

110 年吉安國中暑假生活須知及注意事項

敬愛的家長 您好：

貴子弟在暑假期間能從事有益身心的活動，並不忘隨時充實課業，鍛鍊身心，您的關愛及密切配合將是同學順利成長與進步的保障。謹提供幾點建議，供家長參考，並請督導子弟確實遵守，以期過個平安喜樂的暑假。

一、新冠肺炎防疫注意事項：

- (一) 因國內新冠肺炎疫情嚴峻，請落實勤洗手、注意手部衛生、咳嗽禮節及佩戴口罩等個人防護措施，並減少不必要之移動、活動或集會，避免出入人多擁擠的場所，或高感染傳播風險場域，如需採買物資，請1次購足，避免多次採買。
- (二) 建議以線上聚會方式聯繫感情，如仍需出入公共場所，請全程佩戴口罩，並保持室內1.5公尺、室外1公尺安全社交距離，如有發燒、呼吸道症狀、腹瀉、嗅味覺異常等疑似症狀，請勿搭乘大眾運輸，儘速就醫。
- (三) 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>)。

二、活動安全：

同學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、室內演唱會、室內團體活動等，從事該項活動時，首先應熟悉逃路線及逃生設備，同學要熟習相關消防（逃生）器材如滅火器、緩降機等之使用方式，方能確保同學從事室內活動時之安全。其次，同學不要前往網咖、舞廳、夜店等出入分子複雜的場所，以免產生人身安全問題。

(二) 戶外活動：

暑假期間從事各類戶外活動，首應注意天候變化及熟悉地形環境之。如進行登山、露營、溯溪、戲水、水岸、田野調查研究等活動時，除需做好行前裝備檢查外，更應考量自身體能狀況能否負荷，勿至無救生人員或公告危險水域進行活動，如遭遇大潮、豪雨等天候狀況不佳時，應立即停止一切戶外活動，以預防突發性之危安事件。請家長多方注意，並強「多一分準備，少一分遺憾」，如此方能充分享受戶外活動之樂趣，減少意外事件發生。

三、工讀安全：

同學未滿 16 歲，依規定不能投入打工行列。若因家境困難必須打工，請同學注意工讀廠商的信譽，

提醒儘量選擇知名企業公司打工。因職場陷阱及詐騙事件頻傳，暑假工讀同學萬一發生受騙或誤入求職陷阱，亦可免費撥打行政院勞工委員會成立之諮詢專線：0800-777-888 請求專人協助。

四、交通安全：

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。暑假期間同學可能因為參加活動、協助家務等因素，增加使用單車、電動車及家長接送，同學一定要注意自身的交通安全，駕駛期間應遵守各項交通規則及號誌、標誌、標線與交通服務人員之指揮，減速慢行，切勿酒後駕車及危險駕駛，以策安全。

五、賃居安全：

（一）防範一氧化碳中毒：

請家長注意使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，特別注意室內空氣流通，使用時切忌將門窗緊閉，以免因瓦斯燃燒不完全，而肇生一氧化碳中毒事件；此外，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。

（二）注意人身安全：

夜間返回住處或行經偏僻昏暗巷道時，應小心有無不明人士跟蹤尾隨，個人自保物品如防狼噴霧劑、哨子等應隨身攜帶，以備不時之需。

六、毒品及藥物濫用防制：

為避免同學對毒品危害及濫用藥物認知不足好奇誤用，請家長關心孩子作息及交友情形，於暑假期間應保持正常及規律之生活作息。倘不幸誤觸毒品，請與學校師長聯繫尋求協助或電洽各縣市毒品危害防制中心諮詢(戒毒成功專線電話：0800-770885)。

七、菸害防制：

修正之「菸害防制法」及新制定之「戒菸教育實施辦法」已於 98 年 1 月 11 日開始施行，相關規定可逕上衛生福利部國民健康署菸害防制資訊網查詢，網址 <http://tobacco.hpa.gov.tw/index.aspx>。並請家長充分配合勿讓孩子抽菸並拒吸二手菸，以維護學子身心健全發展。

