



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

現今防空警報器

交流警報器



直流警報器



電子式警報器

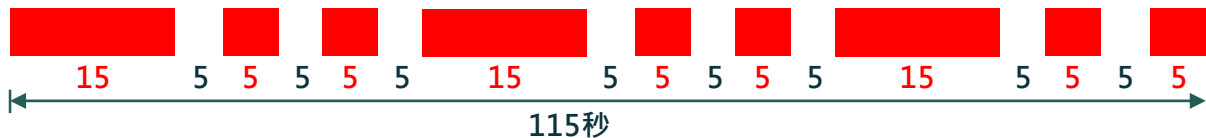


防空警報器設置位置



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

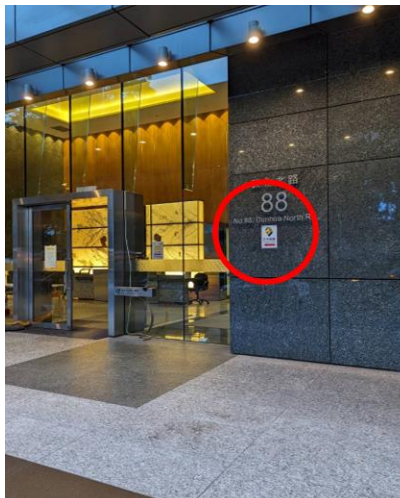


① 結合**APP**圖示

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



警政服務APP QR code

①
防空避難



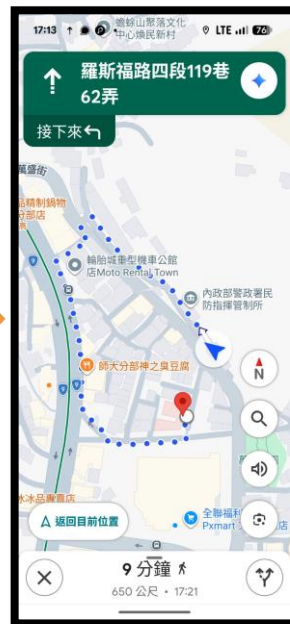
②
選擇點位



③
查看資訊



④
開始導航



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

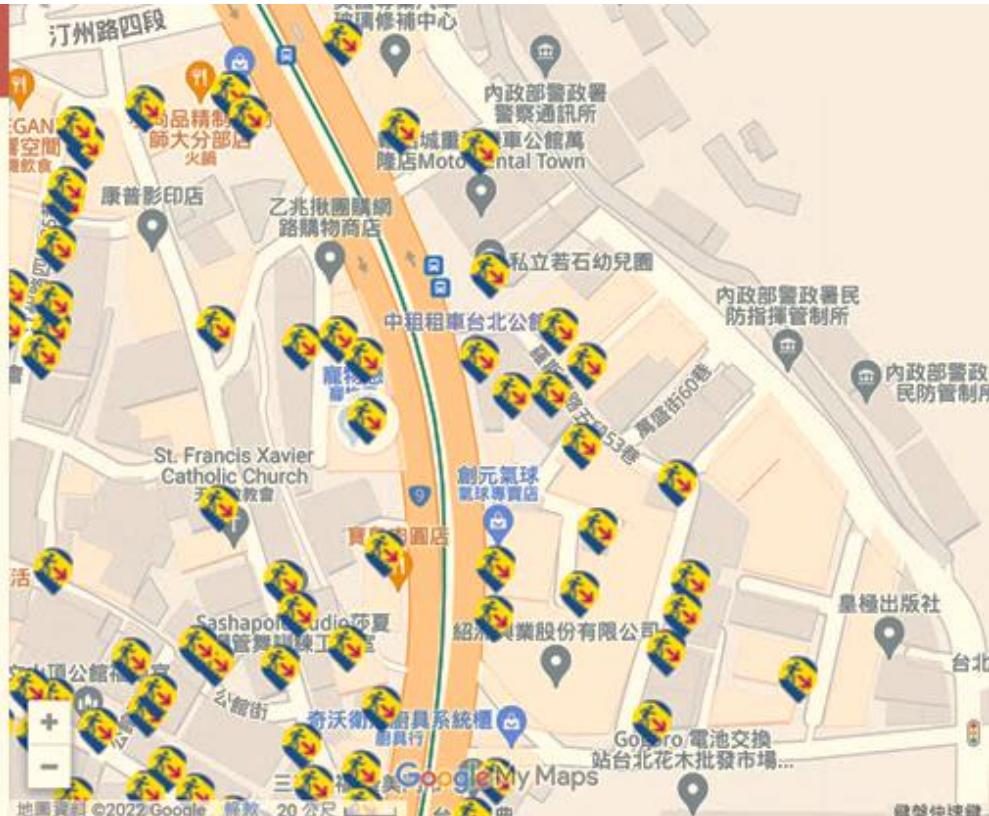
村里別
 萬年里

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

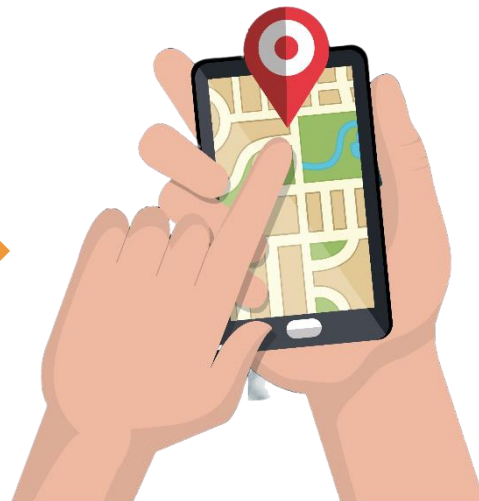
可容納人數
 234



簡訊連結



A central black box with a red warning triangle icon and the text "國家級警報" (National Alert). Below this, it reads: "[城鎮韌性演習/防空警報]敵導彈攻擊臺灣北部，儘速避難。" (Urban Resilience Drill/Air Defense Alert) Enemy missile attack on northern Taiwan, seek immediate shelter. [國防部] (Ministry of Defense) [Air Defense Drill] Missile attack. Seek immediate shelter. [MND] 避難所： <https://adr.npa.gov.tw/map>





