

嘉南藥理大學 111 年寒假學生活動安全預防注意事項

寒假即將到來，為維護同學們的健康及安全，請同學們加強安全預防工作，建立正確的自我安全防護觀念，並從事有益身心之休閒活動，避免涉足不良場所或從事無安全規劃之工作，肇生意外事件。

一、新冠肺炎防疫注意事項：

- (一)因新型冠狀病毒肺炎國際疫情仍嚴峻，鼓勵同學以電話、視訊拜年，或線上聚會等方式聯繫感情，避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所，以防呼吸道傳染疾病傳播。倘仍需出入公共場所，應保持室內 1.5 公尺、室外 1 公尺安全社交距離，並請勤洗手、注意手部衛生、咳嗽禮節；如有呼吸道症狀時，請在家休息或儘速就醫。
- (二)大型活動當天仍處居家隔離、居家檢疫、加強自主健康管理及自主健康管理期間者，以及有發燒、呼吸道症狀、腹瀉、嗅味覺異常等疑似症狀之人員，均不得參加活動。
- (三)參與大型活動人員於活動期間(含室內、室外)應全程佩戴口罩，除補充水分外，禁止飲食，並請攜帶手機及維持開機，以利通知防疫相關訊息。請持續留意及遵守中央流行疫情指揮中心最新防疫規定(網址：<https://www.cdc.gov.tw>)。

二、活動安全：同學於寒假期間往往會從事大量的休閒活動，依活動場地的不同，區分為室內活動及戶外活動注意事項：

- (一)室內活動：室內活動包含圖書館、電影院、百貨公司賣場、KTV、室內演唱會和團體活動等，從事該項活動時，首應注重逃生路線及逃生設備的熟悉，如消防(逃生)器材及滅火器、緩降機等之使用方式，以確保活動時之安全。其次，同學應避免前往舞廳、夜店等出入份子複雜的場所，以免產生人身安全問題。
- (二)戶外活動：寒假期間同學從事各類戶外活動，首先應注意天候變化及熟悉地形環境，近來登山意外頻傳，登山活動應注意事項如下：
 - 1、登山前應充分了解登山潛在風險，及山域事故救援困難，請審慎評估自身能力、體力及天候狀況等條件，選擇合適山域。
 - 2、請注意有無申請許可之規定，如有應依法辦理申請入山、入園，並攜帶適合支裝備，及擬定登山計畫，投保相關保險以充分保障自身安全。
 - 3、登山途中也應充分注意山域或設施相關警告及標示。
 - 4、同學於寒假期間學校辦理 2 日(含)以上戶外活動情形，請各社團負責人於活動 e 化系統內登錄，校安中心將予以登錄。

從事戶外戲水應注意「防溺水 10 招」及正確救人之「救溺 5 步」：

1、防溺水 10 招(五不五要)：

- (1) 不長時：不要長時間浸泡在水中，小心失溫。
- (2) 不疲累：身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳。
- (3) 不跳水：避免做出危險行為，不要跳水。
- (4) 不落單：不要落單，隨時注意同伴狀況位置。
- (5) 不嬉鬧：不可在水中嬉鬧惡作劇。
- (6) 要合法：戲水地點需合法，要有救生設備與人員。
- (7) 要暖身：下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水。
- (8) 要注意：注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水。

(9) 要冷靜：加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆。

(10) 要小心：湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心。

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）。

(三) 系科宿營及營隊活動：

請各系或系學會於辦理系宿營或營隊等相關活動時，應以教育目的為優先考量，並善盡輔導責任，引導學生正向發展，且相關活動應維護學生學習權、受教權、身體自主權、人格發展權及人身安全，並應避免性別偏見或性別歧視，俾增進學生之健全人格發展，共同營造友善校園。

三、工讀安全：

寒假期間同學打工可參考勞動部「職場高手秘笈」勞動權益教育宣導手冊，遵循三要準備、七不原則—「要確定、要存疑、要告知」、「不繳錢、不購買、不簽約、證件不離身、不非法工作、不飲用、不辦卡」，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；另上開秘笈已置於勞動部官網

(<https://www.mol.gov.tw>)便民服務專區及本部青年發展署「RICH 職場體驗網」

(<https://rich.yda.gov.tw>)工讀權益專區可供運用。

四、交通安全：

(一) 根據本部校安中心的統計顯示，校外交通意外事故為學生意外傷亡的主要原因。寒假期間同學可能因為參加活動、打工兼職等因素，增加使用交通工具的機率，因此同學騎乘機車、自行車等一定要注意自身安全，駕駛期間應遵守交通規則，減速慢行，切勿酒後駕車、疲勞及危險駕駛，以策安全。

(二) 同學可參與交通部機車駕訓補助計畫，透過正規的機車教育訓練，建立正確騎乘觀念，減少交通意外事故，並善用「機車危險感知教育平台」，提升防禦駕駛能力，養成安全駕駛習慣。

