

A decorative graphic featuring several stars in red, yellow, and blue, each with a short line trailing behind it, suggesting motion or a starburst effect. These elements are scattered around the central text.

# 109學年度

## 寒假生活安全預防宣導

生 教 組

邱寶萱老師



# 新冠肺炎防疫注意事項



因新型冠狀病毒肺炎國際疫情日益嚴峻，鼓勵以電話、視訊拜年，或線上聚會等方式聯繫感情，**避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所**，以防呼吸道傳染疾病傳播。倘仍需出入公共場所，應保持室內 1.5 公尺、室外 1 公尺安全社交距離，並請**勤洗手、注意手部衛生、咳嗽禮節**；如有呼吸道症狀時應佩戴口罩，儘速就醫，並在家休息。



大型活動當天仍處居家隔離、居家檢疫及自主健康管理期間者，以及有發燒、呼吸道症狀、腹瀉、嗅味覺異常等疑似症狀之人員，均不得參加活動。



參與大型活動人員於活動期間(含室內、室外)應**全程佩戴口罩**，除補充水分外，禁止飲食，並請攜帶手機及維持開機，以利通知防疫相關訊息。



防制重大傳染病的流行是一個重要的國安議題，邊境檢疫及境外防疫更是保護國家安全的重要一環，請持續留意及遵守中央流行疫情指揮中心最新防疫規定(網址：<https://www.cdc.gov.tw>)

# 活動安全

## 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**熟悉逃生路線及逃生設備**，學校應提醒學生熟悉相關消防（逃生）器材操作，如滅火器、緩降機等，方能確保學生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。

