

教職員校園消防防災防震與急救健康研討

受文者：桃園市教育局

呈：桃園市各級校區

發文日期：中華民國 114 年 10 月 13 日

發文字號：台亞教字第 1120505006 號

速別：速件

副本：本協會教育訓練部存查

附件：如說明

主旨：函請各級校區落實全國消防安全之政策，安排貴校辦理消防安全教育，提昇教職員，校園危機應變與避難逃生及消防知識，強化所屬同仁防火、防災應變能力，安排防災研習與演練，請惠履照。

說明：

- 一、依據消防署統計，民國 114 年 8 月火災件數已達 9,170 件。114 年 2 月 13 日台中市西屯區新光三越百貨中港店 11 至 12 樓美食街處發生氣爆意外，造成 4 死 39 傷，為目前臺灣史上最嚴重的百貨公司公共安全事故。113 年 12 月 19 日全聯台中倉儲火災，主要起因與三樓進行的焊接作業密切相關，大火早成 9 人死亡，8 人輕重傷。112 年 9 月 24 日屏東名揚國際科技工廠火災，爆炸和閃燃不斷，傷亡人數總計 107 人，造成 9 死與 98 傷，導致 4 名消防人員不幸罹難。同年 4 月 25 日聯華食品因熱廚區釀大火，同仁避難方式誤判，造成 7 死與 15 傷。同年 4 月 20 日淡水民宅深夜惡火，因神明燈起火奪 4 命。109 年 5 月 3 日高雄名醫家，鑑定電器起火，釀 5 口身亡。**警消人員殉職…火災除奪走寶貴生命，每年財物損失更高達數億元多。**
- 二、而台灣的地理位置極容易發生風災、地震等天然災害，近年來的土石流和水災也都造成相當大的影響與破壞，除了天然的災害之外，人為因素的災害也是許多悲劇的源頭。因此為加強防災素養，強化對災害的認知，達到防災的目的，災害發生都在一瞬間，**防災跟救災**一樣重要，特別舉辦相關防災教育訓練，提昇人員的防災知識；有鑑於此，**內政部特指示各相關單位加強對社會及一般民眾做防火防震逃生義務課程，以避免類似慘劇再度發生，配合政府落實有效推動(零災害、零損失)的消安政策。**
- 三、當今隨著社會越來越進步，人們的生活模式、居住環境、飲食習慣等各方面都與以前大有不同，而在這些改變為我們帶來便利的同時，也衍生出更多的「**文明病**」。您的身體還健康嗎？世界衛生組織對健康的定義為：「**身體、心理、社會三方面的完滿狀態**」。予以提供職業安全衛教課程安排。
- 四、本會之主管機關為內政部行政院勞工委員會及內政部社會司，為義務教務單位，非營利單位，**義務免費之宣導，貴校無需支付任何管銷費用**，敬請貴單位撥冗辦理。
請單一窗口辦理，洽 專屬承辦：王彩華 承辦專線：0972-890080 謝謝！)
- 五、本次講習可併貴單位年度消防防護自衛編組訓練一齊實施。
(提供課後證明 可送消防隊年度安檢申報與備查使用)

防火防災 該如何保命自救 把握黃金3分鐘

課程目標與預期效益

課程目標：

以實務結合理論，介紹正確之消防安全觀念、消防安全設備、消防管理制度、災害應變技巧、家庭逃生計畫製作，並佐以實際操作。「我家住十八樓，雲梯車不夠高，發生火警我怎麼辦？」「發生火警，我可不可以跑到頂樓，然後跳到隔壁？」「火災時，我可不可以躲在浴室待救？」「遭遇濃煙用濕毛巾摀口鼻為什麼是錯的？」「地震時到底要躲在桌下還是桌邊？」「地震躲牆角，要面向牆角還是背向牆角？」等問題之答案，用最簡單的陳述，解釋最高深的理論，提供最實用的做法，讓大家遭遇災害襲擊時，都能從容應對，都能夠「活著離開」。

