

臺北市立第一女子高級中學113學年度第2學期複合式災害疏散避難演練實施計畫

壹、依據

一、配合行政院國家防災日活動規劃辦理。

二、教育部113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、教育局113年8月14日北市教學字第1133084927號函辦理。

貳、目的：實施全國各級學校及幼兒園複合式疏散避難演練，強化師生災害應變處理能力，有效減低災損，以維護校園及師生安全。

參、辦理單位

一、指導單位：教育部、臺北市政府教育局。

二、主辦單位：臺北市立第一女子高級中學(以下簡稱本校)。

三、參演人員：本校全體教職員工生。

肆、實施時間

1. 預演：114年2月11日早上08:30。

2. 正式演練：114年2月11日(星期二)早上09:00時起。

伍、實施重點

一、計畫擬定及前置準備階段

1. 將正式演練納入學校行事曆管制實施。

2. 於114年1月17日(星期五)下午5時前至教育局二代表單系統-「113年度臺北市各級學校國家防災日複合式避難疏散演練時間規劃表」，填報預演日期、時間、主持人及參加人數，並至少辦理1次預演活動，該預演以無預警方式發布。

3. 114年2月7日(星期五)前依本計畫完成本校複合式災害疏散避難演練實施計畫、演練腳本及教育宣導活動規劃(排入行事曆)。

4. 114年2月10日(星期一)前，召開工作會議，確認防空及地震避難處所位置及容納人數，先期規劃疏散路線，繪製校園防災地圖(空襲及地震災害)，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，完成強震即時警報收訊狀況檢測及警報系統介接廣播器發佈測試。

5. 請健康中心規劃疫情時間，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。

二、預演與正式演練階段

(一)預演階段

1. 於國家防災日前於善廣電視牆撥放教育部地震防災影片、本市防空疏散教學影片及疏散避難演練影片(<https://reurl.cc/q5GVDR>)，以提升全校防災知識及觀念。
2. 考量地震發生時間無法預測，於113學年開學後至正式演練前，運用上課中、下課時間、上（放）學等其他時間，並至少辦理1次預演活動，該預演以無預警方式發布，時間為2月11日上午08:30時，使師生熟練演練流程及相關應變作為，並利用時機與管道讓學生家長瞭解本次活動內容。

(二)正式演練

1. 臺北市立第一女子高級中學113學年度第2學期複合式災害疏散避難演練實施，說明如下：

(1)114年2月11日(星期二)上午09時00分，本校以校內廣播器發布地震警報，演練當日應保持系統處於訊息接收暢通狀態，完成本次複合式災害避難掩護演練活動；演練流程請參考（附件1）「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. 本校依「學校地震避難掩護應變參考程序」（附件2），向學生說明地震避難疏散原則，並將學校疏散避難地圖、演練流程及應變作為等資訊公告於學校及班級公布欄加強宣導。

4. 將演練內容拍照及錄影留存，並根據演練期間各項缺失進行討論及精進改善。

5. 可結合社區、地方可運用的資源，邀請媒體、民間團體與學生家長共同參與相關實體或線上防災教育活動，如舉辦防災教育宣導講座或辦理「家庭防災卡」使用推廣教育，將防災教育擴及家庭及社區。

陸、其他

- 一、本計畫若遇重大天然災害或不可抗拒因素，得由教育局決定停止或延期辦理。

- 二、本校辦理防災疏散避難演練活動前，請依教育局最新修訂「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。

柒、本計畫如有未盡事宜，將另行公告。

附件1

各級學校及幼兒園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
階段一：地震發生前	1. 熟悉演練流程及相關應變作為。 2. 依表定課程正常上課。	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。
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（全國高級中等以下學校應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）】	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。	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。  圖示來源：內政部 3. 室外：應保護頭頸部，避開可能的掉落物。
階段三：地震稍歇 （以警示聲響或廣播方式發布）	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。	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。
備註： 1. 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2

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：(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) 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、掃地櫃、電視、蒸便當箱、冰箱或飲水機旁或貨物櫃旁（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，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(較輕的書包、軟墊、墊板反折形成緩衝等)；若學生行走仍需要牽手或老師引導，則建議可用頭套或頭盔等輔助器材。

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)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。
- (二)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。
- (三)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。
- (四)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。

臺北市立第一女子高級中學一校園防災地圖(火災、地震災害)

經度:東經121度51分31.83秒
緯度:北緯25度3分38.26秒

114年1月
校安中心制

臺北市立第一女子高級中學
113學年度第二學期教室平面圖
113年06月12日公告

防救災資訊

災害通報單位

教育部校安中心
02-33437855
02-33437856
臺北市災害應變中心
02-87863119
中正區災害應變中心
02-66321119
臺北教育局
02-27208889