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？



防空警報發放



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↓



室內情境

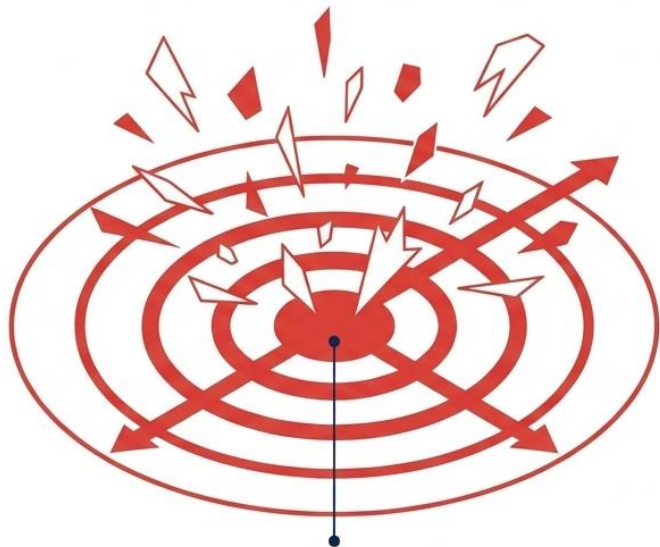


室外情境



交通行進間

致命的不是聲響，而是爆炸的威力及碎片



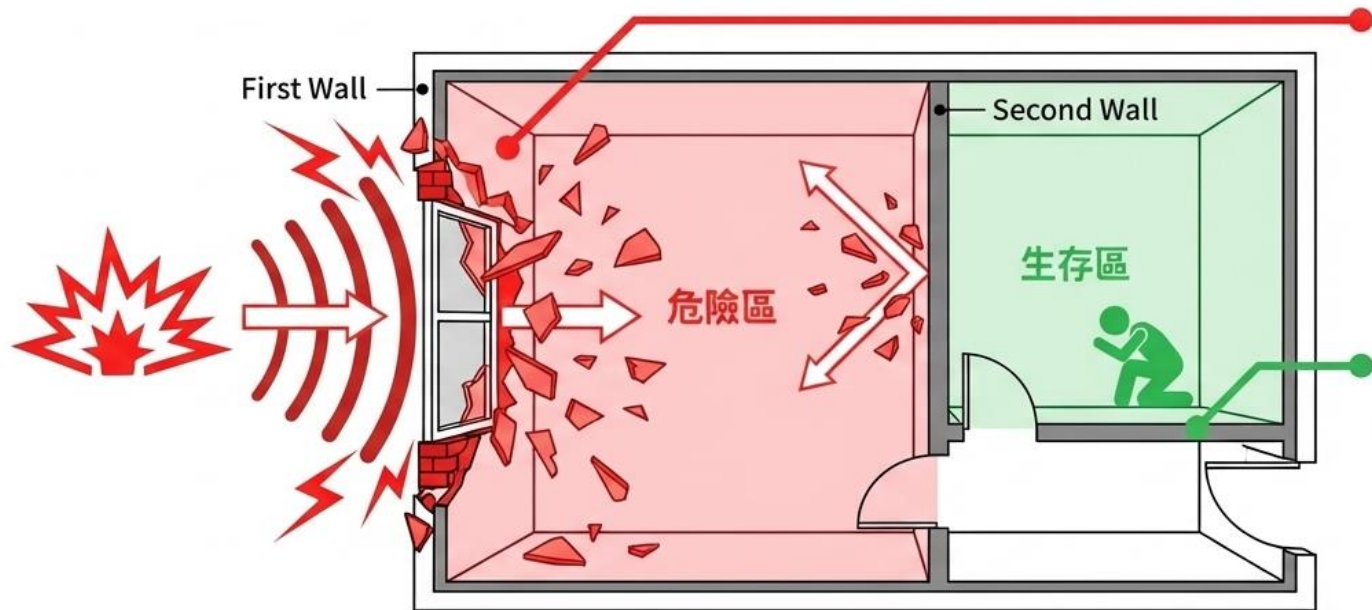
