

人民防空基本手段 “鸣、走、藏、消”护你我



第24个全民国防教育日：上海将于9月21日进行防空警报试鸣

人民防空是指动员和组织人民群众防备敌方空中袭击、消除空袭后果所采取的措施和行动，简称人防。人民防空同要地防空、野战防空共同组成国土防空体系，是现代国防的重要组成部分，是国民经济和社会发展的重要方面，是现代城市建设的重要内容，是利国利民的社会公益事业。

今年9月21日，是我国第24个全民国防教育日，上海市将在这一天，进行全市防空警报试鸣，这也是上海市开展防空警报试鸣的第17个年头。人民防空的四个基本手段——“鸣、走、藏、消”，为人民生命财产安全提供安全保障。市民群众也可以通过线上H5“铸盾强防”互动小游戏，沉浸式体验“鸣、走、藏、消”的过程，动动手指头，就能掌握基本的人防知识和防护技能。



鸣 鸣放防空警报

2002年8月13日9时30分，上海市在长宁区鸣放防空警报并进行演练，这是我国第一次在国内一线城市的中心城区试鸣防空警报。

2007年12月27日，市政府颁布《上海市防空警报管理办法》，明确在每年的全民国防教育日组织警报试鸣工作。在2008年5月19日全国哀悼日成功鸣响防空警报的基础上，上海市首次将警报试鸣扩大到全市范围。此后，上海市在每年的全民国防教育日（9月的第3个星期六），在全市范围内（除浦东、虹桥国际机场区域外）组织防空警报试鸣，同时组织城镇居民和学校师生进行防空演练。

试鸣当天的防空警报共有三种：一是预先警报，二是空袭警报，三是解除警报，都是3分钟一个周期。简单来说，就是长间隔、短间隔和无间隔。

预先警报是长间隔，鸣放36秒、停24秒，反复3遍为1个周期。

空袭警报是短间隔，响6秒、停6秒，反复15遍为1个周期。

解除警报没有间隔，长鸣3分钟。

听到预先警报时，如果在学校，首先保持冷静，听从学校老师指挥，跟随老师到人防工程等指定地点掩（隐）蔽。如果在家中，立即拉断电闸，关闭燃气，携带好个人防护器材（如毛巾、雨衣和口罩等）和必需的生活用品（如水、干粮和药品等），听从社区工作人员的指挥，迅速有序地进入人防工程等指定地点掩（隐）蔽。如果在公共场所，应听从有关部门人员的指挥，迅速到指定地点掩（隐）蔽。



如果无法及时进入人防工程，要迅速利用地形地物就近躲避，室内人员可在5层以上的钢筋混凝土楼房的底层、走廊或底层楼梯下，或在跨度较小的独立卫生间、厨房等处藏身。以上条件不具备时，也可趴在床下、桌子下或蹲在墙角，切忌站在窗口或露天阳台上。位置尽可能选择在来袭相反方向一侧，蹲在墙角的方法是：低下头，闭上眼睛，双手抱头蹲下，背靠墙角；街上车辆应迅速靠路边停下，行人应就近进入地下室、地铁站或钢筋混凝土建筑底层等处躲避，不要在高压电线、危险房屋和油库等易燃易爆危险处停留；在空旷地方的人员可就近选择低洼地、路沟边、土堆旁或大树下等地迅速就地卧倒进行躲避。卧倒的方法是避开（背向）爆炸方向，面部向下，护住耳朵，闭上双眼，用手肘支撑着地面，胸和腹部不要紧贴地面，防止身体被震伤。

走 人民防空疏散

城市防空袭时，政府组织引导人员、单位及设备物资，由危险区域向安全区域转移的行动，是减少空袭损失、保障人民群众生命安全的有效手段之一。

上海作为沿海超大型城市，人口基数大、密度高，战时人员防护任务重、压力大。现代战争条件下如何动员和组织人员防护，为人口疏散提供保障，是需要长期考虑的问题。根据不同的时机，防空疏散从专业上分三种：早期疏散，临战疏散，紧急疏散。

近年来，上海市国动办贯彻落实“人民城市”重要理念，坚持把人口疏散准备作为人民防空准备最基础性工作。结合防空警报试鸣，组织防空演练，举办各类国防、人防宣传教育和知识技能普及活动，现在每年有200多万人参加人防疏散演练，预计到2025年全市能有1000万人次至少参加一次防空演练。根据城市人口分布和城郊区布局实际，上海积极推进人防疏散地域建设，按照防空防灾一体化的指导思想，做好人员疏散相关演练工作。这项工作已经在全市9个郊区和城郊区有序开展。近年来，上海市国动办也在积极做好跨省市疏散和演练工作。

