

臺南市立中山國民中學 114 年暑假期間學生活動安全注意事項

一、 詐騙防治：

目前詐騙手法多變，詐騙案件層出不窮，同學們要提高警覺避免受騙，大家可以到內政部警政署「165 全民防騙網」(<http://165.npa.gov.tw/#/>)或者教育部詐騙防制專區網站(<https://www.edu.tw/AF/Default.aspx>)取得最新詐騙手法知識及相關反詐騙諮詢服務。

二、 交通安全：

- (一)根據教育部（以下簡稱本部）校安中心的統計顯示，校外交通意外事故為學生意外傷亡的主要原因。特別提醒同學騎乘微型電動二輪車、自行車等一定要注意自身安全，駕駛期間應遵守交通規則，行經路口慢、看、停，切勿酒後駕車、疲勞、超速及無照駕駛，以策安全。
- (二)自行車與微型電動二輪車安全：騎乘自行車與微型電動二輪車時，應依規定配戴合格之安全帽。騎乘時勿以手持方式使用行動電話，保持車輛安全設備良好與完整，不可附載坐人、人車共道，請禮讓行人優先通行，依規定兩段式左(右)轉、行駛時，不得爭先、爭道、並行競駛或以其他危險方式駕駛，遵守行車秩序規範，大型車轉彎半徑大並有視野死角，避免過於靠近行駛於大型車前或併行，以維護生命安全。
- (三)行人道路安全：穿越道路時請遵守交通號誌指示或警察之指揮，不任意穿越車道、不滑手機過馬路、闖紅燈，不任意跨越護欄及安全島，不侵犯車輛通行的路權，穿著亮色及有反光的衣服、在安全路口通過道路、預留充足的時間，勿與沒耐性的駕駛人搶道。
- (四)防範無照駕駛違規：依據道路交通管理處罰條例第 21 條第 1 項第 1 款規定，未領有駕駛執照駕駛小型車或機車，處新臺幣六千元以上二萬四千元以下罰鍰，並當場禁止駕駛；另未滿 18 歲的青少年無照駕駛時，除了應繳交罰鍰以外，青少年以及父母等法定代理人參加道路交通安全講習。未合法考取駕照前應勿以身試法，鋌而走險，無照駕駛不僅違規觸法，更甚者可能傷及他人與自己身體或生命。

三、 工讀安全：

學生可參考勞動部「職場高手秘笈」，遵循三要準備、七不原則—「要確定、要存疑、要告知」、「不繳錢、不購買、不簽約、證件不離身、不非法工作、不飲用、不辦卡」，如果發生受騙或誤入求職陷阱，致勞動權益受損，可撥打當地勞工局電話，請求專人協助救濟權利。

四、 活動安全：

(一)室內活動：

室內活動包含圖書館、電影院、百貨公司賣場、KTV、MTV、室內演唱會、室內團體活動等，從事該項活動時，首先應選擇安全無疑慮之場所並熟悉逃生路線及逃生設備，同學要熟悉相關消防（逃生）器材操作，如滅火器、緩降機等，並以保護自身安全為原則，確保從事室內活動時之安全。其次，應避免涉足不正當場所，以免產生人身安全問題。

(二)戶外活動：

從事登山或山野教育活動，皆應審慎作風險評估與安全管理，有充分準備再出發：

- 1、登山前需充分鍛鍊體能，並了解路線相關資訊，結伴登山；依能力選擇適合的路線。確認裝備及糧食確實備齊，並做好風險評估及撤退方案規劃。
- 2、登山前擬定詳實的登山計畫書，投保登山險、設定留守人，善用天氣 APP 及離線地圖，並應注意有無入山、入園申請之相關規定。身體狀況不好勿強行攻頂，天候持續不穩定應評估撤退或找尋避難處所。