爆炸瞬間，強大的震波與高速飛散的玻璃、碎磚是造成傷亡的主因。

我們的兩大防護目標：





遠離外牆原則

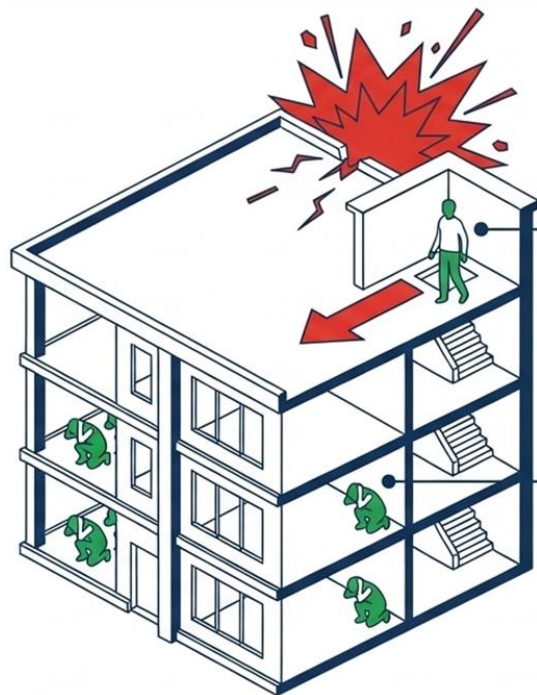


第一道牆：承受巨大衝擊，有倒塌與玻璃飛濺風險(危險區)。

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

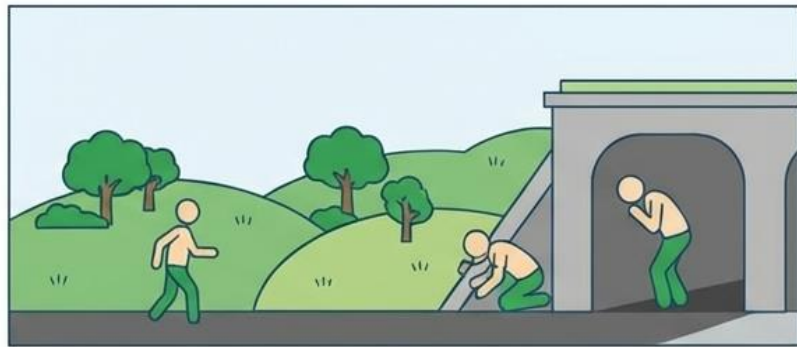
行動準則：遠離外牆與門窗 → 尋找內部無窗房間或走廊 → 就地採取防護姿勢保護頭部。