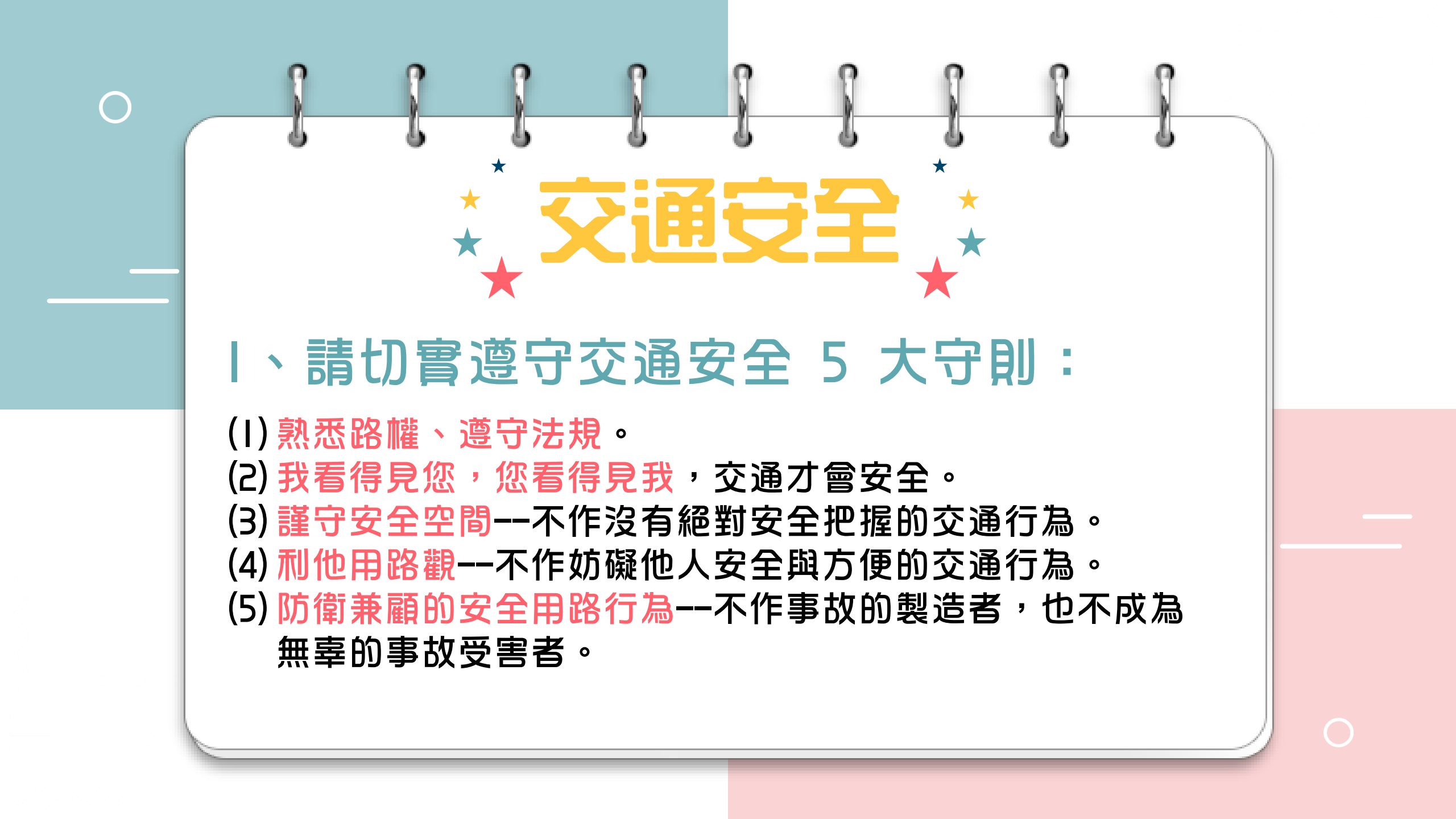
# 活動安全

## 戶外活動：

寒假期間學生從事各類戶外活動，首先應**注意天氣變化及熟悉地形環境**，從事戶外戲水應注意「防溺10招」及正確救人之「救溺5步」，另「四不要」提醒：

1. **不要逞強**
2. **不要去危險水域**