在開放水域或泳池戲水，應注意「防溺水 10 招」及正確救人之「救溺 5 步」：

- 1、登山前需充分鍛鍊體能，並了解路線相關資訊，結伴登山；依能力選擇適合的路線。確認裝備及糧食確實備齊，並做好風險評估及撤退方案規劃。
- 2、救溺 5 步：叫叫伸拋划、救溺先自保。
 - (1)叫：大聲呼救。
 - (2)叫：呼叫 119、118、110、112。
 - (3)伸：利用延伸物（竹竿、樹枝等）。
 - (4)拋：拋送漂浮物（球、繩、瓶等）。
 - (5)划：利用大型浮具划過去（船、救生圈、浮木、救生浮標等）。

(三)營隊活動：

自行報名參加校外營隊活動前，應確實與業者簽訂契約，並應注意契約內容，須包含業者應負義務、履約責任、學生契約責任及安全與適法等相關事項，以維護學生權益；倘學生與業者發生履約糾紛，可以請學校提供必要協助。

五、藥物濫用防制：

- (一)市面上新興毒品的種類不斷推陳出新，並透過各種不同的包裝避人耳目易降低施用者對於毒品的警戒性，且多為混合性毒品，請同學們加強警戒，避免誤食並危害健康。
- (二)新興毒品可能透過通訊軟體販賣、利用短影音 APP 附加 QR 碼提供貨品，對於各式通訊軟體上奇怪的暗語及販售高於平常市價金額的物品都要提高警覺，且持有、販賣、轉讓、運輸、免費提供、帶貨，均有刑事責任，請同學們避免涉入網路販毒；另近期警方查獲「大麻」（二級毒品）與「依托咪酯」（二級毒品，俗稱「喪屍煙彈、一口暈、上頭煙」）混入電子煙油偽裝之涉毒案件，千萬不要因好奇購買、使用，以免觸犯法令又傷身。
- (三)為避免學子對毒品危害及濫用藥物認知不足而好奇誤用，請家長們關心小孩校內外交友及學習狀況，放假期間應保持正常及規律生活作息，不要依賴藥物提神或助眠，更不能使用非醫師處方藥物，拒絕成癮物質；另同學們記得不隨意接受陌生人的物品及飲料或協助物品托帶工作，打工族也應注意出國帶貨、應徵外送員應提高警覺，避免成為販（運）毒工具，守法自律、做正確的選擇才能阻絕不良同儕及校外人士引誘。
- (四)倘同學誤觸毒品，請可以向學校師長聯繫尋求協助，求助諮詢專線為各縣市家庭教育中心

(諮詢專線：412-8185)或毒品危害防制中心(諮詢專線：0800-770-885 請請你、幫幫我)。

六、 校園及人身安全：

同學若於校內外遭遇校內人員、陌生人或發現可疑人物跟蹤尾隨，得立即撥打報案電話(110)、通知師長或快速跑至人潮較多地方或最近便利商店，大聲喊叫吸引其他人的注意，尋求協助。另行經偏僻昏暗巷道時，應小心不明人士跟蹤尾隨，並隨身攜帶個人自保物品如哨子等，以備不時之需。

七、 居家安全：

(一)居家防火、用電安全：

遇火災發生時，應保持冷靜鎮定，立即通知周圍人員，並且撥打 119 報案，報案時應告知火災正確 地址、人員所在樓層位置，以及有無人員受困。受困火場，切勿慌張，切勿躲在衣廚、浴廁裡或床鋪下等不易發現場所。務必注意點火器具並非玩具，不可把玩，避免玩火恐引起火災及傷亡。務必確認家中的逃生路線、逃生避難原則，有關防火常識可參考相關網站如下：

1、有關居家防火安全請至內政部消防署網站

(<https://www.nfa.gov.tw/cht/index.php>)，參考並請多加利用「居家消防安全診斷表」及「電氣火災消防安全診斷表」。

2、居家用電安全，請至台灣電力公司(電力生活館)網站

(<https://www.taipower.com.tw/tc/index.aspx>)，參考用電安全文宣知識。

(二)賃居安全：

1、使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，要注意室內空氣流通，使用時切忌將門窗緊閉，易導致因瓦斯燃燒不完全，而肇生一氧化碳中毒事件；有頭昏、噁心、嗜睡等身體不適情況發生，應立即打開通往室外的窗戶通風，若身體嚴重不適時，請先前往通風良好的室外環境，再打 119 電話或與親友(學校)求助，以維護學生自身安全。外出及就寢前亦必須檢查用電及瓦斯是否已關閉，以確保安全。