(三) 交通安全注意事項：

1、請切實遵守交通安全5大守則：

(1) 熟悉路權、遵守法規。

(2) 我看得見您，您看得見我，交通才會安全。

(3) 謹守安全空間--不作沒有絕對安全把握的交通行為。

(4) 利他用路觀--不作妨礙他人安全與方便的交通行為。

(5) 防衛兼顧的安全用路行為--不作事故的製造者，也不成為無辜的事故受害者。

2、自行車道路安全：

請配戴自行車安全帽，行進間勿使用行動電話，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、並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、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，避免過於靠近行駛於大型車前或併行，以維護生命安全。

五、居住安全：

（一）居家防火、用電安全：

為降低居家意外事故發生，同學應注意居家防火、用電安全之重要性，遇災時切勿慌張，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。

1. 有關居家防火安全請至內政部消防署網站

(<https://www.nfa.gov.tw/cht/index.php?code=list&ids=301>)，參考並請多加利用「居家消防安全診斷表」。

2. 居家用電安全，請至台灣電力公司(電力生活館)網站

(https://www.taipower.com.tw/tc/news_noclassify.aspx?mid=323)，參考用電安全知識。

（二）賃居安全：

使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，要注意室內及走廊空氣流通，使用時切忌將門窗緊閉，或晾曬之衣物阻擋換氣通風窗口，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。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。此外，為防範一氧化碳中毒，於安裝熱水器時，可參考內政部消防署網站「居家安全診斷表」

(https://www.nfa.gov.tw/cht/index.php?code=list&flag=detail&ids=286&article_id=745)，以落實防範一氧化碳中毒。

六、校園及人身安全：

（一）學校已強化校園門禁安全管制、巡邏措施及監視（錄）器材及緊急求救鈴設備等設置，並與警察單位簽署「維護校園安全支援約定書」，同學如在校遇陌生人或可疑人物，應立即通報校安中心。

（二）寒假期間如要回校，請勿單獨或太早到校，課餘時，避免單獨留在教室；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。也不要太晚離開校園，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。

（三）如於校內外遭遇陌生人或發現可疑人物，應立即通知師長或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。另夜間返回租屋處尤須注意門戶安全及可疑份子；行經偏僻昏暗巷道時，應小心不明人士跟蹤尾隨，並隨身攜帶個人自保物品

如防狼噴霧劑、哨子等，以備不時之需。

七、藥物濫用防制：

- (一) 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，亦多為二種以上的毒品混合，造成更大的危險性及致死率（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/>）。
- (二) 請同學於寒假期間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。
- (三) 倘不幸誤觸毒品，可向家長或學校師長聯繫尋求協助，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) 為防杜藥頭危害校園安全，請大家多加留意關心，提供情資協助檢警循線查緝，打擊校園及社區藥物濫用情形，以營造「健康校園」。

八、詐騙防制：

- (一) 寒假期間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。
- (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。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) 近年來詐騙集團盜用帳號後假冒親友借錢案件也越來越多，同學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；若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) 家長及師生可透過查詢內政部警政署「165 全民防騙」網站公告資訊(網址 <http://www.165.gov.tw/index.aspx>，或由本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，或 165 全民防詐騙臉書 (www.facebook.com/165bear) 或 CIB 局長室臉書 (www.facebook.com/cibcom001)，以避免受騙上當。

九、網路沉迷及網路賭博防制：

寒假期間，同學閒暇的時間變長，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，因此更容易使得同學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，在此要提醒同學們節制上網時間及行為，培養正確的網路使用態度與習慣。另外也請同學不可參加任何形式的網路賭博。

十、犯罪預防：

(一)同學切勿從事違法活動如：飆車、吸食毒品、竊盜、販賣違法光碟軟體、從事性交易（援交）等。近年來逐漸增多的電腦網路犯罪事件，如：竊取他人網路遊戲虛擬貨幣及道具、網路賭博、入侵他人網站竊取或篡改資料等，均屬犯罪行為，同學應尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。

(二)遊戲用槍防制：

近年來市面上遊戲用槍購得容易，若使用不當易造成傷害，請勿任意把玩或購買此類商品，以免後遺。

十一、學生發生意外事件之通報與聯繫管道：

同學們於寒假期間發生各類意外事件，可運用學校校園安全及災害防救機制聯繫電話請求立即、有效之協助外，各位師長或同學們若獲知有同學發生意外事件時，可隨時通知本校校安中心(緊急聯絡電話：專線 06-2667328 或 06-2664911 轉 1580)，校安中心將 24 小時全天候無假日的協助同學處理相關事務。若是同學在台南市以外的地方有需要協助，亦可請各縣市的教育部聯絡處或高中職以上學校的教官協助處理，各校教官也必將全力支援同學們的需求。

敬祝大家

寒假愉快、新春如意

嘉南藥理大學 敬啟 110.12.31