

# 臺北市立景美女子高級中學

## 2025城鎮韌性演習防空疏散避難演練實施計畫

### 壹、依據：

- 一、民防法及民防法施行細則。
- 二、防空演習實施辦法

**貳、目的：**因應國際情勢，持恆居安思危與熟練防空作為，強化全民防空整備，降低空襲損害，落實全民防衛動員準備，具體實踐全民國防。

**參、參加對象：**本校全體教職員工生。

### 肆、演習時間

- 一、預演：114年6月20日（星期五）下午3時10分
- 二、正式：114年7月17日（星期四）下午1時30分至2時00分（適逢暑假期間，教職員工生於本市各種場所配合本市演練）。

**伍、演習重點：**疏散路線、避難位置姿勢動作與安撫學生情緒。

### 陸、一般規定

- 一、各校（園所）確認防空避難處所位置及容納人數，先期規劃疏散路線，於校園防災地圖（空襲災害）標示防空避難處所位置，並完成相關標示指引、機電、照明及消防等設施（備）檢整，另於學校網頁公告周知。
- 二、各校（園所）應於城鎮韌性演習前完成1次預演，確保學校教職員工生聽聞防空警報聲響時，能迅速反應實作疏散及避難作為。
- 三、本局將無預警至各校了解預演情形。
- 四、參考資料：時序動次表、行動指引（試行本）、腳本（範本）、防災地圖（空襲災害）、檢核表、成果表、防空避難處所圖示及指引範例、空襲警報音辨識方式。（附件1至8）

**柒、本計畫如有未盡事宜，得補充修正之。**

**臺北市高級中等以下學校  
2025城鎮韌性演習防空疏散避難練時序動次表(參考)**

日期：114年7月17日（星期四）

地點：學校

起迄時間	使用時間	動次內容	負責人	地點
下午1時30分 至 下午1時40分	10分鐘	防空警報發布暨 教職員工生疏散 警報聲應持續 115秒 (防空警報聲結束 後持續以哨音、 敲鐘等輔助聲敦 促疏散行動，直 至所有人進入防 空避難處所)	依各校任務編組 律定	校園
下午1時40分 至 下午1時50分	10分鐘	疏散至 防空避難處所後 之避難動作演練	依各校任務編組 律定	防空避難處所
下午1時50分 至 下午2時	10分鐘	清查各班人數 清查教職員人數	依各校任務編組 律定	防空避難處所
下午2時 至 下午2時1分	1分鐘	解除警報	校 長 全體教職員工生	防空避難處所 指揮中心

# 臺北市高級中等以下學校防空疏散避難演練行動指引

臺北市府教育局111年4月6日北市教安字第11130058602號函頒

## 壹、前言

本市位處政經軍核心地帶，可能成為導彈、轟炸機攻略重點。由於人口及建物稠密，反應時間短促，希藉由「城鎮韌性演習」先期整備規劃防空疏散避難及災害救援，以驗證民防系統及各機關整合防護能量。

為利於本市各級學校防空疏散演練順遂，臺北市府教育局（以下簡稱本局）訂定本演練指引提供各校參酌。

## 貳、各階段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://adr.npa.gov.tw/>，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、周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。

三、防空疏散演練實施後：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。

- (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) 檢討會中教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。

