

花蓮縣明廉國小 113 年寒假期間學生活動安全注意事項

一、重要日期提醒

- (一) 1 月 19 日 (星期五)：休業式 (12:30 用完午餐後放學)
- (二) 1 月 20 日 (星期六)：寒假正式開始。
- (三) 2 月 16 日 (星期五)：正式開學上課，供應午餐。
- (四) 2 月 17 日 (星期六)：補行上班上課，供應午餐。

★ 請按時書寫寒假作業，並隨時注意本校網頁公告事項【學校網址：

<http://www.mleps.hlc.edu.tw/>】

二、安全事項宣導

寒假期間，請小朋友也要「愛惜自己、尊重他人」，注意平時言行禮貌，以下幾點請詳讀後檢視，並提醒自己確實做到：

1. 出門要向父母說明去處並結伴同行；回家要面見父母，以免父母擔心；如遇危險應大聲呼救，且跑向人群聚集處以保安全。
2. 不到偏僻場所、不在深夜獨自外出，以免歹徒有機可乘夜間 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。
3. 寒假期間作息要正常，不可沉迷於玩手機、玩線上遊戲、看電視，要規律運動並幫忙做家事。上網要管理時間，注意網路禮儀及安全，網路詐騙不上當，莫參與網路霸凌。
4. 注意寒流動向並做好禦寒工作，使用瓦斯要保持良好通風，以防一氧化碳中毒；如有頭昏、噁心、嗜睡等情況，立即打開通往室外的窗戶通風，並打 119 或向親友師長求助。
5. 注意防火、防盜、防災及用電安全。外出前檢查瓦斯爐、門窗；在家時保持室內通風。打火機及點火槍等點火器具並非玩具，不可把玩。
6. 勿任意把玩或購買非適用年齡之遊戲用槍商品。
7. 過年期間，如出入人潮較多之場所，請遵守國內規定的防疫措施，預防 COVID-19、腸病毒、腸胃性感冒：
 - (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) 避免出入人潮擁擠、空氣不流通之公共場合，如有需要，也請維持安全社交距離。
 - (3) 戴口罩時，須確實摀住口鼻，鼻樑片的鐵絲輕壓，使口罩服貼。
 - (4) 時時注意個人衛生，勤洗手、戴口罩，注意飲食均衡。
 - (5) 每天請進行自主健康管理，量體溫！
 - (6) 若有身體不適，請盡速就醫。
8. 注意交通安全：
 - (1) 穿越馬路請走行人穿越道。
 - (2) 騎乘腳踏車、機車務必戴上安全帽。電動自行車不得載人(含小朋友)，違規處以 300 元至 600 元罰鍰。
 - (3) 搭乘汽車前後座務必繫上安全帶。
9. 不接受陌生人的物品及飲料，因好奇心嘗試來源不清楚的糖果、餅乾等，不是醫師開立的處方藥物不要輕易使用。
10. 努力達到「85210」目標，每天睡滿 8 小時，天天 5 蔬果，天天運動 30 分鐘，四電少於 2 (用活動 60 分鐘取代久坐)，不喝含糖飲料 (喝足白開水，拒絕垃圾食物)。

11.注意室內外活動安全:

- (1)水域安全：從事水域活動皆具有風險，請務必選擇具有救生設備及救生員值勤之合格合法場域並遵守相關規則。救溺 5 步：叫（大聲呼救）、叫（呼叫 119、118、110、112）、伸（利用延伸物，如竹竿、樹枝等）、拋（拋送漂浮物，如球、繩、瓶等）、划（利用大型浮具划過去，如船、救生圈、浮木、救生浮標等）。
- (2)從事戶外活動要遵守秩序，考量身體狀況不要逞強，並做好安全防護。
- (3)到室內場所休閒時，請注意逃生路線及消防器材之位置。

12.性侵害、性騷擾或性霸凌防護守則:

- (1)「五不」包括不違反意願、不聽從自拍、不倉促傳訊、不轉寄私照、不取笑被害人。
- (2)「四要」包括要告訴師長、要截圖存證、要記得報警、要檢舉對方。
- (3)從事戶外活動要遵守秩序，考量身體狀況不要逞強，並做好安全防護。
- (4)到室內場所休閒時，請注意逃生路線及消防器材之位置。

13.防詐騙:

- (1)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。
- (2)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。善用通訊軟體的安全設定，如關閉「允許自其他裝置登入」功能。
- (3)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。

14.校園安全:

- (1)請務必結伴同行，避免單獨到校園偏僻的死角，確保自身安全。
- (2)確認接送者是否為家長或熟識之人員。
- (3)學生於校外遭遇陌生人或發現可疑人物，應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。亦可向鄰近「愛心服務站」尋求協助。

三、相關資源

寒假期間如有需要聯繫或幫忙的事項，小朋友們還是可以打電話到學校來喔！平時也可以和同學保持聯絡並相互關心寒假生活，期待開學再次看見健康、快樂的大家！

- 1.學校電話：03-8569088
- 2.救災防護報案專線：119
- 3.兒童婦女保護專線：113
- 4.警政署反詐騙專線：165



本校安全注意事項公告

祝福明廉的每一位學子與家長們都有一個健康、安全又愉快的寒假假期！

～明廉國小關心您～

