

簽 於臺北市立木柵高級職業學校教官室

112 年 2 月 15 日

主旨：陳本校 111 學年第 2 學期「複合式災害避難疏散演練」
學生避難疏散演練計畫案，請核示！

說明：

- 一、依據臺北市政府教育局「複合式災害避難疏散演練計畫」辦理。
- 二、配合本校年度防災實施計畫，藉模擬實作強化學生在災害發生時應有之正確本能反應。
- 三、本校 111 學年第 2 學期學生「避難疏散演練」，排定演練規劃如下：
 - (一) 預演日期:112 年 3 月 1、8 日(星期三)。
 - (二) 預演時間:07:45 時至 08:10 時，並說明 3 月 8 日(星期三)演練程序及注意事項。
 - (三) 正式日期:112 年 3 月 8 日(星期三)。
 - (四) 正式時間:09:10 時至 10:00 時。
 - (五) 地點:各班教室及工廠至操場。
- 四、演練項目:就地掩蔽及避難疏散演練，置重點於避難疏散，各班學生人數清點及統計工作，俾利人員掌握清查。
- 五、另於 3 月 8 日(星期三) 09:10 時至 10:00 時正式演練時，由消防局進行防災宣導及 CPR、消防滅火器操作演練並各抽點一位學生 CPR、使用滅火器練習，以強化學生防災意識。
- 六、配合臺北市政府防疫措施，如取消或限制大型集會活動，將採非集會型態(視訊教學或影片宣導)、其他適當方式辦理或暫停防災宣導活動；將以書面或電子公

告方式通知。

擬辦：

- 一、請教務處協助課務調整。
- 二、陳核後，依規定辦理學生避難疏散演練相關事宜，相關資訊 E-MAIL 全校師長知悉(如附件)。

會辦單位：教務處、總務處、輔導室

承辦單位：

審 核：

決 行：

軍訓 張偉晃
教官
0216/1500

敬會 教務處：

教師兼 陳瑋傑
教學組長
0220/134588

可

總務處

經營 唐幼君
組長
0218/15210

教師兼 段富
學務主任
0221/0825 代

教師兼 高俊偉
總務主任
0218/1545

輔導室：

教師兼 果綵婕
輔導主任

111-2學年度國家防災日臺北市立木柵高級工業職業學校 複合式災害（地震、火災）疏散避難演練實施計畫

壹、依據

- 一、災害防救法。
- 二、配合行政院國家防災日活動規劃辦理。
- 三、教育部防災校園操作手冊。
- 四、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。
- 五、臺北市地區災害防救計畫。
- 六、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。

貳、目的：

- 一、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，增進學校成員進行減災、防災動力，並提升學校的抗災能力。

參、參加對象：本校全體教職員工生。

肆、實施時間

- 一、預演：112年3月1日(有預警)、3月8日(無預警) 上午7:45時至8:10時。
- 二、正式演練：112年3月8日(星期三)上午9:10時起。

伍、實施重點

一、訂(修)定校園災害防救計畫

訂定符合學校當地環境特性及災害潛勢之校園災害防救計畫。

二、成立校園災害防救組織

由總務處召開工作會議，成立「校園災害防救計畫研擬推動小組」及「校園災害防救應變組織」，由校長擔任小組長，各處室主任擔任組員，結合家長會、教師會、志工、社區組織及消防分隊，共同推動校園防災教育、整備及演練工作；規劃疏散路線，繪製校園防災地圖，並完成相關標示指引、各項演練器材及設施(備)檢整，另檢視疏散路線之安全(如有墜落物危安因子)及暢通性，完成即時警報收訊狀況檢測及警報系統介接廣播器發佈測試，並於演練後召開檢討會議。

由學務處規劃疫情時間，救護站(含防疫空間)，發燒師生安置等情境，俾利防疫期間，如發生大規模災害時，能立即應變。

由教務處運用教育部及內政部編訂的防災教育教材(案)及多媒體，以深化師生防災意識，並於每學期將研發教案及融入全民國防、健康與護理、體育、生涯規劃、班會等課程辦理。

輔導室提供服務包括：(一)、心理衛生教育宣導、心理健康促進活動：分別針對學生生活壓力調適、校園師生心理健康、憂鬱症防治與自殺防治、職場壓力調適、家庭親子關係等主題提供諮詢、壓力調適工作坊、網際網路資訊等各類活動。(二)、心理衛生諮商服務：針對高危險群(如：災難受傷者及其家屬、自殺意圖者、憂鬱症、暴力或犯罪受害人等)提供心理諮商、個別諮商、輔導團體等服務。學校鄰近的心靈輔導資源：文山區心衛中心，地址位於臺北市文山區木柵路三段220號3樓，行政電話為：2234-3501。

三、建置防災教育專屬網頁

於學校網站首頁建置防災教育專屬網頁，提供學校環境及防災教育教材(案)及資源分享，並將災害防救計畫、校園災害防救組織、校園疏散避難地圖、防災避難掩護演練、宣導教育及活動…等各項成果資料於網站上公告，以利師生、家長查詢及運用。

