓 3F-5F) 陳清旗(中正樓 1F-2F) 林錦輝(中正樓 1F-2F) 翟筱梅、王紀荃、二哨 保全-呂哲毅(活動中心 1F-4F)	

<b>安全防護組</b> (研發處/ 人事室/ 會計室/ 警衛室)	高毓璇 (主任)	陳胤吟 洪三富 林盈君 上午保全-吳忠霖 下午保全-翁昌昇	1. 協助發放生活物資、糧食、飲水等。 2. 各項救災物資之登記、造冊、保管及分配。 3. 協助設置警戒標誌及交通管制。 4. 防救災設施之操作。 5. 避難所之開設及維護學校災區、避難場所治安。
<b>緊急救護組</b> (輔導室/ 健康中心)	余幸秀 (主任)	王美華(急救站) 林好芳(急救站) 董晏伶(急救站) 王翊護(急救站) 賴妍方(急救站) 陳雁白(急救站) 紀佩如(心理復健與輔導) 孫詠晴(急救站)	1. 專責人員協助特教學生疏散。 2. 檢傷分類、基礎救護；重傷患者，戒護送醫治療。 3. 災後心理復健與輔導。 4. 急救常識宣導。 5. 提供紓解壓力方法。

\* 各任務編組間人員互為代理人。

\* 未分配工作之人員請隨所屬處室支援。

**臺北市 111 年度國家防災日各級學校及  
幼兒園複合式災害疏散避難演練時序動次表**

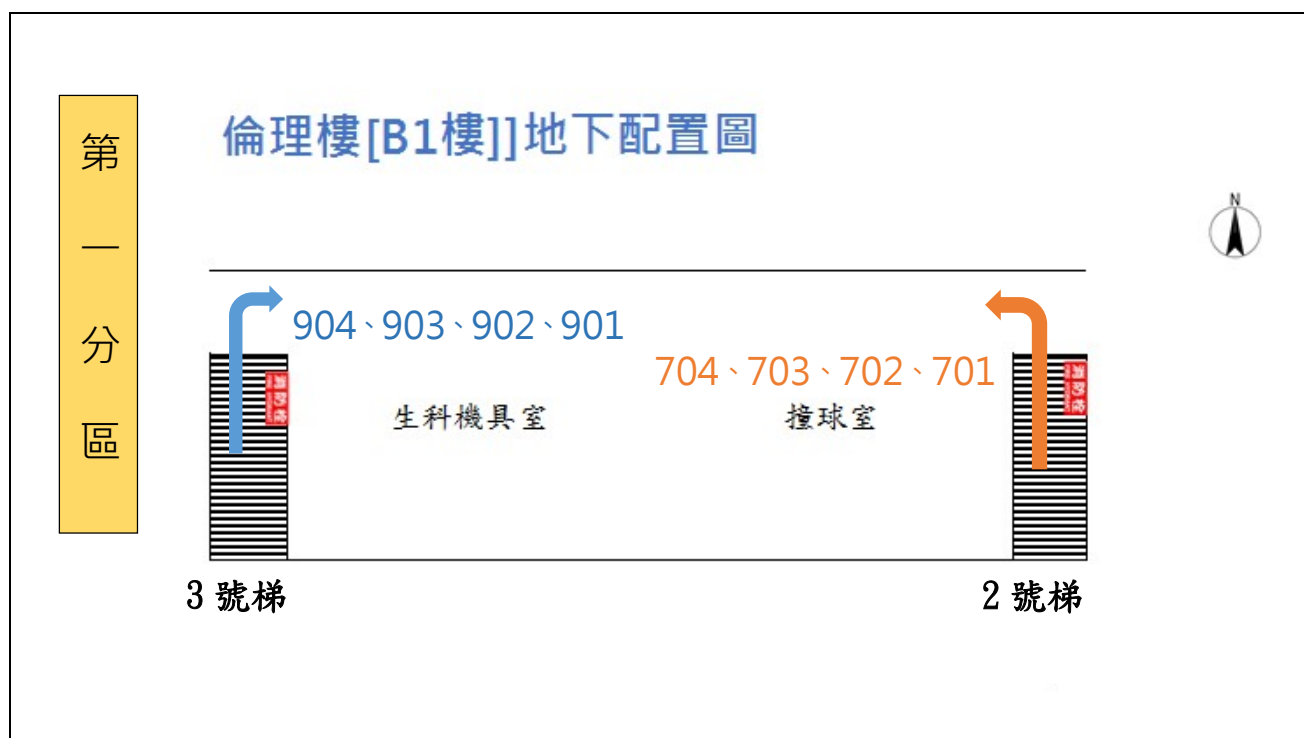
日期：111 年 9 月 21 日（星期三）

地點：學校

起迄時間	使用時間	動次內容	負責人	地點
上午 8 時 45 分 至 上午 9 時	15 分鐘	府級長官 演練簡報 (僅中籤學 校需實施)	校長	一樓穿堂 (或學校 自行律定)
上午 9 時 至 上午 9 時 2 分	1 分 鐘 55 秒	空襲警報發布	依各校 任務編組律定	全校 (運用廣播系 統自行發布)
