



# 學校(園所)地震避難掩護 應變參考程序

新北市防災教育輔導團 劉文章



資料來源：內政部、教育部

# 國家防災日

(2000年) 災害防救日



(2002年) 國家防災日

為提升全民防災意識及國家防災應變能力，並以國家層次的規模推廣地震避難之知識與技能。

配合行政院「國家防災日」活動，實施全國各級學校及幼兒園地震避難掩護演練，熟練「趴下、掩護、穩住」抗震保命三步驟，強化校內所有教職員工生地震災害應變處理能力，俾利做好防震準備，有效減低災損，以維護校園及所有人員的安全。

配合交通部中央氣象局強震即時警報軟體所發布之模擬地震狀況訊息。



# 地震災害會發生的情境

搖晃劇烈、站立不穩，行動困難，  
幾乎所有的人都會感到驚嚇、  
恐慌、高處物品掉落，傢俱、書  
櫃移位、搖晃，甚或翻倒。





# 地震發生時所在位置

## 一、室內：在教室或其他空間內

(如圖書館、社團教室、福利社、餐廳...等)



## 二、室外：在戶外

(如走廊；操場...等)





# 地震發生時在室內的必要作為

地震  
發生

1

保持冷靜，立即就地避難。

2

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。

3

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。



# 就地避難

保持 **冷靜**，

立即就地避難。





# 1. 保護頭頸部及身體

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：

## ■ 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。

## ■ 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

- 玻璃窗旁
- 在教室電燈、吊扇、投影機等易墜落物之下方
- 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（下）
- 黑板、公布欄下