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)。



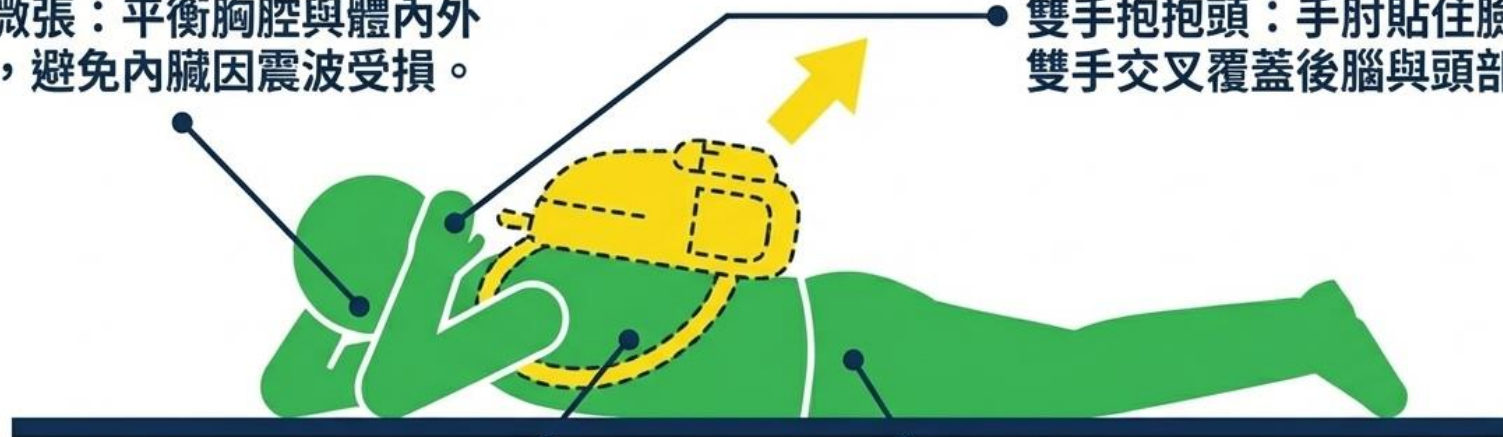
若完全找不到掩蔽物，請立刻原地採取「標準防護姿勢」。



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。



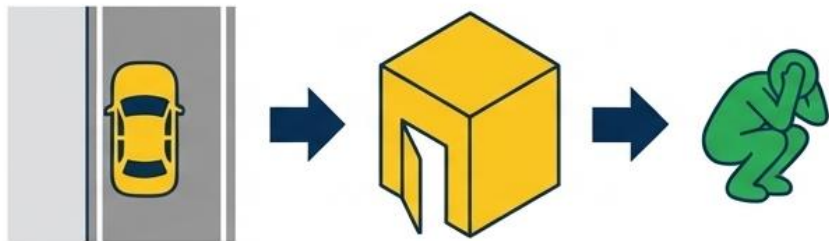
降低高度：保持趴下姿勢，極小化身體受擊面積。

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。

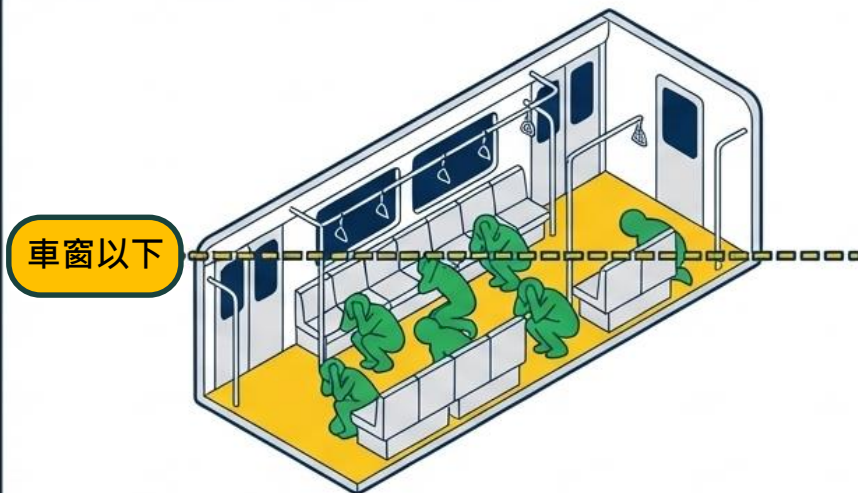
情境C：交通行進間應變

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



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。



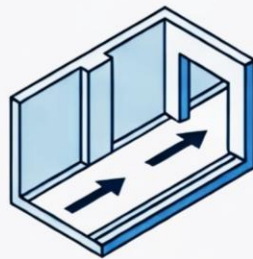
整備時間

- 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。

