



台州市防空防灾演讲比赛

资料 汇编



台州市人民防空办公室
台州市民防局

目 录

一、不倒的长城·····	1
二、树安全意识 强人防素质·····	3
三、向1分36秒致敬·····	5
四、在设防的城市里安居·····	7
五、警报响起·····	9
六、让生命之花更灿烂·····	11
七、人防就在我们身边·····	14
八、人防重于泰山·····	16
九、守护生命是人防人的天职·····	18
十、人防撑起和谐的天空·····	20
十一、守护生命，守护我所爱的人·····	22
十二、防患于未然·····	24
十三、让人防为生命护航·····	26
十四、巨大历史灾难 呼唤历史进步·····	28
十五、防患未然 呵护幸福·····	30
十六、让生命远离灾难·····	32
十七、为民众的生命保驾护航·····	34
附件一、关于在全市开展防空防灾演讲比赛活动的通知·····	36
附件二、台州市防空防灾演讲比赛实施方案·····	40
附件三、台州市防空防灾演讲比赛主持词·····	46



不倒的长城

临海台州学院附中 叶星瑶

曾几何时，我们惊叹于长城的雄伟壮丽，它像一条矫健的巨龙腾跃于山峦之上；曾几何时，我们感怀于长城的悠久历史，它让弥漫的硝烟演绎了“旌旗十万斩阎罗”的悲壮场面。如今，长城上的刀光剑影已经离我们远去，但“战时防空、平时防灾”的“地下长城”正在崛起，这座长城同样牵动着我们每一个人的心灵，因为，它诠释着安全生活的真谛，书写着人生四季的七彩华章；因为，它让脆弱的生命变得坚强，让慌乱的脚步回归坚定。



或许你会说，我们生活在太平盛世，天空已经是碧蓝如洗，“九一八”的阴霾早已散去，防空不是杞人忧天吗？我可以肯定地告诉你：不是！我们不会忘记：阿富汗、伊拉克、利比亚上空的炸弹，它无情地摧毁着生活中的一切美好，无尽的痛楚在流淌，彻骨的悲凉在蔓延，多少生命烟消云散，多少家庭流离失所；我们更不会忘记那一张张痛苦的脸庞和那一声声撕心裂肺的悲泣。“没有强大的人防、国防，就没有人民的安居乐业，”这是历史和现实留给我们血的教训。

或许你会说，我们现在的的生活幸福温馨，防灾岂不是危言耸听？我也可以肯定地告诉你：不是！还记得2010年11月15日吗？可恶的火魔降临上海一幢28层高楼，熊熊的烈焰像一条火蛇挟裹着浓烟一层层向上猛窜，惊惶、逃窜、呻吟，在烈焰中，生命是如此的无助和脆弱，瞬间，50多条生命化为灰烬。但是在这样令人恐惧的



烟火中，我们却发现冷静的睿智，有些居民，用湿毛巾捂住口鼻，沿着消防通道逃生，他们用平时积累的人防知识捍卫了生命的神圣。还记得2008年5月12日吗？一场天崩地陷的地震，吞没了八万个鲜活的生命，而紧邻北川的桑枣中学2300名师生，得益于学校持之以恒的人防教育，只用1分30秒便摆脱了地震的狂魔，2300条生命仍然灿若夏花。人类的灾难再一次警示我们，居安思危才能防患于未然，未雨绸缪方能有备无患。

于是，我懂了，在“9·18”、“5·12”这些特定的日子里，防空警报为什么会在我们的上空长鸣？我懂了，人防工事为什么会在我们的脚下延伸？我懂了，防护技能演练为什么会走进每一个家庭？

同胞们，为了共同拥有的蓝天和净土，为了祖国的和平与安宁，让我们共筑防空防灾的心里长城，使它在人类追求和平与幸福的厚土上，巍然屹立，永远不倒！



树安全意识 强人防素质

玉环县城关小学 施婷婷



当小依依摩挲着护士阿姨的臂膀，朦胧中轻轻的嗔怪：“妈妈，你到哪儿去了？”这一句深情的呼唤让7月23日的那场灾难更加的刻骨铭心。就在同一天，于特岛枪击事件夺走了90条鲜活朝气的生命，而奥斯陆市中心的爆炸事件引起了民众的极大恐慌。这一天，全球人民眼中看到的是一幕幕惨痛的画面，心中响起的是发人深省的安全警钟。在这个以和平为主旋律的美好年代，恐怖袭击成为了各国人民心中的安全阴影。9·11事件中穿楼的客机、崩塌的世贸中心大楼成为了人们心中挥之不去的梦魇。那场巨大的人为灾难让防空防灾安全知识的宣传普及迫在眉睫。

