

白河區公所舉辦災害防救志工培訓營，獲得高度認同與肯定，有效凝聚社區防災向心力及強化社區自主防災功能

近年氣候變化日趨極端，每年防汛期間強風豪雨難以預測，面對無預警的地震災害更是令人束手無策。當大規模災害發生，單靠政府部門人力是不足支應的。參考日本災害防救「三助」原則，當重大災害事件發生來時，為避免人員傷亡，防災教育首重於提升個人自我人身安全的保護，其次行有餘力，發揮社區互助合作救助精神，最後才是公部門的救助行動，「自助：互助：公助」的比例為「7：2：1」，自助及互助的重要性，不言而喻。

白河區公所為加強各社區里民的防災、救災、避災、離災教育宣導，提升災害自救意識，區長譚乃澄多次要求公所同仁，應積極規劃結合社區相關活動，融入防救災生活教育，生活上要隨時具備防災觀念與行動，當遇到大規模災害發生時，才不會慌亂不知所措，最重要先學會自救，進而投入救災行列。因此；白河區公所於今（105）年11月23日舉辦「105年災害防救志工培訓營」，結合平日熱心參與社區活動之志工，進行災害防救宣導與救災志工招募，期使這群熱愛社區關懷社區的防災種子，在社區發芽生根茁壯扮演更重要的角色，提升社區災害防救專業技能及服務成效。

105年災害防救志工培訓營開訓典禮由譚區長主持，譚區長勉勵參與培訓關懷社區安危的志工夥伴，與社區共生共榮，是社區重要的幹部就要承擔更重的責任，能為社會做出貢獻是個人的福氣。培訓營課程內容安排有「災情查通報處置」、「收容處所物資及人力管理」及「災後心理復健」等課程，同時特別邀請成大醫院急診部張志然醫師指導「CPR+AED基本急救技能」。本次培訓營活動旨在讓志工了解當災害發生時，如何當區公所的千里眼，當社區發生意外事故時，要主動協助區公所做災情查通報及面對災害的應變處置。接著介紹白河轄內避難收容所與適用災害類型及物資儲備觀念，並鼓勵社區志工踴躍參與救災志工行列。在講師們深入淺出的教學引導下，讓許多未曾接觸過災害防救領域的學員，增加防災避災的概念。

面對突如其來的大災難往往會造成民眾過度驚嚇、恐慌而產生心理副作用，該如何做好災後心理復健？衛生所護理師亦針對災害發生有可能造成之心理壓力做介紹，教導學員心理健康自我檢測及轉介資源等，以協助災民面對、調適，走出災害陰影，創造健康人生。成大醫院急診室張志然醫師以親切幽默、簡單扼要的講解方式說明 CPR、AED（自動體外心臟電擊去顫器）的重要性及操作方法，並以實例說明增加印象，最後讓志工們跟著護理師實際演練「叫、叫、C、A、B」及 AED 操作，模擬真實情況下緊急搶救生命的臨場感。

本次災害防救志工培訓營計有崎內里守望相助隊及內角、永安、玉豐、白河、昇安、河東、草店、崎內、大竹、關嶺等社區志工（含關懷據點志工、環保志工等）約 50 人報名參加。於培訓過程中，輔以時事及影片加深印象，並搭配有獎徵答互動方式，志工們都能聚精會神專心聽講且踴躍發言。參與培訓的社區志工表示，經過這次災害防救訓練，對於執行相關任務更有信心，希望專業技能與知識能幫助更多人，培訓營結束後，數名志工立刻申請加入救災志工的行列。

「防災重於救災，離災優於防災」，白河區公所第一次舉辦災害防救志工培訓營，意外獲得社區志工高度的認定與凝聚向心力，區公所期望透過此次防災志工培訓營，培育更多社區志工加入防救災行列，以建立完整社區救災人力資源。（白河區公所 蘇佳慧）

