◈ 3/11(三) **防空教育宣導-宜蘭縣政府警察局民防管制中心民防通識訓練：**

這次全校性教育宣導主要是學習防空相關的基本知識與應變方式。透過這次課程，讓師生對防空警報與避難觀念有了更清楚的了解，也意識到平時就應該具備基本的防災意識。

課程一開始講師介紹防空警報器的設置位置，一般會設在警察機關、消防單位、里活動中心、學校或工廠等地點，而且大多會放在建築物的頂樓，這樣聲音比較容易傳播到周圍地區。不過，像東澳地區目前就沒有設置防空警報器，講師也讓我們思考，如果沒有警報器時該怎麼辦？因此現在除了實體警報器之外，也會透過手機的「空中威脅告警系統」來通知民眾，讓大家能更快接收到警報資訊。

講師也讓我們認識防空警報的聲音辨識方式，一般防空警報是由一長音、兩短音組成，會重複三次，目的是讓大家一聽到就能知道是空襲警報。另外也介紹了海嘯警報的聲音，讓大家能夠分辨不同種類的警報。課堂上還讓學生實際聽警報聲音，這樣之後如果真的聽到，就比較不會慌張。

在戰爭或空襲發生時，留給民眾反應的時間其實非常短，大約只有五分鐘左右，所以平常就要知道避難的位置在哪裡。最好的避難地點是地下室或防空洞，如果沒有這些地方，就要盡量在室內找安全的位置躲避。老師也提到「兩牆法則」，意思是要躲在距離外牆至少兩道牆的地方，也就是盡量靠近房子的中心位置，同時遠離門窗、玻璃或瓦斯等可能造成危險的地方。

除了避難位置之外，正確的防護姿勢也很重要。當警報響起時，應該要降低身體高度，最好是趴下來保護頭部，並且背對可能的爆炸方向，保持穩定、不要慌張，等待安全時再移動。這些看起來很簡單的動作，其實在緊急情況下可以大大降低受傷的機會。

透過這次教育宣導，了解到防空避難並不是只存在於課本或新聞中的事情，而是每個人都可能需要面對的情況。平常多了解一些基本的防災知識，真的遇到緊急狀況時才不會慌張。



學習防空相關的基本知識與應變方式



講師介紹防空警報器的設置位置



戰爭來襲時有多少時間可以避難



透過影片、圖片說明並進行有獎徵答