增能研習

6/10(三) 複合式防災演練示範觀摩研習：

這週三到宜蘭國小參加「複合式防災演練示範觀摩研習」，聽完新生國小陳銘珍校長的分享，還有李文正博士的專業策進作為，完全打破了舊思維，過去我們可能把防災演練當成例行公事，但這次研習的核心觀念就是要把防災變成一種「直覺反應」，而且一切都要「回歸真實、擬真演練」。

陳校長在分享新生國小的狀況時，直接點出學校雖然有著校舍老化、部分建築耐震補強還沒完成，以及棟間距過小可能在地震時互相碰撞的劣勢，但這正是我們需要正視並提早防範的。看到他們記錄這兩年經歷的 0403 大地震、凱米和康芮颱風，不管是行政大樓磁磚剝落、天花板掉落還是大樹傾倒，這些活生生的災情紀錄，都提醒著我們「勿以震小而不為」，災害真的隨時在身邊。

最讓我印象深刻的是，新生國小學務主任帶領的實際演練。當天剛好下雨，主任廣播取消了戶外疏散和集結點名的流程，請學生留在原地落實避難。以往我們總覺得演練就是要全部人排隊走到操場，但真實災難發生時，如果外面狂風暴雨，硬要大家走出去反而會淋雨或跌倒，造成二次傷害。看著學生不論是在教室內迅速躲進桌底抓牢桌腳，還是在走廊就地尋求掩護，確實「趴下、掩護、穩住」。教職員工的應變組織編組非常嚴謹，真正做到了「人人有事做、事事有人做」。

還有李文正博士的分享，更是顛覆了許多我們以為正確的常識。像是大家以前常聽到的「黃金三角」，博士直接點出那其實是錯誤的觀念，最安全的依然是躲在堅固的桌子底下。如果真的長得比較高大，至少也要把最脆弱的頭頸部塞進桌底，做標準的烏龜趴。如果是在家裡或公寓，則可以選擇躲在廁所。博士還特別提到，如果身邊剛好有防災頭套或安全帽，一定要記得「先戴再躲」，多一層防護就多一份安全。

關於地震的物理特性和時間概念也讓我上了一課。原來地震來時不是只有左右搖晃，其實一開始是先上下震動，接著才會感受到左右搖晃。我們到底要趴多久？博士說震度 5 弱至少要趴 60 秒，如果是 7 級更要趴到 100 秒，絕對不能搖晃一停就馬上站起來。在指揮調度上，哨音的運用也很有學問，1 長哨是用來確認往集合點的通道是否暢通，1 長 4 短才是到集合點集合的指令，也可以運用電子哨，這些小細節在兵荒馬亂的災難現場都是關鍵。

最後，博士談到災後的通報與家長接送，更讓我感受到防災計畫必須考慮到極端狀況。不要太依賴氣象署的速報系統，更要意識到地震發生後大約兩個小時，基地台的備用電力就會耗盡。因此，班級群組的防災訊息可以事先存在記事本，通報時只要修改時間就能快速發出，必須抓緊這寶貴的通訊時間。同時，學校必須提早準備好家長自行接送的同意書，並跟家長宣導家庭防災卡的重要性，裡面的聯絡人一定要寫一位爸媽以外的親朋好友，並約定好離家近、有共識的集合點，也提醒現在舊有的 1991 報平安專線已經停用了。

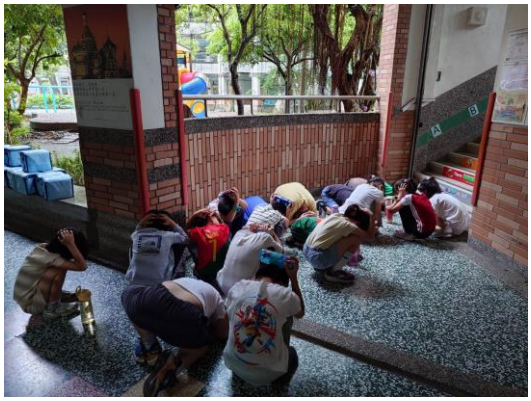
這次的研習讓我深深體會到，防災不是做秀，每個人都必須抱持著戒慎恐懼、認真看待的心態。回到學校後，我們需要重新檢視校園內的短柱效應、窗台裂縫等潛在危險，更要將這些務實的觀念帶給班上的孩子與家長。唯有把平常的減災、災前準備、應變到復原落實在生活裡的每一個細節，當災難真正來臨時，我們才能不慌不亂地保護好自己與身邊的每一個人。



新生國小校長希望防災變成直覺反應



警報發出學生立即躲到桌子下趴掩穩



來不及回到教室的學生在原地趴掩穩



學務主任廣播因下雨取消戶外疏散