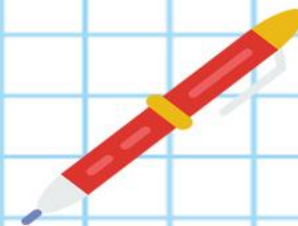


內政部消防署  
【消防防災館】  
全民地震網路演練  
成果上傳說明

高雄市政府消防局



成果上傳





# 成果上傳-準備演練照片-1

## 為何演練？

臺灣位於環太平洋地震帶上，地震發生頻繁。天災無法避免，唯有加強防災知識，於災前做好預防措施，提升自我災害應變能力，以減輕災害損失，保障民眾生命財產安全。

## 演練甚麼？

全民應一同練習抗震保命三步驟“趴下、掩護、穩住”並抓住桌腳“地震演練一起來，保護頭頸最要緊！”

## 如何演練？

在預定的時間、日期及位置，實施地震演練，拍下演練過程相片1~4張，上傳至網站與大家分享

## 何時演練？

把握機會於活動期間內參與演練呈上傳演練成果，不但能學到保命知識還有機會參加活動抽大獎唷！

114年 09/01 ~ 10/31

# 全民地震網路避難演練



1 趴下

2 掩護

3 穩住

## 就是這麼簡單！

使用拐杖者	趴下	掩護	穩住
使用行動輔具者	固定	掩護	穩住
使用輪椅者	固定	掩護	穩住

1 趴下

2 掩護

3 穩住

大眾運輸工具上遇地震

月台候車時遇地震

參加演練拿大獎





任天堂 Switch2

iRoBoT 3-DX

SONY全罩式降噪耳機

阿摩YUAN水氧機

全家禮券卡

消防署限定防震防災行動包

主辦單位保留更換獎項、修改或終止活動之權利，獎品以實物為準，不得折換現金，如有異動以公告為準。





## 成果上傳-準備演練照片-2

### 如何演練？

在預定的時間、日期及位置，實施地震演練，拍下演練過程相片1~4張，上傳至網站與大家分享







# 成果上傳-上傳照片-1

## Step1: 使用網頁瀏覽器

使用Google chrome或  
Microsoft Edge等網頁瀏  
覽器

## Step2: 進入頁面

於搜尋欄搜尋

【消防署消防防災館】，  
點選  
“內政部消防署消防防災館”





## 成果上傳-上傳照片-2

### 進入活動頁面

首頁>防災演練>地震避難演練，再點擊“立即上傳演練”。

The screenshot shows the website for the 114th National Earthquake Disaster Drill. The navigation bar at the top includes links like '主題防災', '防災知識一起學', '防災遊戲', '防災影音', '下載專區', '防災知識模擬考', '各縣市宣導活動', '防災演練', '澄清專區', and '會員專區'. The '防災演練' link is highlighted with a red box and labeled '1'. Below the navigation bar, the breadcrumb trail reads '首頁 > 防災演練 > 地震避難演練'. The left sidebar contains links for '地震避難演練' (highlighted with a red box and labeled '2'), '火災避難演練', '演練統計', '演練成果', and '演練文件'. The main content area features a large digital clock showing '52 13:24:49' (52 days, 13 hours, 24 minutes, 49 seconds) and the title '114年 全民地震防災演練'. A red circular button labeled '演練中' (Drill in Progress) is on the right. Below the clock, there is a section titled '演練活動說明' (Drill Activity Explanation) with a star icon. At the bottom right, a red box labeled '3' highlights a button that says '立即上傳演練 GO' (Upload Drill Immediately GO) next to a graphic showing the drill steps: '趴下 掩護 穩住 就是這麼簡單!' (Crouch, Cover, Stay, that's so simple!).





# 成果上傳-上傳照片-3

## 會員登入

舊台灣防災網會員、之前使用快速登入之民眾，請先執行重設密碼

\*為必填欄位

電子郵件 \* sufish

密碼 \* .....

驗證碼 \* vhyhck



送出 GO

## 雙因子驗證

防災館會員註冊登入操作手冊

請使用手機下載Google Authenticator APP，開啟後進行驗證

雙因素驗證

登出

登入 GO

## Step1:會員登入

填妥會員資料及雙因子驗證



## Step2:上傳成果

點選“選擇檔案”(挑選您準備好的照片；至少1張)  
選擇演練情境,填入演練人數,填寫演練心得(非必填)  
填好點選上傳

## 地震網路演練

表單內容皆為必填選項,請填妥後再行送出

可上傳檔案類型:jpg、png、jpeg 單一檔案大小總計10MB

您的姓名 \* 蘇博瑜 您的IP位址 2...

演練照片1\* 選擇檔案 | 793548\_0.jpg  
未選擇任何檔案

演練照片2 選擇檔案 | 793547\_0.jpg  
未選擇任何檔案

演練照片3 選擇檔案 | 793549\_0.jpg  
未選擇任何檔案

演練照片4 選擇檔案 | 科長.jpg  
未選擇任何檔案

演練情境 在高樓或辦公室

演練人數\* 200

演練心得 熟記防震三步驟「趴下、掩護、穩住」，地震來時就能將傷害降到最低。地震演練一起來，保護頭頸最要緊。

重填 GO

上傳 GO





## 成果上傳-上傳照片-4



上傳的照片必須經過網站的管理員審核通過,才會刊登顯示在網頁,並且可以進行成果查詢、成果分享至LINE、FB...

首頁 > 防災演練 > 演練成果

小

114年

全民地震防災演練

高雄市

請選擇區域

請選擇身份別

關鍵字搜尋

查詢

日期	身份別	演練單位/演練人	演練人數	演練情境
2025-09-07 18:11:20	政府機構	高雄市政府消防局-大樹分隊 - 高雄市政府消防局-大樹分隊	20	在教室
2025-09-06 08:04:18	政府機構	高雄市政府消防局-大樹分隊 - 高雄市政府消防局-大樹分隊	30	其他
2025-09-05 18:00:30	政府機構	高雄市政府警察局林園分局 - 林茂滋	4	在高樓或辦公室





# Thank You

快一起來演練吧！  
防震三步驟「趴下、掩護、穩住」

