

高雄市政府教育局 108 年度各級學校寒假期間學生活動安全注意事項

寒假將屆，為維護學生健康及安全，各級學校應利用相關活動、集會（週、朝會）、家長聯繫等方式，就下列各事項加強宣導安全預防工作，以避免學生涉足不良場所或從事無安全規劃之工作，肇生意外事件：

一、交通安全：

- (一)根據教育部校安中心統計顯示，校外交通意外事故為學生意外傷亡主要原因。寒假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，因此需特別提醒學生騎乘機車、自行車等要注意自身安全，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)為維護學生於寒假從事校外教學活動安全，請各校依據教育部 107 年 9 月 4 日臺教學(五)字第 1070135944 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；另落實交通安全教育，請學校連結交通部道安委員會「168 交通安全入口網站」下載交通安全相關注意事項，供學校師生參考運用，以確保乘車及交通安全。
- (三)請加強宣導下列交通安全注意事項：
 - 1、請切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。
 - 2、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、併行競駛或以其他危險方式駕駛，遵守行車秩序規範。
 - 3、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。
 - 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、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)乘坐小型車時，記得緊扣幸福的依賴，務必要扣上安全帶。
- (五)搭乘大眾交通工具時，請注意候車、乘車以及上下車應注意的安全及禮節；並注意乘坐班車發車時刻，以免因時間緊迫發生穿越馬路或跨越火車月臺間鐵軌等危險行為。

- (六)獨自一人搭乘計程車時，請記得撥打電話給自己的親友，告知在何時、何處、搭乘計程車車號及司機姓名、預定抵達的目的地；或在友人陪伴下攔搭計程車，在上車同時告知友人計程車車號，以確保搭車安全。
- (七)騎乘汽機車、自行車及步行於道路上時應盡量遠離大型車輛，避免進入大型車輛前、後、左、右之視野死角區域，且大型車輛轉彎時前、後輪有內輪差，亦應與其保持更大的距離，以確保行車安全。

二、賃居安全：

(一)防範一氧化碳中毒：

- 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、請各校主動關心校外租屋學生，並藉由訪視賃居，特別提醒學生使用電器、瓦斯熱水器等使用安全事項，以避免意外事件發生。此外，參考內政部消防署網站(<http://www.nfa.gov.tw/main/Unit.aspx?ID=&MenuID=500&ListID=319>)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。

(二)注意人身安全：

夜間返回租屋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。

三、防制學生藥物濫用：

- (一)為避免學生因對毒品危害及濫用藥物認知不足而好奇誤用，請各級學校提醒家長關心學生校內外交友及學習狀況，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；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。
- (二)鑒於新興混合式毒品除有精美包裝之特徵，易降低施用者對於毒品的警戒性外，新興混合式毒品多為二種以上的毒品混合，造成更大的危險性及致死率，請各級學校利用行政會議、導師會議或非正式課程等時機加強新興毒品的辨識及反毒技巧，從生活技能、生命省思及健康管理等面向切入強化新興毒品的危害、教導如何辨識與反毒技巧，更應提醒學生決不可輕易食用及持有偽裝成糖果零食的新興毒品。
- (三)另為防杜藥頭危害校園安全，請學校師長多加留意關心，如有情資請提供協助檢警循線查緝，打擊校園及社區藥物濫用情形，以營造「無毒校園」。