3. **氣候不佳，不要從事戶外活動**
4. **不要在無防雷設施的建築物內避雨**

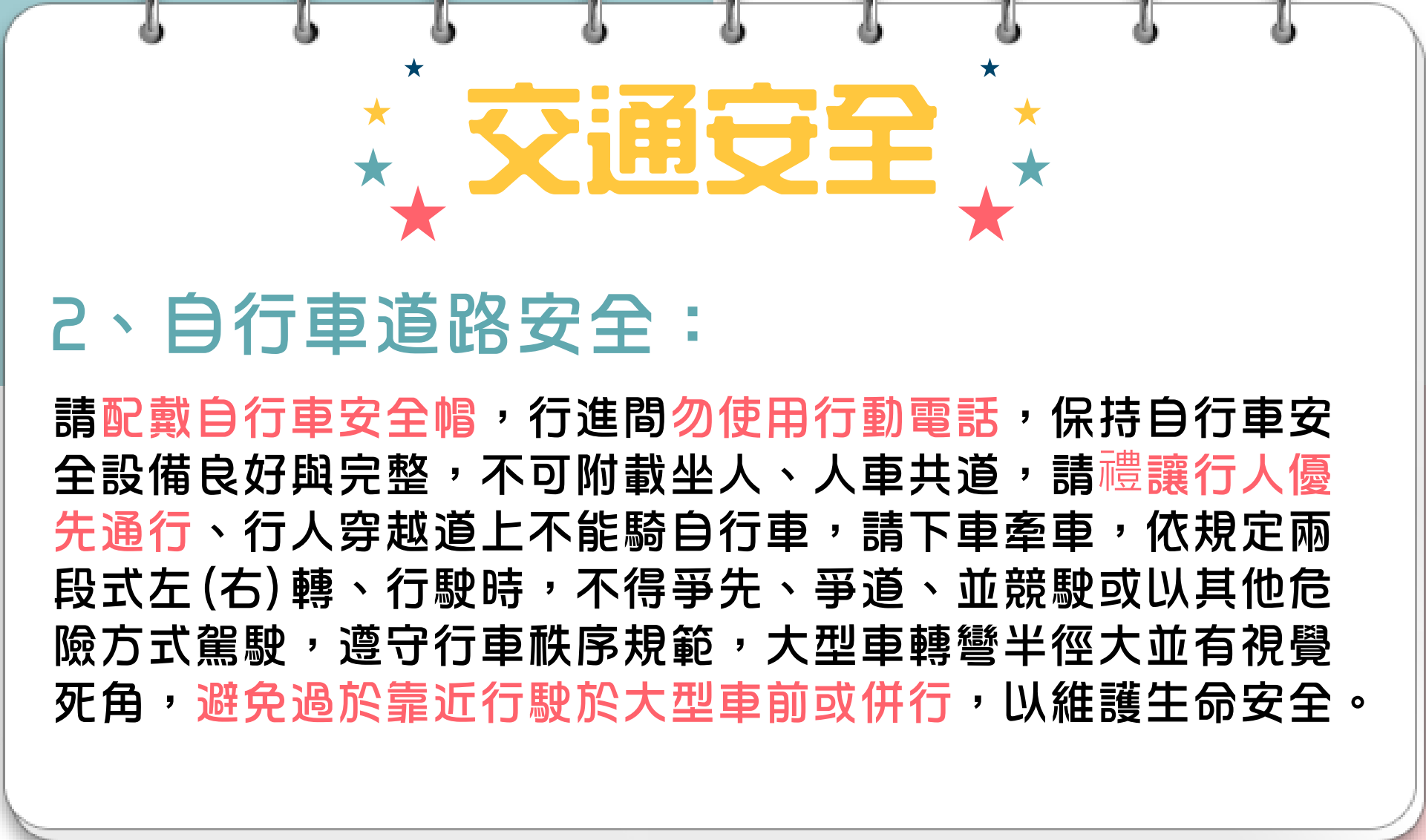
水域安全相關資料查詢請至「**學生水域運動安全網**」



# 交通安全

## 1、請切實遵守交通安全 5 大守則：

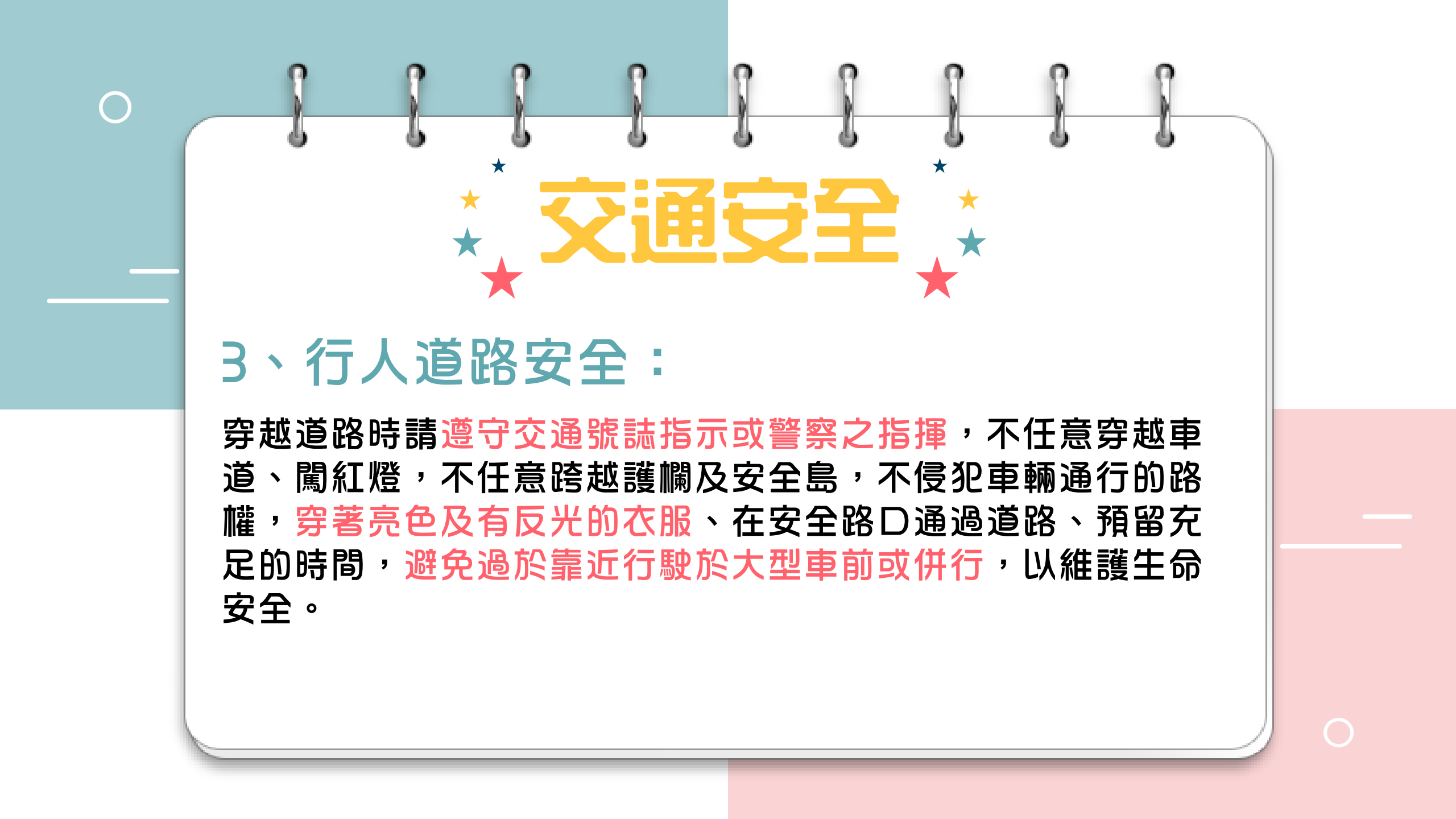
- (1) 熟悉路權、遵守法規。
- (2) 我看得見您，您看得見我，交通才會安全。
- (3) 謹守安全空間——不作沒有絕對安全把握的交通行為。
- (4) 利他用路觀——不作妨礙他人安全與方便的交通行為。
- (5) 防衛兼顧的安全用路行為——不作事故的製造者，也不成為無辜的事故受害者。