預期效益：

學會思考及判斷社會上所傳播之消防觀念，何者是具體、合理、可行，何者是不合時宜之老舊思維，讓我們國家未來的下一代，都能接受到正確之災害應變觀念，讓每一個人在害發生時，都能運用這些知識及技巧，帶給自己及周邊親友最大之安全保障。

主 題	內 容
課程介紹及基本燃燒理論	說明課程的目的、發展與規劃。災害防救之基本觀念及當前面對之問題。火是怎麼燒？火會怎麼燒？火往哪裡燒？
基本燃燒理論	何謂閃燃？何謂爆燃？人在火場會不會因為閃燃罹難？何謂火災初期？何謂濃煙？煙如何流動？
火場應變要領解說	何時要逃？何時要躲？如何判斷火災之危險性、如何做出之最佳對應策略、如何報案及其他應注意事項
逃生、求生及關門	介紹關門之重要性，門的種類及防護效果、門鎖的種類、何時要關門、為何要關門、案例介紹、塞門縫、實做
用電及瓦斯安全基本觀念	各種電氣火災之原因，半斷線？過載？短路？其發生火災之現象有何不同？何謂瓦斯、瓦斯災害、如何防範一氧化碳中毒
探測器之介紹及裝設	火警探測器（住宅用火災警報器）之種類、一氧化碳探測器、瓦斯漏氣探測器、裝設地點及位置、裝設應注意事項，換電池，實做
低姿爬行停、躺、滾	低姿爬行之正確姿勢、低姿爬行之適用時機、實做 身上起火，停、躺、滾之正確作法，實做
基本滅火	油鍋滅火、滅火器、室內消防栓之介紹及操作
防震	地震震度、地震規模之介紹、地震緊急應變要領 地震防護 前, 中, 後及探討現階段地震演練之做法如何修正
製作家庭逃生計畫	製作重點說明，如何假設起火點及規劃逃生動線，安全逃生包保命配備、實際繪製及講評
消防相關法規	消防法、災害防救法及各類場所消防安全設備設置標準
防火管理制度介紹	何謂防火管理？何謂自衛消防編組？防火管理人能做什麼？ 被選為防火管理人，萬一發生火災。會不會有責任？ 防火管理對消防安全之影響？

回 執 聯

預定參加時間	114 年 月 日 時 分至 時 分 (星期)			
預定參加人數		編制 人數		
講習單位名稱				
講習單位地址			電話	
聯絡人姓名		部門	職稱	

※ 消防安全講習義務宣導：(配合消防安全 一年二次消防申報訓練)

本講習為義務免費課程並無費用產生，攸關整體之生命財產安全，希望貴校全體教職人員皆予以參加。

※ 請準備：

- ◎滅火器一具 ◎參加同仁備筆記 ◎ 30人以上請準備麥克風
 ◎有單槍投影機亦可以提早準備 ◎講師汽車停車位 有 無 (請✓選)

※演練項目請在裡打 ✓

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 校園緊急疏散逃生演練
<input type="checkbox"/> 消防逃生設備操作(滅火演練)
<input type="checkbox"/> 自衛消防編組各班別任務演練
<input type="checkbox"/> 模擬火災發生的煙霧體驗(2坪大空間)
<input type="checkbox"/> AED自動體外心臟電擊器
<input type="checkbox"/> 新版CPR心肺復甦術及哈姆立克急救法
<input type="checkbox"/> 民眾版 叫叫+CABD (安妮實地操作)
<input type="checkbox"/> 教職員職場不法侵害防治
(過勞、身心健康)
<input type="checkbox"/> 民間防護團(防災、防空、避難)
<input type="checkbox"/> 若要申請結訓證明表請打 ✓
(可送消防隊年度安檢申報與備查使用) | <input type="checkbox"/> 地震防護 前,中,後 與緊急應變處理
<input type="checkbox"/> 感電與用火、用電 2.0 生活更安心
<input type="checkbox"/> 如何防範一氧化碳中毒
<input type="checkbox"/> 車輛遭遇緊急事故及火燒車應變處理
<input type="checkbox"/> 著火自救 停、躺、滾
<input type="checkbox"/> 燒燙傷急救包紮教學
<input type="checkbox"/> 實驗室、無塵室、倉儲區安全防護
<input type="checkbox"/> 環境教育(節能、淨零碳排、愛地球)
<input type="checkbox"/> 防縱火要訣 三從四得 保平安
<input type="checkbox"/> 校園活動安全(反校園暴力與反霸凌)
<input type="checkbox"/> 緩降機與救助袋之操作使用說明
<input type="checkbox"/> 鋰電池失火預防與應變 |
|---|--|