### 3. 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。

低姿趴下

躲至桌下

保護頭頸部

就地避難





# 姿勢與動作

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。





# 避難疏散



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。



# 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扶或老師引導，則建議可用頭套或頭盔等輔助器材。



## 2. 遵守「三不原則」

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. 疏散動線要順暢

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**。



# 確實清點

抵達安全地點後，

（操場或其他地點）

**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。



# 地震發生時在室外的必要作為

地震  
發生

1

保持冷靜，立即就地避難。

2

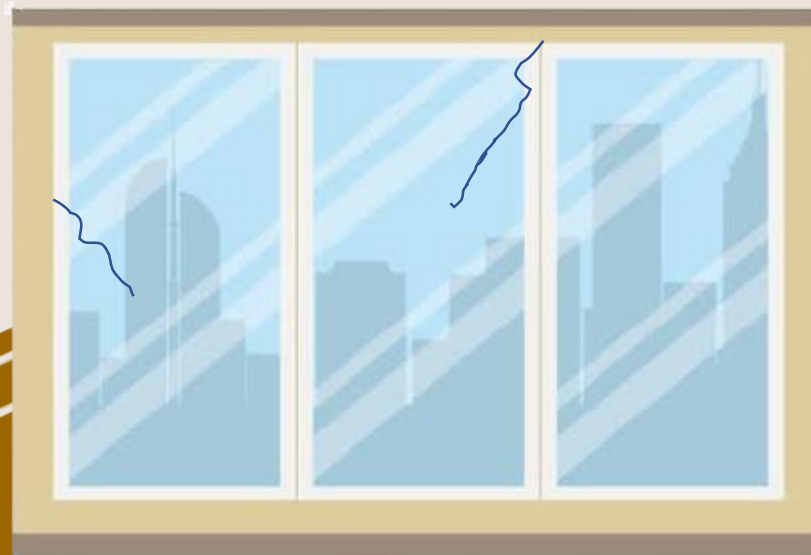
抵達安全地點（操場或其他地點）後，教職員工生均應確實點名。







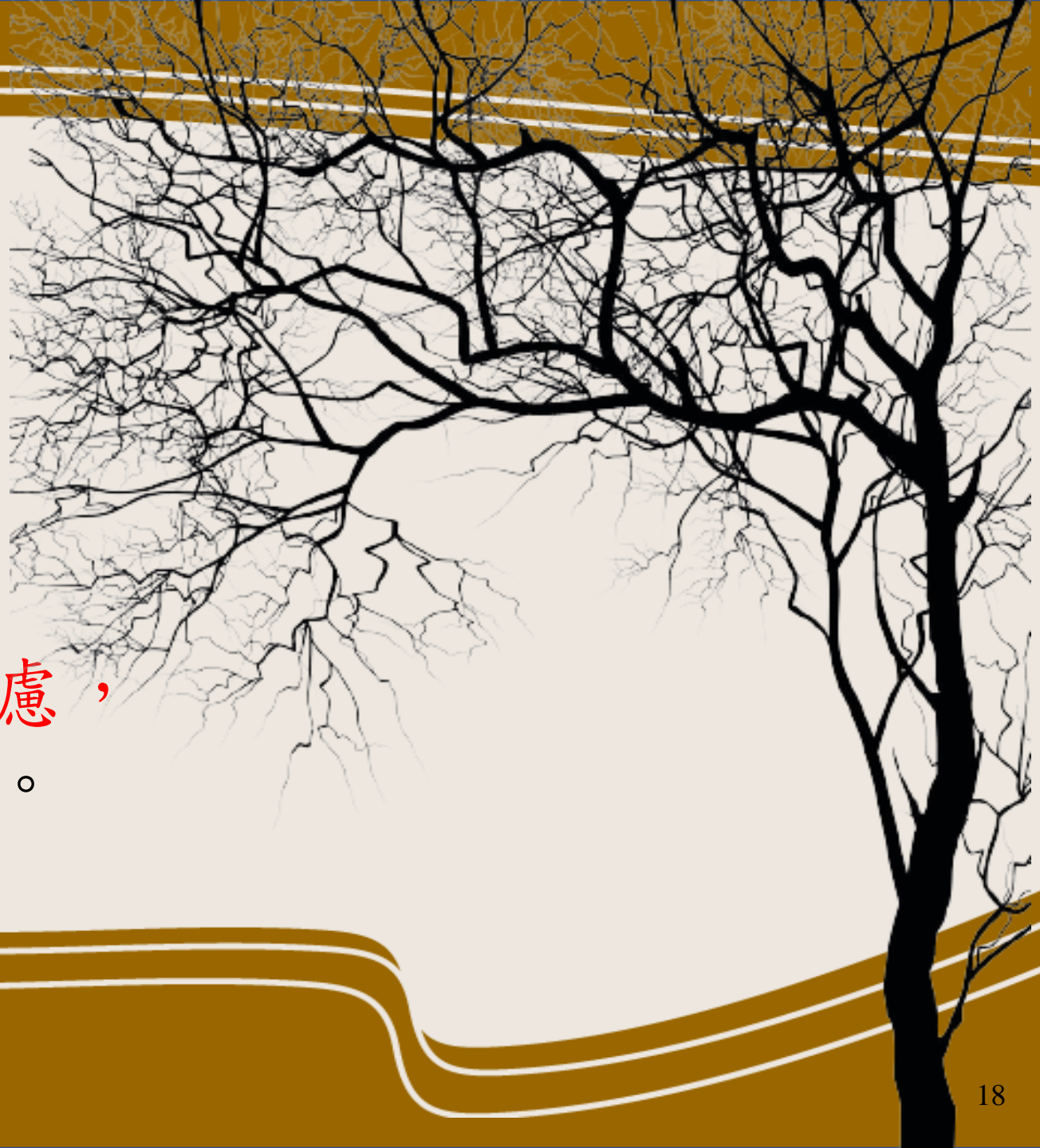
在走廊時，應注意是否有掉落物、窗戶玻璃爆裂等狀況，盡可能就地趴下保護頭頸部；地震稍歇時應立即疏散至空地或安全地點。





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。





千萬不要觸碰掉落的電線





## ※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。



## ※特別注意事項

(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。



## ※特別注意事項

(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。



## ※特別注意事項

(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。



## ※特別注意事項

(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。

※場地昏暗會造成避難疏散視覺不清時得不關閉。



國家防災日實施地震避難掩護演練，  
我們共同來做好「趴下、掩護、穩住」  
抗震保命三步驟。

**THE END**