

平常的一天， 不平常的 48 小時

全民國防導論 | 期中創作



一位大學生，在原因不明的停電與斷網裡度過 48 小時。

《斷線 48 小時》全民國防導論期中創作
國立臺灣師範大學 王修佑，2026 年 10 月



掃描或點選，體驗網頁版

10 秒開場動畫，捲動時光線跟著 48 小時變化

military-project-48h.whyhugo.me

策展前言

提到「全民國防」，多數人想到的是當兵、教召或軍事演習。我也一樣，曾經以為那是國防部和國軍的事，跟每天在校園上課的我沒有關係。

這份策展想換一個角度：如果有一天，宿舍突然停電、網路中斷，一位普通的大學生會遇到什麼？

《平常的一天，不平常的 48 小時》用 6 個時間點，記錄主角從停電、斷網、搶購、受傷，到參與社區互助的過程。每一幕都對應一個全民國防的面向，包括物資整備、資訊辨識、心理防衛、醫療急救與社區互助。

主角的選擇不一定是對的，因為那正是我在危機中最可能的反應。透過這些畫面，我想找出自己「不知道該怎麼辦」的地方，也想讓看展的人一起思考：危機來臨時，你準備好了嗎？

本作品圖像由 AI 生成，情境為虛構，不代表任何真實事件。

六個時刻

00:00

燈，全滅了

第 3 頁，物資整備、能源韌性

03:00

一則來源不明的緊急通知

第 4 頁，資訊辨識、心理防衛

08:00

架上的最後一箱水

第 5 頁，物資整備、社會秩序

14:00

關著門的診所

第 6 頁，醫療韌性、基本急救

20:00

里辦公處前的燈光

第 7 頁，社區互助、民防志工

48:00

燈亮了以後

第 8 頁，整體韌性與個人反思

00:00 燈，全滅了



第 1 幕

全民國防面向 物資整備、能源韌性

凌晨十二點，報告寫到一半，宿舍突然一片漆黑。冷氣停了，走廊傳來此起彼落的驚呼。我下意識滑開手機，訊號只剩一格，電量 30%。室友問我是不是跳電，我答不出來。黑暗裡我才發現，我連手電筒放在哪裡都不知道。如果這不是普通的跳電，我還能撐多久？

💡 策展註解

停電時，手機同時是照明、通訊與資訊來源，電量就是生存資源。全民安全指引建議平時備妥手電筒、乾電池與可攜式收音機；網路中斷時，可以改聽廣播取得資訊。

📖 來源

國防部《[當危機來臨時：臺灣全民安全指引](#)》[↗](#)
p.04 日常的居家儲備；p.20 如何獲取資訊

03:00 一則來源不明的緊急通知



第 2 幕

全民國防面向 資訊辨識、心理防衛

網路斷了好幾個小時。凌晨三點，我盯著斷線前最後收到的一則 LINE 群組訊息：「緊急通知，立刻囤水，遠離以下地區。」沒有發布單位，也沒有連結。我的手指停在轉傳鍵上，心想寧可信其有吧，差一點就把它傳給了家人。

🔗 策展註解

危機中的恐慌最容易讓假訊息擴散。全民安全指引提出「不製造、不輕信、不轉傳、要查證」；不確定的消息，先用台灣事實查核中心或 Cofacts 查證再說。

📖 來源

[國防部《當危機來臨時：臺灣全民安全指引》](#) [↗](#)
p.19 掌握正確資訊；p.09 守護資安注意事項

[台灣事實查核中心〈真相探勘者—台灣事實查核生態圈群像〉](#) [↗](#)

[Cofacts 真的假的](#) [↗](#)

08:00 架上的最後一箱水



第 3 幕

全民國防面向 物資整備、社會秩序

天亮後我走去巷口超商，隊伍已經排到騎樓外。架上的水和泡麵幾乎被搬空，有人一次推走好幾箱。我也想多買一點，可是看到後面抱著小孩的阿姨，又猶豫了。最後我只拿了兩瓶水和三包泡麵，心裡一直在想：到底多少才算夠？

🔗 策展註解

搶購會讓真正需要的人買不到，也會放大恐慌。全民安全指引建議平時最少準備一週份居家儲備，每人每日至少 3 公升飲用水，並循環使用、補充。

📄 來源

國防部《當危機來臨時：臺灣全民安全指引》[🔗](#)
p.04 日常的居家儲備；p.21 當民生必需品短缺時

14:00 關著門的診所



第 4 幕

全民國防面向 醫療韌性、基本急救

下午室友搬東西時被鐵架劃傷手臂，血一直流。我們跑到附近診所，鐵門卻拉了下來。我翻遍宿舍只找到幾片 OK 繃，手機沒有網路，查不到該怎麼止血，也不知道哪裡還有醫療站。那一刻我才發現，我連最基本的急救都不會。