上午 9 時 至 上午 9 時 19 分	19 分鐘	實施防空 疏散避難演練	依各校 任務編組律定	防空避難處所
上午 9 時 19 分 至 上午 9 時 21 分	1 分 鐘 30 秒	空襲警報解除  留在原地因應 地震警報聲響 起時就地避難	依各校 任務編組律定	防空避難處所 (運用廣播系 統自行發布)
上午 9 時 21 分 至 各校演練時間自行 律定	約 30 分鐘	實施地震 避難疏散演練 (統由中央氣象局 強震預警系統發 布地震演練訊號)	依各校 任務編組律定	防空避難處所 (就地避難)  地震避難 疏散地點 (疏散與 清查人數)

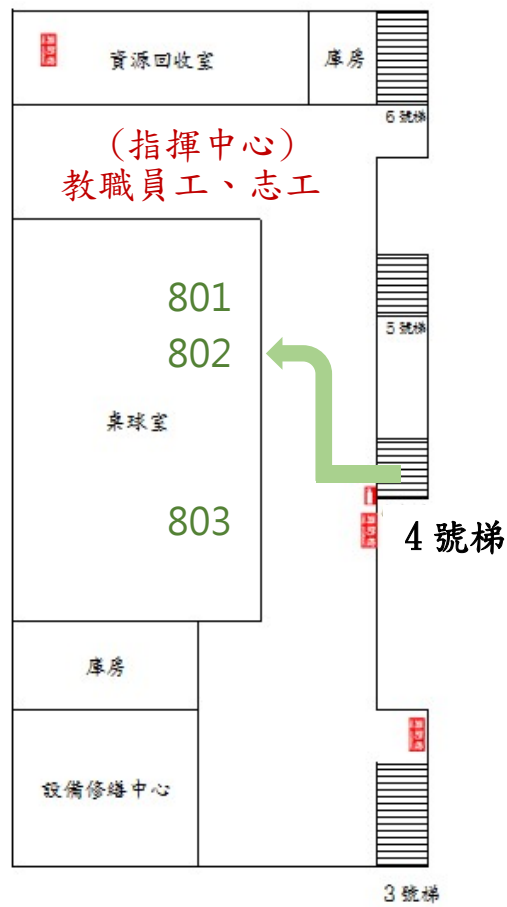
# 附件 3

臺北市西湖實驗國民中學防空疏散避難位置分配表			
分 區	地 點	避難單位及下樓路線	分 配 位 置
第一分區	倫理樓B1	倫 5 樓：701、702、703、704 (從 <u>2 號梯</u> 下樓)	撞球室
		倫 3 樓：901、902、903、904 (從 <u>3 號梯</u> 下樓)	原生科教室
第二分區	中正樓B1	倫 4 樓：801、802、803 (從 <u>4 號梯</u> 下樓)	桌球室
		教職員工、家長會及慈心團志工	資源回收室前
第三分區	活動中心B1	活動中心、操場上課人員	重訓室
附 記	一、學校透過廣播系統，模擬播放空襲警報信號（1 長 2 短，連續 3 次，長音 15 秒、短音 5 秒、音符間隔 5 秒總計 115 秒）。 二、各避難場所保管單位，於空襲警報發放時儘速開啟通往地下室門扇，各樓梯通道保持暢通與門窗關閉，並實施燈火管制。		



