



民防通識教材



內政部  警政署

National Police Agency, Ministry of the Interior

防空警報的演進與傳承



人力示警



手搖式警報器



防空警報器

交流警報器



直流警報器



電子式警報器





防空警報器設置位置



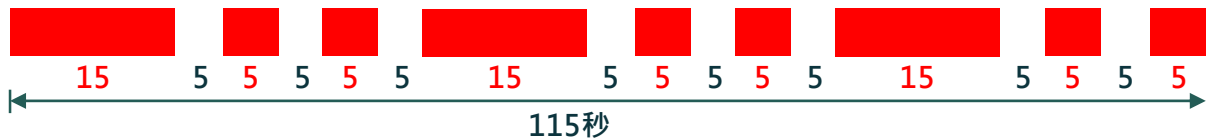
內政部  警政署

National Police Agency, Ministry of the Interior



防空警報音符

- 一、緊急警報：1 長音 2 短音，長音 15 秒，短音 5 秒，每次均間隔 5 秒，重複 3 次，總共 115 秒。



- 二、解除警報：1 長音 90 秒。



- 三、聽障人士可透過行動電話接收國家級警報簡訊，或透過電視跑馬燈、手語播報方式獲取空襲訊息。



避難先期整備



3. 避難物資

約定集合地點及準備緊急避難包，放置於隨手可及之處。



1. 避難地點

平時透過避難標示牌或APP查詢並熟悉住家，工作附近避難設施。



2. 避難規劃

依據所在位置判斷應變方式，避難不只是等待，更要自助互助。