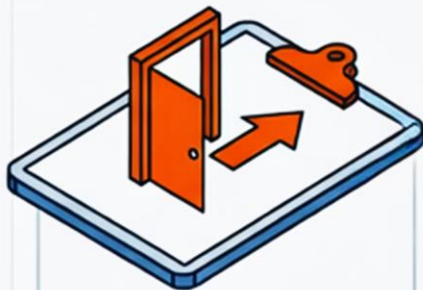
階段三：啟用階段



發布防空警報時，
立即開放設施供人
員避難。

基本原則：最低避難功能

24小時內優先整備項目：



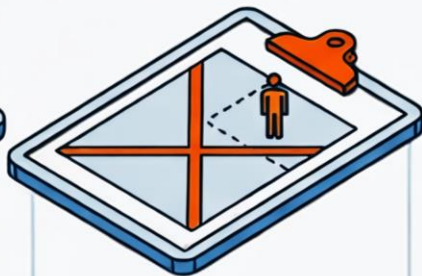
1. 安全動線 ☒

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。

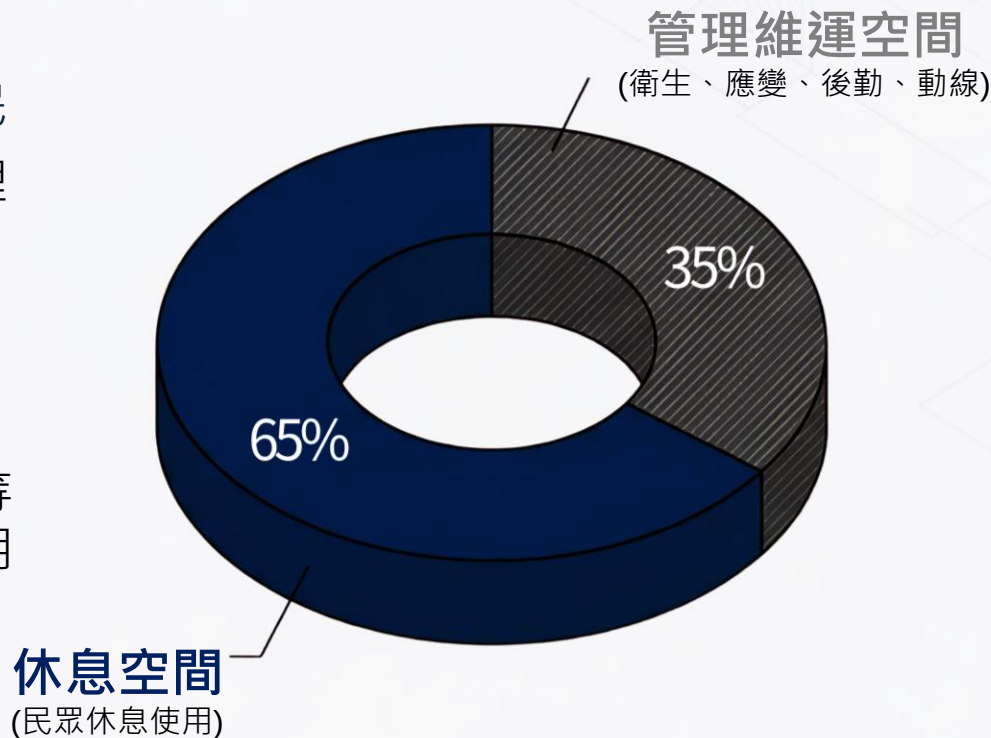


4. 急救空間 ☒

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：

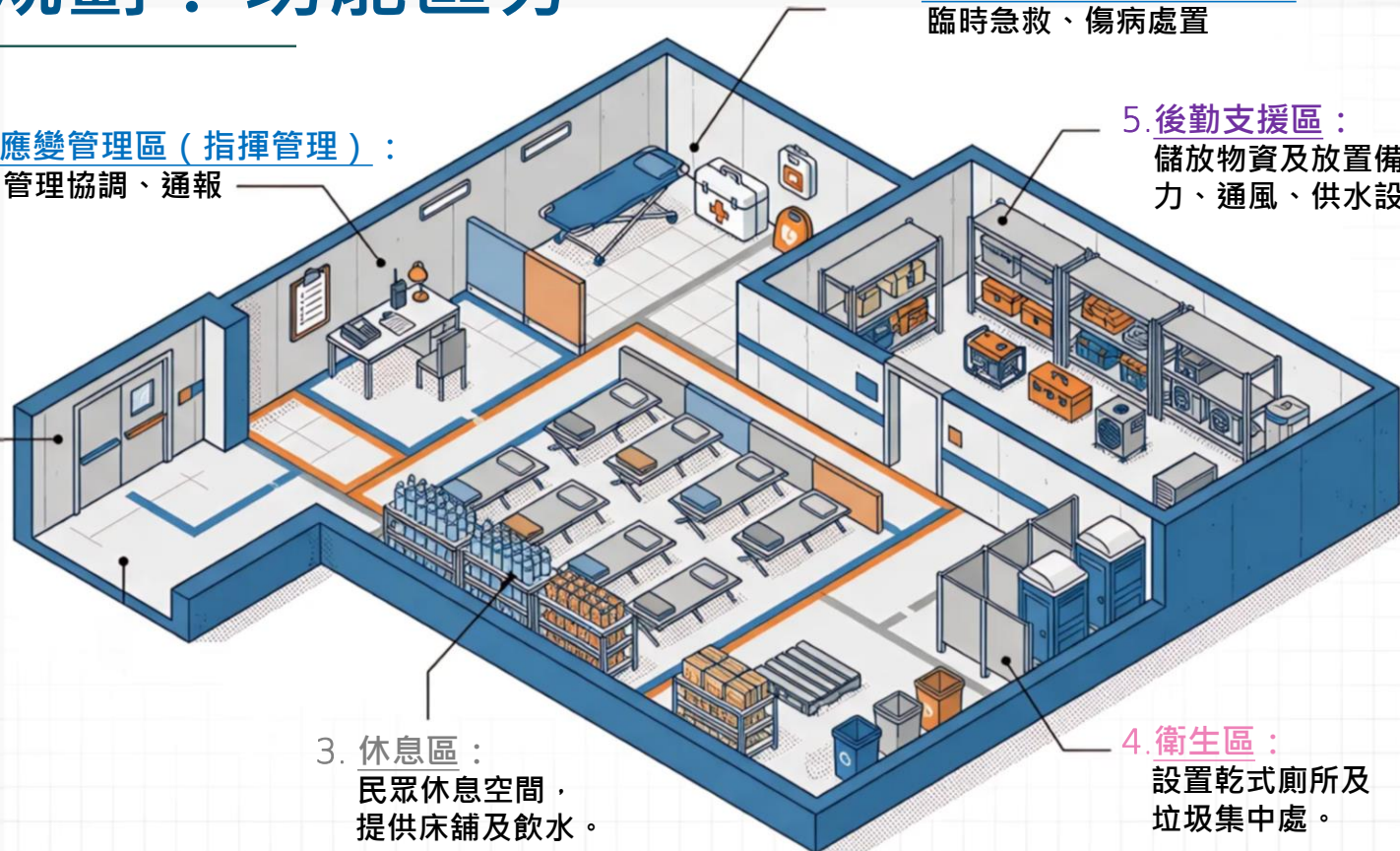
儲放物資及放置備用電
力、通風、供水設備。

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

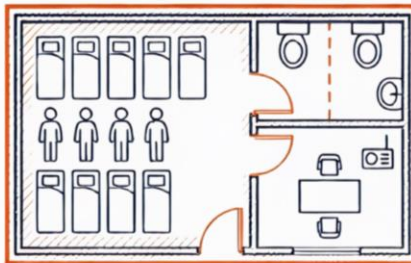
未滿150人



功能整併簡化，維持安全及滿足生理需求。

中型

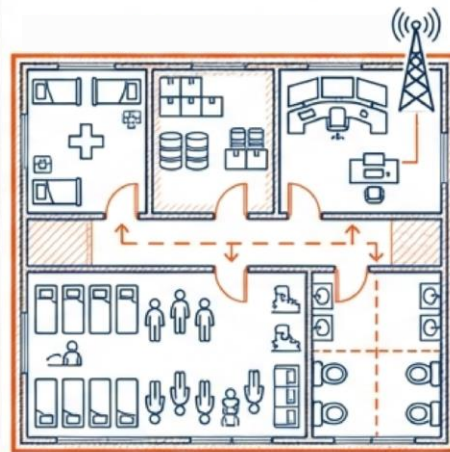
150人至1,000人