毒品混合變裝新態樣

跳跳糖
男子隨身攜帶跳跳糖
原來全是毒品
2017-03-24 蘋果日報

當心！毒品偽裝成茶包、糖果或巧克力
2017-02-23 健康醫療網

遊墾丁疑誤食「毒品果凍」
小遊客昏睡22小時
2017-02-17 自由時報

毒品外觀千奇百怪
同學請吃軟糖竟染毒
2017-03-29 聯合新聞網

沒吃水果帶梅子粉
原來這也是新興毒品
2017-02-10 聯合新聞網

新聞標題：當心！毒品偽裝成茶包、糖果或巧克力
男子隨身攜帶跳跳糖 原來全是毒品
毒品果凍

毒品包裝花樣百出！

市售改裝 混合填充

破壞原貌再包裝，有拆封痕跡



山寨品牌 混合填充

包裝完整，無拆封痕跡



自創包裝 卡通圖樣

以花樣炫麗、特殊造型吸引青少年食用



糖衣外表 零食外貌

以糖果樣式混淆，引誘青少年誤食



染上毒品 你會跟他一樣！



面對毒品誘惑 防禦技8招！

<p>① 堅持拒絕法</p> <p>不行 我真的不想吸！</p> 	<p>② 告知理由法</p> <p>吸毒會坐牢 我不要！</p> 	<p>③ 自我解嘲法</p> <p>不要啦～我不敢！</p> 	<p>④ 遠離現場法</p> <p>我媽找我！先走囉～</p> 
<p>⑤ 友誼勸服法</p> <p>吸毒很可怕 你不要試喔！</p> 	<p>⑥ 轉移話題法</p> <p>走啦～打球啦！</p> 	<p>⑦ 反說服法</p> <p>毒品很危險 不要輕易嘗試喔！</p> 	<p>⑧ 反激將法</p> <p>你說我沒種 我一樣不會試！</p> 

(相關資訊或偽包裝圖檔如毒品咖啡包、毒果凍、梅粉等等，請參考教育部防制學生藥物濫用資源網站 <http://enc.moe.edu.tw/>)

- (四)倘學生不幸誤觸毒品，請提醒家長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，瞭解青年學子使用毒品的情境及原因，對症下藥根除這些問題，共同輔導並提供適性、多元學習方案，避免學生中輟或休、轉、退學離校，以協助走出對毒品的依賴性。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(戒毒免費專線電話：0800-770-885)，以協助青年學子遠離毒害。

四、活動安全：

學生於寒假期間會從事休閒活動，依活動場地不同區分為室內及戶外活動：

(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。

(二)戶外活動：

寒假期間從事各類戶外活動，首先應注意天候變化及熟悉地形環境，體育署「四不要」提醒：

- 1、不要逞強：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，不要逞強。
- 2、不要去危險水域：不要去公告危險水域或無救生人員的地方進行活動。
- 3、氣候不佳，不要從事戶外活動：遭遇大潮、豪雨等天候狀況不佳時，不建議從事戶外活動或應立即停止一切戶外活動，以預防突發性之危安事件(如海灘裂流、碎浪、地形效應等問題)。
- 4、不要在無防雷設施的建築物內避雨：發生閃電雷鳴時，應遠離外露的金屬物體、鐵欄杆、高大廣告牌等建築物，及避免至無防雷設施的建築物內避雨(如工棚、車棚、遮陽傘下)，並且應停止游泳、划船並上岸到安全的避雨場所。
- 5、請各校務必透過各種管道強化提醒戲水防範與注意事項，並強調「多一分準備，少一分遺憾」，方能充分享受戶外活動樂趣，減少意外事件發生。參考「學生水域運動安全網」(<http://www.sports.url.tw/index.html>)及「決定命運4招」宣導短片(https://www.youtube.com/watch?v=_Ho8ygc3oxs&t=39s&pbjreload=10)。
- 6、有關登山活動安全應行注意事項，請各校依教育部101年2月3日臺軍(二)字第1010018738號函辦理。學校請將寒假期間學校辦理2日(含)以上戶外活動情形，至教育部校安中心網頁(<https://csrc.edu.tw/>)「表報作業」選項，填報「各級學校戶外活動登錄系統」，以利各校戶外活動安全掌握。