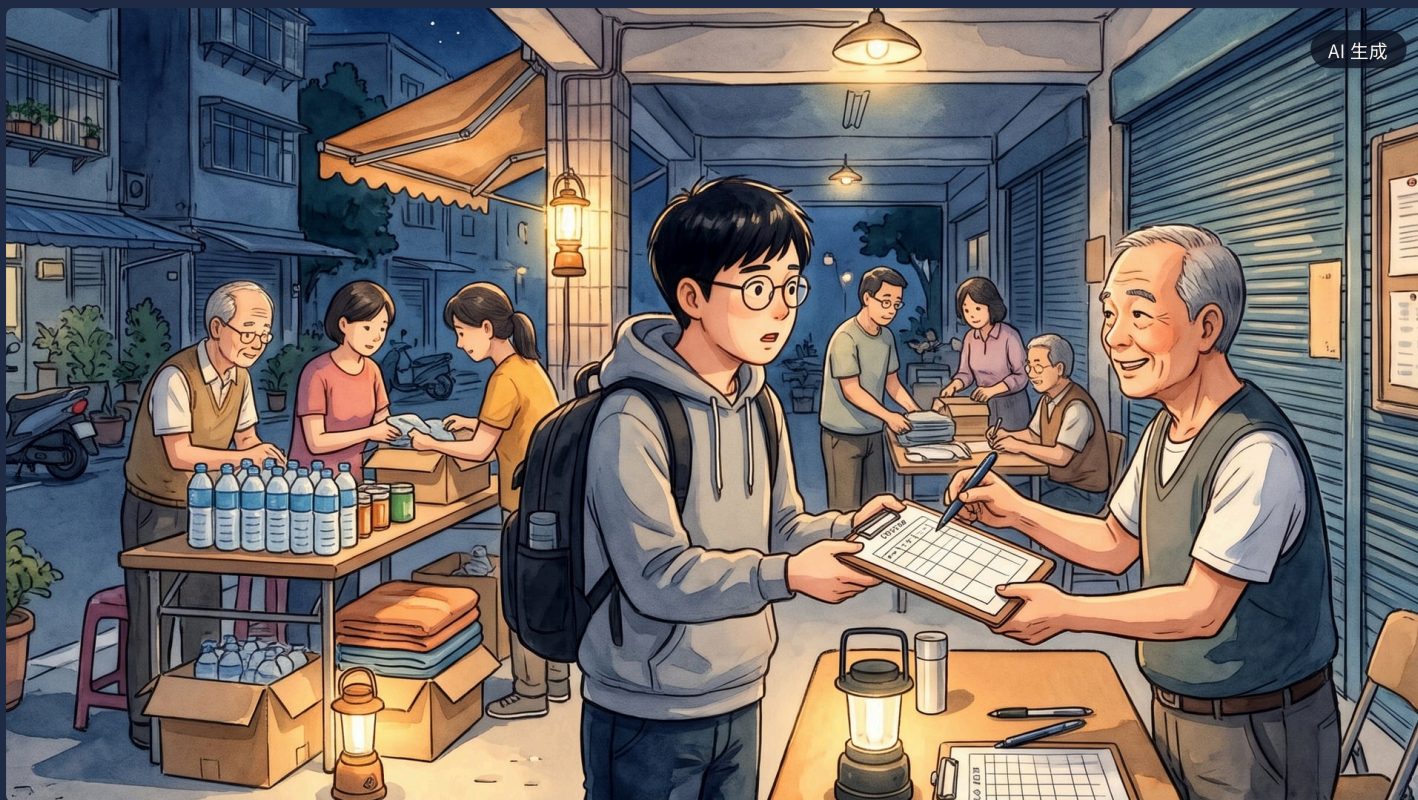
策展註解

危機時醫療人員的任務比平時更多。全民安全指引提醒，大量出血先撥 119 並對傷口加壓止血；平時備妥急救箱、學會基本急救，能把醫療資源留給更危急的人。

來源

國防部《當危機來臨時：臺灣全民安全指引》[↗](#)
p.12-13 如何自救與互救；p.04 衛生用品（急救箱）

20:00 里辦公處前的燈光



第 5 幕

全民國防面向 社區互助、民防志工

晚上經過里辦公處，門口點著幾盞露營燈，鄰居們正把水、毛毯和電池分成一份一份。里長拿著擴音器，找人幫忙登記獨居長輩。我在旁邊站了好一陣子，想幫忙，又怕幫不上。直到一位阿伯把一疊名單塞給我：「少年仔，你字寫得快，來！」

