



臺北市 全民國防手冊



臺 北 市 政 府 編 印
中 華 民 國 111 年 6 月

目錄



空襲警報與防空避難

1



建物倒塌失火應處

3



停電應處

5



停水應處

7



醫療急救

9



防災（生存）物資及救護準備

11



民生必需品短缺應處

13



救濟物資儲放與避難收容

14



後備軍人動員資訊

15



緊急報案專線

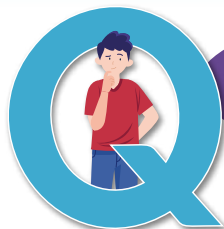
17





1

空襲警報與防空避難



某日夜間突然響起2分鐘警報聲，
5分鐘後傳來爆炸聲，此時民眾
注意哪些事又要怎麼做呢？

我們要知道！

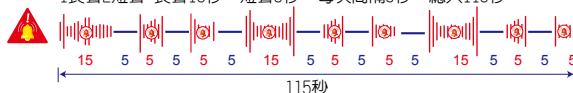


市府權責

- 接獲中央防情傳遞後，警察局發布空襲警報
- 消防局待命支援滅火與救難
- 衛生局通報急救責任醫院待命救援

緊急警報：

1長聲2短聲 長聲15秒，短聲5秒，每次間隔5秒，總共115秒



解除警報：

1長聲90秒



區、里職責

- 平時宣導及分配轄區住戶避難處所，藉萬安演習引導民眾配合演練疏散避難
- 戰時在警察、民防人員協力下引導民眾進入避難處所

警報發布時

防空疏散避難設施均位於地下室，且於建築物門口等外牆上明顯處能看到黃色標誌牌

保持冷靜
聽從引導人員



防空疏散
避難位置
(請見附錄一)