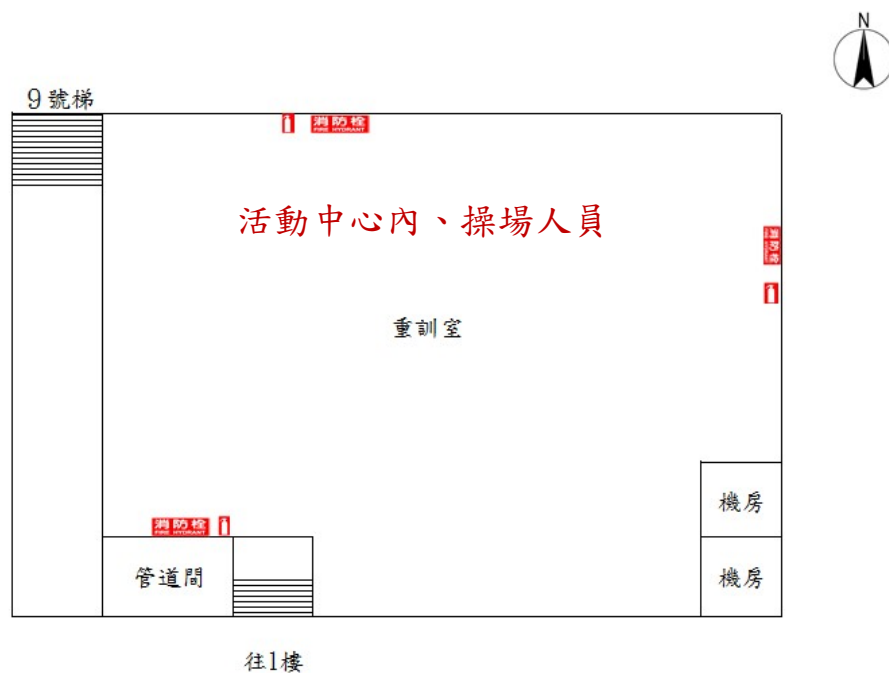
中正樓[B1樓]]地下配置圖

第二分區



活動中心[B1樓]地下配置圖

第三分區



## 臺北市高級中等以下學校防空疏散避難演練行動指引

### 一、正式演練實施前

- (一) 確認各校防空避難設備（以下統稱防空避難處所）位置，俾利疏散避難規劃，請至內政部警政署全球資訊網「防空疏散避難專區」<https://reurl.cc/6E00vy>，或下載北市警政 APP（點選「防空避難」專區）查詢所屬防空避難處所位置。
- (二) 倘校內無地下室、週邊無防空避難處所或地面層不足容納所有人數之學校，得規劃在 2 樓以下建築室內空間實施避難，惟應建立相關數據並納入疏散避難規劃。
- (三) 規劃全校師生防空避難處所疏散動線及位置，並修訂校園安全地圖內（空襲災害），並完成防空疏散避難應變小組任務編組。
- (四) 演練前應完成防空避難處所設備維護（照明、通風及消防等設施）及環境檢整（避免積水及髒亂，出入口保持暢通）。
- (五) 藉由朝、週會、融入相關領域課程及彈性時間等，適時教導學生防空疏散避難目的與要領，並熟悉疏散動線及防空避難集合位置。