參、本指引由本局核定後實施，修正時亦同。

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)。

#### 避難姿勢



- 1.採跪姿
- 2.身體微拱
- 3.胸口遠離地面
- 4.雙手遮住眼、耳
- 5.嘴巴微張

附圖：防空避難姿勢

臺北市立景美女子高級中學..防空疏散避難演練矩陣式腳本（範本）

製作日期：114.06.09

腳本設定思維事項	發生時段	<input checked="" type="checkbox"/> 上課期間 <input type="checkbox"/> 下課 <input type="checkbox"/> 午休 <input type="checkbox"/> 社團 <input type="checkbox"/> 綜合（或集會）課程 <input type="checkbox"/> 選修（跑班）課程 <input type="checkbox"/> 上學或放學時段
	影響	電力 <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 通訊 <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無
	應變啟動	<input checked="" type="checkbox"/> 有電則採用全校廣播，或配合防空警報聲。 <input type="checkbox"/> 電力中斷採替代方式：哨音、手鐘或其它_____。
	複合災害	<input type="checkbox"/> 建物結構受損（位置、嚴重程度）：  <input type="checkbox"/> 人員受傷（地點、人數、受傷情形）：  <input type="checkbox"/> 火災（地點、火勢大小）： <input type="checkbox"/> 實驗室毒化災（位置、嚴重程度、有無人員受傷）： <input type="checkbox"/> 坡地災害、土石流（方位、嚴重程度）： <input type="checkbox"/> 其它：_____。 ※災害設定得視行政（緊急應變編組）、老師、學生需模擬學習或須加強部分，採階段式訓練逐漸精熟，以增進應變能力。
	外部支援	<input type="checkbox"/> 消防 <input type="checkbox"/> 警政 <input type="checkbox"/> 衛生（醫院、診所） <input type="checkbox"/> 社政（含鄰里、區公所） <input type="checkbox"/> 大眾運輸 <input type="checkbox"/> 電力公司 <input checked="" type="checkbox"/> 無
	雨天備案	<input type="checkbox"/> 維持全規模演練 <input type="checkbox"/> 變更疏散集合地點進行全程模擬 <input type="checkbox"/> 行政採部分動員（緊急應變編組） <input checked="" type="checkbox"/> 學生採部分動員（學生僅動員學生幹部，或所有學生僅做趴下、掩護、穩住，不實施疏散） <input type="checkbox"/> 老師採部分動員（指定之專科老師或導師進行演練） <input type="checkbox"/> 其它：_____。
想定	_____年_____月_____日_____時_____分（_____）時段，臺北市即將發生空襲（恐造成 <input type="checkbox"/> 電力、 <input type="checkbox"/> 通訊中斷， <input type="checkbox"/> 產生_____複合性災害），警報聲響當下，學校進行防空疏散避難。	

演練進程	時間	情境設想 (狀況設定)	指揮官 發言人	通報組	避難引導組	搶救組	安全防護組	緊急救護組	老師	學生
				組長： 代理： 組員____人	組長： 代理： 組員____人	組長： 代理： 組員____人	組長： 代理： 組員____人	組長： 代理： 組員____人	包含導師 及 任課老師	以班為主體
以下文字劃粗底線者，為應變小組口語報告內容，可用無線電架接廣播讓全校師生感知情境與操作，增強臨場、視聽學習與經驗判斷。										
一、災害發生、察覺，疏散避難及應變啟動	○日 ○時 ○分	空襲警報發布，空襲即將來臨，所有人進入防空避難處所。	<ol style="list-style-type: none"> <li>請避難引導組發布輔助警報聲(廣播及哨聲)，要求全校所有人員依防空疏散演練路線以不推、不跑、不語方式往防空避難處所指定位置移動。</li> <li>穿戴防災頭盔、背心或臂章，前往應變指揮中心集合。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>通報組所有人員穿戴防災頭盔、背心或臂章，攜行防災裝備依防空疏散演練路線以不推、不跑、不語方式往防空避難處所指定位置移動。</li> <li>攜帶校安暨外部支援單位聯絡電話</li> <li>持續掌握、評估及回報災害資訊。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>避難引導組所有人員穿戴防災頭盔、背心或臂章，攜行防災裝備，就分配之避難引導位置與節點，引導師生疏散</li> <li>配合人員疏散逐步轉進指揮中心並清查人數。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>搶救組所有人員穿戴防災頭盔、背心或臂章依防空疏散演練路線以不推、不跑、不語方式往防空避難處所指定位置移動。</li> <li>疏散過程適時留意校園危害情形，掌握搜救資訊。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>安全防護組所有人員穿戴防災頭盔、背心或臂章，攜行防災裝備依防空疏散演練路線以不推、不跑、不語方式往防空避難處所指定位置移動。</li> <li>初步瞭解電力或重要機電設備狀況，有無停、跳電，採簡要避險措施。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>緊急救護組所有人員穿戴防災頭盔、背心或臂章，攜行緊急救護器材依防空疏散演練路線以不推、不跑、不語方式往防空避難處所指定位置移動設置緊急救護站。</li> <li>需攜帶特殊病例個案清冊、緊急連絡人清冊。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>穿戴防災頭盔、背心或臂章。</li> <li>引導班上學生或刻正授課班級依防空疏散演練路線以不推、不跑、不語方式往防空避難處所指定位置移動。</li> <li>注意學生驚慌及有無受傷情形，將學生帶往避難集合位置點名。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>依防空疏散演練路線以不推、不跑、不語方式往防空避難處所指定位置移動。</li> <li>配合老師及幹部指引前往避難位置集合。</li> <li>若有同學受傷、受困需告知老師。視能力所及採取互助作為。</li> <li>依事前互助編組，協助行動不便同學移動。</li> </ol>