四、辦理全校性防災演練(演練實施方式視疫情狀況滾動式修正)

(一)辦理全校性防災演練，並將辦理日期排入年度行事曆及場次規劃；特教生，安排專人協助演練，開學一個月內實施「複合式災害避難疏散演練」(結合地震、防空、消防、水災、火山爆發、緊急救護及土石流等)，並於正式演練之前辦理1次以上全校性演練，其中1次演練以無預警方式實施，俾使全校師生熟悉實際災害發生時之應處作為。

(二)公告張貼校園疏散避難地圖

依學校災害潛勢分析，訂定不同災害的校園內、外疏散避難地圖，公告張貼於校園川堂等明顯處及各班公布欄。

(三)「新版家庭防災卡」及「1991報平安留言系統」推廣教育

依教育部109年7月修訂「新版家庭防災卡」格式，可自行設計符合學校特色家庭防災卡(家庭聯絡簿、書包及鉛筆盒等)，以深植家庭防災卡概念；並利用各式宣導方式，加強「新版家庭防災卡」及「1991報平安留言系統」等推廣教育，以有效落實防災應變作為。(參考網站：內政部消防署1991報平安留言平台，網址：

https://www.1991.tw/1991_MsgBoard/index.jsp)

(四)防災教育融入至少3項課程領域

為推動防災教育融入各項課程教學、實作演練及參訪等活動，學校應依照不同學層、年級自行設計防災教育教材(教案)，或運用教育部及內政部編訂的防災教育教材(案)及多媒體，以深化師生防災意識，並於每學期將研發教案及融入全民國防、健康與護理、體育、生涯規劃、班會等課程辦理成果彙整紀錄。

二、預演與正式演練階段

(一)預演階段

- 1.預演日期:112年3月1、8日(星期三)。
- 2.預演時間:07:45時至08:10時，並說明3月8日(星期三)演練程序及注意事項。

(二)正式演練

- 1.演練日期:112年3月8日(星期三)。
- 2.演練時間:9:10時至10:00時，複合式災害(地震及火災)疏散避難正式演練，實施動次表及情況想定(附件1)，說明如下:
 - 1.3月8日(星期三)上午9時00分，本校以廣播器發布地震警報，實施複合式災害避難掩護演練活動；演練流程(附件2.3)疏散避難階段以「不推、不跑、不語」為重點，由避難引導組引導師生循避難疏散規劃路線，迅速前往指定集合點實施人數清查；留在原地因應地震警報聲響起時就地避難，依「各級學校及幼兒園地震避難掩護演練流程及注意事項」，以「趴下、掩護、穩住」抗震保命三步驟為演練實施重點。
 - 2.將「本校地震避難掩護應變參考程序」(附件4)，向學生說明地震避難疏散原則，並將學校疏散避難地圖(附件5)、停課通知及應變作為等資訊公告(附件6)於學校及班級公布欄加強宣導。
 - 3.若受到疫情影響，或學校尚未復課，演練方式調整以班為單位實施疏散避難，並依附件2~5向全校師生說明空襲災害及地震避難原則。
 - 4.將演練內容(地震及火災演練)拍照及錄影留存，並根據演練期間各項缺失進行討論及精進改善。
 - 5.防護團防救應變組織名冊(附件7)、工作任務編組表(附件8)
 - 6.正式演練結束後，至內政部消防防災館(<https://www.tfdp.com.tw>)上傳演練時況照片(防災教育網頁成果檢核表(附件9)、融入課程成果表(附件10)、活動成果表(附件11))。
 - 7.家庭防災卡格式及填寫說明(附件12)

陸、其他

- 一、本計畫若遇重大天然災害或不可抗拒因素，得由校長決定停止或延期辦理。
- 二、本校辦理防災疏散避難演練之全校性活動前，將依教育局最新修訂「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、本計畫如有未盡事宜，將另行修正通知。

111-2學年度臺北市立木柵高工複合式災害疏散避難演練時序動次表

日期：112年3月1/8日（星期三）

地點：學校

情況想定：

1. (廣播系統敦促疏散)教官室廣播!各位老師、各位同學，現在時間是112年3月1/8日。
2. 位於臺北市士林地區發生地震，產生芮氏規模7級地震，本校的震度約為5級，現在建築物劇烈搖晃，人員難以站立、行動困難、桌椅位移、高處物品掉落，就地依地震避難三原則：「趴下(DROP)、掩護(COVER)、穩住(HOLD ON)」實施災害疏散演練，全校教職員生現在開始演練!(廣播系統直接發布地震訊息)
3. 複合災害火災(地點、火勢大小):學校廚房發生小火災。。
4. 請老師指揮疏散學生，全校班級依規劃路線進行災害疏散至操場，確實保護頭部，往操場實施疏散集合，各班到操場後立即實施人數清查及回報，確實掌握人員安全狀況。