2、有關用電安全、火災求生避難、地震保命指南、颱風準備工作。請至教育部防災教育資訊網 (<https://disaster.moe.edu.tw>) 教學資源下載防災島探險隊海報。

八、 宣導資訊素養與倫理教育：

暑假時間閒暇的時間變長，加上行動上網的普及，各式上網載具亦提供了種類多元的應用程式與遊戲下載，因此更容易沉迷於網路世界或遊戲，近年來由於過度沉迷於玩手機遊戲所引發的病症也逐漸增多，特別是對肩頸、手腕與眼睛的傷害，請家長應注意孩子安全上網、網路使用行為及時間管理等問題，避免過度依賴 3C 產品，以培養孩子正確使用網路的態度、技能和習慣，養成健康上網好習慣。

九、 網路賭博防制：

老師及家長應共同主動關心學生校內、外的言行，並加強對學生的關懷與輔導，如發現學生有異常情事，即積極介入處置與輔導，避免因網路誘惑而落入陷阱或衍生其他偏差行為；若發現學生涉及網路賭博情事，應通知學校依據教育部校安通報作業要點即時通報與介入輔導，並由學校截取畫面及網址，提供教育主管機關通知警政單位查處，或向「iWIN 網路內容防護機構」提出反映，以防止學生接觸有害身心之網路內容，共同保護莘莘學子，營造純淨的學習環境。

十、 犯罪預防：

（一）切勿從事違法活動：

如飆車、竊盜、販賣違法光碟軟體、參加犯罪組織活動或從事性交易（援交）等。另近年來逐漸增多的電腦網路違法事件如：非法散布謠言影響公共安寧、違法上傳不當影片、入侵他人網站竊取或篡改資料等，請同學們尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。

（二）兒童及少年性剝削防制教育宣導：

於網路如遭有心人士誘惑而涉性剝削等情形，如遭遇私密照被散布時，應向學校反映，或者可向衛生福利部「性影像處理中心」(<https://siarc.mohw.gov.tw/>)舉報協助移除影像，同時通報警方與社政單位。切記不拍攝、不分享、不轉傳、不持有同學或他人裸照/私密照，以避免觸犯刑責；如遇兒少性剝削事件之求助資源，包括撥打 110/113、性影像處理中心，及學校學務/輔導處室。

（三）遊戲用槍防制：

近年來市面上遊戲用槍購得容易，若未注意安全及正確使用方式易造成傷害，切勿任意把玩或購買非適用年齡之遊戲用槍商品，減少危害安全事件發生。

十一、 校園傳染疾病及師生健康：

（一）傳染病防治措施：

- 1、COVID-19、流感等呼吸道傳染病：請維持個人衛生好習慣、勤洗手，並注意咳嗽禮節；如有發燒、呼吸道感染症狀，或進入醫療照護機構、人多擁擠的場合時，建議佩戴口罩。
- 2、腸胃炎等腸道傳染病：用餐前應注意個人及環境衛生，如用肥皂或洗手乳洗手，且不生飲、不生食；另與他人共食時宜使用公筷母匙。
- 3、結膜炎：外出戲水需注意雙手清潔，選擇乾淨且可戲水之場所，並避免以手揉眼、共用毛巾。
- 4、M 痘：自流行地區來/返臺，請進行自我健康監測 21 天（潛伏期），如出現皮膚病灶等疑似症狀，應佩戴口罩並儘速就醫，就醫時應主動告知醫師旅遊史、高風險場域暴露史及接觸史等資訊。
- 5、登革熱：運用各種管道向師生宣導，假期間外出活動時，應做好防蚊措施，包括穿著淺色長袖衣褲、使用政府核可之防蚊藥劑；另自流行地區來/返臺，請進行自我健康監測 14 天（潛伏期），若出現發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉關節痛、出疹等疑似症狀，應儘速就醫並主動告知醫師旅遊活動史。此外，為加強落實教職員工生健康管理，可

