9/18(五) 複合式防災演練示範觀摩研習：

這次到宜蘭國中參加防災研習，整天下來收穫真的很豐富，也讓我對校園防災有了完全不同的思考角度。

不要把防災當成一年一次的例行公事，而是要按部就班演練避難。這次研習特別強調要從過去被動避難的傳統思維，轉變成能面對各種突發狀況的「韌性校園」。面對極端氣候，常常一場短時強降雨就造成淹水、停電甚至通訊中斷。防災計畫若還只停留在死背單一標準流程，一旦遇到複合性災害就很容易失效。

在現場實地觀摩學生演練時，真的能感受到訓練的紮實度。當警報聲響起，無論是在教室裡還是行政辦公室，大家第一時間都能熟練執行「趴下、掩護、穩住」的防震保命動作。緊接著在疏散階段，學生們用防災頭套防護頭部，秩序井然且快速地向操場集結。更讓人印象深刻的是現場應變小組的運作，不只設有清晰的指揮官與各分組分工，還在大白板上即時進行動態回報與資訊彙整。將多元情境融入實際演練，展現學校在面對災害時的應變與自主判斷能力。

這次研習讓我深刻體會，打造韌性校園的核心不在於確保硬體永不損壞，而是在於災後如何快速銜接與復原。防災不只是印在紙上的計畫，而是要讓每位教職員工與學生在面對多重情境時，都能具備敏銳的環境感知與臨場的反應能力。帶回這些寶貴的觀摩經驗後，未來在規劃學校自身的防災演練與安全維護時，也希望能加入更多實質的韌性調適思維，讓校園防災真正落實為親師生日常的一部分，打造一個隨時準備好且安全無虞的學習環境。



學生在教室進行地震避難演練



學生戴防災頭套於操場疏散集合



講師分享氣候變遷與校園防災議題



講師結合簡報進行防災專題宣導