

# 中山女高 防空疏散避難演練說明

---

教官室 112.5.9 修訂

# 演練規劃實施日期

日期	時間	對象	演練內容	備註
6/16(五)	1500~1530	全校	辦理全校防空避難演練	全員預演
7/24(一)	1300~1400	全校	結合北區萬安防空演習，實施全校防空避難演練	正式演習

# 防空疏散避難原則與重點

- 避難區域應以2樓以下建築室內空間為原則，本校地下室避難場所容留人數有限，學生以B1為主，教職員工以1F為主。
- 各班上課師長，應隨班至指定位置。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，關閉門、窗。

# 學生 防空避難位置

區域	地點	避難對象	分配位置
莊敬樓	各樓層教室	高一學生	莊敬樓B1 地下停車場
中山樓	各樓層教室	高二學生	莊敬樓B1 地下停車場
自強樓	各樓層教室	高二學生	莊敬樓B1 地下停車場
逸仙樓	3F各班教室	高三學生	科學館B1 地下室
逸仙樓	2F各班教室	高三學生	原班教室

# 教職員工 防空避難位置

區域	地點	避難對象	分配位置
莊敬樓	1F 行政/教師辦公室	教職員工	原辦公室
莊敬樓	2F以上 行政/教師辦公室	教職員工	莊敬樓1F 學務處
自強樓 (含家政樓/科學館)	1F 行政/教師辦公室	教職員工	原辦公室
自強樓 (含家政樓/科學館)	2F以上 行政/教師辦公室	教職員工	科學館1F 設備組
逸仙樓	1F 行政/教師/家長會辦公室	教職員工	原辦公室

