

國立臺南一中進修部 115 年暑假生活須知

各位親愛的家長大家好!

以下轉知教育部制訂各級學校 115 年暑假期間學生活動安全注意事項，暑假將至為維護學生健康及安全，就下列事項提醒安全預防工作，避免涉足不良場所或從事無安全規劃之工作，肇生意外事件：

一、詐騙防制：

(一)暑假期間應注意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。

(二)歹徒常利用小額付費機制進行詐騙，甚至先開通被害人小額付費服務後再行騙代收認證簡訊。多一分謹慎就多一分保障，建議學生可向電信公司申請關閉手機小額付費功能，並且切勿代收簡訊。

(三)面對層出不窮、手法日益翻新之詐騙犯罪手法，為避免成為歹徒以電話假綁架或假事故（交通意外、疾病住院）行真詐財的受害者。提醒家長或學生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。

(四)近年來詐騙集團盜用帳號後假冒親友借錢案件也越來越多，呼

籲應善用通訊軟體的安全設定，例如關閉「允許自其他裝置登入」功能，以降低被盜用機率；另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。

(五)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(網址 <https://165.npa.gov.tw/#/>)，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。

(六)為提升校園識詐宣導工作，教育部已建置「教育部詐騙防制專區網站」(<https://reurl.cc/Adx93Q>)，包括「首頁-最新消息」、「宣導素材」、「詐騙態樣」、「打詐政策」、「聯繫網絡」及「相關連結」等子網頁。即時更新最新詐騙防制相關訊息、政策及法規，蒐羅各種詐騙手法，提醒學生提高警覺，教育部開發製作各式宣導素材（如詐騙防制懶人包、單張文宣、媒體識讀教材教案、學務通訊月刊專題、國台客語廣播音檔等）並彙整各部會文宣，各縣市犯罪預防聯絡資訊，設置國內外相關網站連結等。

二、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學生意外傷亡的主要原因。暑假期間學生可能因為參加活動、打工兼職等因素，增加使用交通工具的機率，因此特別提醒學生騎乘機車、2

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，減速慢行，切勿酒後駕車、疲勞及危險駕駛，以策安全。

(二)請踴躍參與交通部機車駕訓補助計畫，透過正規的機車教育訓練，建立正確騎乘觀念，減少交通意外事故，並善用「機車危險感知教育平臺」，提升防禦駕駛能力，養成安全駕駛習慣。

(三)學生於暑假從事校外教學活動安全，請依據教育部 110 年 12 月 24 日臺教學(五)字第 1100165890A 號令修正「學校辦理校外教學活動租用車輛應行注意事項」辦理，相關大客車資訊可至交通部公路總局網站監理服務查詢。

(四)交通安全守則請特別注意：

1. 自行車道路安全：請配戴自行車安全帽，行進間勿以手持方式使用行動電話，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、並行競駛或以其他危險方式駕駛，遵守行車秩序規範。

2. 機車安全：請正確配戴安全帽、全天開頭燈、勿無照騎車、行車時勿當低頭族、勿以手持方式使用行動電話、勿任意變換車道、路口禮讓行人、禁止飆車，並勿將機車借給無適當駕照的人，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。

3. 微型電動二輪車安全：請正確配戴安全帽、不可附載坐人、行車時勿當低頭族、勿以手持方式使用行動電話、行駛慢車道，不可行駛人行道或快車道、路口禮讓行人、不可擅自增、減、變更電子控制裝置或原有規格，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。

4. 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。

5. 防範無照駕駛違規：由於無照駕駛已經造成車輛與行人的危險，如經查獲，將依據道路交通管理處罰條例第 21 條第 1 項第 1 款規定，處新臺幣一萬八千元以上三萬六千元以下罰鍰，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還須依據同條第 3 項規定，參加道路交通安全講習。提醒學生，在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：

暑假期間學生可參考勞動部「職場高手秘笈」勞動權益教育宣導手冊，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；另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/勞動教育專區及「教育部青年署職場體驗網」(<https://rich.yda.gov.tw>)職場權益專區可供運用。

四、活動安全：

學生於暑假期間往往會從事大量的休閒活動，依活動場地的不同，區分為室內活動及戶外活動：

(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，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：

暑假期間關於戶外活動知識，尤其山域、水域的活動，應做好風險評估與安全管理。

從事登山或山野教育活動，應做好充分準備，審慎評估，並應具備下列有關體能、態度、知識、裝備、技能等五大基礎：

1. 登山者應充分鍛鍊體能，並且持續性的練習。
2. 參加人員應瞭解登山前的準備工作是確保安全的唯一途徑，積極準備事前工作，另須研讀目標山區環境與活動風險，並瞭解團隊間溝通和互助的重要性。
3. 登山前應充分瞭解登山的潛在風險，選擇合適的山域，查詢天氣、地形、路線路況、鄰近救援與醫護資訊等，組成安全性高的隊伍結構。另請注意登山路線有無入山、入園申請之相關規定，登山途中應注意山域或設施相關警告及標示。
4. 請攜帶適合的登山衣著、糧食、飲水、背包、鞋子、手杖及通訊設備等相關裝備，充分準備之後再出發。擬定詳實的登山計畫書，投保相關保險，充分保障參加人員的安全。
5. 行進間須注意調節呼吸及步伐節奏，確實掌控速度及讀圖定位；活動有專業人力能因應緊急事故的風險評估與危機處置，並熟悉急救與相關醫護藥品等處置方式。

