

溪州國小防震宣導～校園篇

地震來了！ 你該怎麼辦？



溪州國小防震演練時間

防震預演時間

9月19日(二)
早上8:16分

全國防震演練
時間

9月21日(四)
早上9:21





教育部



國家防災日
National Disaster Preparedness Day

抗震保命 3 步驟 921 國家防災日

地震來臨·勿驚慌
保護頭頸部·安全最重要

趴下 Drop



掩護 Cover



穩住 Hold on



(雙肘貼地，雙腳貼地)，
並以雙手緊握住桌腳。

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，抗震之錯

GET!

趴

趴下 DROP



掩

掩護 COVER



穩

穩住 HOLD ON





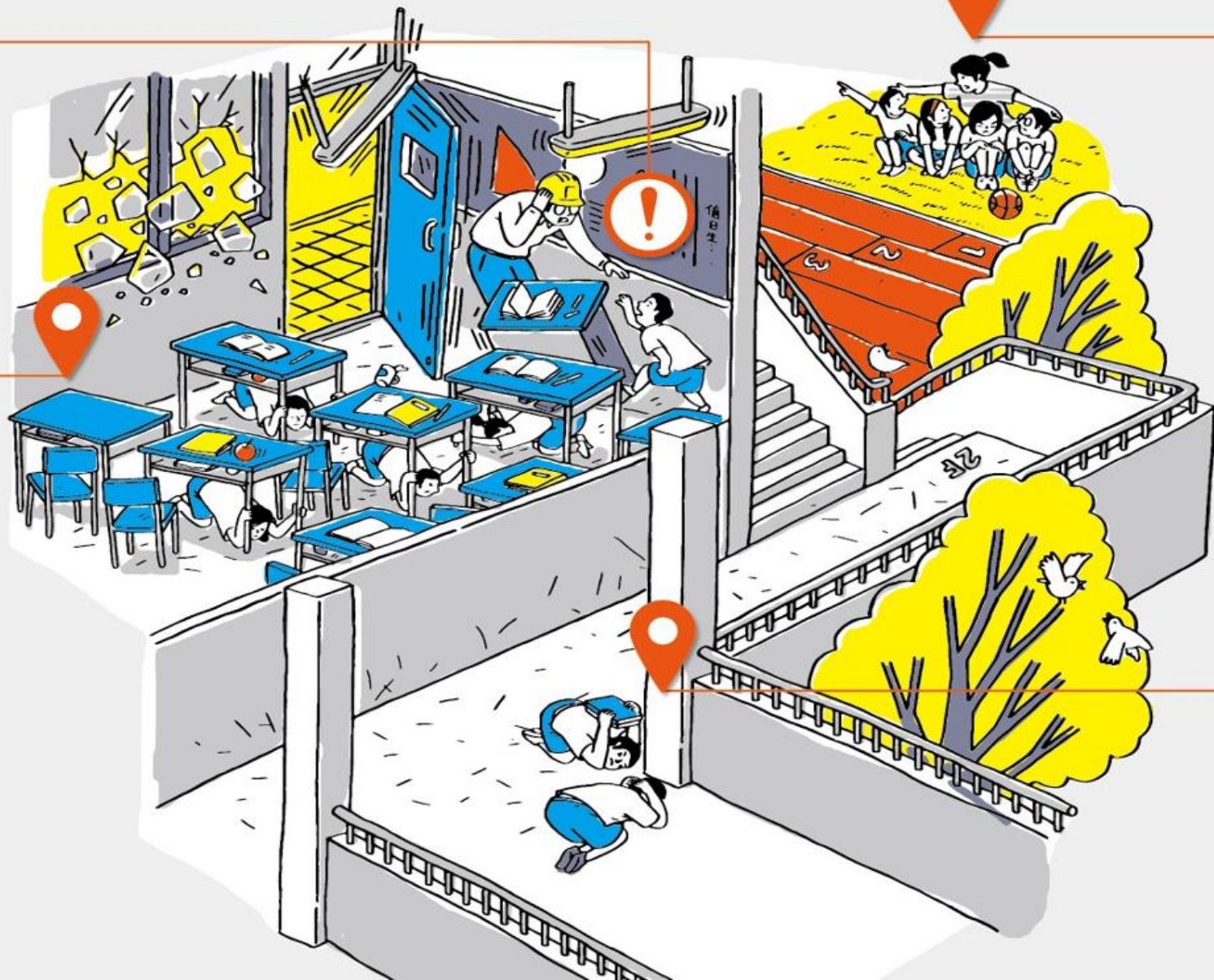
當在____遇到地震，你會…

注意

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。

在教室

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。

(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：

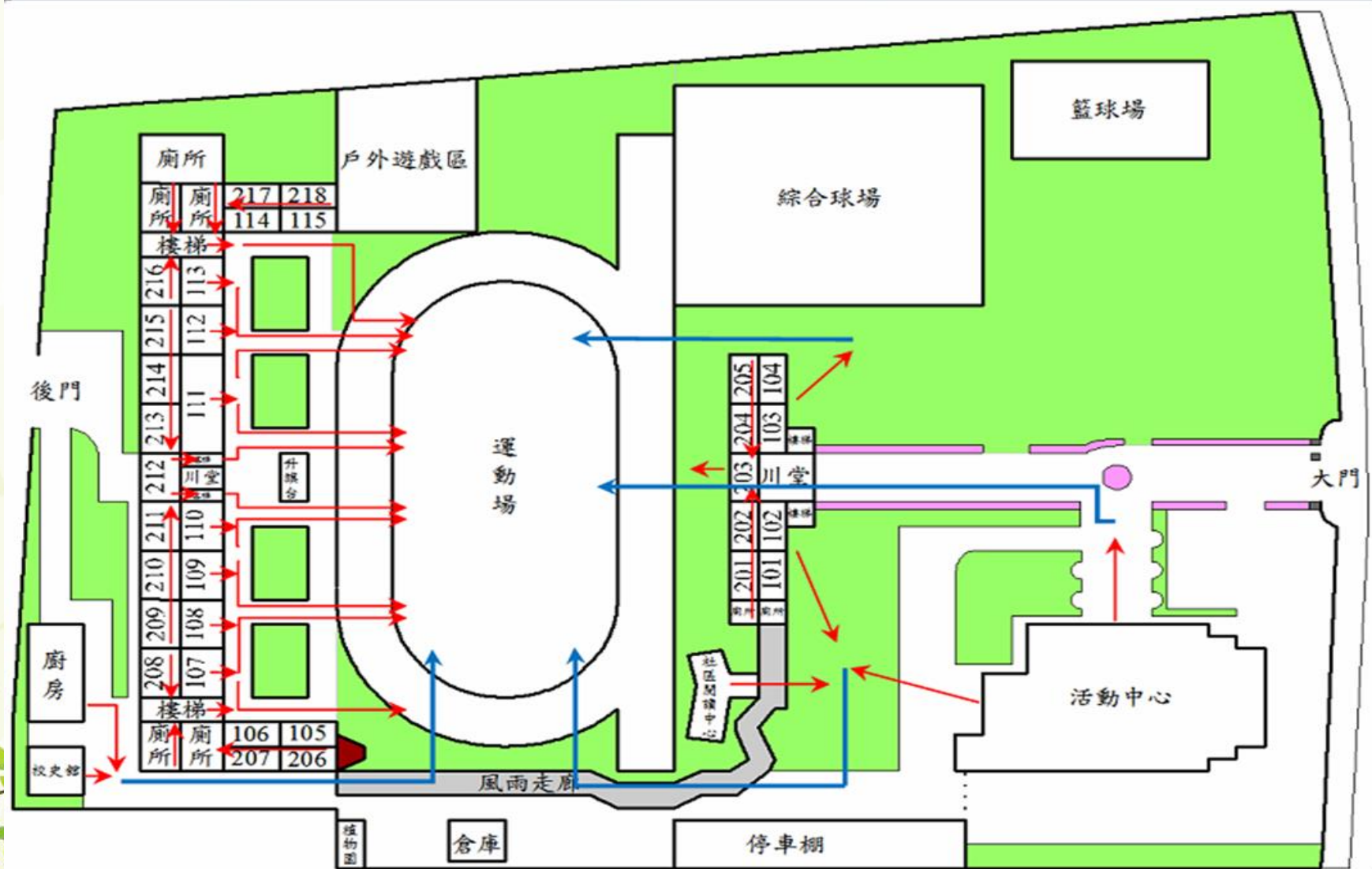
1. 應依規劃路線疏散。疏散時可用具備「**緩衝**」**保護功能的物品**保護頭頸部(例如：較輕的書包、軟墊、墊板反折形成緩衝等)
2. 災時需冷靜應變，才能有效疏散，遵守「**三不原則**」：**不推、不跑、不語**。禁止大聲喧嘩、禁止跑步，禁止推擠，容易造成意外。

(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：

- ↪ 3.地震大力搖晃時，移動可能導致跌倒，不用前往開門與關閉燈具電源；
- ↪ 4.地震稍歇啟動疏散時，應記得關閉使用中之電源。
- 5.聽從老師指示依平時規劃之路線進行避難疏散，抵達安全疏散地點。
- 6.老師會在疏散集合後「確實清點人數」及回報。

請看防震宣導影片 <https://youtu.be/9C3eTOXH6Zk>

地震稍歇後～（進行避難疏散到安全地點。）



備註：紅色路線為第一時間疏散路徑。

藍色路線為第二時間疏散路徑。

附件2：學校地震避難掩護應變參考程序

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、科任教室等)。

- ❧ (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。

一、學生在教室或其他室內： (如圖書館、科任教室等)。

❧ 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。

一、學生在教室或其他室內： (如圖書館、科任教室等)。

- 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。

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：

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。

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；
- ❧ 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。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、學生在室外：

❧(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，在能力所及可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：

- ☞ (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，在能力所及可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。
- ⌘ (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。

家庭防災卡

彰化縣溪州國小

家庭防災卡 填寫說明

• 如何填寫 家庭防災卡

姓名 王曉明

學校 花路米國小

緊急聯絡人	關係	電話
王大富	爸爸	0921-345678
陳曉玫	媽媽	0921-345678
陳雅婷	阿姨	0921-345678

約定通訊方式

[包含指定通訊軟體 \ 社群媒體 \ 簡訊]

學校 Line 509班群組

家庭 Line 我們這一家群組

約定集合地點

家巷口公園

填寫日期 112 年 1 月 15 日