五、落實各項校園安全作為：

各級學校於寒假期間辦理校內相關活動，應落實以下各項校安作為：

- (一)落實門禁管制：教職員工、志工配戴識別證。另各級學校應全面強化校園門禁安全管理、校園巡邏措施及監視（錄）器材及緊急求救鈴設備設置，各校警衛巡查校園時，監視系統及門禁管制應責由專人監看或建立管理措施，以免發生安全間隙。
- (二)強化安全觀念：
 - 1、教導學生如在校遇陌生人或可疑人物，應提高警覺並通知師長，防止意外事件發生。
 - 2、在校活動務必結伴同行，避免單獨到校園偏僻的死角，如要至偏僻地點應結伴而行，確保自身安全。
 - 3、利用相關課程或集會時機，加強學生安全意識及被害預防觀念教育。
- (三)落實課間巡邏。
- (四)管理早到、離退學生。
 - 1、建立集中管理安全措施，減少放學後樓層出入口動線，便於加強管控人員出入。
 - 2、加強確認接送者是否為家長或熟識之人員。
 - 3、提醒學生寒假期間配合學校作息，上學勿單獨太早到校，課餘時，避免單獨留在教室。
- (五)維護課後安全：
 - 1、協調導護志工及轄內社區巡守隊執勤銜接。
 - 2、學生放學不要太晚離開校園，或由家人陪同，絕不單獨行經漆黑小巷或人煙罕至的地方及進出危險場所。
- (六)強化校園保全：加強學生「活動前」及「活動後」巡守工作。
- (七)調整開放校園空間：方便安全管理為原則。
- (八)掌握假日活動
 - 1、學生非上課期間到校需有管理措施。
 - 2、可搭配志工及教師共同支援管理。
- (九)結盟愛心商家。
- (十)警政入校巡邏：非上課期不定期入校巡邏，另各級學校應與轄區警政單位保持聯繫，強化落實校園周邊安全巡邏，並依學校與警察單位簽署之「維護校園安全支援約定書」，建立預警與社區聯防機制，有效即時應處突發事件。

六、工讀安全：

寒假來臨許多學生投入打工行列，由於職場陷阱及詐騙事件頻傳，學校要提醒學生注意工讀廠商的信譽，儘量選擇知名企業公司打工。另建議學生打工除應選擇與所學或興趣相關，並須注意合法性、合理性及安全性。此外應注意薪資、勞健保等相關福利待遇措施是否完善。同時需注意工作場

合的危安因素，包括人（老闆、同事之品德操守）、事（工作性質與內容是否正當）、時（工作時數與時段）、地（工作地點及使用器械）等，都必須確實了解評估，最好由父母陪同前往了解，方能避免在工作當中肇生危安事件。特別提醒學生應徵當天謹記「七不原則」：「不繳錢（不繳交任何不知用途之費用）、不購買（不購買公司以任何名目要求購買之有形、無形之產品）、不辦卡（不應求職公司之要求而當場辦理信用卡）、不簽約（不簽署任何文件、契約）、證件不離身（證件及信用卡隨身攜帶，不給求職公司保管）、不飲用（不飲用酒類及他人提供之不明飲料、食物）、不非法工作（不從事非法工作或於非法公司工作）」。

如果工讀學生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。另教育部青年發展署訂定「在學青年校外工讀注意事項」，放置於RICH職場體驗網「工讀權益」專區可供查詢。

RICH 職場體驗網之網址為 <https://rich.yda.gov.tw/rich/#/>

七、學生遭遇性侵害、性騷擾或性霸凌事件之通報與聯繫管道：

- (一) 鑒於先前高雄地方法院檢察署接獲多起中小學學生於社群軟體遭不明人士威脅拍攝裸照上傳之案例，請學校持續宣導網路使用安全，強化學生自我保護意識及身體自主權概念；並積極宣導，如學生遭遇前開相關情事，應積極向師長求助並蒐集保存證據。
- (二) 學生如遭遇性侵害、性騷擾或性霸凌事件，可先向現就讀學校尋求協助，由學校積極提供被害人輔導資源；另由學校性別平等教育委員依事件適用法令，視被害人及其家長意願，轉請調查權責單位依法協助，以啟動行政調查或尋求司法救濟。
- (三) 請各校持續宣導，如學生遭遇校園性別事件（即事件另一方為教職員工生者），可依「性別平等教育法」第 28 條第 2 項規定向行為人學校申請調查，由學校依法進行調查，並提供被害人相關協助與輔導資源；如被害人及其家長因其他考量暫不啟動調查，亦請告知被害人及其家長，性平法未定有其申請調查之期限，可俟其有充分心理準備後再向學校提出調查申請，學校將充分維護事件當事人權利，事件處理過程均予以保密，並提供必要之保護措施。

八、菸害防制：

- (一) 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」<https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=41> 及「衛生福利部健康九九菸害防制館」<http://health99.hpa.gov.tw/tobacco/index.aspx> 上查詢。
- (二) 各級學校應積極向學生宣導反菸、拒菸之重要性，本市衛生局並已於 102 年 12 月 1 日起公告：「各級學校之通學步道，視同為校園內之禁煙區域，本局將加強查緝。」，並請家長充分配合，以維護學子身心健全發展。