### 二、防空疏散避難演練實施中

- (一) 學校應透過廣播系統，模擬播放空襲警報信號（1 長 2 短，連續 3 次，長音 15 秒、短音 5 秒、音符間隔 5 秒總計 115 秒）。
- (二) 防空疏散避難應變小組不待指示，至任務分配位置集合：
  - (1) 行政同仁：災害緊急應變編組即時生效（如：通報組、搶救組、避難引導組、緊急救護組、安全防護組等），按任務編組穿著及攜帶個人裝具，分別至任務位置進行疏散引導或防災物品搬運。
  - (2) 學生：攜取個人貴重物品及衣物，遵循不推不跑不語原則大步往防空避難處所前進。外堂課或不在班學生不再返班，直接向避難集合位置移動；班級若有設置防災避難包應隨併攜行；在場導師或任課老師協助引導學生疏散。（個人掩蔽要領如備註\*）
  - (3) 專任老師、教練及校內其他人員：配合演練全數往指定位置集合。
- (三) 人員離開教室、辦公室、上課場地或各場域應隨手關燈，管制燈火；教室門、窗同步關閉，若有裝設窗簾、百葉窗等亦併放下及閤上。
- (四) 警報發布時，人員若處於室外，應避離高樓層玻璃外牆，盡速進入室內通道、走廊；校園內車輛靠邊熄火，人員覓地掩避之情形，校門只進（僅限人員徒步進入）不出（同時可避免校內車輛移動影響人員疏散避難）。
- (五) 避難引導組於各重要動線、節點之引導人員，於完成教職員生疏散引導後，立即回到防空避難處所，並對所負責場域周邊確認淨空；所有人員到達集合位置後立即點名及回報學校指揮中心，若有人員未到情



- 形，應溯往原因、位置及動線等，指派搶救組或避難引導組人員找尋。
- (六) 全校完成點名後，通報組即向教育局校安中心、區公所應變指揮中心進行狀況回報（演習時採模擬回報）。
- (七) 幼兒園以下園所，統一採就地避難方式演練，惟應注意門窗緊閉、關燈、離開窗戶，並適當安撫幼生情緒。
- (八) 針對行動不便或身心障礙者，應先期完成互助組編組，指派專人於疏散避難時提供適當協處。

透過廣播系統模擬播放解除空襲警報（1 長音，90 秒），演習結束。

### 三、防空疏散演練實施後

- (一) 結合學校防災演練機制，於演習（含預演）結束後 3 日內召開演練檢討會，通盤研討演練狀況之設定、應變編組指揮操作情形、各組合作與銜接細節、各組裝具配發需否調整、疏散動線及集合位置之適切性等，列入紀錄並逐次修正及驗證。
- (二) 檢討會中老師代表及學生代表之意見與分享內容，應納入計畫考量。
- (三) 總務部門應持恆檢查及維持防空避難設備之完好狀態，適時維修並列入年度補強規劃。

註\*：遭遇空襲狀況，個人掩蔽要領如下（應事先對學生教育宣導）：

- (1)選擇：盡量選擇混凝土材質之堅固建物進行掩蔽。
- (2)避離：離開高樓地帶、玻璃外牆及家室窗戶等，進入室內及背離窗戶區域。
- (3)姿勢：背向窗戶或爆炸方向，盡量壓低身體，採跪或趴下姿勢，拱起身體胸口離開地面。以雙手遮住眼睛，姆指摀住耳朵，嘴巴微張如圖 1（爆炸會產生強大推震力，震飛人車或造成無數飛濺破片，其次爆炸衝擊波不管有沒有牆壁等遮蔽物，都會對周遭產生瞬間壓力差，可能對人體造成耳膜破裂、眼球突出或內臟損傷等傷害）。



