

115年度臺北市私立金甌女子高級中學(含幼兒園) 複合式災害疏散避難演練實施計畫

壹、依據：

- 一、依行政院113年7月1日院臺忠字第1135012378號函頒「113年國家防災日推動綱要計畫」。
- 二、依教育部114年8月14日臺教資(六)字第1142702524號函頒「114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114.12.10北市教安字第1143121038號函辦理。

貳、目的：

鑑於日本地震引發建築物倒塌、海嘯、大火及核災等複合型災害，造成嚴重人員傷亡，藉模擬實作地震及火災複合型災害演練，強化學校校園師生災害防救、自救救人與應變能力，養成學生在地震發生時有正確的本能反應，如何在地震發生時保護自己，以做好全面防震準備，有效減低災損，維護校園及師生安全。

參、實施時間：

預演(3月17日14時10分)及正式演練(3月18日13時10分)。

肆、參加人員：

全校教職員工生及幼兒園師生，共計約1200人。

伍、演練重點：

一、計畫擬定及前置準備階段

1. 將本校正式演練日期納入學校行事曆，由生輔組擬定計畫及總務處另擬定腳本，會辦相關單位上陳校長核定。
2. 生輔組於115年1月16日前將本校預定辦理預演日期、時間、主持人及參加人數，並至少辦理1次以上預演活動(無預警方式)發布等相關資料，至二代表單系統進行填報。
3. 115年2月4日前依本計畫完成學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. 由總務處訂定時間，召開工作會議，確認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(地震災害)，並協助完成相關標示指引、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. 115年1月19日利用校務會議，實施校內教職員工聯合災害防救演習及本校複合式防災演練規劃、演練時間、流程及注意事項宣導說明，並完成先期推演工作。
6. 115年2月23日利用全校導師會議，實施導師本校複合式防災演練時間流程及注意事項的銜接教育訓練，俾利參與預演活動。
7. 115年2月24日利用開學典禮或週三全校活動時間，對全校學生(含幼兒園)實施聯合災害防救演習及本校複合式防災演練作業說明及宣導。

8. 115年2月23日-3月6日利用週、朝會時間，對全校學生實施地震避難掩護正確動作示範。
9. 請學生將家庭防災卡隨身攜帶，以利遭遇災害時能立即應用。
10. 學校規劃疫情時間，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、設施及器材整備：

請總務處於115年2月11日前完成演練活動各項設施、器材及疏散路線之檢視與整備工作。

三、預演與正式演練階段(納入學校行事曆)

(一)預演階段

1. 預演日期：115年3月17日14時10分。

115年3月10日集合班長及幼兒園老師，說明演練模式、疏散路線與集合位置。

2. 模擬發布地震狀況，請全校師生(幼兒園部分自行進行預演)立即進行地震避難疏散演練。

(二)正式演練階段

1. 本年度複合式災害疏散避難正式演練，實施動次表如附件1，說明如下：

(1)115年3月18日(星期三)13時10分，運用校內廣播系統、喊話器或依現有設施發布模擬地震狀況，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3「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；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。幼兒園欲接收地震警報請參考附件4「幼兒園地震預警警報應變模式」。

2. 依「學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，並將判斷吧!製作你的地震保命指南海報(附件5)、國家防災日海報(附件6)、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。

3. 人員清查完畢後，實施人為災害演練(火災滅火、傷患救助、外人入侵)，演練結束實施5分鐘複合式防災教育宣導及校長(指揮官)講評，預計13時40分結束，返回原課程教室，繼續上課。

4. 14:00時召開檢討會做為爾後執行參考。

5. 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，並由學校依附件2.3.4及附件9向全校師生說明地震避難原則。

6. 將演練內容(地震演練)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。

7. 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」或相關APP使用推廣教育，將防災教育擴及家庭及社區。

6. 人員及任務分工表附件8、疏散路線圖及集合位置圖如附件9。

陸、其他事項：

- 一、本計畫若遇重大天然災害或不可抗拒因素，得由本局決定停止或延期辦理。

- 二、各校辦理防災疏散避難演練之全校性活動前，請依本局最新修訂「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，應注意行動不便或有特殊情況的學生。
 - 四、避難疏散過程發現學生、教職員工發生意外時，救護人員應迅速實行救護行動。
- 柒、本計畫如有未盡事宜，另函補充之。