防空避難設備

編號	(英文字母) 0000	
容量	0人	
配置	自用	0人
	活動人口	0人
臺北市政府 製		
☎ 1999		

我們必須記得！



避難行動



室內



關閉門窗



關閉電源



關閉水源



關閉瓦斯



聽從指引進入
避難設施



室外

開（乘）車



靠邊停於安全地方下車



聽從指引進入
避難設施



室外

步行



聽從指引進入
避難設施



就近利用
地形（物）避難

避難姿勢



1. 採跪姿
2. 身體微拱
3. 胸口遠離地面
4. 雙手遮住眼、耳
5. 嘴巴微張



詳細避難指引以及防空疏散避難
位置皆可參見北市警政APP





2

建物倒塌失火應處



晚間傳出建物坍塌的聲響，疑似鄰近大樓因空襲波及而傾倒、民宅失火，這時民眾該怎麼做呢？

市府權責

- 消防局執行滅火與人員救援
- 警察局協助交通管制及人員疏散
- 衛生局督導及執行傷患醫療救護

區、里職責

- 平時宣導並配合民（萬）安演習演練應處作為
- 戰時引導警察、消防及民防人員協助救難，協力轄內傷患醫療

我們要知道！





我們還要注意！

災難發生前

- 自區、里辦公室瞭解晝、夜間所在地附近避難收容處所位置
- 備妥緊急避難包，與家人事先討論並約定事後會合地點

災難發生中

- 室內：



坍塌時，以堅固桌底或牆角為掩護躲避



困在瓦礫堆時，宜緩慢移動，避免觸及倒塌建材；並以布覆蓋口鼻呼吸，避免吸入粉塵



失火時，迅速開門往一樓戶外逃生



身體著火時，停在原地躺下，雙手摀臉滾翻熄滅火勢

- 室外：以隨身物體保護自身頭部，遠離倒塌建物並盡快進入防空避難處所

災難發生後

- 空襲後，與家人在先前約定會合地點會合後，再轉往市府指定收容處所





3 停電應處



空襲過後，夜晚整座
城市都沒有光亮，街
道一片漆黑，交通號
誌都無法運作，這時
民眾該怎麼做呢？

我們要知道！



市府權責

- 市府立即通知台電公司啟用備載電源，同時掌握台電公司維修進度
- 通知民防人員協助警方進行交通管制

區、里職責

- 平時宣導並配合民（萬）安演習演練應處作為
- 戰時引導並協助民眾至明亮處安置，同時通報台電公司檢修

交通號誌
無法運作

1999



1911

通報
台電公司
檢修

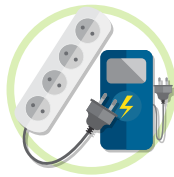
再來我們
必須知道



停電時



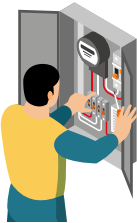
準備手電筒及電池
避免使用蠟燭



拔除插座上的電器
插頭，避免電力恢
復時造成損壞



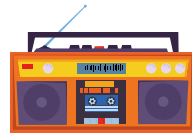
減少冰箱開啟次數



離家避難前
關閉電源總開關



受困電梯時保持鎮定
不要試圖打開電梯門



收聽電池式收音機之
播報，瞭解最新災情
及電力搶修情形

復電後



檢查家中電器設備是否均能正常運作



檢查冰箱或冷凍庫的食物或藥品，如
已變質，不宜食用



停電資訊

4 停水應處



空襲過後，雖停電狀況，同時供水設施也無法供水，這時民眾怎麼做呢？

我們要先知道！



市府權責

- 北水處查明區域內停水原因
- 修復或啟動備援供水系統恢復供水；並協調其他區域支援供水及配合中央水源調度
- 消防局支援送水作業

區、里職責

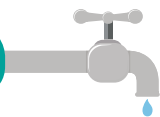
- 平時宣導並配合民（萬）安演習演練應處作為
- 戰時協調供給水單位設置供水站、機動水車供水，並提供包裝飲用水





再來我們
必須記得

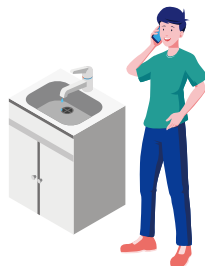
停水時



- 檢查居家供水設施功能有無故障
- 撥打市民專線1999或北水處客服專線(02)87335678 亦可掃描QRcode詢問或通報
- 立即關閉抽水機電源
- 儲水宜使用濾水器、逆滲透或蒸餾並煮沸後飲用

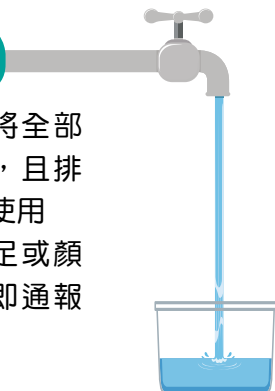


北水處停水資訊



恢復供水後

- 恢復供水後應將全部水閥打開排氣，且排水1-2分鐘後再使用
- 水量、水壓不足或顏色異常，應立即通報北水處處理



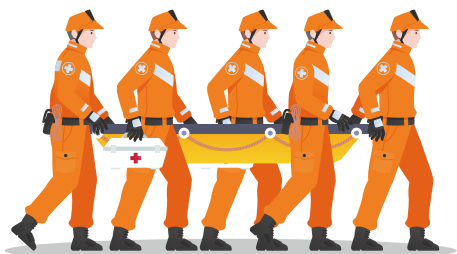
5 醫療急救



關鍵基礎設施遭空襲
損毀後，周圍民眾被
波及導致受傷，應如
何處置？



我們要知道！



市府權責

- 成立前進指揮所，並依現場狀況設置緊急救護站
- 消防局、衛生局調度地區救護人力及輸具，給予傷患優先處理或轉送適當醫療院所救治

區、里職責

- 平時宣導並配合民（萬）安演習演練應處作為
- 戰時配合現場管制掌握民眾就醫及心緒情形，提供各項支援協調作業

再來我們
還要學習



空襲前（平時）

備妥防災（生存）物資，進入防空避難設施
或周邊安全處所，保護眼耳口鼻避免危險

受傷緊急處理程序

■爆炸穿刺、震波撞擊傷— 出血控制



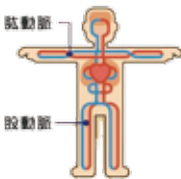
直接加壓止血法

以紗布覆蓋傷口直接加壓，為最快速、有效及簡單止血法



抬高傷肢止血法

可搭配直接加壓止血法，將傷肢抬高於心臟



止血點止血法

當直接加壓止血法無法控制止血時，用拇指或掌根壓迫患肢近心端脈動點

■燒燙（灼）傷—急救處置



步驟 1 沖
以乾淨水源沖洗20分鐘

步驟 2 脫
移除衣物



步驟 3 泡
冷水浸泡

步驟 4 蓋
乾淨布料覆蓋



步驟 5 送
送醫治療

敵火間歇時—送醫

- 1.以家（公）用、行動電話撥打求救專線，於周邊安全地點等待救援
- 2.送往就近醫療院所或救護站救治



本市緊急醫療資訊

急救責任
醫院位置
(請見附錄二)