八、詐騙防制：

（一）面對層出不窮、手法日益翻新之詐騙犯罪手法，為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，暑假期間更應加倍關心子女生活起居，主動掌握孩子校外活動處所安全及聯繫方式，避免歹徒有機可乘。同學於暑假期間應維持正常生活作息，勿沈迷網路遊戲並慎防網路 Line 等聊天 APP 洩漏帳密，成為詐騙受害者。

（二）家長或同學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 反詐騙專線」尋求協助。

（三）教育部校安中心網頁已連結刑事警察局「165 最新資訊&犯罪手法預防宣導」網站

(<http://www.cib.gov.tw/index.aspx>)，可供家長及師生下載最新詐騙手法參考，以免受騙。

八、犯罪預防：

降低犯罪行為的最好方法就是從預防宣導工作著手，提醒孩子切勿從事違法活動如：飆車、竊盜、販賣違法光碟軟體、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：非法散佈謠言影響公共安寧、違法上傳不當影片、竊取他人網路遊戲虛擬貨幣及道具、入侵他人網站竊取或篡改資料等，請家長加強孩子網路使用認知素養並尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。

九、居家安全：

為降低居家意外事故發生，請家長留意提醒孩子用電安全之重要性，遇到災害時切勿慌張，應大聲呼叫、通知周邊人員自身所在位置，並進行安全避難，切勿躲在衣櫥或床鋪下等不易發現場所。家長留意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學童家中的避難逃生路線，以建立應有的危機意識，維護學子居家安全。

十、網路沉迷防制：

近年來由於過度沉迷於玩手機遊戲所引發的身心病症逐漸增多，特別是對肩頸、手腕與眼睛的傷害，提醒家長注意孩子的上網時間及行為，並慎選電子遊戲，避免產生價值錯亂，更須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。

十一、學生到(返)校課輔、參與活動管制與照顧

- (一) 提醒孩子上學勿單獨太早到校，放學不要太晚離開校園，務必儘量結伴同行或由家人陪同，絕不行經漆黑小巷或人煙罕至的地方及進出危險場所。
- (二) 同學應配合學校作息時間，課餘時，避免單獨留在教室，不單獨上廁所，避免單獨到校園偏僻的死角，確維自身安全。
- (三) 課後社團及課後照顧班或自習班級之教室應集中配置，減少放學後樓層出入口動線，便於加強管控人員出入，在校遇陌生人或可疑人物，應立即通知師長。
- (四) 遇陌生人問路，可熱心告知，但不必親自引導前往，應隨時注意自身安全，切勿聽信他人的要求，繳交金錢或接受要求而離校。
- (五) 在校外發現陌生人跟隨，應快速跑至較多人的地方或周邊最近便利商店，並大聲喊叫，吸引其他人的注意，尋求協助。
- (六) 學校教師會保持高度的警覺心，注意學生上課的出缺勤情形，若孩子無法到校，請向學輔處請假（8523136#107）。

十二、流行疾病預防

- (一) 防治腸病毒的 5 口訣：「勤洗手、足睡眠、多運動、洗玩具、及早治療」
 - 1. 學童與其照顧者或接觸者須勤洗手，養成良好的個人衛生習慣。
 - 2. 充足睡眠、適度運動及均衡飲食，以提升學童免疫力。
 - 3. 玩具經常清洗、消毒。

4.注意居家環境的衛生清潔及通風。

5.學童生病時，應儘速就醫，請假在家多休息。

(二) 為防止感染登革熱/屈公病/茲卡病毒，學生於戶外活動時，應儘量穿著淺色長袖衣褲，另身體裸露部份應塗抹衛生福利部核可之防蚊藥劑，以避免蚊子叮咬。

十三、同學發生意外事件之通報與聯繫管道有：

派出所：110

消防隊：119

家暴或性騷擾性侵害：113

反詐騙：165

教育部反霸凌申訴專線：0800-200-885

學校電話：TEL：03-8523136 轉 107、108（學輔處）