改革开放以来，中国一改落后挨打的劣势局面，社会迅速发展的同时，也遭遇了科索沃战争，我驻南使馆被炸，美国间谍飞机骚扰我领空，海空卫士王伟血撒南海等惊心动魄的挑战，为我们敲响了防空安全的警钟。同时98特大洪水、03非典袭击、08冰冻灾害、8级地震，更加突出了防灾安全知识普及教育的必要性！

作为普通的社会参与者，牢牢竖立安全意识、学习必要安全知识、掌握逃生自救互救技能就是在为防空防灾事业添砖加瓦。学会识别三种防空警报、熟悉防空隐蔽设施、明确疏散逃生路线、火灾中湿毛巾捂口下蹲行走、地震时开阔处或家具下藏身、台风天做好房屋加固减少外出。掌握防空防灾技能可以最大限度的减少伤害，而演习训练是掌握这项技能的最直接办法。

还记得2008年的5月12日，汶川面临了前所未有的灾难，地动



山摇中，无数莘莘学子葬身倒塌的教学楼中。但绵阳安县桑枣中学却以零伤亡的记录引起了各界关注。桑枣中学紧邻北川，在此次地震中也遭遇重创，但由于平时的多次演习，地震发生后，全校师生仅用了1分36秒，全部逃生，无一伤亡，创造了一大奇迹。这项奇迹要归功于校长叶志平。在这个学校，这类紧急演习从2005年就开始了，每学期一次从不间断。正是因为叶志平校长将强烈的避险意识贯穿学校安全教育及行动始终，才铸就了“零伤亡”的奇迹和“最牛校长”的荣誉。这样的创举在日本却是极为平常的事情。作为多震的岛国，他们从幼儿园起就开始接受防灾常识及应急避险训练，有关自然灾害的教育是中小学的必修课。这些经验和做法非常值得我们学习。与其等待灾后救援，不如做好灾前防范。

每个人作为这个社会的小单位都有义务承担起那份必须的责任。竖立正确的安全意识要从生活中的小细节出发。及时关闭煤气阀门、定期检查老化电路、正确使用家用电器、保持消防通道畅通无阻、严格遵守交通规则等等。这些看似微小的细节却正是防空防灾能力的体现。加大防灾宣传力度、传播安全逃生知识，开展校园人防教育，为人防事业的发展奠定坚实基础。从现在开始、从身边出发，树安全意识，强人防素质。



向1分36秒致敬

温岭市交通局 章柠檬

尊敬的各位领导、各位评委、朋友们：

大家好！

当我听说2岁的妞妞从10楼摔下，居然被一位路过的母亲给接住了，得救了，我被这样的奇迹温暖，而我的记忆不愿留恋，那扇不负责任的窗户令我不堪回首。当我听说动车事故停止救援后，有人居然发现了小伊伊轻轻颤动的小手，我被这样的奇迹感动，而我的记忆不愿留恋，那场本不应该的事故常令我心痛。而当我听说5·12大地震时，震中心的一所教学楼瞬间坍塌，2200名师生居然无一人伤亡，因为他们用仅仅1分36秒的速度逃过了地震，我被这样的



奇迹震撼了，我的记忆愿一遍一遍地搜索他们敏捷而勇敢的身影，因为他们即使在无法抗拒的天灾面前，也用自己的力量赢回了生命，这力量值得尊敬、值得赞美，力量的名字叫做——人防精神！

您知道吗，在四川桑枣中学，在这所教师月工资不到1500元的中学里，他们每周都要举行一次防灾演习，演习的每个细节都那样完美，当警报拉响，所有班级迅速打开两扇门，学生们分组往前、后前，2、3楼要快跑，4、5楼要紧跟，老师们站好每个拐弯，不准一个抢先，到达操场一律站固定位置。这种演习的组织者就是他们的校长叶志平，叶校长不仅搞演习，而且每周坚持让学生上一堂消防课，孩子们讨厌过他，家长们埋怨过他，而5·12来临的那一天，叶校长虽然不在学校，但他的学生却像往常一样出色地完成了



任务，时间更短，1分36秒！当叶校长心急如焚地冲到学校时，他看到，他的眼前，11岁到15岁的娃娃们挨得紧紧地站在操场上，老师们像母鸡护小鸡一样站在最外圈，眼前的教学楼已变了模样，可他深爱的娃娃们没变呀，一位老师迎上来报告说：“校长，我们都好好的。”55岁的他第一次哭了，纷纷赶来的家长紧紧地握着他的手，也哭了。