6 防災（生存）物資 及救護準備



空襲仍在持續，區、里透過廣播通知民眾迅速避難；平時我們應完成哪些防災物資、急救器材的準備，才能在突發狀況發生時提高生存率？

我們要先知道！



市府權責

- 消防局與衛生局依轄區地理環境，建議家庭（個人）防災物資與救護包之準備品項，宣導民眾平時應完成購置準備
- 教育局負責轄內全民國防課程，協助提供所需教材及場地，遴選（聘請）具生存知能師資，教導學生具備防災及求生技能

區、里職責

- 購置備份防災物資、緊急避難包及急救醫療藥品器材，提供民眾應急使用，並宣導平時應完成準備



防災（生存）物資

我們必須
準備！



- 平時防災，戰時維生，隨時準備緊急避難包
- 注意食物及藥品的保存期限

☐ 水 3 日份  瓶裝水 過濾水	☐ 食物 3 日份  餅乾 罐頭	☐ 衣物  衣服 褲子 手套 雨衣	☐ 衛生用品  衛生棉 酒精 衛生紙 口罩
☐ 工具  瑞士刀 打火機 手電筒 指北針	☐ 藥品（材）  個人藥品 止血帶 三角巾	☐ 通信器材  無線電機 手機 收音機 行動電源	☐ 重要文件  證件 （身分證、健保卡） 小額現金 戶口名簿

個人急救用品及家庭急救箱

 藥品	 工具	 耗材
☐ 優碘藥水 1 ☐ 生理食鹽水 3 ☐ 酒精棉片 10 ☐ 外用抗生素軟膏 2 ☐ 外用蚊蟲咬傷軟膏 1 ☐ 常備藥品（如止痛藥、胃藥） 10	☐ 多功能組合剪刀 1 ☐ 止血帶 1 ☐ 安全別針 3 ☐ 三角巾 1 ☐ 鑷子 1 ☐ 救生哨子 1 ☐ 體溫計 1 ☐ 毛巾、紙巾/濕紙巾 1	☐ 消毒紗布（2X2+4X4） 3+3 ☐ 棉棒（大+小） 6+6 ☐ 醫療用紙膠布 1 ☐ 手套 2 ☐ 繃帶 3 ☐ OK繃 10 ☐ 棉花 1包 ☐ 酒精100ml 1 ☐ 口罩 1包



民生必需品短缺應處



本市公庫糧倉遭破壞，經大眾傳播媒體報導後，肇生許多民生必需品搶購私囤情事，已無法供貨，民眾如何應處？

市府權責

- 產業發展局負責轄區民生必需品價格調查管控，依行政區里開設配售站，供民眾分流購買



持戶口名簿



攜帶配售憑證紀錄表

民生必需品
配售站位置
(請見附錄三)



我們要
先知道！



區、里職責

- 掌握民眾民生必需品短缺情形，並引導前往鄰近配售站購買
- 按公告配售之時間地點，由區、里長通知里民至指定配售站購買配額之民生必需品



8

救濟物資儲放與避難收容



空襲過後，市區內多處房屋倒塌，民眾收容於安置處所，由社會局發放救濟物資，該如何領取？



我們要知道！

市府權責

- 社會局督導收容救濟（分、支）站開設暨辦理轄內救濟物資購置、控管與物資儲備項目規劃
- 重大災害時，啟動開口契約廠商協力供應救濟物資

區、里職責

- 區公所負責督導收容救濟分（支）站開設並辦理救濟物資之儲存與發放
- 引導民眾至避難收容處所安置

六大基本物資

礦泉水



免洗內褲



睡袋及
輕便被毯



盥洗包



運動服



特殊需求物資
（如：紙尿褲、
嬰兒奶粉等）



物資儲放暨戰時
收容救濟支站位置
（請見附錄四）



9 後備軍人動員資訊



某後備軍人民眾自電視新聞臺看到「○○甲字第××號之動員符號」後備軍人動員報到的新聞跑馬燈，這時該怎麼辦？

我們要知道！



中央管轄責

- 準戰時經總統核定後發布緊急命令（內含人、物力動員命令），國防部即透過廣電媒播公布全國後備動員資訊，召集列管之後備軍人編成部隊，遂行作戰任務
- 為縮短動員時程，凡納編戰時動員之後備軍人，國防部每年初均會寄發動員召集預告書，先期告知動員召集令下達後相關訊息與配合事項