🔍 策展註解

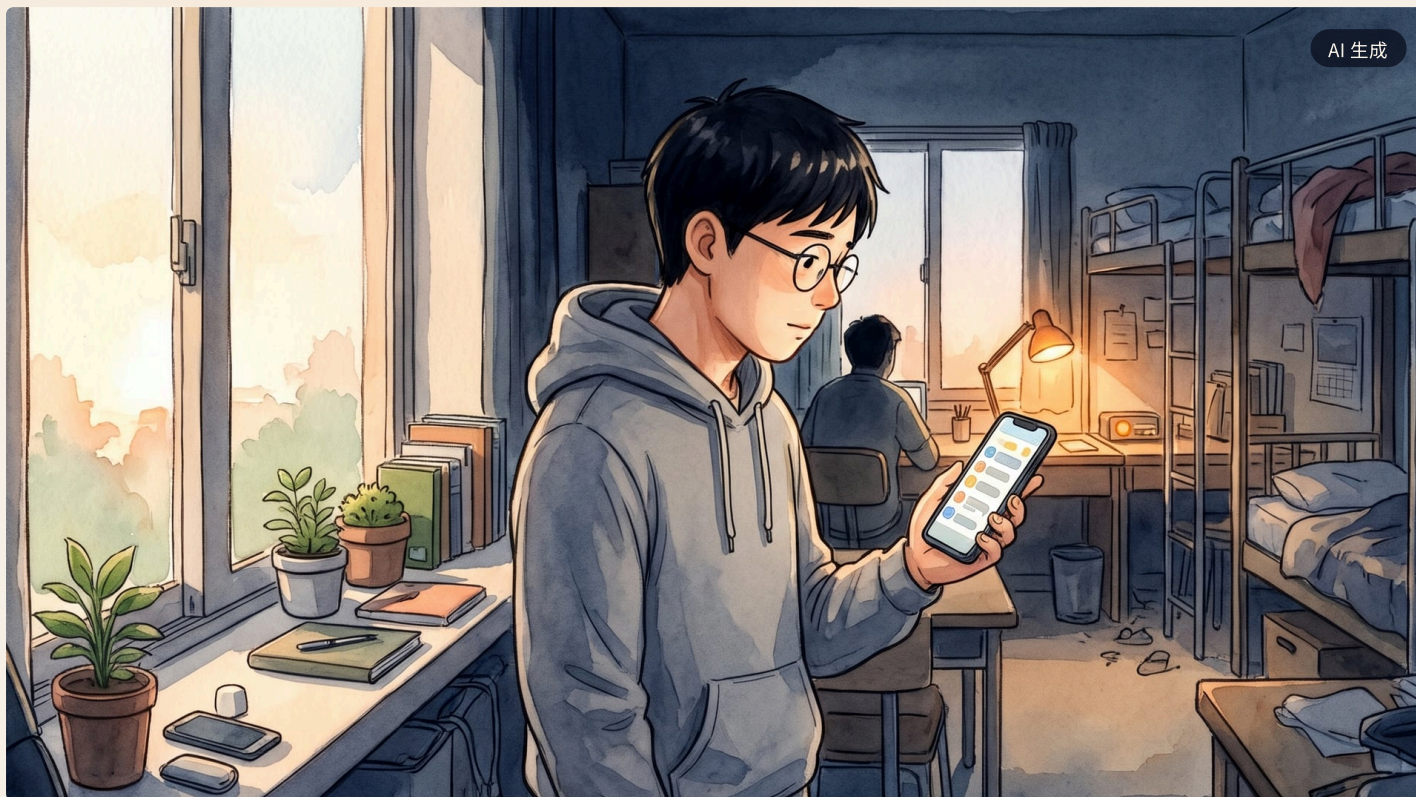
危機中，社區是離每個人最近的防線。全民安全指引提到，廣播失效時可到村里辦公室取得正確資訊，也鼓勵民眾參加防災士訓練或加入社區志工。

📖 來源

國防部《當危機來臨時：臺灣全民安全指引》[🔗](#)

p.20 如何獲取資訊；p.10 防災士訓練；p.26 我們需要你和妳

48:00 燈亮了以後



第 6 幕

全民國防面向 整體韌性與個人反思

停電後的第 48 小時，冷氣突然重新運轉，手機湧進上百則訊息。家人都平安，群組裡那則「緊急通知」也早被證實是假的。我想起凌晨三點差點按下轉傳的自己，也想起那張寫滿名字的名單。原來全民國防不是遙遠的軍事演習，而是每個人在混亂中做出的小選擇。

