

109 學年度武潭國民小學暑假期間學生活動安全注意事項

各位親愛的家長您好：

暑假將屆，因疫情的關係，今年的暑假與以往大不相同，學校於暑假假期中，提供以下幾點注意事項，希望能讓貴子弟在假期間能享受快樂、安全的休閒活動，進而達到身心調劑及學習成長的目的，請您共同督促孩子。

一、假期不迷網、安全上網趣：

- (一) 不流連網際網路店，並避免利用色情網路，確保身心健康。
- (二) 「愛自己、愛別人、珍惜生命」，**禁止模仿網路危險遊戲**，以免導致意外事件。
- (三) **注意網路使用之禮節與規範**，並尊重個人隱私權益，避免觸法。
- (四) 不違法上傳不當影片，並尊重智慧財產權與著作權，以免誤蹈法網。
- (五) **維持正常生活作息**，勿沈迷網路遊戲並慎防網路交友或交易詐騙。

二、快樂去休閒、平安回到家：

- (一) 若疫情解封後，欲前往電影院、百貨公司、大賣場等室內活動，首先應確實持續做好防疫動作，並瞭解該等場所之**逃生路線及逃生設備**所在及使用方式，以確保自身安全。
- (二) 實施登山、溯溪、戲水或其他戶外活動，應**注意天候及地形之變化**，如遇颱風過境、大潮、豪雨時，應立即停止一切戶外活動，以免發生危安事件。
- (三) 任何戶外活動，應考量體能負荷狀況並做好安全防護設施，「多一分準備，少一分遺憾」，享受戶外活動之樂趣，減少悲劇意外事件發生。
- (四) 水域運動時應有安全認知，遵守「**戲水三不、三要**」原則。

戲水三不原則：

- (1) 危險水域不戲水。(2) 吃飽飯後不戲水。(3) 無救生員不戲水。

戲水三要原則：

- (1) 戲水要充分暖身(2) 戲水要同伴在旁(3) 戲水要量力而為。

三、交通守規則、安全有保障：

- (一) 搭乘汽機車或腳踏車時，須**繫上安全帶、戴安全帽**，**不無照騎乘機車**，請確實遵守交通安全教育 4 項守則：

(1) 你看得見我，我看得見你。

(2) 安全空間，不做沒有把握的動作，只要猶豫就不要去做。

(3) 利他的用路觀，不影響別人的安全。

(4) 防衛兼備，防止事故發生，不要讓自己成為事故的受害者。

- (二) 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，勿與沒耐性的駕駛人搶道。

四、拒絕菸害與毒品、深化紫錐花運動：

- (一) 陽光活力的暑假不飲酒、不吸煙、不嚼食檳榔、不賭博、不飆車。
- (二) 青春洋溢的暑假不受毒品的誘惑，絕不濫用藥物。
- (三) 確實執行『85110』代表涵義分別為：(1)睡滿8小時(2)天天五蔬果(3)電腦手機使用不超過1小時(4)每天運動30分鐘(5)喝足白開水。

五、機警反詐騙、守法不犯罪：

- (一) 如接獲詐騙電話，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、或學校電話7833179詢問。
- (二) 不涉足進出分子複雜是非多之場所，如賭博場所、電動玩具店等。

六、提昇臨機應變、防範擄童案件：

- (一) 遇見陌生人士藉故攀談(問路)、主動提供食物、飲料等，要提高警覺，如發現異狀時，應即時婉拒迅速離開或請身旁家人、親友協處。
- (二) 遭遇突發事件或歹徒隨機擄童時，可就近向鄰近商家求援，並善用110求救專線向警方求援。
- (三) 暑假期間外出時，應以結伴同行為宜，如遇歹徒意圖不軌、強行擄人等危險時，應大聲呼救且快步跑向人群聚集處求援，以確保自身安全。