起迄時間	使用時間	動次內容	負責人	地點
9時11分 至 9時12分	1分鐘	廣播系統直接發布 地震警報	總務處	全校 (運用廣播系統自行發布)
9時13分 至 9時15分	3分鐘	用廣播器各班謹遵 「趴下、掩護、穩住」動作要領	教官室	教室、教學現場
9時16分 至 9時35分	20分鐘	實施地震避難疏散演練至操(運動)場及疏散與清查人數	總務處 學務處 教官室	操(運動)場
9時36分 至 10時00分	約25分鐘	進行防災宣導及CPR、消防滅火器操作演練並各抽點一位學生CPR、使用滅火器練習。	消防局	操(運動)場

臺北市高級中等以下學校防空疏散避難演練行動指引

防空疏散避難準備事項

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) 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) 總務處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（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

附件3

國家防災日學校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
<p>階段一：地震發生前</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熟悉演練流程及相關應變作為。 2. 依表定課程正常上課。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 針對演練程序及避難掩護動作要領再次強調與說明。 2. 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。
<p>階段二：地震發生 【運用校內廣播系統、喊話器或依各校現有設施發布（配合交通部中央氣象局強震即時警報軟體之模擬地震訊息辦理演練，若上開軟體未發布警示聲響，請學校自主啟動或依前述設施辦理演練）】</p>	<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"> 1. 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） 2. 室內：應儘量在桌下趴下，並以雙手緊握住桌腳。  <p style="text-align: right;">圖示來源：內政部</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. 室外：應保護頭頸部，避開可能的掉落物。
<p>階段三：地震稍歇 （以警示聲響或廣播方式發布）</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 地震稍歇後，再關閉電源並檢查逃生出口及動線。 2. 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。 3. 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）。 4. 抵達安全疏散地點（抵達時間得視各校地形狀況、幅員大小、疏散動線流暢度等情形調整）。 5. 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。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以防災頭套、較輕的書包等具備緩衝保護功能的物品保護頭頸部。 2. 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，避難引導人員請落實協助避難疏散。 3. 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。 4. 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）。 5. 任課老師請確實清點人數，並逐級完成安全回報。 6. 依學校課程排定，返回授課地點上課。
<p>備註：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 進行演練時，並完成階段一、階段二及階段三演練流程，以「趴下、掩護、穩住」抗震保命三步驟為演練實施重點；疏散避難階段以「不推、不跑、不語」為重點 2. 如遇雨天，請攜帶雨具，進行疏散演練。 		

附件4

學校地震避難掩護應變參考程序

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：(如圖書館、社團教室、福利社、餐廳等)

(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。避難地點例如：

(1) 桌子或堅固的物品下方(桌子物件若可能造成傷害則不宜，例如：玻璃桌面)。

(2) 牆角，要確認上方懸掛物品是否可能墜落、是否有玻璃窗可能爆裂等危險狀況。

2. 避免選擇之地點：

(1) 電燈、吊扇、投影機等易墜落物之下方，玻璃窗旁，黑板、公布欄下。

(2) 未經固定的書櫃、掃地櫃、電視、蒸便當箱、冰箱或飲水機旁或貨物櫃旁(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，應盡可能趴下，壓低頭部，優先保護頭頸部，且雙手握住桌腳以桌子掩護，並穩住身體及桌子。到任何空間都要養成習慣，快速瀏覽地震發生時可能的保護屏障，避免電燈、吊扇或天花板、水泥碎片等掉落造成傷害。

(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. 應依規劃路線疏散。疏散時可用具備「緩衝」保護功能的物品保護頭頸部(例如：較輕的書包、軟墊、墊板反折形成緩衝等)。

2. 災時需冷靜應變，才能有效疏散，遵守「三不原則」：不推、不跑、不語。大聲喧嘩、跑步，易引起慌亂、推擠，因而造成意外。若學生面對突發事件有所恐懼或慌張，因而有放聲大哭或突然言語不止等壓力行為，老師仍應盡可能引導學生疏散。

3. 避難疏散路線規劃，應避開修建中或老舊建物或走廊，並考量學生同時疏散流量，務必使疏散動線順暢；另外，要特別留意低年級及特殊需求學生（身心障礙學生及幼兒等）之避難疏散需求。

(三)抵達安全地點（操場或其他地點）後，教職員工生均應確實點名，確保所有人員皆已至安全地點，並安撫情緒；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，應避開籃球架、足球門、大型喬木等可能傾倒之物品。若已無墜落物之疑慮，則以就地等待為原則。

3. 千萬不要觸碰掉落的電線。

(二)抵達安全地點（操場或其他地點）後，教職員工生均應確實點名，確保所有人員皆已至安全地點，並安撫情緒；若有人員未到（或受傷），應盡速執行相關應變任務。

※特別注意事項：

(一)低年級學生、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；特殊教育學校得視需求規劃等待救援點。

(二)在實驗室、實驗工廠或廚房，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。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，應先就地避難，優先保護自身安全。

(三)如在大型體育館、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。

(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。