我们多么希望这样的消息能从地震中的每一所学校传出，可仅仅就这一所。当电视镜头一次次停留在映秀、绵竹等学校操场上，那无数个永远都背不回去的小书包、那一本本写得歪歪扭扭的练习本、一朵朵可爱又漂亮的小发夹、一双双再也不能奔跑的小鞋子，想想孩子们刹那间的恐惧、害怕和无助，我们的心痛得无法言说，如果像叶志平这样的校长再多一些，如果懂得自救的孩子再多一些，我们就能多留住一些纯真的笑脸，今天还能听见他们的朗朗书声。

伤痛可以忘记，但请别忘记那可敬的1分36！今天，当我们这些年轻的家长忙碌地把孩子送进一堂接一堂的补习班时，请问孩子们的人防课补过了吗；当我们尽力地给孩子吃最好的、穿最漂亮的，请问孩子们的人防意识够强大了吗？1分36秒，不是奇迹，是智慧，是爱心，是对每个幼小的生命有力的呵护。如果这样的人防精神能照亮每个生命，我们生命之花一定会多一份从容与美丽！



在设防的城市里安居

仙居县民防志愿者 应 鸿

人生在世，会遭遇各种危险和不测。无论生在古今，无论身居何处，往往防不胜防，而又不得不防。



面对猛兽，面对强敌，要有搏杀的工具，要有防护的器材，要有团队的力量。因此人们结队成群、成党、成军，聚居为村、为镇、为城。为了防备灾难，为了抵御侵略，筑墙围城，层层设防。高高的城墙，宽宽的城池，坚固的城门，让剑矢外敌难以入侵，让洪水猛兽在此却步。

当火光冲天的弹药取代了寒光闪闪的刀剑，当飞机导弹划破长空，城墙城池再也挡不住硝烟战火，战争不再是短兵相接、攻城掠地，现代战争演化为了远程的打击、空中的较量。当城市的疆域无限制地扩张，当现代化物品和电器迅速地膨胀，人与物的磕碰、人与人的碰撞，将更多地潜伏着杀伤与凶险，真可谓是危机四伏。火灾、雷击、地震、海啸、台风、洪水、毒气、爆炸……还有流行性疾病，还有可能的战争。对于这些，对于种种飞来横祸，我们的城市，我们的社会，你准备好了吗？

一座没有准备的城市，一座不设防的城市，是脆弱的城市，是不堪一击的城市。面对天灾人祸，面对灾害灾难，面对突发公共事件，面对各种空中袭击，我们的城市该做些什么？要有防灾防空的工程设施，要有防灾防空的应急体系，要有完善可行的行动预案。当灾难来临，当战争爆发，要做到信息畅通，能迅速及时报警，启动应急预案。转移的转移，疏散的疏散，掩蔽的掩蔽，抢修的抢



修，救护的救护。因此我们要有完备的组织指挥体系、通信警报体系、工程设施体系。要有地方转移，有地方疏散，有地方掩蔽。作为人民防空和民防的主管部门，必须时刻准备着，抓紧组织修建防空地下室等防护设施，构建人防民防通信警报网，组建人防民防合成专业队，建设应急避难场所和疏散基地，为建设平安城市、和谐社会尽职尽责尽力。

放眼各地，不乏设防的成功事例。设防的城市更硬朗、更俊美、也更人性化。君不见一道道防洪堤坝俨然是一处处风景线，一个个地下工程自然成了停车库、商业区，它们让城市固若金汤，它们使建筑坚如磐石。当城市有了这份财力、有了这个条件，必须为市民的安居毫不吝啬。还是那句老话：居安思危，有备无患。只有如此，我们才能高枕无忧，百姓才能安居乐业。

让我们共同努力，让人人在设防的城市里安居。



警报响起

天台县城管局 徐 勇

尊敬的各位评委、各位来宾：

大家好！我是来自天台的徐勇，我演讲的题目是《警报响起》。

当嘹亮的防空防灾警报在我们头顶响起时，总是让我不禁回忆起2008年5月12日那场令世人震惊的汶川大地震。这地震震痛了每一个中国人的心弦，“汶川在哭泣、四川在哭泣、全中国在哭泣”。这地震也震醒了每一个中国人，防空防灾是一根永远不能松动的弦，之后每年的5月12日那嘹亮的警报声在我们头顶一遍又一遍的响起，就如同警钟在我们心间长鸣。