啟動避難：三種途徑找出安全區



實體標示

警報響起時，辨識標示牌，立即按照紅色箭頭方向進入避難。



線上查詢

民衆可於警政服務APP或本署官網「防空避難專區」提前熟悉附近避難處所。



簡訊連結

警報發布當下，點擊簡訊網址，就能自動定位並導航至最近避難處所。

標示牌特色

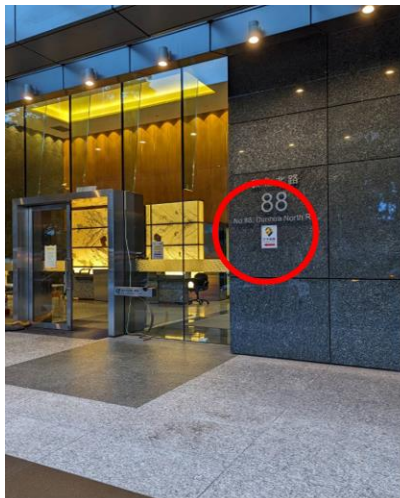


① 結合**APP**圖示

② 中英文顯示

③ 方向指引

標示牌常見位置



大樓地下室



捷運、學校等
地下空間



地下停車場



警政服務APP

①

防空避難



②

選擇點位



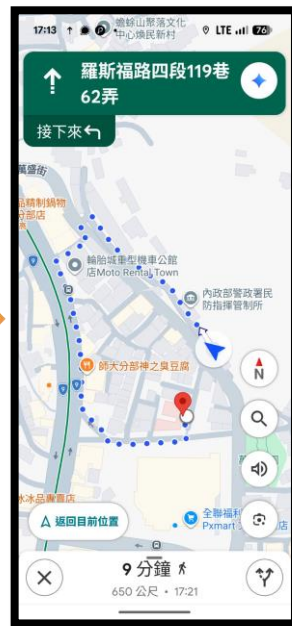
③

查看資訊



④

開始導航



警政服務APP QR code

內政部  警政署

National Police Agency, Ministry of the Interior

警政署官網-防空避難專區

← 公寓

類別
公寓

電腦編號
WQA00956

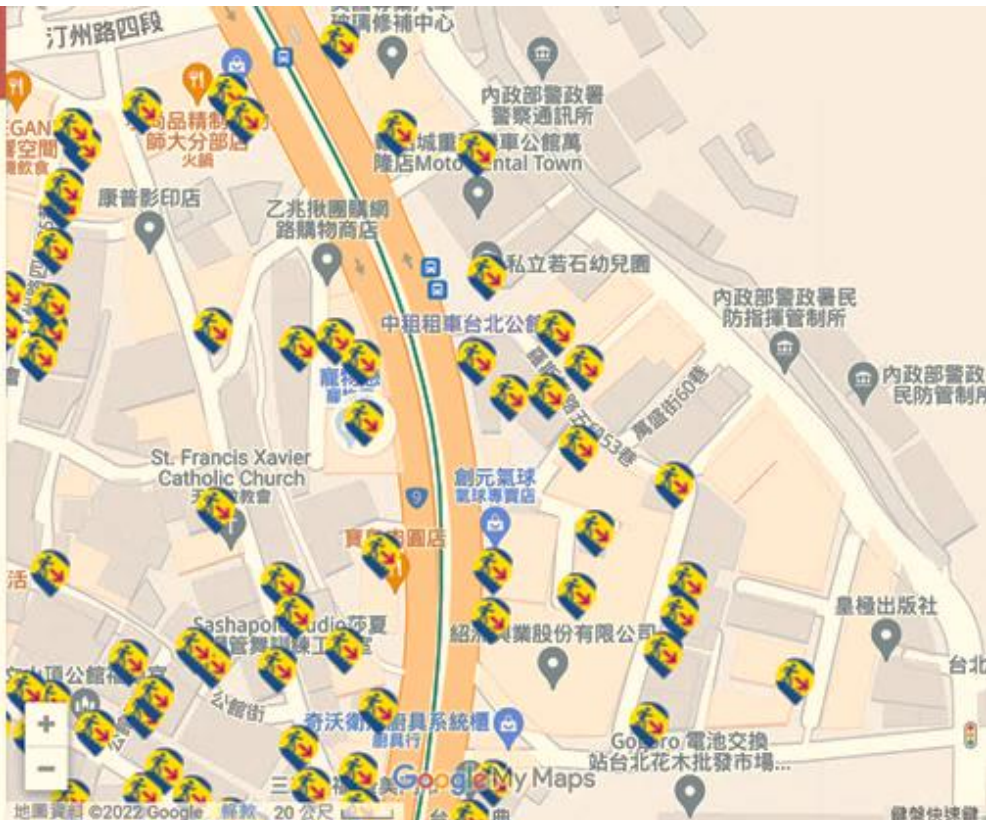