藏 人员物资掩蔽

在现代空袭条件下，人员听到预先警报后，

迅速进入人防工程掩蔽或就近就地隐蔽，是留城人员防御空袭最简单、最有效的防护行动。

上海在很多配建了人防工程的居民小区都已设置人防工程指示牌。指示牌橙底白字，配有英文，上面有一个箭头和人形奔跑图案。2021年“民防地图”在上海“随申办市民云”APP和“随申办”微信、支付宝小程序正式上线，它汇聚人防工程、人防宣传教育场所、应急避难场所等人防设施信息，并提供地址查询和地图路线导航等服务，帮助市民群众自助式获取附近人防设施信息。现在“民防地图”已全面升级，增加线上打卡、一键收藏等功能，以用户群众感受度为标尺，进一步营造群众沉浸式体验。同时，“随申办”微信、支付宝小程序端支持分享和转发功能，方便市民将自己收藏和打卡的场所分享给身边人。

除了人防工程，还有兼设人防工程也具备一定的防护能力，可以作为临时性的掩蔽场所。主要有3类：一是轨道交通工程。轨道交通工程由于其建设的形态、主体结构本身具备防护能力，只要在口部等薄弱环节增加一定的设施设备，就能达到战时防空袭的要求。这次俄乌冲突中，面对空袭，很多城市平民也都是选择了地铁站等场所进行掩蔽防护的。上海从轨道交通2号线地下工程开始，逐步实现轨道交通兼设人防。在保证交通运输干线功能的同时，地下轨道交通每一站、一站一区间都安装有防护密闭门，启用后可构成防护单元用于人员掩蔽。平时大家可能观察不到，因为这个防护密闭门在隧道的两边，紧贴墙面，战时关闭之后能起到很好的防护作用。二是隧道工程。进入比较长的隧道时，隧道两头会有很大的防护门，起到兼设人防的作用。三是大型地下空间。也按照兼设人防要求进行建设。

消 消除空袭后果

空袭后果包括直接毁伤以及由空袭引发的次生灾害。为有效消除空袭后果，目前上海市已经建立了数万人的人防专业队伍。包括抢险抢修、医疗救护、防化防疫、对空观察、信息防护、心理防护、空中救援、电磁频谱管控等专业队伍，主要是针对空袭直接损害和间接后果加大快速恢复和抢险抢修能力。

防化专业队伍是人防专业队伍中的一支重要力量，他们主要担负防化（观）察、监测、化验、消毒、洗消，市、区两级人防指挥所及人

防工程的防化保障，对受染人员、装备、物资、工事、道路和重要经济目标等进行洗消。他们的工作服也很有特色，不光有“小黄人”（身穿化学防护服），还有“绿巨人”（身穿气密性防护服）、“铠甲战士”（身穿辐射防护服，含有铅橡胶复合材料）。除了战时要负责消除空袭后果，平时还参与核化事故的应急救援及反恐相关工作。

相关链接

今年警报试鸣期间 宣传活动有哪些亮点？

上海市将组织开展以“依法开展国防教育 提升全民国防素养”为主题的集中宣传教育活动，突出加强市区联动、部门联动、区域联动，力求资源共享、优势互补，形成聚集放大效应。

本次集中宣教活动首次探索片区联动，以长宁区共同牵头，浦东新区、闵行区、松江区协作的方式进行。市级主会场设在长宁区网红打卡地“上生新所”，“9.21”当天在现场公布全市“爱我国防”主题摄影大赛获奖名单。充分利用其天然流量，室内室外联动、线上线下结合，通过节目表演、互动体验、发放宣传资料等，展示国防动员、人民防空最新工作实效。

各区国动办选取具有代表性、标志性、影响力的场所，结合各自实际因地制宜组织开展各具特色的宣教活动，如普陀区今年将在上海造币有限公司及附近苏州河沿线，组织人防疏散演练并进行电视直播，旨在守护传统风貌、赓续城市文脉、展现城市精神、传承中华文化，演练突出人员防护和文物保护，运用多种防护手段和救援方式，演练内容包括人员疏散、文物保护、伪装防护、无人机巡逻引导、无人机攻防、水上救援以及医疗救护等科目，旨在全面提高民众疏散掩蔽能力和人防专业队伍救援能力。

虹口区在中共四大纪念馆、松江区在松江云间粮仓文创园等，营造全方位、立体化宣教环境，增强民众的参与度与获得感。