臺灣亞太管理協會剛雄分會

專屬承辦：王彩華

承辦專線：0972-890080

電 話：02-2746-5123

傳 真：02-2746-5120

信 箱：irina.wang66@gmail.com

【認識火災、災害應變及民間自衛自救】複合型防災講習、演練

主 題	內 容
災害應變及安全認知	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 校園用電與實驗室安全的使命 <ol style="list-style-type: none"> 1. 密閉大樓及辦公大樓(工作室)高樓層相對安全區 2. 電器火災探討及用電安全 3. 實驗室安全及化學毒化物的安全儲放應變本能之強化 ◇ 提高警覺生活周遭埋伏的未爆彈 <ol style="list-style-type: none"> 1. 火災發生第一名~電氣火災(用電安全規範) 2. 電梯事故的應變措施(火災、地震、斷電…) 3. 行車安全-火燒車、隧道火警時如何自救 ◇ 火場現場基本常識及災害應變 <ol style="list-style-type: none"> 1. 何謂煙囪效應、閃燃現象及火災構成要件 2. 爆炸：◎何謂爆炸◎爆炸之種類◎粉塵爆炸◎瓦斯爆炸如何防範 3. 火場緊急逃生三部曲及五大原則 4. 災難發生如何協助救護疏散及自救 ◇ 對濃煙的認知與如何避免深陷火窟 ◇ 火災案例影片播放及課後問題研討
天然災害	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 認識天然災害--地震、颱風、海嘯、核災… <ol style="list-style-type: none"> 1 全球暖化如何節能減碳愛地球? 2 不同的環境中如何避震及瞬間逃生 3 核輻射事故中該如何作好安全防護
緊急救護	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 一氧化碳中毒、燒燙傷處理救護常識 ◇ 肌肉、骨骼傷害的消毒及止血包紮法 ◇ 食物中毒及呼吸道異物梗塞急救法 (哈姆力克) ◇ 最新版 CPR 正確操作步驟 (本協會備安妮) ◇ 自動電擊去氈器(AED)正確操作簡介
編組訓練	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 災難發生時各組人員如何相互運用 ◇ 消防編組之組織概要與編組人員訓練 ◇ 發生火災時應啟動自衛編組初期滅火
消防訓練	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 設備解說操作(緩降機、消防栓、偵測警報、水龍帶…) ◇ 逃生演練或煙霧體驗 (備密閉空間 2~3 坪) ◇ 滅火器實地演練 (請自備汽油、油盆)或操作示範
民間自衛自救	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 為有效運用民力，強化國人對防災概念的認知以發揮民間自衛自救的自發性功能。

自衛編組職務分配與演練項目

為落實消防法第十三條及其施行細則第十五條有關消防防護計畫中自衛消防編組之功能，提供各消防機關對管理權人之自衛消防編組應變能力驗證機制，確保自衛消防編組應變能力，以因應火災危害，強化各類場所整體安全性，特訂定本要點。應實施（共同）防火管理場所，於火災發生時，在消防人員抵達前，經由場所內部自衛消防編組人員，在確保自身安全之前提下，能依火災情境，迅速進行狀況判斷，採取有效自衛消防活動，以確實發揮早期預警、及時滅火、有效引導避難之初期應變功能。