- (三)菸害防制法規定：禁止未滿 18 歲之青少年購買、持有、吸食菸品，違反者處新臺幣二千元以上一萬元以下罰鍰，為維護自身及周遭親友健康，請勿吸菸。亦不得提供菸品給未成年青少年，違反者處新臺幣一萬元以上五萬元以下罰鍰。
- (四)電子菸產品並未被證實具有戒菸之輔助效果，電子菸的填充匣內含有尼古丁，我國衛生署自 98 年 3 月起，已將電子菸納入藥品管理，吸食電子菸不但無法戒菸，仍然會造成身體的損傷。

九、詐騙防制：

- (一)新聞報導有縣市發生多起國中及國小自學教材消費糾紛，其中有消費者指陳：業者自稱是校方課輔老師，以輔導學生課業由，塑造校方推薦教材之形象，並以附贈課輔服務及分期付款方式，吸引家長購買，惟待訪問交易 7 日無條件解約退貨之猶豫期間經過後，即否認提供課輔服務。因假冒教師進行推銷糾紛頻傳，且疑有部分業者不當推銷教材之情事，請學校告知學生及家長提高警覺，勿輕信推銷或衝動購物，把握訪問交易 7 日猶豫期之無條件解約退貨權利，以減少消費糾紛之發生。
- (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。學校應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)近年來詐騙集團會借用智慧型手機而盜用帳號後，假冒親友借錢及購買網路商品案件也越來越多，呼籲學生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；另學生或其家屬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)應提醒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。
- (六)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 (<http://www.165.gov.tw/index.aspx>)或由教育部校安中心網頁連結，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。

十、犯罪預防：

- (一)降低犯罪行為的最好方法就是從預防宣導工作著手，各級學校應提醒學生切勿從事違法活動如：飆車、竊盜、擔任詐騙集團成員(車手)、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犯罪事件如：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，請各級學校加強學生網路使用認知素養並尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。
- (二)犯罪預防宣導工作不僅重要，更能降低學生遭受傷害可能性。因此各校應本著教育工作者的愛心與耐心，利用各種機會向同學宣導各種預防觀念，使學生能夠學會自我保護之道，建立應有的危機意識，方能讓學生在寒假期間享受快樂、安全的休閒活動，進而達到身心調劑及學習成長的目的。
- (三)遇見陌生人士藉故攀談(問路)、主動提供食物、飲料、或借用智慧型手機，要提高警覺，如有異狀時，應即時婉拒迅速離開或請身旁家人、親友協處。
- (四)告知學童愛心商店標誌與學校週邊愛心商店位置，以利學童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 向警察求救專線。
- (五)寒假期間外出時，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。
- (六)夜間 10 時以後依「春風專案」規定，十八歲以下學生，在無成年親友陪伴下，不得在公共場所遊蕩。

十一、上網安全：

寒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寒假期間孩子上網時間及行為，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。請各校就下列注意事項加以宣導，敦請家長協助，以引導學生正向使用網路。

- (一)進行親子溝通：可以參考健康上網一起來「一聽二規三動動，四感五慣六讚讚」原則，形成親子間對上網原則的共識。
- (二)管理上網時間：莫沉迷網路遊戲，注意網咖進出時間、使用內容及出入之安全。
- (三)遵守網路禮儀：保護自己及他人的隱私，網路互動需遵守一定的禮儀規範、勿濫用網路資源、尊重智慧財產權。
- (四)莫參與網路霸凌：拒絕被網路霸凌，也不要對他人網路霸凌。
- (五)遵循網路分級制度：下載使用「網路分級過濾軟體」，過濾不當資訊。
- (六)防治勒索病毒：不與他人共用帳號，保護帳戶密碼安全，定期修補更新作業系統及應用程式之漏洞，安裝安全評價較高的瀏覽器，資料備份異地備援。

(七)善用求助管道：iWIN 網路內容防護機構、台灣展翅協會 web547 網路檢舉熱線、web885 諮詢熱線、內政部警察署刑事警察局線上信箱等。

十二、網路賭博防制：

各級學校應提醒老師及家長共同主動關心學生校內、外的言行，並加強對學生的關懷與輔導，如發現學生有異常情事，即積極介入處置與輔導，避免因網路誘惑而落入陷阱或衍生其他偏差行為；若發現學生涉及網路賭博情事，應通知學校依據教育部校安通報作業要點即時通報與介入輔導，並由學校截取畫面及網址，提供本局通知警政單位查處，或向「iWIN 網路內容防護機構」提出反應，以防止學生接觸有害身心之網路內容，共同保護莘莘學子，營造純淨的學習環境。