附圖：防空避難姿勢

## 地震避難掩護演練流程及注意事項

演練階段劃分	校園師生應有作為	注意事項
<b>階段一：地震發生前</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>熟悉演練流程及相關應變作為。</li> <li>依表定課程正常上課。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>針對演練程序及避難掩護動作要領再次強調與說明。</li> <li>完成警報設備測試、教室書櫃懸掛物固定、疏散路線障礙清除等工作之執行與確認。</li> </ol>
<b>階段二：地震發生</b> 【以警示聲響或廣播方式發布】	<p>地震發生時首要保護自己，優先執行「趴下、掩護、穩住」抗震保命三步驟。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>師生應注意自身安全，保護頭頸部，避免掉落物砸傷。（因頭頸部最為脆弱）</li> <li>室內：應儘量在桌下趴下（<b>雙肘、雙腳貼地</b>），雙手緊握住桌腳。</li> </ol> <div data-bbox="852 853 1350 1034"> </div> <p>圖示來源：教育部</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>室外：應保護頭頸部，避開可能的掉落物。</li> </ol>
<b>階段三：地震稍歇</b> 【以廣播方式發布】	<ol style="list-style-type: none"> <li>地震稍歇後，再關閉電源並檢查逃生出口及動線。</li> <li>成立緊急應變小組，由指揮官（校長或代理人）判斷緊急疏散方式。</li> <li>聽從師長指示依平時規劃之路線進行避難疏散（離開場所時再予以關閉電源）。</li> <li>抵達安全疏散地點（預計5分鐘內於疏散地點集合完畢）。</li> <li>各班任課老師於疏散集合後5分鐘內完成人員清點及回報，並安撫學生情緒。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>以具備緩衝保護功能的物品保護頭頸部。</li> <li>特殊需求學生應事先指定適當人員協助避難疏散；演練當時，避難引導人員（任課老師）請落實協助避難疏散。</li> <li>不推、不跑、不語，在避難引導人員引導下至安全疏散地點集合。</li> <li>以班級為單位在指定位置集合（集合地點在空曠場所時，不需再用物品護頭）。</li> <li>任課老師請確實清點人數，並逐級完成安全回報。</li> <li>依學校課程排定，返回授課地點上課。</li> </ol>
<p><b>備註：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>如遇雨天，請攜帶雨具，進行疏散演練。</li> <li>空襲警報後接續發生地震，各班由移動至地下室之樓梯向上，前往地震安全疏散地點-操場。</li> <li>地震發生後，若引起火災則同步啟動自衛消防機制處置作為。</li> </ol>		