村里別
萬年里

地址
臺北市文山區羅斯福路五段116號

緯經度
25.006457,121.538726

地下樓層數
1

可容納人數
234



簡訊連結





防空避難指引

提供民眾於防空警報發放時，依照所在情境（如室內、室外、車上等）快速判斷應變方式，以確保自身與家人生命安全。



內政部



警政署

National Police Agency, Ministry of the Interior

當防空警報響起，若無法及時進入地下室，請依所處情境，迅速採取避難行動，以保障自身安全



室內

- 遠離外牆與門窗，並就地保護頭部。
- 位於高樓層之民眾，立即下移至較低樓層避難。



戶外

市區戶外

- 儘速進入最近建築物避難。

空曠地區

- 立即就地掩蔽，並採取防護姿勢。
- 橋墩、地下道、涵洞等。



車上

能安全下車時

- 儘速下車，並進入最近建築物避難。
- 若附近無建築物，立即下車，找尋掩蔽物，並採取防護姿勢避難。

無法下車時

- 將身體壓低至車窗以下，並就地保護頭部。

避難位置

- 1、地下優於地上
- 2、室內優於室外
- 3、遠離外牆門窗
- 4、避開危險物品

防護姿勢

- 1、趴下降低高度
- 2、保護頭部
- 3、背對爆炸
- 4、穩定靜止，
等待機會移動

警報響起，如何行動？

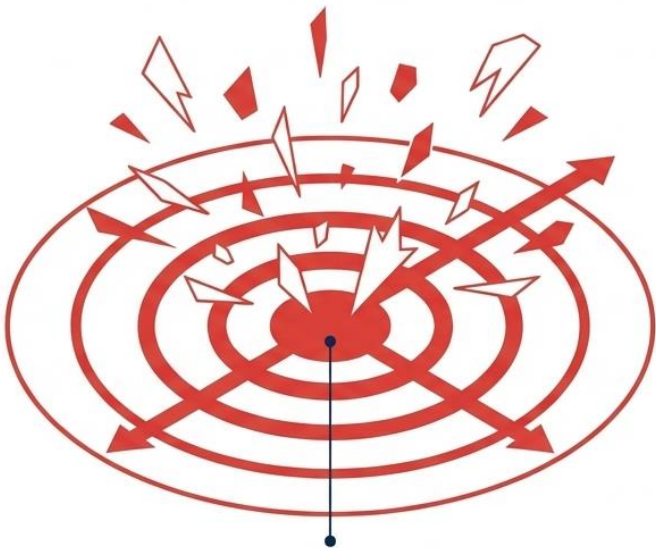


第一優先：能進地下避難所，就進地下避難所！

若無法及時進入地下室，請依據你目前所在情境迅速應變↓



致命的不是聲響，而是爆炸的威力及碎片



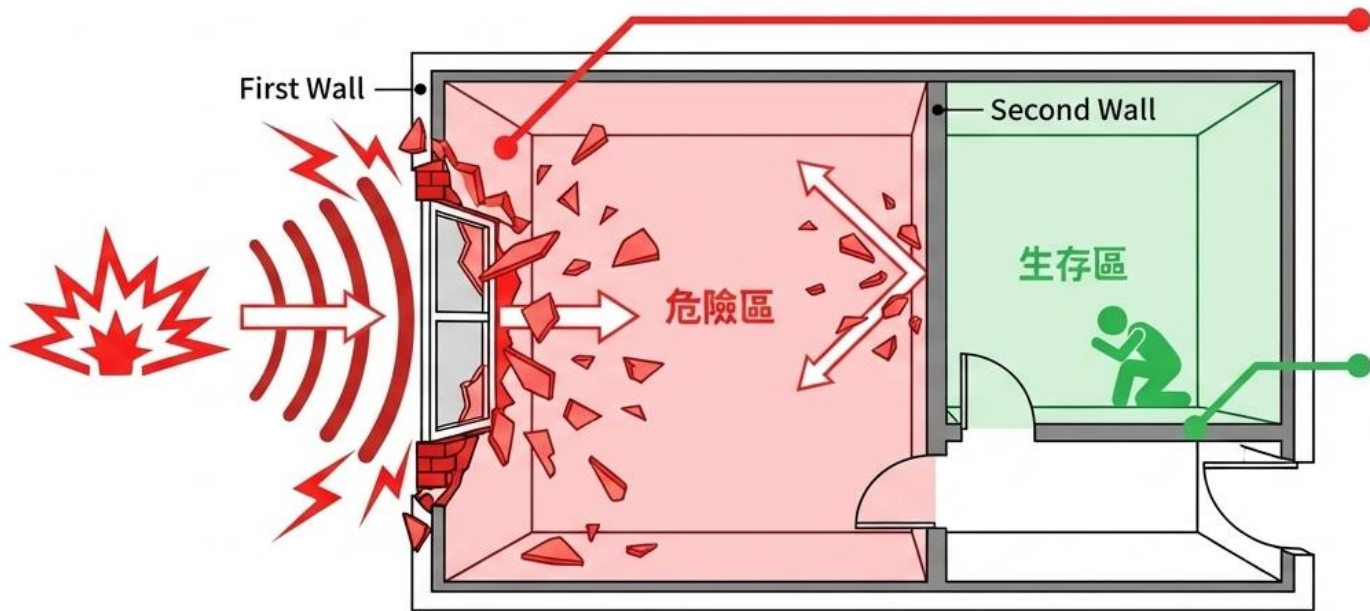
爆炸瞬間，強大的震波與高速飛散的玻璃、碎磚是造成傷亡的主因。

我們的兩大防護目標：





遠離外牆原則

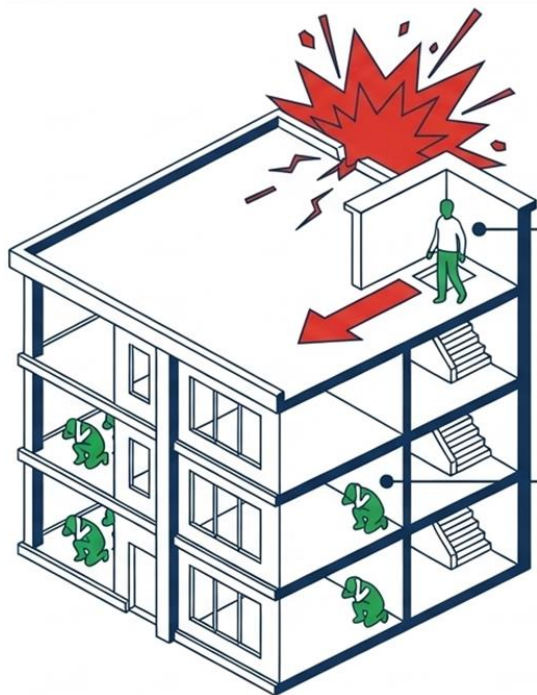


第一道牆：承受巨大衝擊，有倒塌與玻璃飛濺風險(危險區)。

第二道牆：有效阻擋穿透第一道牆的飛散碎片(生存區)。

結論：避開門窗，躲在與爆炸源至少有兩道牆的後方。

情境A：室內與高樓層應變



位於最高層：
應立即往下移動。

一般樓層：
遵守「遠離外牆原則」。

絕對遠離四大危險源！



×外牆與門窗



×玻璃陶瓷/鏡面等易碎物



×瓦斯桶等易燃/爆炸物