<p>通 報 訓 練</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 火警受信總機火災表示時之現場確認訓練。 2. 由緊急廣播設備進行廣播訓練。 3. 由場所內以電話向防災中心通報之通報訓練。 4. 由場所內以電話打 119 傳達必要情報之通報訓練。 5. 由起火場所及各班對指揮官之通報訓練。 6. 由指揮官對各班及消防隊傳達情報之通報訓練。
<p>滅 火 訓 練</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 水桶、滅火器之使用訓練。消防栓之操作、放水訓練。 2. 特殊滅火設備(海龍、二氧化碳、乾粉)之模擬操作訓練 3. 使用火源(瓦斯、危險物品)之燃料遮斷等之訓練。
<p>避 難 引 導 訓 練</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 由緊急廣播設備進行避難引導訓練。 2. 各場所最適當避難路徑之選擇訓練。 3. 安全防護班對防火門、防火鐵捲門等之閉鎖訓練。 4. 避難器具操作、保養訓練。
<p>安 全 防 護 訓 練</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 關閉防火門、防火鐵捲門、防火閘門訓練。 2. 昇降機、電扶梯之緊急處置。 3. 確認及警戒瓦斯洩漏時之狀況。
<p>救 護 訓 練</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 設置緊急救護處所。 2. 緊急處理受傷者訓練。 3. 與消防救護隊連繫，並提供情報。

自衛消防編組名冊暨簽到表：

- 員工人數 50 人以下：分三個班別(通報班、滅火班、避難引導班)
- 員工人數 50 人以上：分五個班別(通報班、滅火班、避難引導班、安全防護班、救護班)
- 簽到欄必須簽名

演練照片：

- 員工 50 人以下：須附上 通報班、滅火班、避難引導班之演練照片
- 員工 50 人以上：須附上 通報班、滅火班、避難引導班、安全防護班、救護班之演練照片
(以上各班別至少一張照片)

◎附上防火管理人之結業證書(須注意證書有效期限)

國人熱議的十大「文明病」

<p>文明病（又稱都市病，俗稱富貴病）為一群疾病的通稱，當國家變得更工業化及人類活得更長壽時，這些疾病就會更常產生，其包括有阿茲海默病、動脈硬化、腫瘤、肝硬化之慢性肝病、慢性阻塞性肺病、2型糖尿病、心臟病、慢性腎衰竭之腎炎、骨質疏鬆症、中風及肥胖症等。帶您了解國人熱議的十大「文明病」聲量排行。隨著社會越來越進步，人們的生活模式、居住環境、飲食習慣等各方面都與以前大有不同，而在這些改變為我們帶來便利的同時，也衍生出更多的「文明病」。你的身體還健康嗎？「身體健康」與「心靈健康」同樣重要，如察覺到身體狀況出現異狀，切記儘早就醫，平常也要養成良好的生活習慣，才能真正遠離文明病。</p>	
<p>常見因飲食習慣不良造成的文明病</p>	<p>如「高血壓」、「肥胖」、「高血糖」、「腸胃不適」等也都名列榜首，在情況嚴重時更有可能演變成「糖尿病」與「心血管疾病」等重大疾病，嚴重威脅人體健康，因此不少醫師和營養師常呼籲民眾要注意飲食、養成運動習慣並避免不良生活嗜好</p>
<p>職場減壓沒煩惱 化壓力為助力</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 正視壓力帶來的影響 尋找舒壓緩解之道 ◇ 壓力大的表現會有哪些？ ◇ 壓力紓解與情緒管理力提升 ◇ 減壓的方法有哪些？
<p>人因工程 危害與預防</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 人因工程危害因子有哪些？ <p>發展適合現場五種危害因子, 使用之檢核表 檢核工作中常見典型的危害及其改善方案</p>
<p>職場不法侵害防治</p>	<p>目的：保障員工安全、降低風險、符合法規。 定義：工作中發生人身傷害、威脅、暴力、騷擾、霸凌等不法行為。 類型：</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 身體暴力（打、踢、推撞、武器攻擊） ◇ 言語暴力（辱罵、歧視、恐嚇） ◇ 性騷擾、性侵害 ◇ 心理霸凌（排擠、謠言） ◇ 財產侵害（搶奪、破壞物品） ✓ 強調「人身安全優先」的觀念 ✓ 鼓勵員工善用通報與支援系統 ✓ 建立「零容忍」不法侵害的職場文化
<p>淨零碳排愛地球</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 如何減少或消除碳排放是實現淨零碳排的目標 2. 節能減碳的方法有哪些？ 3. 從食衣住行教你如何節能減碳