那一幅幅伤亡惨重的画面，仿佛又一次在我的眼前浮现。古语云：前事不忘后事之师，在这里我们共同回顾两组简单而又沉重的数据。

在那场重大灾难中，北川中学2900余名师生仅1300余人幸存，1000多名学生仅仅含苞还未绽放就凋谢了！那惨重伤亡的景象至今还令我们心悸不已。同一时间，绵阳安县桑枣中学的2000多名师生，在地震来临时，有组织地快速撤离，在操场上躲过了人生一场劫难，在剧烈的晃动中，这次撤离仅耗时1分36秒，创造了无一人伤亡的奇迹。

桑枣中学的师生们之所以能够逃离死亡的边缘，究其原因除了该校多年来坚持加固危楼以外，学校都坚持把“安全第一，生命第一”的理念切切实实的渗透到学校各项管理中，坚持开展多种形式



的安全教育，坚持开展模拟应急演练。正是这些坚持在灾难来临之际显出了奇效、创造了奇迹。这难道不正是把人防工作有效的应用于日常工作中所创造的奇迹吗？

说到人防，很多人都把它和战争、冷战联系到一起，和平年代，人防似乎与我们生活已经渐行渐远。其实人防涉及的范围很广，大到核生化武器的防护，小到日常生活的应急防护，都属于人防的范畴，它我们的生活息息相关。比如小区里的地下停车库，比如随处可见的地下商场，都是人防工程，只不过，在和平年代里，他们以另一种面目出现而已。战争和灾害一直都离我们身边不远，未雨绸缪才能有备无患。平常树立防空防灾意识，掌握防空防灾知识才有办法去有效的面对各种突如其来的灾难和变故。

那嘹亮的警报声仿佛又在我们头顶响起。

警报响起，让我们勇敢面对，正视灾难，不忘那无情而多舛的昨天。

警报响起，让我们重视人防，珍惜生命，让防空防灾的警钟在我们心间不停回响。

警报响起，让我们更加懂得保护自己，防灾避险，平安生活，为了我们自己，为了我们的家，为了我们伟大的祖国。

我的演讲完毕，谢谢大家。



让生命之花更灿烂

路桥九鼎外国语中学 梁郅方

尊敬的各位领导、朋友们：

大家好！今天我演讲的题目是《让生命之花更灿烂》。

花儿谢了，有再开的时候，鸟儿飞了，有回来的时候；白雪皑皑过后又会春满人间，满眼翠绿……在这个蔚蓝而充满生机的星球，人类，从远古洪荒，风雨兼程，一走就是几百万年。地球似一个慈母，慷慨无私，孕育着千千万万的生命。

然而，我们赖以生存的这片土地，却不时的会发些脾气。地震、海啸、洪涝、泥石流……天灾，让我们这些弱小的生命惊恐不安、惶然无助。飞机失事、高楼起火、动车出轨、核能泄漏……一连串频频发生的灾难，与文明进程又如影相随。人类是那么的脆弱，那么的渺小。天灾、人祸，就像希腊传说中的那把用一根马鬃悬挂的达摩克利斯之剑，始终寒光闪闪。

人生最宝贵的是生命，生命的珍贵，在于无法复制，它不会因为你富有或者贫穷，杰出或者平凡而多给你一次机会。生命也是最脆弱的。有些生命的消失，不是出自无奈，也不是无法抗拒，却是结束于无知、结束于疏忽、结束于危机意识的缺失和灾难来临时的惊慌失措。这怎不叫人痛心，怎不让人叹惜？

这是一个真实的故事，我的爸爸有个好朋友，在他朋友当中是最小的，我总爱叫他小叔叔。那一次，小叔叔的姐姐在杭州办完事，急着连夜赶回台州。在暮色中的高速路上，乘坐的小巴车和前





车追尾。所幸惊恐一场，只是车子出了点事，车上人员并没受伤。等到车上的人都下车后，小叔叔的姐姐赶紧给家里打电话报平安，说遭遇车祸，还好没有大碍，得晚点回来。就在此刻，姐姐在电话里话音未落，一辆大货从后面飞速撞上她们这一群人，就在那一刹那间，一群鲜活的生命，弹指灰飞烟灭，车上下来的五六个人当场就惨遭不测！

小叔叔后来去现场找他姐的时候，最后抱回的是面目全非的只剩半截的姐姐……

生命，充满太多的无常，太多的未知，太多的偶然！

在我们潸然泪下、深深惋惜的同时，我们有没有想过：要是在车子第一次追尾的时候，他们有充分的危机处理意识，下车后能立刻撤离出事地点，疏散到安全的地带，或者能迅速亮起红色警示灯，架起一道安全防线，也许就不会发生这样的惨剧了！

很多时候，一些悲剧的发生，通常在于一种疏忽，一种大意，一种安全防范意识的漠视，自救互救甚至自我保护意识的麻痹。这些平时看似毫不起眼的安全意识、危机处理常识，关键的时刻却往往能呵护我们的生命之花。