附件1~實施動次表

臺北市115年度金甌女中(含幼兒園)
複合式災害疏散避難演練時序動次表

日期：115年3月18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
下午12時50分 至 下午13時10分	10 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)
下午13時10分 至 下午13時11分	1分 鐘	地震警報發布	依各校 任務編組律定	全校 (運用廣播系 統自行發布)
下午13時12分 至 下午13時14分	2分 鐘	執行避難3步驟 (蹲下、掩護、穩 住動作)，等地震 搖晃停止後，再去 關閉電源並檢查 逃生出口及動線。	依各校 任務編組律定	各班教室
下午13時15分 至 下午13時19分	5 分鐘	地震稍歇 實施地震 疏散避難演練 (不語、不跑、不 推)避難的三不原 則。	依各校 任務編組律定	操場 (疏散)
下午13時20分 至 下午13時25分	5 分鐘	導師於集合後5分 鐘內完成人員清 點及回報清查狀 況，並安撫學生情 緒。	依各校 任務編組律定	操場 (清查人數並 回報)
下午13時26分 至 各校演練時間自行 律定	約15 分鐘	實施 人為災害演練	依各校 任務編組律定	操場

複合式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>	<p>1. 熟悉演練流程及相關應變作為。 2. 依表定課程正常上課。</p>	<p>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>
<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（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）】</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>	<p>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> <div style="text-align: center;">  <p style="text-align: center; font-size: small;">圖示來源:教育部</p> </div> <p>3. 室外：應保護頭頸部，避開可能的掉落物。</p>
<p>三：地震稍歇 (以警示聲響或廣播方式發布)</p>	<p>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。</p>	<p>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>
<p>備註：</p> <p>1. 金甌女中於 3 月 18 日 13 時 10 分進行演練，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。</p>		



幼兒園地震預警警報接收方式

使用手機



手機下載



KNY台灣天氣



地震測報



若園所在高中、國中小校園內，
而且可以介接學校的廣播系統



中央氣象局
地震速報
訊息軟體



手機接收

國家級地震警報訊息

⚠️ 緊急警報

國家級警報
[地震速報 Quake Alert]08/19 11:13 左右南部地區發生中型有感地震，慎防強烈搖晃，氣象局。
Beware of probable shaking. CWB



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）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（例如：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) 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。

判斷吧!! 製作你的地震保命指南

遇到地震時，你要怎麼辦?

學習掩蔽技能
擊退地震怪，抗震之踏 GET!

趴下 DROP 掩護 COVER 穩住 HOLD ON

當在 遇到地震，你會...

在教室

不要慌亂跑到外面，且小心電燈及吊扇或天花板、水泥碎片等掉落物。

注意掉落及倒塌物，先保護頭、頸部及身體，尋找避難地點，做好「趴下、掩護、穩住」的動作。躲在桌下時，盡量趴下，壓低頭部，優先保護頭、頸部，雙手握住桌腳，穩住身體及桌子。

在操場

避開籃球架、足球門、高大樹木等可能倒塌的物品，沒有墜落物的疑慮時，以就地等待為原則。

在走廊

小心掉落物、窗戶玻璃爆裂，盡量就地趴下保護頭、頸部。

教育部關心您 | 建構韌性防災校園與防災科技資源應用計畫

防災處探險隊

○○○

國家防災日 趴下 掩護 穩住 抗震保命 三步驟



防災教育報你知

← → ↻ 🏠

趴下 Drop	掩護 Cover	穩住 Hold on
		

教育部 國家防災日

廣告

附件 7 複合式災害疏散避難演練訪視檢核表

臺北市政府教育局114學年度第2學期複合式災害疏散避難演練訪視檢核表				
學校：		訪視日期：115年 月 日		
項次	檢核項目	所見情形	辦理情形	備考
1	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)		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 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？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 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？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	10分 5分 0分
4	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、地震引發坡地災害、地震造成停電等情境)？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	10分 5分 0分
5	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？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	5分 3分 0分
6	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)？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	5分 3分 0分
7	疏散避難時機，學生是否遵循不推、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	5分 3分 0分
8	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？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	5分 3分 0分
9	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？		<input type="checkbox"/> 完成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	5分 3分 0分

10	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？		<input type="checkbox"/> 完 成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	5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	5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	5分 3分 0分
13	緊急應變編組表是否依規定訂定？各應變編組人員是否穿戴足供識別之裝備服裝？		<input type="checkbox"/> 完 成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	5分 3分 0分
14	檢視防災避難包中物品是否仍在有效期限內？		<input type="checkbox"/> 完 成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 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？		<input type="checkbox"/> 完 成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 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？		<input type="checkbox"/> 完 成 <input type="checkbox"/> 部分未落實 <input type="checkbox"/> 未完成	5分 3分 0分
總 計				分

