

東南科技大學 111 年暑假 學生生活動安全預防宣導注意事項

暑假將至，為維護各位同學健康及安全，請注意下列各項安全事項及預防工作，勿涉足不良場所或從事無安全規劃之工作，以免肇生意外事件：

一、新冠肺炎防疫注意事項：

- (一)國內新冠肺炎疫情進入流行階段，應配合中央流行疫情指揮中心戴口罩規定，除例外情形時得免戴口罩外，外出時仍應全程佩戴口罩，並自主落實防疫措施，維持個人衛生好習慣，勤洗手、保持社交距離、出入公共場域落實體溫量測等相關措施，可下載並使用「臺灣社交距離APP」，保護自己也保護他人，共同維護國內社區安全。
- (二)確診COVID-19、快篩陽性、居家隔離、居家檢疫、自主防疫、加強自主健康管理、自主健康管理等，應依照中央流行疫情指揮中心相關照護及防疫規定辦理；如有發燒、呼吸道症狀、腹瀉、嗅味覺異常等疑似症狀，請勿搭乘大眾運輸，在家休息或儘速就醫。
- (三)暑假期間如有進行課程，請依照教育部最新「校園因應『嚴重特殊傳染性肺炎』（COVID-19）疫情調整授課方式實施標準」規定(網址：<https://cpd.moe.gov.tw>)上課。
- (四)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(疫情警戒解除時)：

同學於暑假期間如從事休閒活動，依活動場地的不同，區分為室內活動及戶外活動：

(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，首先應選擇安全無疑慮之場所並熟悉逃生路線及逃生設備，同學要熟悉相關消防(逃生)器材操作，如滅火器、緩降機等，並以保護自身安全為原則，確保從事室內活動時之安全。避免涉足不正當場所，以免產生人身安全問題。

(二)戶外活動：

暑假期間仍需遵守中央疫情指揮中心相關規定，關於戶外活動知識，尤其山域、水域的活動，應做好風險評估與安全管理。

從事登山或山野教育活動，應做好充分準備，審慎評估，並應具備下列有關體能、態度、知識、裝備、技能等五大基礎：

1. 登山者應充分鍛鍊體能，並且持續性的練習。
2. 參加人員應瞭解登山前的準備工作是確保安全的唯一途徑，積極準備事前工作，另須研讀目標山區環境與活動風險，並瞭解團隊間溝通和互助的重

要性。

3. 登山前應充分瞭解登山的潛在風險，選擇合適的山域，查詢天氣、地形、路線路況、鄰近救援與醫護資訊等，組成安全性高的隊伍結構。另請注意登山路線有無入山、入園申請之相關規定，登山途中應注意山域或設施相關警告及標示。
4. 請攜帶適合的登山衣著、糧食、飲水、背包、鞋子、手杖及通訊設備等相關裝備，充分準備之後再出發。擬定詳實的登山計畫書，投保相關保險，充分保障參加人員的安全。
5. 行進間須注意調節呼吸及步伐節奏，確實掌控速度及讀圖定位；活動有專業人力能因應緊急事故的風險評估與危機處置，並熟悉急救與相關醫護藥品等處置方式。

從事水域活動例如在游泳池、開放水域游泳或戲水，應注意「防溺10招」及正確救人之「救溺5步」：

1. 防溺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：

同學辦理系科宿營或營隊等相關活動時，應以教育為目的之正向發展為主導，應安排行前講習，避免發生校園性侵害、性騷擾或性霸凌等事件，活動應維護同學學習權、受教權、身體自主權、人格發展權及人身安全，避免性別偏見或性別歧視，俾增進同學之健全人格發展，共同營造友善校園。

三、工讀安全：

暑假期間打工可參考勞動部「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/service/16476/>)及教育部青年發展署「RICH 職場體驗網」(<https://rich.yda.gov.tw>)職場權益專區可供運用。

四、交通安全：

- (一)根據統計顯示，校外交通意外事故為學生意外傷亡的主要原因。暑假期間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，因此需特別提醒同學騎乘機車、電動自行車、自行車等務必注意自身安全，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)同學可參加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臺」，提升防禦駕駛能力，養成安全駕駛習慣。
- (三)為維護同學從事校外教學活動安全，請遵守教育部頒布「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，可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，供同學參考運用，以確保乘車及交通安全。
- (四)交通安全注意宣導事項：
 - 1.請切實遵守交通安全教育5項守則：
 - (1)第一守則：熟悉路權、遵守法規。
 - (2)第二守則：我看得見您，您看得見我，交通才會安全。
 - (3)第三守則：謹守安全空間--不作沒有絕對安全把握的交通行為。
 - (4)第四守則：利他用路觀--不作妨礙他人安全與方便的交通行為。
 - (5)第五守則：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、並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. 電動自行車安全：請正確配戴安全帽、不可附載坐人、行車時勿當低頭族、勿以手持方式使用行動電話、行駛慢車道，不可行駛人行道或快車道、路口禮讓行人、不可擅自增、減、變更電子控制裝置或原有規格，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。
5. 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。
6. 防範無照駕駛違規：由於無照駕駛已經造成車輛與行人的危險，如經查獲，將依據道路交通管理處罰條例第21條第1項第1款規定，處新臺幣六千元以上一萬二千元以下罰鍰，並當場禁止駕駛。