行動準則：遠離外牆與門窗 → 尋找內部無窗房間或走廊 → 就地採取防護姿勢保護頭部。

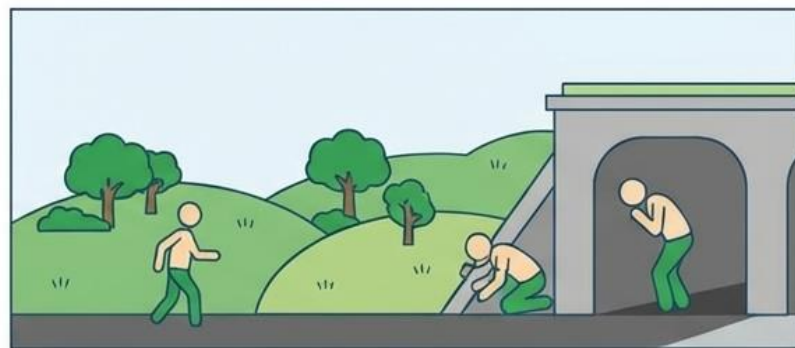


情境B：戶外空間應變

市區戶外



空曠地區



利用地形地物 → 儘速進入最近的建築物內避難。

→ 附近無建築物時，立即找尋掩蔽物(如涵洞、地下道、橋墩等)。



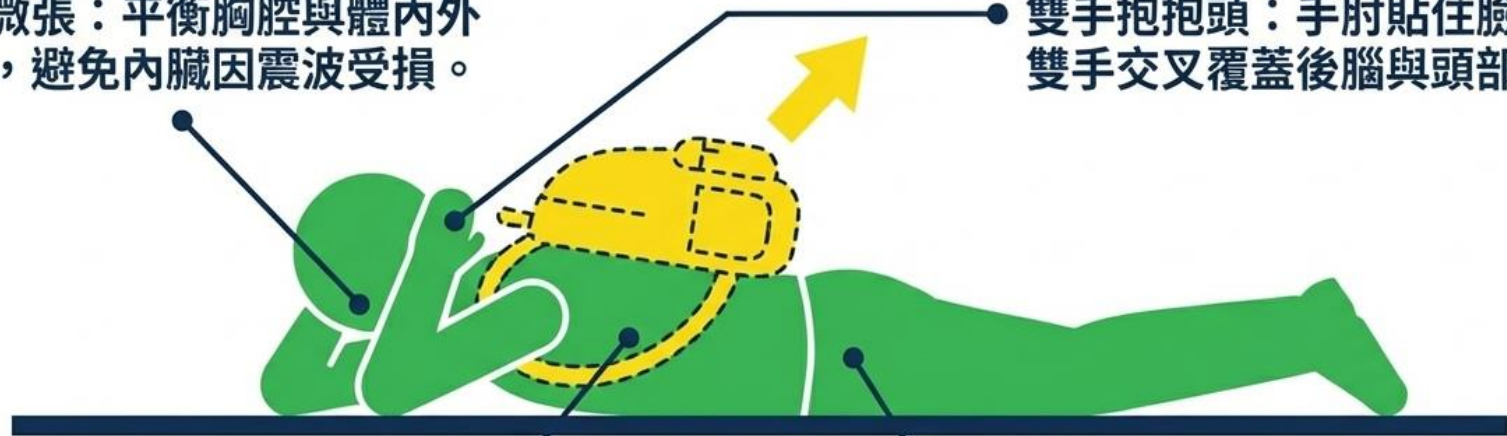
若完全找不到掩蔽物，請立刻原地採取「標準防護姿勢」。



戶外防護姿勢

嘴巴微張：平衡胸腔與體內外壓力，避免內臟因震波受損。

雙手抱抱頭：手肘貼住臉側，雙手交叉覆蓋後腦與頭部上緣。



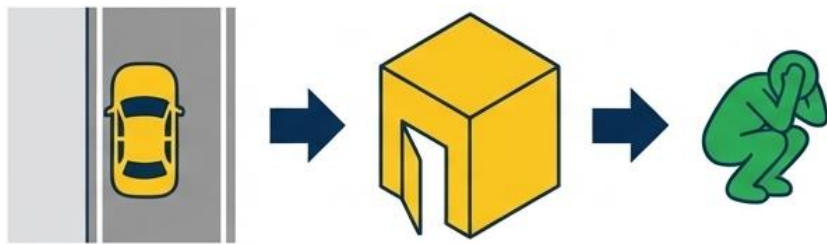
降低高度：保持趴下姿勢，極小化身體受擊面積。

背對爆炸：若可判斷來襲方向，立即轉身背對爆炸點。

 保持穩定靜止，等待威脅解除再移動。若有背包或外套，可覆蓋頭背部提升防護。

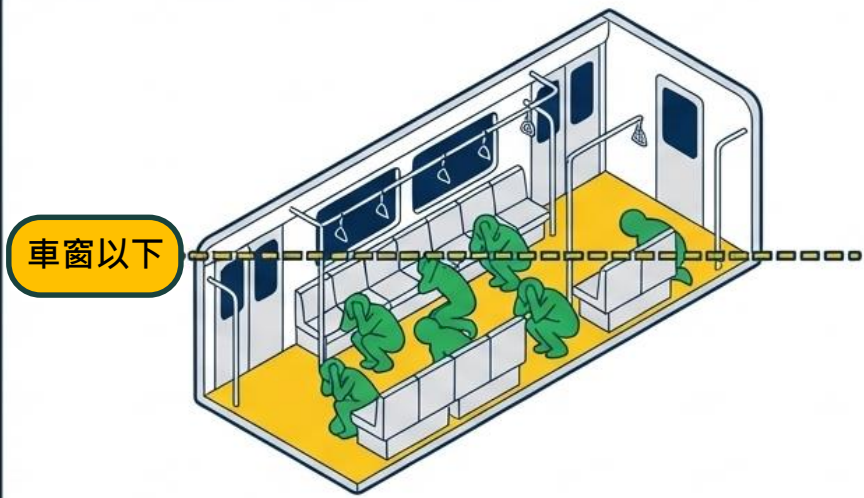
情境C：交通行進間應變

能安全停車並下車時 (自行開車)



