

# 新北市立三多國中 115 年寒假學生活動安全注意事項

寒假將至，農曆春節也伴隨而來，三多國中在此拜個早年，祝福所有家長「馬」到成功。為維護學生健康及安全，以下誠摯叮嚀，請貴家長共同關心及配合：

## **一、保持規律作息、拒絕不良誘惑：**

- 1、拒菸拒檳最魅力、向毒品說不、在對的時間跟對的人在對的地點做對的事情。
- 2、寒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；另提醒學生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、做正確的選擇才能隔絕受同儕及校外人士引誘。

## **二、從事正向運動休閒活動：**

- 1、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，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，以保護自身安全為原則，並避免涉足不正當場所，以免產生人身安全問題。
- 2、戶外活動，如從事登山或山野教育活動，應審慎作風險評估與安全管理，有充分準備再出發。
- 3、從事水域活動例如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)。
- 4、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 產品和網路沉迷，多帶孩子到戶外活動，並掌握「3010120」秘訣，用眼 30 分鐘、休息 10 分鐘、每天戶外活動 120 分鐘以上，以延緩孩子近視度數增加。多運動多閱讀多健康。

## **三、犯罪預防：**

- 1、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。
- 2、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，可撥打 110/113、台灣展翅協會 web885 網路諮詢熱線、性影像處理中心，及學校學務/輔導處室尋求協助。
- 3、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；另近期警方查獲「大麻」(二級毒品)與「依托咪酯」(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（相關資訊請參考教育部防制學生藥物濫用資源網站/文宣專區 <https://enc.moe.edu.tw/home>）。

## **四、時時注意居家安全：**

- 1、使用燃氣熱水器時注意通風，避免一氧化碳中毒。
- 2、如遇火災發生時，應保持冷靜鎮定，立即通知周圍人員，並撥打 119，報案時告知正確地址、人員所在樓層位置，以及有無人員受困。受困火場，勿慌張，勿躲在衣廚、浴廁裡或床鋪下等不易發現場所。點火器具並非玩具，不可把玩。家中有關打火機及點火槍等器具之放置場所應予上鎖，應了解家中的避難逃生路線及逃生避難原則。
- 3、抗震保命三步驟：趴下、掩護、穩住。

## 五、提醒交通安全注意事項：

- 1、請切實遵守交通安全教育五項守則(1)熟悉路權。(2)停看聽。(3)不作沒有絕對安全把握的交通行為。(4)不作妨礙他人安全與方便的交通行為。(5)不作事故的製造者，也不成為無辜的事故受害者。
- 2、騎乘自行車請配戴安全帽，騎車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、行人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。
- 4、另依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一萬二千元以下罰鍰，並當場禁止駕駛；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。在未合法考取駕照前勿以身試法，無照駕駛不僅違規觸法，更可能傷及他人與自己身體或生命。

## 六、慎防工讀及網路詐騙：

- 1、面試三要準備、七不原則—「要確定、要存疑、要告知」、「不繳錢、不購買、不辦卡、不簽約、證件不離身、不飲用不明飲料、不非法工作」，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。
- 2、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。
- 3、在網路上從事各種活動務必提高警覺，小心求證仍為防詐之不二法門，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。(相關資訊詳內政部警政署「165 全民防騙」網站公告資訊(網址 <https://165.npa.gov.tw/#/>)

## 七、學校重要行事：

- 1、1/20(二)休業式，11:00 放學。
- 2、1 月 21、22、23 日為補課日 3 天整天正常到校上課 15:55 放學
- 3、上述日期 1/27、1/29 上午 9 時至 11 時，下午 13 時至 15 時，2/2、2/4、2/9、2/11 上午 9 時至 11 時可進行改過銷過愛校服務，請登記改過銷過的同學穿著運動服，於上午 9 時前至學務處報到。
- 4、新北校園通 app，E 起趣反毒(七、八年級寒假作業)
- 5、2/23(一)為開學日，7:00-7:30 到校。

八、若貴家長與孩子需要任何協助，可撥打新北市教育局校安中心專線 02-29560885，將有專責人員 24 小時提供服務，或於上班時間 08:00-16:00 撥打至本校 86881501。

【學校電話：(02-86881501，分機 101-109)，導師電話：                】

三多國中學務處 關心你(妳) 115.01.12

\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_ 班 座號：\_\_\_\_\_ 寒假生活須知家長回條

學生姓名	緊急聯絡電話或行動	家長親筆簽名處
	( 宅 )：  ( 手機 )：	

◎上列各項企盼家長全力配合，讓我們一起關心下一代，讓孩子在愛與溫馨中成長。

◎回條請填妥後交班長，各班班長按照座號收齊後於 1 月 22 日（星期四）中午前交回生教組。