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



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。

管理機制



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





緊急會合地點 A

醫院

防空避難處所

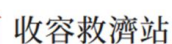
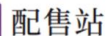
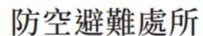
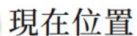
配售站

現在位置

收容救濟站

緊急會合地點 B

自製避難地圖示意圖 / 來源消防署





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

緊急避難包

整體準備

緊急糧食飲水

- ☐ 飲用水兩瓶 600mlx2
- ☐ 餅乾、巧克力、防災食品、真空速食食品等乾糧

醫療清潔品

- ☐ 優碘、棉花棒、紗布等
 - ☐ 酸痛貼布或藥膏
 - ☐ 個人用醫藥品
 - ☐ 體溫計
 - ☐ 衛生棉、護墊
 - ☐ 口罩、乾洗手、濕紙巾、面紙
- 每日服用藥、常用及常備藥等，注意保存時效及保存方式

禦寒保暖衣物

- ☐ 手套 防切割、耐磨
- ☐ 雨衣
- ☐ 小毛毯或鋁毯、暖暖包
- ☐ 個人用輕便外套、內衣、襪子、毛巾
- ☐ 小型睡袋

貴重物品

- ☐ 身分證、健保卡、存摺影本 紙本或數位
- ☐ 其他合法證明重要證件影本
- ☐ 少許現金、零錢

其他

- ☐ 哨子
 - ☐ 紙筆
 - ☐ 防災地圖
 - ☐ 行動電源、充電器材
 - ☐ 防中暑物品如帽子、雨傘、防曬乳
- 下載消防防災e點通App
離線地圖或自行製作
- ☐ 可攜式收音機、手電筒、電池
 - ☐ 打火機、瑞士刀

鞋子

- ☐ 鞋子 輕便耐走

擷自：臺灣全民安全指引



A stylized illustration of a city skyline with various skyscrapers and buildings, rendered in blue and white line art. The background features a light gray grid pattern.

**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