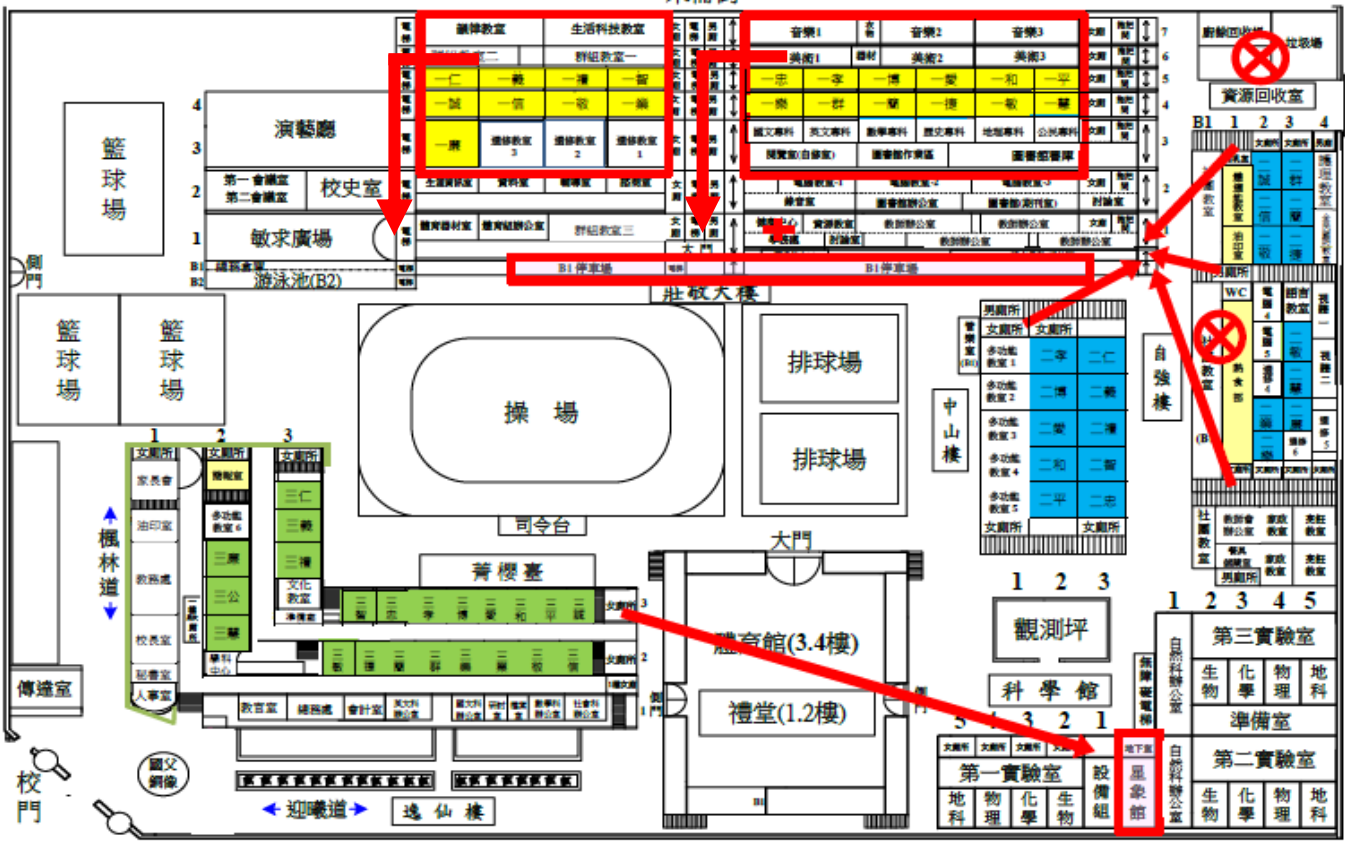
# 防空疏散動線圖

## 臺北市立中山女子高級中學校園防空避難疏散路線圖

111.8.19



北  
↑  
建國北路高架路停車場  
↓  
南



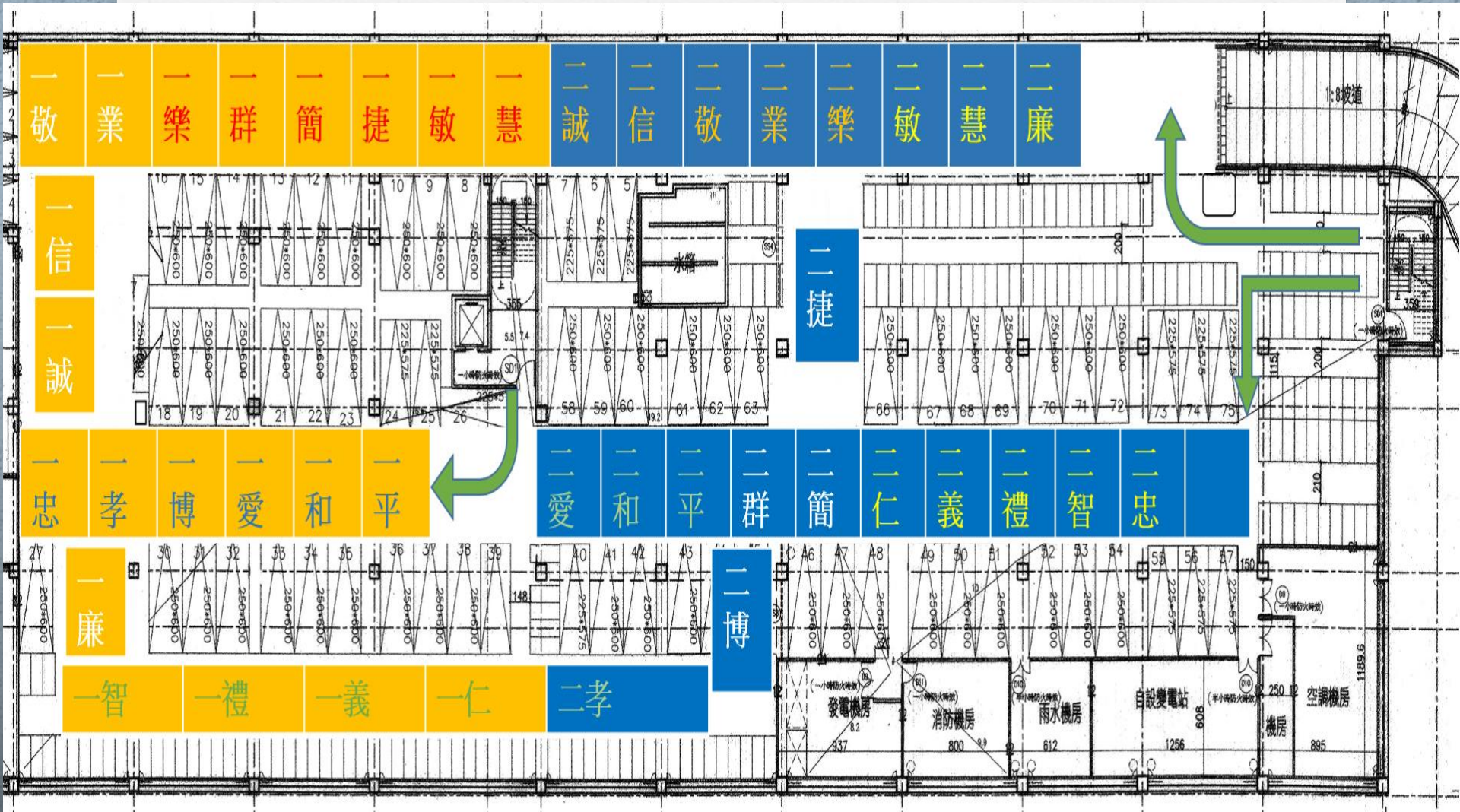
- 建築外路線
- 樓梯路線
- 建築內路線
- 安全死角
- 健康中心

西 ← 長安東路二段 → 東

地下停車場入口

長安東路2段153巷

# 莊敬樓B1 高一高二 防空避難位置分配圖



# 科學館B1 高三 防空避難位置分配圖





# 防空避難三階段

第一階段：人員疏散演練

第二階段：避難動作演練

第三階段：清查人數回報

# 第一階段：人員防空疏散演練

- 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)
- 隨手關燈、門、窗。
- 攜取個人貴重物品，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。
- 室外人員盡速進入室內，車輛靠邊熄火，校門只進不出。

## 第二階段：防空避難動作演練

- 選擇：盡量選擇混凝土材質之堅固建物進行掩蔽。
- 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。
- 姿勢：低跪姿、身微拱、胸離地、搗耳、遮眼、嘴微張。

### 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

# 實作示範



## 第三階段：清查人數回報

- 使用防災包內點名條清點人數。  
(紅色：缺人，藍色：到齊)
- 若無點名條可向鄰近班級借用，亦可以其他紙張代替。
- 副班長：清點完人數，請隨班師長簽名確認。
- 點名條送交避難地點負責之教官或學務創新人員。

★教職員工人數清查回報方式，以人事室通知律定為主。