七、認識火災危險、確保居家安全：

- (一) 認識一氧化碳中毒，保持室內空氣暢通，小心火燭、瞭解玩火的危險，避免因於室內玩弄打火機等而造成之火災，引起不必要的傷亡。
- (二) 遇火警時切勿慌張，大聲呼叫、通知周邊人員自身所在位置，並進行安全避難，切勿躲在衣櫥或床舖下等不易發現處所，以免救援不易。
- (三) 若欲燃放爆竹，應選購有「內政部」認可標示的產品，並依照使用說明施放，以維護安全。
- (四) 未滿12歲兒童，禁止施放「飛行類」、「升空類」及「摔炮類」之爆竹煙火。

八、其他：

- (一) 不在夜間及暗巷遊蕩，應隨身攜帶個人自保物品(如哨子)，以備不時之需。無成年親友陪伴下，不得在公共場所遊蕩。
- (二) 預防流感與各項傳染性疾病，應注意個人衛生(正確洗手)及保健，生病時儘速就醫並在家休息，儘量避免出入公共場所。
- (三) 假期間，外出會友應告知家人並慎選會面對象、時間及地點，避免2人單獨相處，拒絕藉故變更會面地點，不要傳達不明確的訊息給對方、表現堅定拒絕的態度，避免接觸酒精或藥物，及不飲用不明食物或飲料，離開座位或離開自己視線之飲料，應考慮不宜再飲用。
- (四) 不透露個人或同學資料給網友，更不應和網友約會見面，以免發生意外。

九、COVID-19 疫情期間假期生活防疫指引

- (一)三級警戒期間，請保持非必要不出門、避免跨區移動、外出口罩戴好、保持社交距離、維持手部清潔。
- (二)維持良好個人衛生習慣，落實正確勤洗手、呼吸道衛生及咳嗽禮節(如:咳嗽時以面紙或手帕遮口鼻，沒辦法時可用衣袖代替)，避免觸摸眼睛、鼻子、嘴部，如不得已需碰觸，則一定要事先確實清潔手部，以減少感染與傳播疾病的機會。
- (三)住家應保持良好通風，如果家人有呼吸道症狀，應將受口鼻分泌物污染的廢棄物(如衛生紙、口罩)妥善包覆後再丟入垃圾桶，若有腹瀉情形，應加強浴廁清潔消毒。
- (四)如果您本身或家人是慢性病患者、老年人、孕婦、體重過重、嬰幼兒，免疫力比較不好，易受感染，且感染後病症較為嚴重，最好儘量避免參加可能密集接觸的聚會或活動，也要避免前往人潮聚集或密閉空間的公共場所。
- (五)如果您要探視上述免疫力不好的對象，請確認自身無身體不適症狀，且近期無參加可能密集接觸不特定對象的聚會或活動，而且建議要佩戴口罩。否則建議使用電話或視訊取代當面探訪。
- (六)如果要外出活動，建議您做好以下的準備與配合：
1. 維持勤洗手的習慣，可以自行攜帶乾洗手用品，以備不方便洗手時使用。
 2. 外出時都不可用手觸摸眼睛、鼻子、嘴部，以免將手上可能存在的病毒感染這些黏膜組織。
 3. 在室內最好保持1.5 公尺，室外最好保持1 公尺以上的適當社交距離，無法保持時，或搭乘大眾運輸工具時，要全程佩戴口罩。
 4. 外出時以白天為佳，並以開放且沒有人群擁擠現象的地方為首選。若選擇前往觀光景點、國家公園、遊樂區，以及市集、商圈、寺廟等處，而現場已有人潮，建議改前往其他地點休閒，或耐心配合人流管制措施，也可事先查詢當地是否開始實施人流管制，再決定是否前往。
 5. 如果不得已需出入人潮密集、密閉或通風不良的空間，或參加有不特定對象、會近距離密集接觸的場合時，要佩戴口罩，建議準備備用口罩，以便口罩髒汙破損時更換。
- (七)如果您正在進行居家隔離或居家檢疫，請持續遵守相關規定。
- (八)如果出現發燒或呼吸道症狀，應佩戴口罩，不要外出，如需就醫，不要搭乘大眾運輸工具。
- (九)相關防疫資訊可上衛生福利部官網(<https://www.mohw.gov.tw/mp-1.html>)或 facebook(<https://www.facebook.com/mohw.gov.tw/>)

祝 假期愉快！

學務處敬上 110.07.02
連絡電話：08-7833179 轉 22 或 23