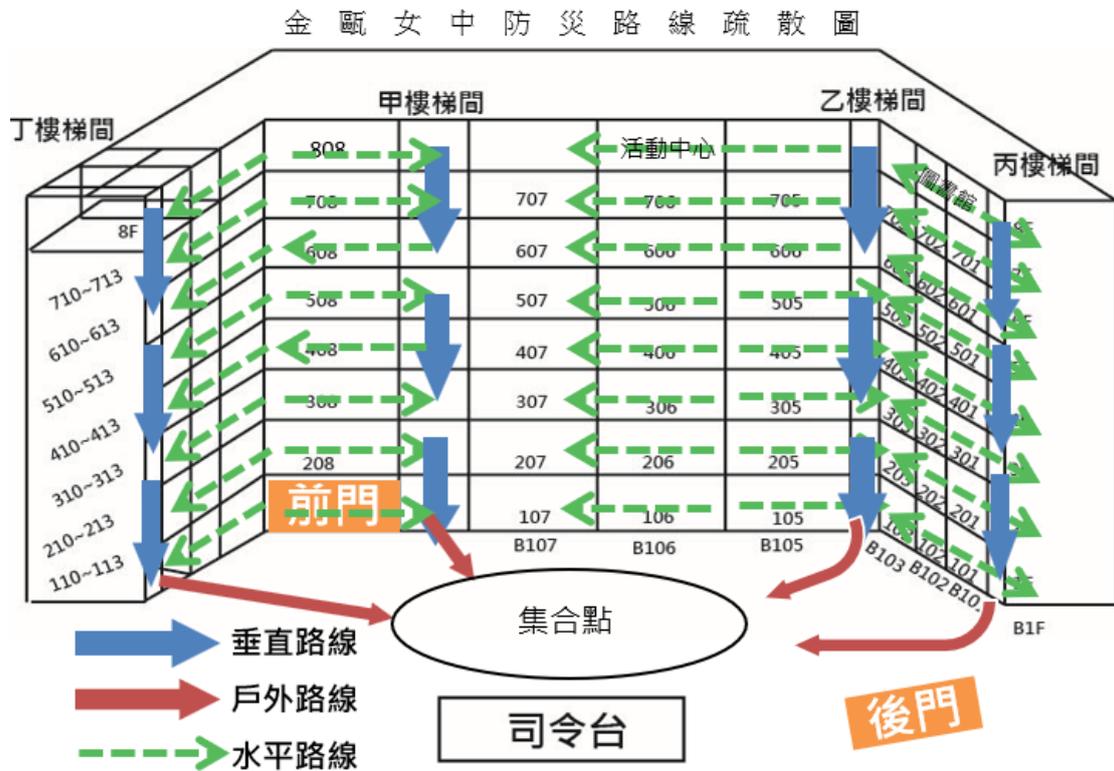
備考：

- 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、地震造成停電等。
- 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。

附件 8 人員及任務分工表

金甌女中校園災害防救應變組織分組表							
編組及負責人員	姓名	組員姓名					
指揮官 校長	田桂華						
發言人	廖億華						
搶救組	羅筱雯	林彥汝	華美貞	王鈺娛	凌倫民	許盛家	鄭銘奇
學務處	共 10 人	薛秀芳	宋坤澤	馬宗齊			
通報組	藍怡嬭	陳怡靜	江乙岑	葉昌吉	朱映蓉		
人事室、學務處	共 5 人						
避難引導組	宋時豪	洪萌璞	宋志雄	蔣桂英	羅運瑛	洪習樵	曾淑芬
教務處、各班導師 兼任老師	共 36 人	許秀鳳	朱瑞娥	陳珍妃	徐國鈞	陳嘉琦	彭歆貽
		陳惠慈	苑嘉寧	李綉燕	施怡君	彭琪惠	陳佳慧
		劉雲奇	盧紅芬	朱素娟	陳逸雯	黃竹睿	徐千惠
		沈聖雄	林雯萱	張瓊文	鄭炎秋	許國章	簡玉娟
		王愛惠	陳怡伶	袁莓春	郭蔚芬	李岱芳	
安全防護組	李光玉	李明燈	汪淑琦	李中天	孫國芬	林永銘	劉鎮南
總務處、警衛、技佐	共 10 人	梁景萍	蔡孟蓓	蘇炳澤			
緊急救護組	葉貞枏	李莉芳	李至瑋	劉芸珮	丁淑君	賴彥富	林湘桂
保健室、輔導室	共 10 人	張慧英	周佩雯	李俐瑤			
總共 73 人		日期： 2026/3/9					
註：各組第一順位為當然代理人；依此類推(先由左至右，再由上而下)。							
指揮官代理人為羅筱雯主任							

附件9~地震疏散路線圖及集合位置圖



川堂		學務處		106	105
				多三壹	普三愛
		英二貳	商二壹	英三貳	普三仁
		日觀二壹	普二愛	英觀三壹	幼兒園
商觀一壹	多一壹	多二貳	普二仁	商三壹	幼兒園
日一壹	普一孝	多二壹	普二孝	日三貳	普三孝
英一壹	普一忠	英二壹	普二忠	日三壹	普三忠

司令(升旗)台

金甌女中114學年度全校防災集合位置圖

注意事項:

- 一、集合時以普二忠、普二孝、普二仁、普二愛、商二壹排頭(含班長)為中央伍，全體插手擺頭向中央伍看齊。
- 二、請各班導師確實點名，並通報人數。
- 三、排面班及中央伍班級，請盡快就位以利其他班級看齊。