# 交通安全

## 2、自行車道路安全：

請配戴自行車安全帽，行進間勿使用行動電話，保持自行車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、行人穿越道上不能騎自行車，請下車牽車，依規定兩段式左(右)轉、行駛時，不得爭先、爭道、並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覺死角，避免過於靠近行駛於大型車前或併行，以維護生命安全。



# 交通安全

## 3、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、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，**避免過於靠近行駛於大型車前或併行**，以維護生命安全。



# 居住安全



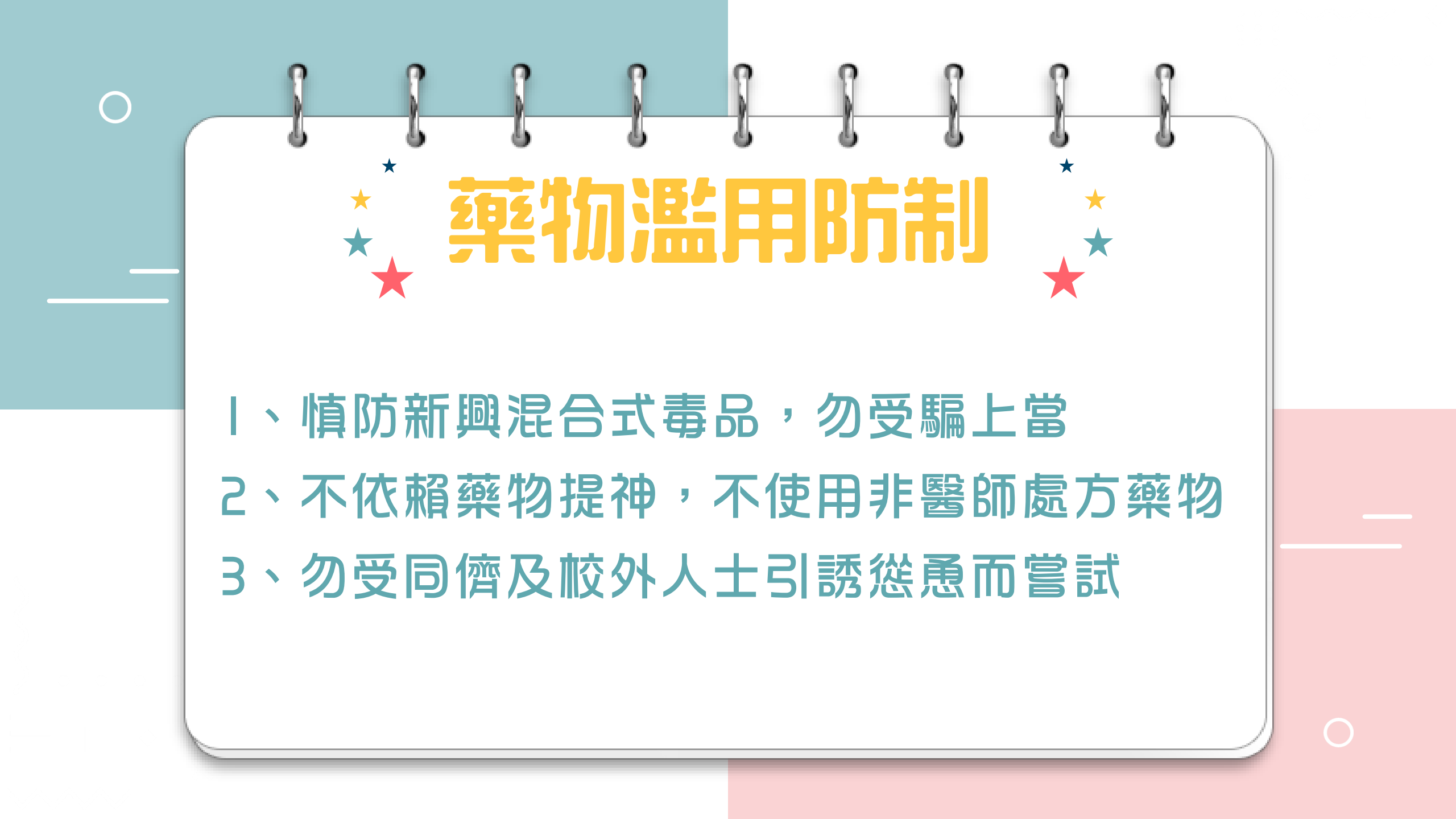
使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，要**注意室內及走廊空氣流通**，使用時切忌將門窗緊閉，或晾曬之衣物阻擋換氣通風窗口，易導致因瓦斯燃燒不完全，而肇生一氧化碳中毒事件；有頭昏、噁心、嗜睡等身體不適情況發生，應立即打開通往室外的窗戶通風，若身體嚴重不適時，請先前往通風良好的室外環境，再打 119 電話或與親友(學校)求助，以維護學生自身安全。**外出及就寢前亦必須檢查用電及瓦斯是否已關閉，以確保安全。**