1. 將車輛停靠路邊。
2. 儘速下車，進入最近建築物避難。
3. 若無建築物，找尋地形掩蔽並採取防護姿勢。

無法下車時



1. 不驚慌，不推擠。
2. 將身體壓低至車窗以下。
3. 就地採取防護姿勢，保護頭部免受碎玻璃波及。



防空疏散避難設施參考指引



內政部  警政署

National Police Agency, Ministry of the Interior

基本原則：整備時間與生活規範



生存支援

設施需能支援民眾至少**24小時**自主生存能力。



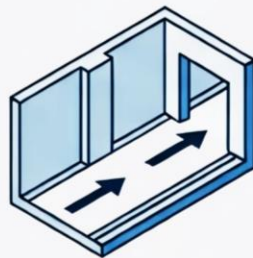
整備時間

- 最低整備：接獲通知後**24小時**。
- 完整整備：接獲通知後**72小時**。



環境規範

- 全面禁菸、嚴禁明火（如：爐具）
- 避免攜入具強烈異味之物品。



動線維持

禁止攜入笨重或大體積物品，確保避難動線暢通。



基本原則：整備三階段

階段一：平時階段



空間規劃、物資儲備、
人力分工與圖資建置。
平時維持原有用途。

階段二：準備階段



接獲命令後啟動。
最低整備：24小時內；
完整整備：72小時內
完成分區佈設。

階段三：啟用階段



發布防空警報時，
立即開放設施供人
員避難。

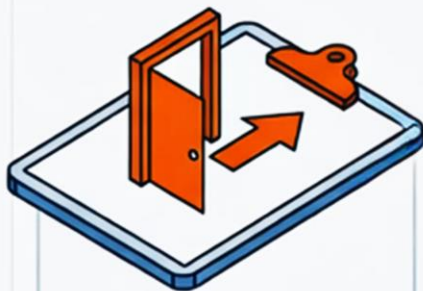
內政部  警政署

National Police Agency, Ministry of the Interior

各項整備應依避難設施現況、
用途等彈性調整，因地制宜。

基本原則：最低避難功能

24小時內優先整備項目：



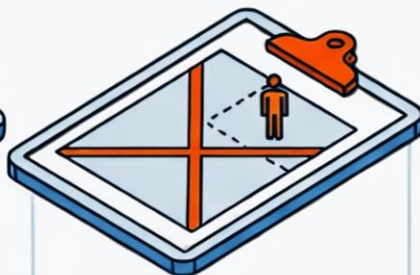
1. 安全動線

確保設施可供人員安全進入，動線保持暢通。



2. 維生物資

集中配置飲用水並設置手電筒等照明設備。



3. 初步區劃

簡易劃設休息區，不得影響逃生與消防安全。



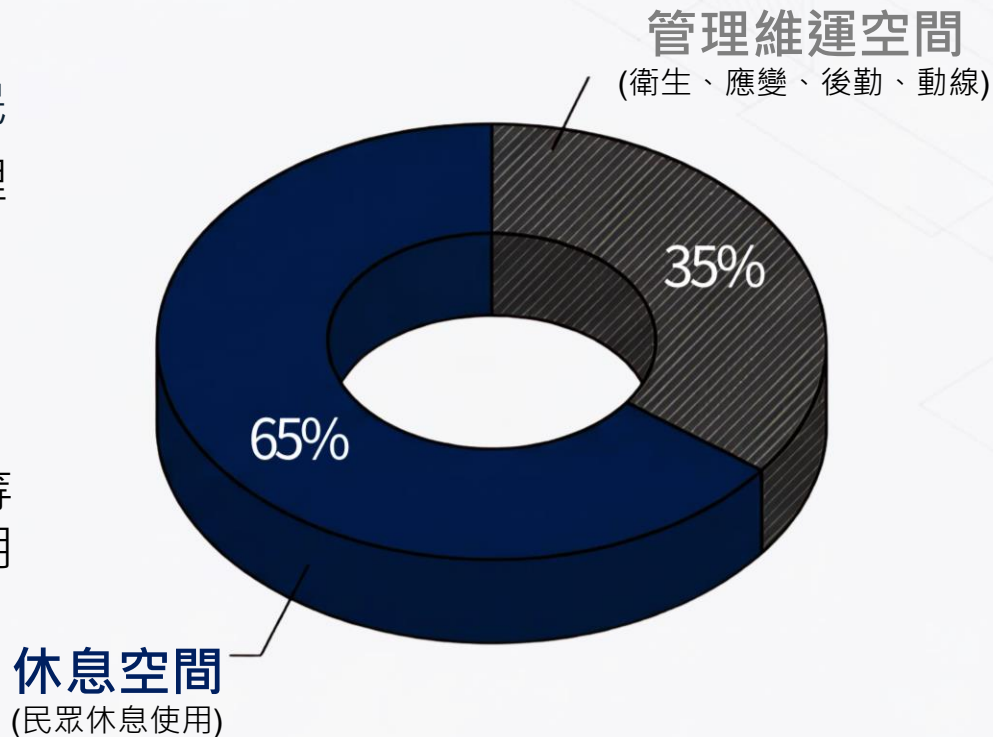
4. 急救空間

設置基本急救用品，並保留傷病者處置空間。



空間規劃：容量換算及空間劃分

- 避難空間中，以**65%**作為民眾休息空間，**35%**作為管理維運使用。
- 以民眾休息空間**每人1平方公尺**為原則，推估設施容量。
- 空間劃分可採用布幕、膠帶等簡易方式劃設，不影響平時用途。





空間規劃：功能區分

1. 入口區

具防火遮煙門扇、
動線上有指引標示

2-1. 應變管理區 (指揮管理) :

管理協調、通報

2-2. 應變管理區 (醫療救護) :

臨時急救、傷病處置

5. 後勤支援區 :