💡 策展註解

韌性來自平時的準備與危機中的判斷。查證訊息、備妥物資、學會急救、參與社區互助，這些都不需要拿槍，卻能讓整個社會在危機中站得更穩。

📄 來源

國防部《當危機來臨時：臺灣全民安全指引》[↗](#)
p.03「有準備，更安全」；p.23 當我感到焦慮

個人反思

修這門課之前，我以為全民國防就是當兵、教召和軍事演習，是國防部和國軍的事，離每天在校園上課的大學生很遠。

製作這份作品時，我發現自己最可能做錯的是第 2 幕：停電斷網的凌晨收到來源不明的緊急通知，我的第一反應會是「寧可信其有」，立刻轉傳給家人，結果反而成了假訊息的擴散者。以前家庭群組裡的可疑快訊，我多半已讀不回；現在我會先到台灣事實查核中心或 Cofacts 查證，再把闢謠連結貼回群組。

盤點身邊，我有手機、行動電源和幾包乾糧，卻缺少撐過 48 小時的飲用水、完整的急救包，以及不靠網路的收音機和手電筒。

我現在認為，大學生不必拿槍上前線，而是要成為身邊社群的「穩定節點」：查證訊息不傳謠、具備自救能力不佔用醫療資源，並在混亂時協助宿舍或社區互助與分配物資。

AI 使用聲明

本作品的圖像全部由 AI 生成，文字由 AI 協助撰寫，情境為虛構。以下說明用了哪些工具、用在哪裡，以及哪些部分由我自己負責。

使用的工具

- **Google Gemini**：依提示詞生成主角立繪與 6 幕情境圖。生圖時上傳角色立繪作為參考，讓 6 幕的主角保持同一個人。第 3 幕初版出現類似特定超商的品牌條紋與亂碼文字，重新生成 1 次。
- **Claude (Anthropic，透過 Claude Code)**：依本作品的 agent 執行計畫，協助撰寫 6 幕旁白、策展註解與策展前言；查找並核對官方與可信來源；撰寫給 Gemini 的提示詞；製作 10 秒開場 SVG 動畫；依標準檢查圖片；製作網頁手冊與 PDF；最後做整合檢查並起草本聲明。

我自己負責的部分

- 決定主題、故事方向，以及每一幕對應的全民國防面向。
- 把提示詞交給 Gemini 生成圖片，再把圖檔交回。
- 回答反思訪談。「個人反思」由 Claude 依我的訪談回答整理成文，只寫我真的說過的想法與經歷，沒有虛構。
- 檢視每個階段的成果，決定採用、修改或重做。

提示詞範例

給 Gemini 的第 1 幕提示詞（節錄）：

Scene: midnight in a small university dorm room during a sudden blackout. A Taiwanese university student, about 20 years old, short black hair, round glasses, grey hoodie, sits at a desk beside a laptop whose screen has just gone dark, holding a phone whose small glow lights up their face.

給 Claude 的製作指示（節錄）：

請依 brief.md 依序完成剩下的所有工作，包含 A6 A7 A8……每完成一個 agent 的工作就停下來給我看結果，再進下一步。

完整的生圖提示詞與選圖紀錄保存在專案的 `visual/prompts.md` 與 `visual/process-log.md`。

查核與限制

- 策展註解中的建議都對照國防部《當危機來臨時：臺灣全民安全指引》等來源，頁碼列在每一幕與參考資料。AI 產生的內容可能有誤，事實以原始來源為準。
- 圖中人物與場景皆為虛構，不代表任何真實事件、地點或人物。

參考資料

國防部《當危機來臨時：臺灣全民安全指引》

引用於第 1 幕（p.04 日常的居家儲備；p.20 如何獲取資訊）、第 2 幕（p.19 掌握正確資訊；p.09 守護資安注意事項）、第 3 幕（p.04 日常的居家儲備；p.21 當民生必需品短缺時）、第 4 幕（p.12-13 如何自救與互救；p.04 衛生用品（急救箱））、第 5 幕（p.20 如何獲取資訊；p.10 防災士訓練；p.26 我們需要你和妳）、第 6 幕（p.03 「有準備，更安全」；p.23 當我感到焦慮）
<https://ws.moe.edu.tw/001/Upload/56/refile/9870/102731/b642e914-71f7-479f-8fef-0b542d636baa.pdf>

台灣事實查核中心〈真相探勘者—台灣事實查核生態圈群像〉

引用於第 2 幕
https://tfc-taiwan.org.tw/migration_article_104216_9847/

Cofacts 真的假的

引用於第 2 幕
<https://cofacts.tw/>

本作品圖像由 AI 生成，情境為虛構。

平常的一天，不平常的 48 小時，《斷線 48 小時》全民國防導論期中創作（midterm-1.1），國立臺灣師範大學 王修佑。
圖像：Google Gemini；文字協作：Claude。字體 Noto Serif TC、Noto Sans TC（SIL Open Font License），圖示 Lucide。連結查核日期：2026-10-24。
網頁版內容與本 PDF 相同，另含 10 秒開場動畫與捲動時間軸。



掃描或點選，體驗網頁版
開場動畫與捲動時間軸只在網頁版
military-project-48h.whyhugo.me