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。如遇火災發生時，應保持冷靜鎮定，立即通知周圍人員，並且撥打119報案，報案時應告知火災正確地址、人員所在樓層位置，以及有無人員受困。受困火場切勿慌張，以及切勿躲在衣廚、浴廁裡或床鋪下等不易發現場所。點火器具並非玩具，不可把玩，否則恐引起火災及傷亡。同學應了解避難逃生路線及逃生避難原則，以建立危機意識，維護居家安全，有關防火常識。

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>)，參考並請多加利用「居家消防安全診斷表」。

2. 另居家用電安全，請至台灣電力公司(電力生活館)網站

(<https://www.taipower.com.tw/tc/index.aspx>)，參考清潔保養篇、用電安全篇及居家生活篇等用電安全文宣知識。

（二）賃居安全：

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. 同學校外租屋，務必注意電器、瓦斯熱水器等使用安全注意事項並安裝住警器，以避免意外事件發生，此外，參考內政部消防署網站(<https://www.nfa.gov.tw/cht/index.php>)

有關「防範一氧化碳中毒居家安全診斷表」，以了解自我檢查方法，防範

一氧化碳中毒事件發生。

六、校園及人身安全：

基於防疫考量，如因故需到校學習，應依照「『COVID-19（新冠肺炎）』因應指引：自我健康監測、教室維持通風、保持社交距離及佩戴口罩等相關健康管理措施；暑假期間應配合學校作息，上學勿單獨太早到校，避免單獨至校園偏僻的死角，確保自身安全，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。若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。校外賃居同學尤須注意門戶安全及可疑份子，並配合防疫指引事項，避免不必要外出；另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哨子等，以備不時之需。

七、藥物濫用防制：

- (一)市面上新興毒品具有精美包裝之特徵，易降低施用者對於毒品的警戒性，且多為混合性毒品，尤其當含有PMMA(強力搖頭丸)成分致死率極高。此外俗稱「吸氣球」的笑氣(一氧化二氮)更會造成中樞及末梢神經損傷，嚴重者可能會肢體癱瘓，另環保署已將工業用笑氣納入毒管法之「關注化學物質」管理，吸食過量將危害人體健康(相關資訊可參考教育部防制學生藥物濫用資源網站<http://enc.moe.edu.tw/>)。
- (二)同學於暑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；假如同學不小心誤觸毒品，可與學校師長聯繫尋求協助(8662-5844丁教官)或電洽各縣市毒品危害防制中心諮詢專線，(家庭教育中心諮詢專線：412-8185)(戒毒成功免費專線電話：0800-770-885)。

八、詐騙防制：

- (一)暑假期間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，建議同學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。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)近年來詐騙集團盜用帳號後假冒親友借錢案件也越來越多，呼籲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；另同學如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)同學可透過查詢內政部警政署「165全民防騙」網站公告資訊(網址 <https://165.npa.gov.tw/#/>)，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。

九、網路賭博防制：

近期媒體報導學生疑似涉入網路賭博案件，受到社會的矚目與重視，並對莘莘學子造成不良影響，同學避免因網路誘惑而落入陷阱或衍生其他偏差行為。

十、犯罪預防：

(一)切勿從事違法活動如：

如飆車、竊盜、販賣違法光碟軟體、參加犯罪組織活動或從事性交易（援交）等。另近年來逐漸增多的電腦網路違法事件如：非法散布謠言影響公共安寧、違法上傳不當影片、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)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非適用年齡之遊戲用槍商品。

十一、宣導資訊素養與倫理教育：

暑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，因此更容易使得學生沉迷於網路世界或遊戲，近年來由於過度沉迷於手機遊戲，所以引發的病症也逐漸增多，特別是對肩頸、手腕與眼睛的傷害，提醒同學注意安全上網、網路使用行為及時間管理等問題，避免過度依賴3C產品，建立正確使用網路的態度、技能和習慣，養成健康上網好習慣。

十二、學生發生意外事件之通報與聯繫管道：

同學於暑假期間發生各類意外事件，可運用學校校園安全聯繫電話請求協助。校安中心有專責值勤人員實施 24 小時服務，**本校校安中心電話：(02)86625800 或行動電話：0933089655。**