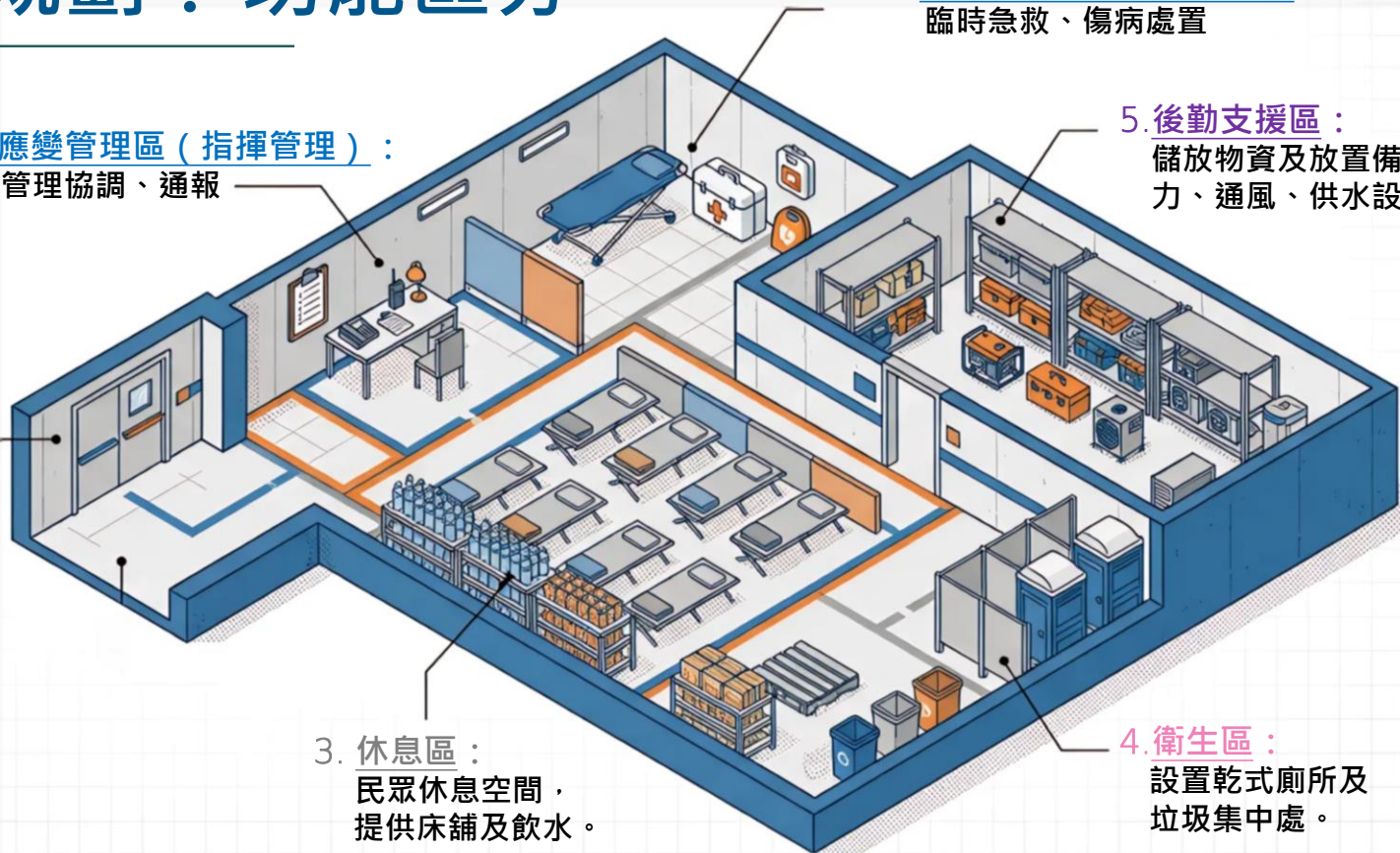
儲放物資及放置備用電力、通風、供水設備。

3. 休息區 :

民眾休息空間，
提供床鋪及飲水。

4. 衛生區 :

設置乾式廁所及
垃圾集中處。



空間規劃：依大小分類

小型

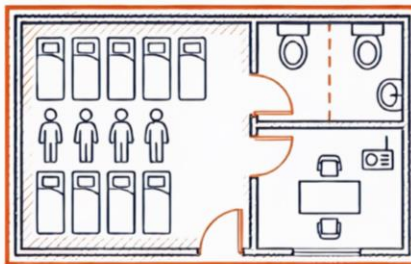
未滿150人



功能整併簡化，維持安全及滿足生理需求。

中型

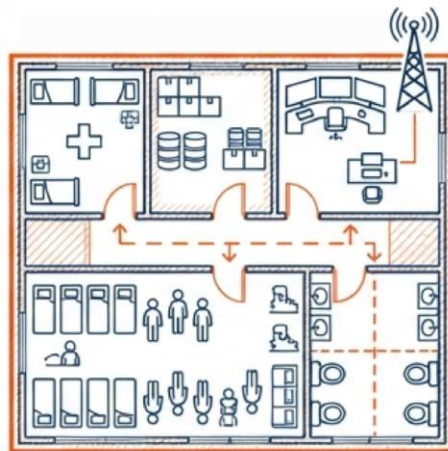
150人至1,000人



需具備休息區、衛生區與簡易指揮管理機能。

大型

1,000人以上



完整劃設各功能分區



物資儲備：建議清單



消耗性物資 (P類)