## 學校地震避難掩護應變參考程序

參考資料來源：內政部、教育部

情境：搖晃劇烈、站立不穩，行動困難，幾乎所有學生會感到驚嚇、恐慌、高處物品掉落，傢俱、書櫃移位、搖晃，甚或翻倒。

### 一、學生在教室或其他室內

(一) 保持冷靜，立即就地避難。

1. 就地避難的最重要原則就是先快速判斷是否有掉落物及倒塌物品，進而優先保護頭頸部及身體。避難地點優先選擇如下：

(1) 桌子或堅固的物品下方（桌上物件若可能造成傷害則不宜）。

(2) 牆角，確認上方物品是否可能墜落、爆裂等危險狀況。

2. 避免選擇之地點：

(1) 玻璃窗旁。

(2) 電燈、吊扇、投影機等易墜落物之下方。

(3) 未經固定的書櫃、電視、蒸飯箱、冰箱或飲水機旁（下）。

(4) 黑板、公布欄下。

3. 遵循地震避難掩護三要領：趴下、掩護、穩住，直到地震搖晃結束；若使用輪椅、助行器輔具者，應以鎖住、掩護、穩住，直到地震搖晃結束。

4. 躲在桌下時，趴下並壓低頭部，雙手握住桌腳以桌子掩護，如此當地震發生時，可隨地面移動，並形成屏障防護電燈、吊扇或天花板、水泥碎片等掉落的傷害。

(二) 地震稍歇時，應聽從師長指示，依平時規劃之疏散路線，快速疏散。注意事項如下：

1. 利用書包、補習袋或書本等作為緩衝，保護頭頸部，並依規劃路線避難；若學生無法自行行走避難，則採用頭套或頭盔等輔助器材。

2. 遵守不語、不跑、不推三不原則：喧嘩、跑步，易引起慌亂、推擠，或造成意外，災時需冷靜應變，才能有效疏散。

3. 避難疏散路線規劃，應避開修建中或老舊建物或走廊；另外，導師要指派人員協助身障學生之避難疏散。

(三) 抵達操場（或其他安全地點）後，各班導師應確實點名，確保每位同學皆已至安全地點，並安撫學生情緒；若有人員未到（或受傷），應盡速執行相關應變任務。

## 二、學生在室外

(一) 保持冷靜，立即就地避難。

1. 在走廊時，應注意是否有掉落物、窗戶玻璃爆裂等狀況，盡可能就地趴下保護頭頸部；地震稍歇時應立即疏散至空地或安全地點。
2. 在操場時，應立即蹲下，並避開籃球架等可能傾倒之物品。当地震稍歇，則與疏散至操場之同學集合。
3. 千萬不要觸碰掉落的電線。

(二) 抵達操場（或其他安全地點）後，各班導師應確實點名，確保每位同學皆已至安全地點，並安撫學生情緒；若有人員未到（或受傷），應盡速執行相關應變任務。

## 三、特別注意事項

(一) 特教班或資源班學生應由專人引導或由鄰近老師負責帶領。

(二) 在實驗室或廚房，如果正在火源、電源旁，應順手關閉火源或電源，再行就地避難；如果不在順手範圍應立即保護頭頸部，遠離火源或化學藥品，尋找安全的掩護位置，並依地震避難掩護要領就地避難，俟地震稍歇後關閉火源、電源，進行疏散避難。

(三) 如在體育館、演講廳或視聽教室，應先注意是否有掉落物，於座位就地掩蔽並保護頭頸部，搖晃停止後再行疏散；如在游泳池應即離開泳池上岸躲在柱子旁或水泥牆壁邊，避開燈具、窗戶等，等搖晃停止後再行疏散避難。

(四) 在建築物內需以具備緩衝效果之物品保護頭頸部；當離開建築物到空曠地後，若已無墜落致傷之可能，則不需再特別掩護。

(五) 地震大力搖晃時，移動可能導致跌倒，毋須特別前往開門與關閉燈具電源；地震稍歇且啟動疏散時，應記得關閉使用中之電源。



附件 7 緊急避難疏散地圖-防空、地震



臺北市西湖實驗國民中學-校園防災地圖 (空襲災害)

經度：東經121度56分16秒  
緯度：北緯 25度 8分35.7秒

111.05總務處製

內湖路一段 285巷



內湖路一段 285巷 65弄

圖例

室外避難處所	指揮中心	急救站	滅火器	消防栓	父母家長接送區
物資儲備點	救援器材放置點	通訊設備放置點	AED	警衛室	防空避難處所

防救災資訊

災害通報單位	空襲	空襲災害避難原則
教育部校安中心 02-33437855	往低處室內避難	
臺北市政府教育局 02-33437856	空襲避難姿勢	
臺北市災害應變中心 02-27208889	低姿、拱身、胸離地、遮眼、摀耳、嘴微張	
臺北市災害應變中心 02-87863119		
內湖區災害應變中心 02-27925828		
警消醫療單位		
西湖派出所 02-27987505		
消防局內湖消防分隊 02-27911511		
三軍總醫院內湖院區 02-87923311		

路線標示

建築內路線	建築外路線
建築內路線	建築外路線



# 臺北市立西湖國民中學-校園防災地圖(地震災害)

經度：東經121度56分168秒  
緯度：北緯 25度 85分357秒

109.04總務處製



防救災資訊	
災害通報單位	教育部校安中心 (02) 3343-7855 (02) 3343-7856 內湖區災害應變中心 (02) 2792-5828 臺北市政府教育局 (02) 2725-6434
警消醫療單位	西湖派出所 (02) 2798-7505 內湖消防分隊 (02) 2791-1511 三軍總醫院內湖院區 (02) 8792-3311
各種災害避難原則	
地震	先避難,再疏散
淹水	垂直避難
海嘯	往高處避難
土石流	預防性疏散
路線標示	
路線標示	
建築內路線	
建築外路線	

圖例	指揮中心	物資儲備點	救護器材放置點	通訊設備放置點	AED
	室內避難處所	室外避難處所	急救站	滅火器	消防栓
	警衛室				