# 花蓮縣玉里鎮長良國小114年暑假學生活動安全須知

## 一、安全防制重點

1. **詐騙防制**

• 加強反詐騙宣導，提升學生法治觀念與警覺力。  
• 鼓勵使用「警政服務APP」、「165全民防騙網」、LINE防詐群組。

1. **交通安全**

• 騎乘機車、電動車、自行車時應注意安全，戴安全帽、不酒駕、不超速。  
• 加強行人安全意識與防無照駕駛。

1. **工讀安全**

• 遵守「三要七不」原則，如不繳錢、不辦卡、不非法工作。  
• 遭遇求職陷阱可尋求地方勞工局協助。

1. **活動安全**

• 室內活動熟悉逃生路線，避免進入不當場所。  
• 戶外活動注意「防溺10招」、「救溺5步」，登山需訂定計畫與投保保險。

**五不（五件不要做的事）：**

* **不長時間玩水**：玩水時間太久會累，容易發生危險。
* **不疲勞下水**：太累的時候不要下水，會沒有力氣游泳。
* **不跳水**：水底不清楚，可能有石頭或很淺，容易撞傷。
* **不單獨玩水**：要有大人在旁邊，才安全。
* **不嬉鬧推人**：推人下水很危險，可能會嗆水或撞到。

**五要（五件一定要記得的事）：**

* **要選合法安全的戲水地點**：去有救生員、有標示的地方玩水才安全。
* **要下水前暖身**：先做運動，避免抽筋。
* **要注意天氣變化**：下雨或打雷就不要玩水。
* **要冷靜應對突發狀況**：有事先大聲求救，不慌張。
* **要小心觀察周圍環境**：水流快、有垃圾或水草的地方都不可以靠近。

### 救溺5步：****叫、叫、伸、拋、划****

* **叫（大聲呼救）**  
  　看到有人溺水，\*\*第一件事是大聲喊「有人溺水！」\*\*讓附近的人知道發生了緊急狀況。
* **叫（打電話求救）**  
  　立刻打119、110 或 118（海巡）請專業救援人員來幫忙。
* **伸（伸出長物幫忙）**  
  　用**竹竿、樹枝、球拍、掃把**這類長長的東西給溺水的人抓，不要自己跳下水！
* **拋（拋出漂浮物）**  
  　把可以浮起來的東西**丟過去讓他抓住**，像是水桶、寶特瓶、球、救生圈等。
* **划（利用浮具划過去）**  
  　如果你真的會游泳，也\*\*一定要帶浮具（像救生圈、小船）\*\*才能划過去幫忙，**千萬不要空手下水！**

1. **藥物濫用防制**

• 小心新興毒品偽裝、避免接觸陌生物品。  
• 可撥打0800-770-885求助。

## 二、學生身心健康與安全維護

1. **校園與人身安全**

• 強化校園門禁與巡邏，提升安全警覺。  
• 發現跟蹤騷擾立即報警，使用宣導資源與手冊。

1. **居住安全**

• 防火、防電、防一氧化碳中毒，裝設住警器。  
• 賃居學生應注意瓦斯及電器使用安全。

1. **網路與資訊素養**

• 加強資訊素養與時間管理教育，避免過度沉迷網路。  
• 留意網路賭博與詐騙，發現立即通報並輔導。

1. **犯罪與性剝削防治**  
   • 教導學生「不拍、不傳、不收」裸照，若受害應向性影像處理中心通報。
2. **健康防疫與生活習慣**

• 防疫重點：勤洗手、戴口罩、注意飲食與水源安全。  
• 注意高溫熱傷害預防。

1. **自殺防治**

• 建立求助意識與關懷機制，運用安心專線1925。  
• 提醒家長參閱預防手冊並及時協助學生。

1. **意外事件通報**

• 學校假期中應落實學生關懷與事件通報。  
• 發生意外事件須於24小時內通報，重大事件需2小時內通報教育主管機關。