市府權責

- 警察局派員並搭配轄區後備輔導幹部傳遞動員召集令，親送至應召員接收（或家屬代收）

區、里職責

- 引導警察送達召集令，若遇應召員不在家（遠出或非居住地），即協助調查去蹤，以利召集令送達

戰時	列管身分	現役軍人退伍及常備兵役軍事訓練結訓之後備軍人
	動員時機	戰時或非常事變時
	接獲召集令作為	應立即自行至指定地點報到，參與部隊編成及臨戰訓練，遂行作戰任務
平時	教召頻次	退伍8年內，軍士官未滿4次選用12年
	教召課程	專長複訓、實彈射擊、戰鬥教練及組合訓練，並配合演習實施戰力驗證
	教召便民措施	未居住於戶籍地應召員可於召訓前55日，檢具相關證明至鄰近直轄市、縣（市）後備指揮部，辦理教育召集令指定地址變更作業。



國軍○○○年度動員召集預告書

此預告書非教育召集令，自○○○年1月1日至12月31日止請妥善保管。

您好，這是「動員召集預告書」，您已納編為○○○年度戰時「動員召集」對象，請使用智慧型行動裝置掃描右下角二維條碼（QR Code）或上網至後備指揮部「後備軍人網路服務臺」首頁（<https://afrc.mnd.gov.tw/EFR/Default.aspx>），查詢年內「動員召集」或「教育召集」相關資訊。

應召員須知：（為維護您的權益，敬請務必閱讀下列事項）

- 一、戰時動員召集：當國家發生戰事或緊急危難時，國防部將透過大眾傳播媒體，發布「動員命令」生效，同時由轄區警察將「動員召集令」送達至臺端戶籍地（或指定地點），請攜帶身分證明文件依時報到，共同防衛家園。
- 二、平時教育召集：教育召集日程依各軍司令部及所屬部隊任務排訂，公告於「後備軍人網路服務臺」，並於召集日前40日另行寄發「教育召集令」，如為年度重大演訓（如「同心演習」），則於召集日前10日由轄區警察親送，屆時請依時報到應召：依「後備軍人及補充兵免除本次教育勤務點閱召集認定標準」免除本次教育召集者，將依軍事需要列為再次召集對象；另公告召集日程後，以「出國觀光旅遊」申請者將不核准免除當次召集，如仍「出國觀光旅遊」避免召集者，將依法追究刑事責任。
- 三、如有任何召集相關問題，歡迎電洽各直轄市、縣（市）後備指揮部（服務中心）或免付費服務電話0800-202-125，我們定竭誠為您服務。





10 緊急報案專線



報案時機

備考



市民當家
熱線

1999

通報臺北市重大災難
相關問題與諮詢

為民眾提供市政災難
問題諮詢、轉接各主
管機關等服務



緊急報案
專線

119

發生重大災難時

說明現場地址、報案
需求、現場狀況及聯
絡資訊，以利消防人
員迅速到場協助



警政專線

110

重大災難時，發現他
人違法犯罪，威脅市
民生命財產、有緊急
需要時

配合「手機定位功
能」，可以自動顯示
報案人所在位置，有
利警力派遣速度



報平安專線

1991

重大災害（難）發
生，而電話線路不通
或壅塞時

當災難發生而電話線
路不通或壅塞，可以
透過直撥「1991」留
言互報平安



緊急救難
專線

112

當所在位置手機收訊
不佳，而有緊急狀況
需救難時

收訊不佳時，可手機
撥打「112」即可轉
接警察局或消防局



臺北市全民國防手冊



附錄一
防空疏散避難位置



附錄二
急救責任醫院位置



附錄三
民生必需品
配售站位置



附錄四
物資儲放暨戰時
收容救濟支站位置





全民國防手冊