十三、居家防火、用電安全：

為降低居家意外事故發生，學校應積極提醒學生注意居家防火、用電安全之重要性，利用火災案例教導學生遇火災時切勿慌張，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。各級學校應告誡學生點火器具並非玩具，不可把玩，並使學生了解玩火恐引起火災及傷亡。並應提醒家長有關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，以建立危機意識並維護學子居家安全。

十四、預防擄童及傷害學童案件發生：

鑑於曾發生意圖擄童及傷害學童案件，請學校加強國中以下學生自我保護教育，隨時提高警戒，並宣導善用愛心商店，及提醒家長針對學生寒假期間活動區域與行進路線進行安全評估，此外亦可藉由增加軟硬體安全監控設施，來減少安全死角，有效預防擄童及傷害學童案件發生。

十五、出國旅遊安全：

有關本市學生於寒假期間進行出國海外旅遊，請於出國前至下列網站登錄出國人員基本資料，以確保出國旅遊安全。

(一)至外交部領事事務局(網址：<http://www.boca.gov.tw/>)之出國登錄項下登錄出國人員基本資料。

(二)至教育部校安中心(網址：<https://csrc.edu.tw/>)/表報作業/各級學校戶外活動登錄系統登錄出國行程。

十六、防溺宣導：

本局製作防溺動畫短片及摺頁電子檔，請至「<https://goo.gl/pt78cw>」下載使用，防溺宣導短片請設有電視牆之學校務必善加利用播放宣導。另教育部提出「救溺五步、防溺十招」，請各校在學生離校前主動向學生宣導，可至「學生水域運動安全網」(<http://www.sports.url.tw/>)下載：

(一)救溺五步：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）。

(二)防溺十招：

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

(三)請學校務必督導所屬各班級，於寒假前透過朝會及班會等集會方式，並利用學校網站、簡訊及電子郵件、家庭聯絡簿等管道，加強宣導。

(四)「生命無價」！再次籲請各級學校重視水域安全，加強宣導不要前往無救生員之水域戲水，並羅列本市 25 處危險水域資訊如下，請加強宣導不要前往戲水，本局已結合市府各單位，針對危險水域加強巡邏共同為維護青年學子生命安全而努力。

高雄市海岸、港區、海堤危險水域一覽表

編號	海灘(岸)區域	編號	海灘(岸)區域	編號	海灘(岸)區域	編號	海灘(岸)區域	編號	海灘(岸)區域
1	旗津海岸公園海岸(旗津海水浴場外海域)	6	林園區中門海堤海岸	11	林園區汕尾漁港區海岸	16	永安區新港海堤(北段)海岸	21	梓官區蚵子寮漁港
2	旗津單車踩風大道海岸	7	林園區港埔、港嘴海堤海岸	12	林園區高屏溪出海口海岸	17	永安區永新港區海岸	22	梓官區通港路信蚵里海灘
3	西子灣海水浴場外海域(國立中山大學校區附近海岸)	8	林園西溪、中芸海堤海岸	13	茄萣區海岸復育防風生態公園(茄萣海堤海岸)(茄萣海堤海岸)	18	彌陀區彌陀海堤、漂底海堤海岸	23	楠梓區後勁溪出海口海灘
4	鼓山區柴山海岸	9	林園區中芸漁港內海灘海岸	14	茄萣濱海公園海岸(崎漏海堤海岸)	19	彌陀區南寮海堤海岸	24	高雄港區
5	小港區南星計畫區及港區海岸	10	林園區東西汕海堤海岸	15	茄萣興達港區海岸	20	梓官區赤崁、蚵子寮海堤海岸	25	左營軍港

(五)海邊戲水注意事項

- 不到野溪、湖泊、深潭及海邊戲水。
- 應在設有救生人員值勤的海域戲水，勿超越警戒線並聽從指揮。
- 若不熟悉海域深淺、海象狀況，切勿貿然下水。
- 海中有洋流、波浪，增加危險變數。
- 勿貿然下水救人，同伴溺水應立即撥打 119 求救。