演練進程	時間	情境設想 (狀況設定)	指揮官	通報組	避難引導組	搶救組	安全防護組	緊急救護組	老師	學生
二、清查回報	○日 ○時 ○+ 7 分	人員安全清查	指揮官： <u>盡速完成全校人員清查，並掌握有無受傷、受困或失蹤等情。</u>	持續掌握蒐整安全狀況並提供指揮官參考。  組長： <u>將全校人員清點結果向校安中心進行初報。</u> （演習時採模擬回報）	避難引導組指示各班級盡速向指揮中心實施人員清查及安全回報。 組長： <u>人員清查回報，全校師生應到○人，實到○人，未到4人，分別為○年○班張○○在B棟樓梯扭傷，原地待援，現場留下1員避難引導組人員陪同。</u>	組長： <u>搶救組即循疏散動線回溯尋找及搜救</u> （班級回報事故區域或教室位置）。 依事故原因如受傷、受困情形，攜帶相關搜救器材，或偕同緊急救護組提供長背板、單架或輪椅。	組長： <u>安全防護組已編成3小隊至各防空避難處所處入口實施人員進出管制。</u>	組長： <u>緊急救護組綿密掌握所聽取傷患資訊，盡速進行傷檢、包紮及後送評估。</u>	1. <u>導師對學生進行安撫，並掌握相關傷勢或安全情形。</u> 2. 視手機基地台及網路通訊情形，適時透過相關社群或公開平台，促家長知悉學生在校平安，減少家長憂慮恐慌。 3. 若有較重傷勢、後送或受困待援等情形，適時主動聯繫家長，告悉學校應處作為 4. 另避免學生傳遞不實或訛傳資訊，引發不必要恐慌困擾。	1. 初期先避免大規模使用手機聯繫家人，以防通訊癱瘓，影響急切救援聯絡所需。 2. 若仍有同學失蹤（聯）情形，得以手機持續聯繫。



## 臺北市高級中等以下學校防空疏散避難演練訪視檢核表

訪視學校：

訪視日期：

訪視委員：

項次	檢核項目	所見情形	辦理情形	備考 (100%)
1	是否完成學校防災教育網頁專區建置(置於學校網站首頁)，並確保網頁連結暢通，可供點閱審查。		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	11分 6分 0分
2	是否完成演練計畫及腳本，並陳校長核定？	(請註明核定日期)	<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分
3	是否於正式演練當日前，完成至少1次以上之防空疏散避難演練？並有紀錄佐證。		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	11分 6分 0分
4	是否運用城鎮韌性演習警報聲響，實施空襲警報廣播？有無將城鎮韌性演習警報聲響音軌檔介接校內廣播器		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分
5	全體教職員工生是否都知道自己的防空避難疏散路線？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分
6	全體教職員工生是否都知道自己的防空避難處所位置？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分
7	疏散避難時機，是否遵循不推、不語、不跑之原則？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分
8	身障學生及資源班學生是否事先指定適當人員協助防空疏散避難？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分
9	疏散避難演練是否依據「學校防災地圖(空襲災害)」動線實施並排除易造成危險之因素？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分

臺北市高級中等以下學校防空疏散避難演練訪視檢核表

訪視學校：

訪視日期：

訪視委員：

項次	檢核項目	所見情形	辦理情形	備考 (100%)
10	防空疏散避難處所掩蔽動作（低姿態、遮眼、閉耳、嘴微張、胸離地）是否確實？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分
11	各班任課老師是否於疏散集合後5分鐘內完成人員清點及回報？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分
12	是否將校內防災設備及資源（如個人防護、通訊器材、醫療器材、警報系統等）納入演練時機充分運用？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分
13	各應變編組人員是否穿戴足供識別之裝備服裝？編組表是否依規定訂定？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分
14	抽問學生對「家庭防災卡」填寫內容是否熟悉？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分
15	學校是否於演練後主持演練檢討會議，與會人員共同研討後續改善事項？(實施後補送資料，納入評分)		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	6分 3分 0分
總計		分		

