

# 臺南市立永仁高中 115 年寒假期間學生活動安全注意事項

敬愛的家長、同學您好：

114 學年度第 1 學期即將結束，本學年寒假自 115 年 1 月 26 日起至 115 年 2 月 23 日止，在這漫長假期間，盼望家長能協助督促同學利用時間多閱讀，幫忙做家事，享受家庭倫理溫情。為了同學能有安全及充實而愉快的假期生活，下列事項敬請貴家長提醒子弟注意並能遵守：

## 一、校園傳染疾病及師生健康：

- (一) COVID-19、流感等呼吸道傳染病：秋冬時節正值呼吸道傳染病流行期，請維持個人衛生好習慣、勤洗手，並注意咳嗽禮節，進入醫療照護機構、人多的場合，建議戴口罩。
- (二) 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。
- (三) 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。
- (四) 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。
- (五) 登革熱：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。

## 二、寒假活動安全注意事項：

- (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，提醒同學熟悉相關消防（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，方能確保同學從事室內活動時之安全。其次，應告誡同學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。
- (三) 在開放水域或泳池戲水，應注意「防溺 10 招」及正確救人之「救溺 5 步」：
  1. 防溺 10 招（五不五要）：不長時、不疲累、不跳水、不落單、不嬉鬧、要合法、要暖身、要注意、要冷靜、要小心。
  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）。



新版救溺五步

## 三、工讀安全：

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。上開秘笈已置於勞動部官網(<https://www.mol.gov.tw/>)業務專區/勞動關係/勞動教育專區可供運用。

## 四、交通安全：

- (一) 根據教育部校安中心的統計顯示，校外交通意外事故為同學意外傷亡的主要原因。假期間同學因為參加活動、打工兼職等因素，增加使用交通工具的機率，因此特別提醒同學騎乘機車、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) **加強宣導**：
  1. 自行車、機車與微型電動二輪車安全：駕駛機車及微型電動二輪車時，應依規定配戴合格之安全帽，另為保護同學騎駕自行車之安全，可鼓勵同學於駕駛該車時，配戴自行車安全帽。前開無論駕駛任一交通載具，於行進間勿以手持方式使用行動電話，保持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。
  2. 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。
  3. 防範無照駕駛違規：「道路交通管理處罰條例」業經立法院 114 年 10 月 28 日三讀通過修正部分條文，大幅加重無照駕駛罰則，最高罰鍰金額為：汽車駕駛人最高可處 6 萬元，機車駕駛人最高可處 3.6 萬元，違規者將被當場移置保管車輛，且加重累犯的處罰；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。提醒同學，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。

## 五、居住安全：

(一) **居家防火、用電安全：**為降低居家意外事故發生，提醒家長及同學注意居家防火、用電安全之重要性，如遇火災時切勿慌張，應大聲呼叫、通知周邊人員，並且撥打119報案。自身所在位置，並進行安全避難，切勿躲在衣櫥或床鋪下等不易發現場所。家長應告誡同學點火器具並非玩具，不可把玩，並使其了解玩火恐引起火災及傷亡，有關打火機及點火槍等點火器具之放置場所，應予上鎖，並請家長充分配合告知家中的避難逃生路線，以建立危機意識並維護學子居家安全。

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. 另居家用電安全，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，以維護同學自身安全。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. 學校主動關心校外租屋同學，並藉由訪視賃居，特別提醒天冷同學使用電器、瓦斯熱水器等使用安全事項並安裝住警器，以避免意外事件發生此外，參考內政部消防署網站，有關「防範一氧化碳中毒居家安全診斷表」。

3. 有關用電安全、火災求生避難、地震保命指南、颱風準備工作。可至防災教育資訊網 (<https://disaster.moe.edu.tw>) 教學資源參考下載。

## 六、校園及人身安全：

提醒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。請各級學校提醒校外賃居同學尤須注意門戶安全及可疑份子，並配合防疫指引事項，避免不必要外出；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、藥物濫用防制：

(一) 新興毒品種類推陳出新，並透過精美、可愛及年輕化的包裝避人耳目易降低同學警戒性，內容往往混有多種毒品，且可能透過通訊軟體、短影音販賣APP等，以暗語或QR碼販售，不同物質對身體影響的機轉不一，恐造成猝死；請家長及同學多加注意。

(二) 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。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)。

八、**詐騙防制：**透過手機下載「警政服務APP」或上網查詢內政部警政署「165全民防騙網」，及加入內政部警政署165防騙宣導LINE好友等相關資訊管道，獲取最新詐騙手法知識及相關反詐騙諮詢服務，以避免成為詐騙受害者。

九、**網路賭博防制：**提醒同學避免因網路誘惑而落入陷阱或涉及網路賭博情事，以免終生遺憾。

## 十、犯罪預防：

(一) 提醒同學切勿從事違法活動，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。

(二) 兒童及少年性剝削防制教育宣導：提醒同學不拍攝、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。

(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、**網路沉迷防制：**提醒同學勿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，應注意孩子的上網安全及時間管理等問題，與孩子共同制訂上網公約及培養正確的網路使用態度與習慣，也要鼓勵孩子多從事戶外活動或多元休閒，避免過度依賴3C產品，養成健康上網好習慣。

十二、寒假期間如遇霸凌，同學或家長第一時間可向本校反霸凌專線(06-3135878)反映或透過投訴專線(1953)，立即處理後續可能發生的霸凌行為。

## ※ 115年2月23日(一)開學典禮及正式上課。

本校總機電話：(06)3115538 學務處：(06)3139069 緊急事故：(06)3135878 校安中心

祝您闔家 幸福美滿，平安喜樂！

校長 余月琴 敬啟

中華民國 115 年 1 月 1 2 日