(六)善用各項網路資源，掌握資訊，做好事前準備：

- 1、「內政部消防署全球資訊」：<http://http://www.nfa.gov.tw/cht/index.php>。
- 2、「中華民國紅十字會網站」：<http://www.redcross.org.tw/>。
- 3、中央氣象局全球資訊網查詢「瘋狗浪」：<http://www.cwb.gov.tw>。
- 4、教育部「學生水域運動安全網」：<http://www.sports.url.tw/>。

十七、學生發生意外事件之通報與聯繫管道：

學生於寒假期間發生各類意外事件，可運用各級學校校園安全聯繫電話請求協助。各級學校於獲知學生發生意外事件時，請依教育部「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校安中心，校安中心有專責值勤人員實施24小時服務，教育部專線電話：(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)23398219。高雄市教育局24小時專線電話：0800775885；(07)7995678分機3125-3130。

十八、病毒性腸胃炎防治：

- (一)不生食、不生飲、戴口罩及養成勤洗手之良好個人衛生。
- (二)對有疑似病毒性腸胃炎症狀者，除了注意補充水分、電解質及營養，儘可能選擇容易入口及無刺激性的飲食，並建議其依醫師指示接受治療。
- (三)照顧或接觸病患前後均應澈底洗手，即使脫除手套後亦應洗手，減少感染事件之發生；病患之嘔吐物及排泄物均可能帶具有高濃度病原，應小心處理，清理受汙染的環境後也應立即洗手。

十九、腸病毒防治：

- (一)勤洗手，打噴涕或咳嗽時應掩口鼻，提倡點頭、拱手問候運動，不要握手，養成良好個人衛生習慣。
- (二)洗手時機：吃飯前、上完廁所後、就醫後、接觸嬰幼兒前、玩遊戲後、放學前、回家後等。
- (三)如有不適症狀應儘速就醫。

二十、流感防治：

- (一) 預防流感最有效的方法就是按時接種流感疫苗。
- (二) 維持手部清潔、咳嗽或打噴嚏後應立即洗手。
- (三) 注意呼吸道衛生及咳嗽禮節，有呼吸道症狀時戴口罩，當口罩沾到口鼻分泌物時立即更換。打噴嚏時，用面紙或手帕遮住口鼻，或用衣袖代替。
- (四) 有流感症狀立即就醫，在家中休養，儘量不上班、不上課，並依醫囑服用藥物。
- (五) 流感流行期間，減少出入公共場所或人多擁擠地方。
- (六) 注意飲食均衡、適當運動及休息，以維護身體健康。

二十一、預防狂犬病：

不碰觸、逗弄野生動物，不撿拾生病的野生動物、屍體，有任何疑問請洽詢各地動物防疫機關，或衛生福利部疾病管制署 0800-761-590；一旦被動物咬傷時，請遵循 1 記、2 沖、3 送、4 觀：

- (一) 記：保持冷靜，牢記動物特徵。
- (二) 沖：用大量肥皂、清水沖洗15分鐘，並以優碘消毒傷口。
- (三) 送：儘速送醫評估是否要接種疫苗。
- (四) 觀：儘可能將咬人動物繫留觀察10天。若其兇性大發，不要冒險捕捉。
- (五) 被動物咬傷後，到哪裡就醫：
 - 1、請至疫苗儲備醫院就醫，各縣市均有施打點；請至「衛生福利部疾病管制署（民眾版）」查詢(網站：<http://www.cdc.gov.tw/>)。
 - 2、高風險民眾暴露後需接種 5 劑疫苗，且於發病前接種防護效果接近百分之百。

二十二、水痘防治：

- (一) 勤洗手，打噴涕或咳嗽時應掩口鼻，養成良好個人衛生習慣。
- (二) 如有發燒、疲倦及皮膚出現紅疹等症狀，請通報衛生所，並立即採取隔離措施，避免傳染他人，在家自主隔離直至全身水泡結痂變乾為止。
- (三) 接種疫苗為預防水痘的最佳方法。
- (四) 居家房間、器物地祇使用500PPM漂白水清潔消毒，保持室內外通風。

二十三、落實各項節約能源作為：

- (一) 採取分區責任管理制度，依所負責區域關閉不需使用之電燈，並養成隨手關燈之習慣，長時間不使用電器設備時應切掉電源，減少待機損失。
- (二) 推行步行運動，上下三樓層以內儘可能不搭電梯。