設立健康監測回報機制，以利掌握其健康狀況，如有疑似症狀請協助就醫。有關登革熱防疫相關資訊，請逕至衛生福利部疾病管制署全球資訊網 (<http://www.cdc.gov.tw>) 查詢或下載運用。

6、登革熱：運用各種管道向師生宣導，假期間外出活動時，應做好防蚊措施，包括穿著淺色長袖衣褲、使用政府核可之防蚊藥劑；另自流行地區來/返臺，請進行自我健康監測 14 天(潛伏期)，若出現發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉關節痛、出疹等疑似症狀，應儘速就醫並主動告知醫師旅遊活動史。此外，為加強落實教職員工生健康管理，可設立健康監測回報機制，以利掌握其健康狀況，如有疑似症狀請協助就醫。有關登革熱防疫相關資訊，請逕至衛生福利部疾病管制署全球資訊網 (<http://www.cdc.gov.tw>) 查詢或下載運用。

7、性傳染病：如果出現疑似症狀或懷疑自己感染性傳染病，請立即至泌尿科、皮膚科、婦產科或家醫科等科別就醫，及早篩檢與治療，亦可參考疾病管制署全球資訊網「性健康友善門診一覽表」尋求相關衛教諮詢與醫療服務(詳情可見：<https://gov.tw/3up>)。如有相關疑問也可撥打國內免付費防疫專線 1922 (或 0800-001922) 洽詢。

(二)飲食安全及健康飲食原則：

- 1、預防食品中毒：用餐前請遵守五要「**要洗手、要新鮮、要生熟食分開、要注意保存溫度、要徹底加熱**」原則；用餐後若有身體不適，請儘速就醫，並通知學校。確保食品來源安全，避免食用過期或不明來源的食品，並注意食品保存，避免食物中毒。
- 2、採取健康飲食：**維持均衡飲食，少油、少鹽、少糖、多攝取新鮮蔬果及足量水份**，避免假期間暴飲暴食。

(三)菸檳防制：

- 1、拒菸：「菸害防制法」已將禁菸年齡提高至 20 歲，並明定電子煙及未經核定之加熱菸皆屬違法產品，禁止使用、販賣及展示，違者將依法重罰；另菸品添加花果香、薄荷等添加物(即加味菸)，掩蓋菸草刺激味，易誤導青少年輕忽其健康風險，實際上危害不減，故請堅持「**不推薦、不使用、不購買**」之三不原則，遠離菸(煙)品。若有戒菸需求，請撥打衛生福利部免費戒菸專線 0800-63-63-63，或洽戒菸合約醫事機構，尋求專業協助。
- 2、拒檳：檳榔為第一級致癌物，長期嚼食不僅易導致口腔癌，亦具高度成癮性，對健康影響甚鉅，故請堅守「**不嘗試、不接受、不邀請**」之三不原則，避免因一時好奇而嚼食檳榔，守護口腔與身體健康。

(四)預防熱傷害宣導資料：

近期氣溫持續偏高，為預防高溫造成熱傷害，衛生福利部製作預防熱傷害衛教宣導單張、懶人包及專文等資料供宣導熱傷害之認識與緊急處置時使用，相關資訊請逕至國民健康署網站「預防熱傷害衛教專區」參閱，網址：

<https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=440>。

十二、 自殺防治：

請家長們提高敏感度（可參閱教育部製作「該怎麼預防青少年自殺-家長篇」（<https://reurl.cc/7k3opy>）），視需要可聯繫學校協助轉介，或適時向當地衛生局或自殺防治中心尋求協助，或可運用衛生福利部安心專線 1925 或 1995，24 小時免費諮詢服務。

十三、學生發生意外事件之通報與聯繫管道：

學校假期期間對於學生關懷不間斷，如發生任何意外或兒少安全相關問題，可撥打**本校電**

話諮詢：06-2134792。