警消醫療單位

臺北市警察中正第一分局
02-23113081#110
臺北市消防局城中分隊
02-23812839
臺北聯合醫院和平院區
02-23889595

各類災害避難原則

地震	先避難，再疏散
淹水	垂直避難
海嘯	往高處避難
土石流	預防性撤離
路線標示 建築內路線 → 建築外路線 →	

演練 進程	時間	情境設定	指揮官陳智源 ／發言人江麗玉	通報組	避難引導組	搶救組	安全防護組	緊急救護組
			組長：聶于杰 代理：李慈瑋	組長：陳碧霞 代理：丁一介	組長：張清俊 代理：李春美	組長：賴祝宏 代理：褚嘉慧	組長：王惠蘭 代理：高培鈞	
<u>由生輔組長對全校實施廣播：待會 09 點 00 分為本校防災疏散演練，請各班導師隨班督導，配合廣播系統所發布狀況，確實完成避難與疏散各項動作要求，地震暫停進行疏散時，請全程以不推、不跑、不語原則前進至操場集合。（廣播兩次）</u>								
(一) 災害 發生	0900	地震速報系統 發出警報（5 級地震），地 震來臨。	依「趴下、掩護、 穩住」要領，就地 掩避保護頭頸部。	依「趴下、掩護、 穩住」要領，就地 掩避保護頭頸部。	依「趴下、掩護、 穩住」要領，就地 掩避保護頭頸部。	依「趴下、掩護、 穩住」要領，就地 掩避保護頭頸部。	依「趴下、掩護、 穩住」要領，就地 掩避保護頭頸部。	依「趴下、掩護、 穩住」要領，就地 掩避保護頭頸部。
(二) 避難 疏散 及 應變 啟動	0910	地震停（暫） 止。	1. 穿戴防護帽、防災背心，準備成立指揮中心集合。 2. 指揮官： <u>立刻要求全校師生進行疏散。</u>	1. 穿戴防護帽、防災背心，攜帶防災裝備，就分配各避難引導位置，引導師生疏散。 2. 依疏散動線逐步移向指揮中心並清查人數。	1. 穿戴防護帽、防災背心，攜帶防災裝備，至安全防護組待命集合。 2. 疏散過程適時留意校園危害情形，掌握搜救資訊。	1. 穿戴防護帽、防災背心，攜帶防災器材，設置急救站。 2. 需攜帶特殊個案清冊、緊急連絡人清冊。	<u>由生輔組長對全校實施廣播：現在地震暫歇，大家不要慌張，請同學保護頭部，請導師帶上安全防護帽引導學生進行疏散，安靜地向操場集合點名，遵守「不推、不跑、不語」安全原則。離開活動中心時，請保管好個人手機及貴重物品，也請全校教職員工現在盡速前往操場疏散。</u>	

進程	時間	情境設定	指揮官	通報組	避難引導組	搶救組	安全防護組	緊急救護組
(三) 災情掌握與清查回報	0920	成立緊急應變小組，並清查應變編組人員	指揮官： <u>災害應變中心成立，請各組清查人數回報，同步測試對講機。</u>	組長： <u>通報組人員到齊。</u>	組長： <u>避難引導組人員到齊。</u>	組長： <u>搶救組人員到齊。</u>	組長： <u>安全防護組到齊。</u>	組長： <u>緊急救護組人員到齊。</u>
	0930	全面清查人員及校舍，並要求強制撤離	指揮官： <u>請完成全校人員清查，並掌握有無受傷、受困或失蹤情形；安全防護組重返校舍巡檢，並注意自身安全。</u>	組長指示各班取出班級防災包內點名卡，盡速填畢送交指揮中心實施人員安全回報及統計。 透過全校師生人員清冊確認人員狀況。 持續蒐整全校人員安全狀況。	組長指示組員引導全校師生至操場，依升旗班級隊形集合點名。其餘人員請於指揮中心旁空地待命。 組長請特教老師列出本校身障學生所在教室，必要時提供輪椅協助。	組長與安全防護組保持聯繫，若安全防護組回報有師生受傷，則指示組員依循疏散動線進行救援，並通知緊急救護組做好醫療準備。	組長派員巡查各樓層；若有教師或師生不願疏散，請要求強制撤離，並引導至操場。 巡查各電梯並拉封鎖線。 組長： <u>安全防護組已指派人員至各責任區巡視。</u>	緊急救護組應準備好各種醫療器材，隨時掌握傷患資訊，盡速進行傷檢、包紮或後送評估。 校內輔導老師安撫師生恐慌情緒。