綜合建議：

備考：本次訪視所見情形將由訪視委員詳實記載優缺點，並於訪視完後由本局彙整函發各校作為參考改進依據。

臺北市政府教育局複合式災害疏散避難演練訪視成果表

訪視學校	臺北市○○學校	訪視日期	
訪視委員			
照片說明(一)		照片說明(二)	
照片說明(三)		照片說明(四)	

防空避難設備告示牌規格:A4紙



# 防空避難

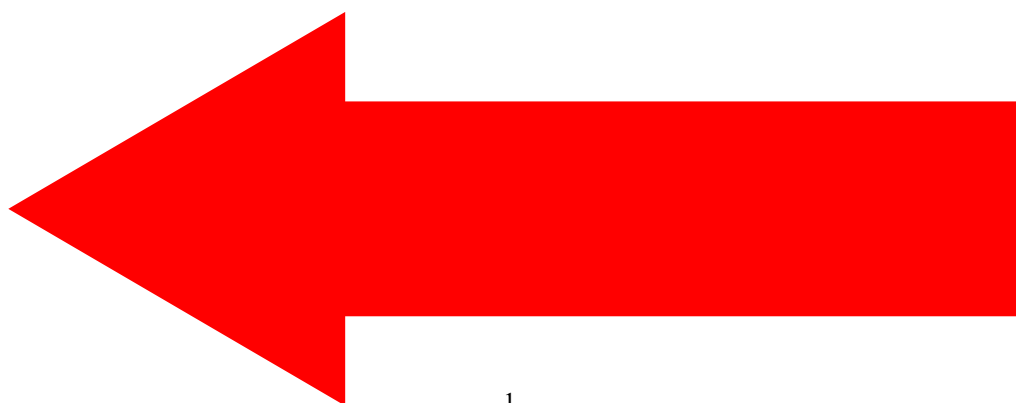
Air Defense Shelter





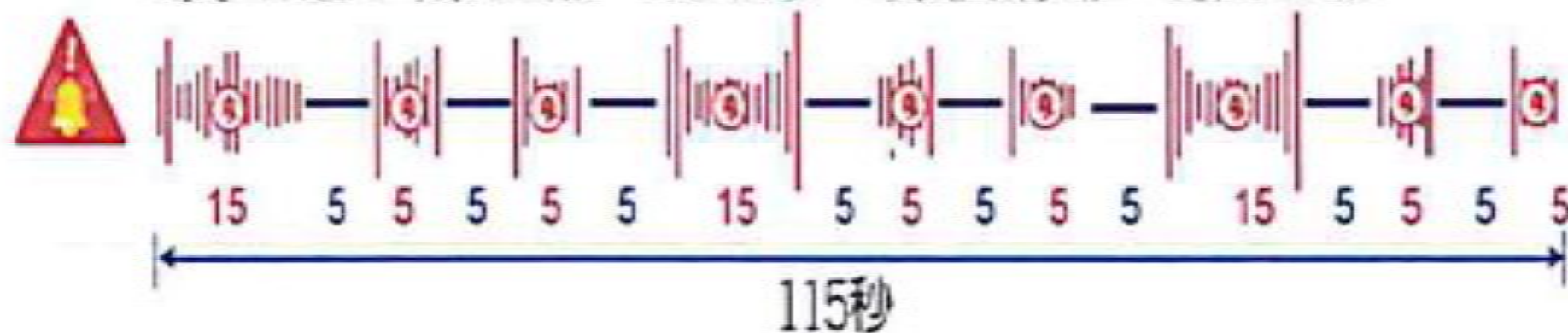
# 防空避難

Air Defense Shelter



## 緊急警報：

1長聲2短聲 長聲15秒，短聲5秒，每次間隔5秒，總共115秒



## 解除警報：

1長聲90秒