從事水域活動例如在游泳池、開放水域游泳或戲水，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)：

- (1)不長時：不要長時間浸泡在水中，小心失溫。
- (2)不疲累：身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳。
- (3)不跳水：避免做出危險行為，不要跳水。
- (4)不落單：不要落單，隨時注意同伴狀況位置。
- (5)不嬉鬧：不可在水中嬉鬧惡作劇。
- (6)要合法：戲水地點需合法，要有救生設備與人員。
- (7)要暖身：下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水。
- (8)要注意：注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水。
- (9)要冷靜：加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆。
- (10)要小心：湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心。

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）。

五、藥物濫用防制：

(一)市面上新興毒品具有精美包裝之特徵，易降低施用者對於毒品的警戒性，且多為混合性毒品，此外俗稱「吸氣球」的笑氣(一氧化二氮)更會造成中樞及末梢神經損傷，嚴重者可能會肢體癱瘓，另環保署已將工業用笑氣納入毒管法之「關注化學物質」管理，吸食過量將危害人體健康。

(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，請家長留意學生，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，避免學生涉入網路販毒；另注意大麻與「墨西哥鼠尾草」(*Salvia divinorum*)在臺灣分別列為第二、三級毒品，千萬不要購買、使用，以免涉法（相關資訊請參考教育部防制學生藥物濫用資源網站 <http://enc.moe.edu.tw/>）。

(三)為避免因對毒品危害及濫用藥物認知不足而好奇誤用，暑假期間應保持正常及規律生活作息，不依賴藥物提神，非醫師處方藥物不要輕易使用，拒絕成癮物質；參加聚會活動時，務必提高警覺並且不隨意接受陌生人的物品及飲料，守法自律、做正確的選擇才能隔絕受同儕及校外人士引誘。

(四)倘不幸誤觸毒品，同學、家長請與學校師長聯繫尋求協助，學校與家人的鼓勵與支持是最好的後盾。相關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），及本校校安中心 0800-695-995 協助青年學子遠離毒害。

六、校園及人身安全：

（一）暑假期間於校園內，預防校園危安事件發生，避免單獨至校園及周邊偏僻的死角，確保自身安全。對於可疑人、事、物應提高警覺，可儘速通報校安中心或通知師長協處，防止意外事件發生。

（二）學生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）、通知校安中心或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。

（三）校外賃居學生尤須注意門戶安全及可疑份子，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、居住安全：

（一）居家防火、用電安全：

為降低居家意外事故發生，請注意居家防火、用電安全之重要性，如遇火災發生時，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，以及切勿躲在衣廚、浴廁裡或床鋪下等不易發現場所。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「電器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>)，參考清潔保養

篇、用電安全篇及居家生活篇等用電安全文宣知識。

(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. 應特別注意電器、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

(<https://www.nfa.gov.tw/cht/index.php>)有關「防範一氧化碳中

毒居家安全診斷表」，並運用寄發家長聯繫函，使學生了解自我檢查方法，以落實防範一氧化碳中毒作為。

八、宣導資訊素養與倫理教育：

暑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，請注意安全上網、網路使用行為及時間管理等問題，避免過度依賴 3C 產品。

九、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，請正確了解使用認知素養並尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。

十、其他

放暑假前請導師於班級進行暑期安全宣導，提供學校校園安全聯繫電話專線，以利學生於暑假期間發生各類意外事件撥打求助。如獲知學生發生意外事件時，依教育部「校園安全及災害事件通報作業要點」規定，遇緊急重大事件或需主管教育行政機關協處之事件，必須於 2 小時內透過校園安全暨災害防救通報系統實施通報，

惟情況緊迫或須協助事件應先行以電話通報，教育部校安中心或教育部國民及學前教育署校安中心，均有專責值勤人員實施 24 小時輪勤。

教育部校安中心專線電話：

(02)33437855、33437856，傳真：(02)33437920

教育部國民及學前教育署校安中心專線電話：

(04)37061349，傳真：(04)23302764。

本校校安中心：(06)2755920、進修部辦公室：(06)2097821

#注意返校時間：

1. 學年補考：115 年 7 月 7 日(二)、7 月 9 日(四)
2. 註冊：115 年 8 月 31 日(一)
3. 開學典禮及正式上課：115 年 9 月 1 日(二)