進程	時間	情境設定	指揮官(副)揮官	通報組	避難引導組	搶救組	安全防護組	緊急救護組
(三) 災情掌握與清查回報	0940	人員及校舍清查結果回報	指揮官： <u>安全防護組巡查校舍狀況如何？</u>	持續掌握人員安全及校園災損狀況，管制向臺北市災害應變中心、校安中心回報。	避難引導組視災情狀況及搶救組人力需求待命支援。	搶救組同步掌握搶救組損資訊以為搶救行動參考。	組長： <u>明德樓生活科技教室發生火災</u>	
(四) 緊急搜救與傷患救助	0950	明德樓生活科技教室	指揮官： <u>請安全防護組加派人員前往滅火。</u>	持續掌握人員安全及校園災損狀況，管制向臺北市災害應變中心、校安中心回報。	避難引導組視災情狀況及搶救組人力需求待命支援。		安全防護組確認無其他人員受困。	

進程	時間	情境設定	指揮官	通報組	避難引導組	搶救組	安全防護組	緊急救護組
(五) 學生安置與災後通報	1000	重返教室上課	指揮官： <u>請安全防護組最終確認校舍安全情形，以判斷能否重返教室上課。</u>	1. 導師與副導師利用班級聯絡群組等管道向家長說明學校狀況。 2. 學校校網等公告學校安全狀況以利家長查詢。			組長： <u>再次巡視校舍，檢視公共設施有無損壞，建築物結構是否安全。針對危險的設施或建物拉設黃色禁止進入警示帶。</u> <u>報告指揮官，且前校舍暫無立即性危險，應可宣布正常上課。</u>	
			指揮官： <u>所有人安靜解散，重返教室上課；請各班導師與副導師引領學生返回教室，全校師生切勿搭乘電梯。</u>	向校安中心及臺北市災害應變中心完整回報。			進行災損復原管制，並至校安中心網頁「天然災害災損及停課通報系統」填報災損情形。	
各組返回辦公室進行防災裝備檢整、歸位，並進行器具修繕及耗品補充、申購。								
檢討會	演練後應召開檢討會，以廣蒐意見與討論，增進投入及參與。							

臺北市府教育局113學年度第2學期複合式災害疏散避難演練訪視檢核表

訪視學校：北一女中 訪視日期：114年 月 日 訪視委員：

項次	檢核項目	所見情形	辦理情形	備考
1	校園災害防救計畫是否已修訂完成？		☒ 完 成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	10分 5分 0分
2	是否於正式演練當日前，完成至少1次以上之疏散避難演練？		☒ 完 成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	10分 5分 0分
3	是否安裝中央氣象署「地震速報系統」並介接校內廣播器，實施警報廣播？		☒ 完 成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	10分 5分 0分
4	是否完成演練計畫(非防災計畫)及腳本，並陳校長核定？(請註明核定日期)		☒ 完 成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	5分 3分 0分
5	是否實施複合式災害疏散演練（設定地震引發火災、地震引發海嘯、地震引發坡地災等情境）？		☒ 完 成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	10分 5分 0分
6	地震發布時，老師及學生就地掩蔽動作（趴下、掩護、穩住）是否確實？		☒ 完 成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	5分 3分 0分
7	是否落實於地震搖晃當中「勿要求」學生開門與關閉電源（應於地震稍歇且進行疏散時，才能實施上述2項動作）？		☒ 完 成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	5分 3分 0分
8	疏散避難時機，學生是否遵循不推、不語、不跑之原則？		☒ 完 成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	5分 3分 0分
9	疏散時老師及學生是否以隨手可得具備緩衝保護功能的物品保護頭頸部？		☒ 完 成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	5分 3分 0分

10	身障學生及資源班學生是否事先指定適當人員協助避難疏散？		☒ 完成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	5分 3分 0分
11	疏散避難演練是否依據「學校疏散避難地圖」動線實施並排除易造成危險之因素？		☒ 完成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	5分 3分 0分
12	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？		☒ 完成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	5分 3分 0分
13	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？		☒ 完成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	5分 3分 0分
14	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？		☒ 完成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	5分 3分 0分
15	抽問學生對「家庭防災卡」填寫內容是否熟悉？		☒ 完成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	5分 3分 0分
16	是否於演練後由學校主持演練檢討會議，訪視委員和學校人員共同研討後續改善事項？		☒ 完成 ☐ 部分未落實 ☐ 未完成	5分 3分 0分
總 計			分	

備考：

- 所謂複合式災害演練，是指一個主要災害事件的發生，往往會直接或間接衍生其他次要的災害，形成一種鏈結的關係，例如：地震引發火災、地震引發海嘯、地震引發坡地災害等。
- 請學校確實將「地震速報系統」保持開啟及運作良好，且介接校內廣播器。
- 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。