如果，我们的动车不再一味追求最高时速，我们的铁路不再以提前完工为目标，而是多一些安全责任意识和措施，那么我们会高兴出门，平安回家；

如果，我们的学校都能像桑枣中学师生一样，在平时进行各种逃生演练、紧急疏散演习，那么，地震来临时2200个师生零伤亡的记录一定会被更多的学校刷新；

如果，上海静安那场高楼的大火，更多的人懂得安全逃生的技巧，那么就不会有58个鲜活生命的凋零……

人类是在灾难中生存和发展起来的。面对不以人意志为转移的突发事件，我们更需要良好的心态和理性的反应，更需要平时提升危机意识和训练减灾能力，这样才能临危不惧、积极应对突发事



件，减少伤亡和损失。

朋友们，人生的精彩源于生命的安全，让我们一起追求安全、健康、平安、阳光的精彩人生。

如果，下一次划破长空的警报，不再是演习的时候，希望我们每一个人的脸上仍然能带着从容和镇定！

谢谢大家！



人防就在我们身边

天台县建设银行 梅晶晶

说起人防，很多人都不知道是干什么的，就是有的人知道，也认为离我们现实生活还比较遥远，不会关注，也不会重视，那么人防到底是干什么的呢，下面谈谈我对人防工作的认识。

人防是国防的重要组成部分，是城市建设的重要内容，我们造新房子的时候，按照有关规定必须要修建防空地下室。这是防备战争而建的。我们每个居住小区的旁边都应建有防空地下室，遭遇空袭时可以用来隐蔽人员和物资。

现在由于是和平年代，很多人包括一些领导不重视人防，其实是不对的。人防很重要。现在的人防担负着战时防空和平时防灾的双重任务，且更侧重于平时的防灾救灾工作。如平时的警报试鸣，组织社区居民疏散，楼道里设置的引导指示牌，小区里的防空地下室的修建、维护与管理等。我们的人防知识宣传都与我们的生活密切相关，非常注重针对性和实用性。真的是不容我们忽视的，否则一到关键时刻可能会付出血的甚至生命的代价。



今年的3月11日，日本发生了有史以来最为强烈的9级大地震，其烈度有专家估计为汶川的20多倍，可他们死亡的人数却不到我们汶川地震的一半，他们的很多经验值得我们学习。一是他们的地震预测预报准确及时。分布在各地的高精度地震感知预警仪在地震时，地震波还没到，安装在居民区的警报已经响起，为人们的避难赢得了宝贵的时间；二是他们临危不乱，从容应对。频繁的地震教会了他们能冷静思考、处惊不乱的良好素质，面对突然降临的灾难，依然保持良好的秩序，按照平时训练的方法有序疏散，哪怕随

便拦住一位小学生，他都能准确告诉你地震该采取的防护措施；三是增强建筑物的抗震强度，他们的政府规定，所有学校，医院，体育场等公共场所，建筑物的抗震等级要达到八级以上，所以建成的房子比较牢固，从而地震来了，房子倒塌不是很多，保护了很多人的生命。

他山之石可以攻玉，日本的经验引起了世界的关注，很值得我们认真学习。比如我们的防空报警系统，平时到底能不能用于救灾预警，灵敏度、稳定性到底怎么样？还有就是灾难来了我们的国民能不能从容应对，有序疏散，掌握了哪些自救互救技能；再比如我们造的房子到底经不得起地震洪水等的考验，这是最值得关心的，很多人都认为建防空地下室无用，既经不起炸弹的轰炸，对平时防灾救灾无多大用处，认为是劳命伤财，有些政府项目为了省钱而不建防空地下室，特别是学校，不能很好地吸取汶川地震的深刻教训，认为我们这里不会地震，没必要建，难道非要等到付出生命的代价以后才去重视吗？

当今世界，各种自然灾害更加频繁地光临我们这个地球家园，我们每个人必须高度警惕，居安思危，才能有备无患。在战时遭遇敌人突然袭击，在平时灾害爆发时，迅速地组织人民群众自救互救，最有效地达到保护人民生命安全的目的，是人防备战工作的重中之重。只有平时增强防灾意识，多掌握一些自救互救的技能，政府多建一些居民紧急避难场所，才能关键时刻发挥作用，减少流血和死亡。因此我真诚地希望我们每个人都来学习一些人防知识，多参加一些防空防灾的综合演练，多掌握一些自救互救的本领，不断提高应付突发事件的应变能力，增强对灾害事故的防护能力。

我的演讲完了，谢谢大家。