**居家防火、用電請注意安全。**

# 校園及人身安全

若於校內外遭遇陌生人或發現可疑人物，應立即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。絕不單獨行經人煙罕至的地方及進出危險場所。



# 藥物濫用防制

- 1、慎防新興混合式毒品，勿受騙上當
- 2、不依賴藥物提神，不使用非醫師處方藥物
- 3、勿受同儕及校外人士引誘慫恿而嘗試



# 詐騙防制

1

勿點選不明簡訊網址，避免手機中毒被當成跳板而四處散發簡訊，使歹徒有機可乘。並建立安全使用智慧型手機的觀念，於使用網路聊天 APP (如 Line) 時，請慎防及提高警覺，切勿洩漏帳號與密碼，被歹徒盜用後進行詐騙成為詐騙受害者。

2

如接獲可疑詐騙電話或不慎遇上歹徒意圖詐騙，應切記反詐騙 3 步驟：「保持冷靜」、「小心查證」、「立即報警或撥打 165 反詐騙諮詢專線」尋求協助。

3

若接到親友使用通訊軟體傳訊息借錢時，應當面或電話與對方聯絡，未確認真偽以前不可貿然匯款，以免上當。

4

家長及各校師生可透過查詢內政部警政署「165 全民防騙」網站公告資訊，或加入內政部警政署 165 反詐騙 LINE 官網下載最新詐騙手法，以避免受騙上當。

# 犯罪預防

## 切勿從事違法活動：

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，**請尊重個人隱私權益**，以免誤蹈法網。

## 遊戲用槍防制：

基於學生安全維護及減少學生因使用遊戲用槍不當造成傷害，**勿任意把玩或購買非適用年齡之遊戲用槍商品**。

# 犯罪預防

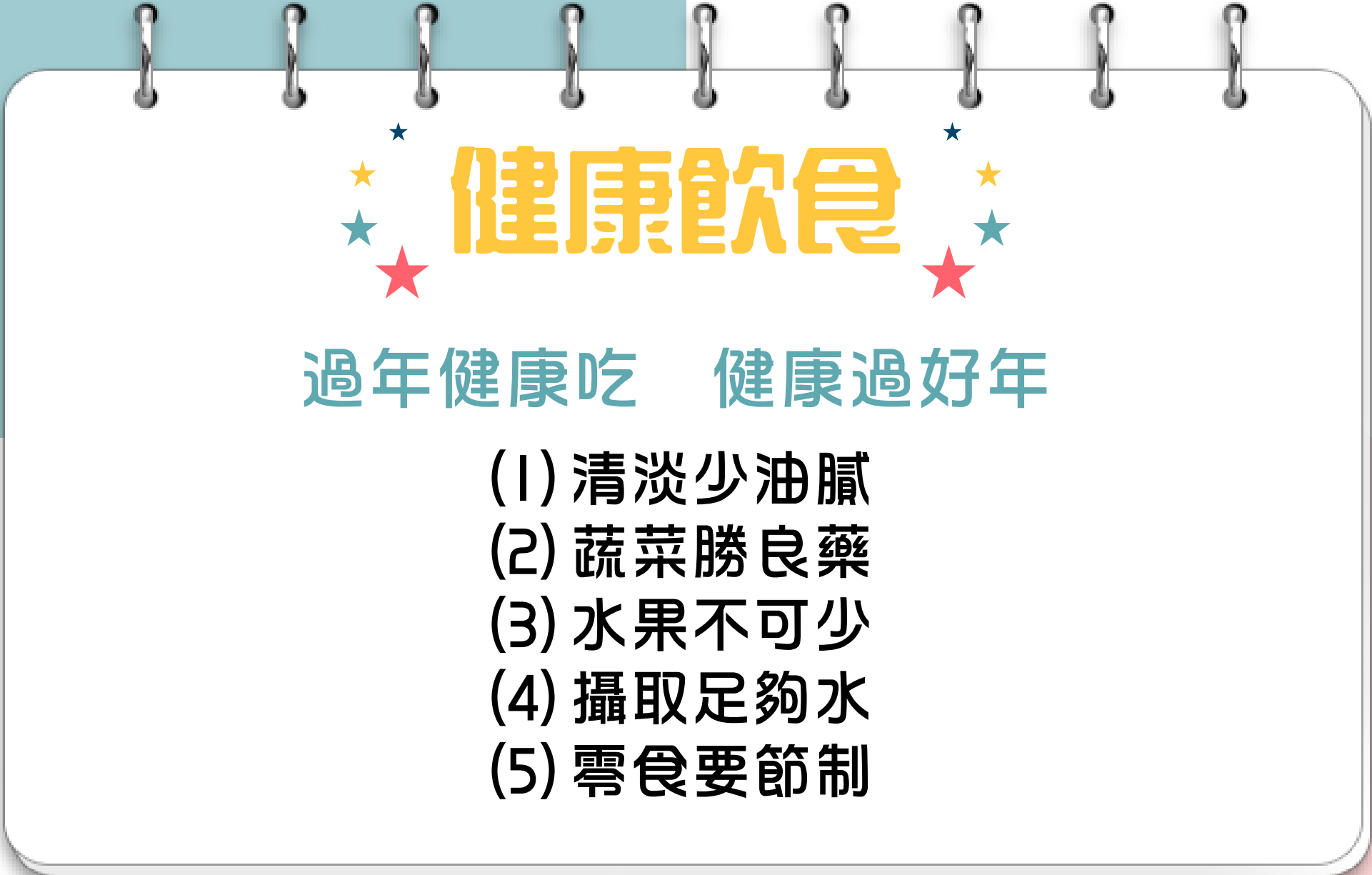
## 兒少性剝削防制教育宣導：

1. 不要與網路上認識的朋友單獨會面。
2. 不要輕信網友的言論，以及提供的訊息。
3. 我們都有身體自主權，同時也有自我保護與管理的義務。
4. 交友互動時要合宜的情感表達，要求拍攝私密照維持友誼是不應該的，也是侵犯身體界限和身體自主權，要勇於拒絕並舉報。
5. 如果看到任何網路內容覺得不舒服或害怕，應立即停止瀏覽，並告訴老師或家長。



# 網路 沉迷 防制

假期間學生閒暇的時間變長，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，因此更容易使得學生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，請學校提醒家長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。



# 健康飲食

過年健康吃 健康過好年

- (1) 清淡少油膩
- (2) 蔬菜勝良藥
- (3) 水果不可少
- (4) 攝取足夠水
- (5) 零食要節制

A collection of colorful stars (red, yellow, blue, and teal) and lines radiating outwards from the central text, creating a festive and celebratory atmosphere.

下學期開學日

2/18 星期四



感謝聆聽