P-1 飲水



P-2 衛生



P-3 感染防護



P-4 乾式廁所



固定設備 (F類)

F-1 照明 / F-2 通訊



F-3 急救 / F-4 休息



F-5 備援電力



F-6 消防 / F-7 管理



建議配置攜帶式儲能行動電源，應付停電時照明與通訊需求。

物資儲備：管理機制

管理機制



定期檢核

每6個月進行全面盤點與記錄。



效期維護

建立6個月安全期，採先進先出(FIFO)，優先更換屆期的物資。



儲存環境

放置於通風地區，並防範鼠、蟲接觸，避免放在易淹水地區。



記錄更新

損壞或不足部分應立即汰換及補充，並詳實記錄。



「避難不只是等待，
更要自助互助」



避難思維的轉換

舊思維：被動等待

- 孤立無援
- 盲目消耗物資
- 恐慌與混亂
- 期盼外界救援



新思維：主動防禦

- 社區互助合作
- 計畫性分配資源
- 建立任務與秩序
- 自救而後救人



進入避難處所，從個人到團隊



通訊聯繫組

- 通訊
- 聯繫



醫療照護組

- 照顧
- 傷患



後勤補給組

- 物資
- 補給



安全秩序組

- 維持
- 秩序



避難不只是等待，掌握轉移時機





避難檢查清單

- ① 避難地圖
- ② 聯繫方式
- ③ 避難物資



避難地圖

以臺北市建國里為例



自製避難地圖示意圖 / 來源消防署

標記圖示：



現在位置



防空避難處所



醫院



配售站



收容救濟站



集合地點



現在位置



防空避難處所



醫院



配售站



救濟站

▪ 寫下三個與家人約定的緊急會合地點

緊急會合地點

緊急會合地點

緊急會合地點

▪ 重要親友聯絡資訊

姓名 / 電話 / 備註

姓名 / 電話 / 備註

姓名 / 電話 / 備註

內政部



警政署

National Police Agency, Ministry of the Interior

擷自：臺灣全民安全指引

整體準備

緊急糧食飲水	<input type="checkbox"/> 飲用水兩瓶 600mlx2 <input type="checkbox"/> 餅乾、巧克力、防災食品、真空速食食品等乾糧		
醫療清潔品	<input type="checkbox"/> 優碘、棉花棒、紗布等 <input type="checkbox"/> 酸痛貼布或藥膏 <input type="checkbox"/> 個人用醫藥品 <small>每日服用藥、常用及常備藥等，注意保存時效及保存方式</small>	<input type="checkbox"/> 體溫計 <input type="checkbox"/> 衛生棉、護墊 <input type="checkbox"/> 口罩、乾洗手、濕紙巾、面紙	
禦寒保暖衣物	<input type="checkbox"/> 手套 防切割、耐磨 <input type="checkbox"/> 雨衣 <input type="checkbox"/> 小毛毯或鋁毯、暖暖包	<input type="checkbox"/> 個人用輕便外套、內衣、襪子、毛巾 <input type="checkbox"/> 小型睡袋	
貴重物品	<input type="checkbox"/> 身分證、健保卡、存摺影本 <small>紙本或數位</small> <input type="checkbox"/> 其他合法證明重要證件影本 <input type="checkbox"/> 少許現金、零錢		
其他	<input type="checkbox"/> 哨子 <input type="checkbox"/> 紙筆 <input type="checkbox"/> 防災地圖 <small>下載消防防災e點通App 離線地圖或自行製作</small>		<input type="checkbox"/> 行動電源、充電器材 <input type="checkbox"/> 防中暑物品如帽子、雨傘、防曬乳
鞋子	<input type="checkbox"/> 鞋子 輕便耐走		

摘自：臺灣全民安全指引



A stylized illustration of a city skyline with various skyscrapers and buildings, rendered in a light blue and white color scheme. The buildings are set against a background of a light gray grid with faint crosshair markers. The overall style is clean and modern, resembling a technical drawing or architectural plan.

整合全民力量，構築社會防線。
強化民防動員，守護城市安全。

內政部



警政署

National Police Agency, Ministry of the Interior