**臺北市立至善國民中學109學年度第2學期 暑期注意事項**

**\*~~~~ 學務處小叮嚀 ~~~~\***

**衛生組**

1. 110學年度第1學期暑假返校打掃通知已請導師轉知學生並公告校網，倘若因疫情有所異動，將另行通知並公告校網。
2. 中央流行疫情指揮中心維持全國疫情警戒第三級至7月12日止，請共體時艱，共同抗疫，勤洗手、配戴口罩、減少外出、避免群聚，持續遵守最新防疫規定，並留意校網相關防疫公告。
3. 暑假期間請保持規律作息，均衡飲食，並適度運動。
4. 登革熱防治宣導
   1. 登革熱症狀：發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉關節痛、出疹等。
   2. 預防措施：加強周邊環境巡查，清除積水容器；穿著淺色長袖衣褲、使用防蚊藥劑，以避免蚊蟲叮咬。
5. 預防熱傷害宣導
   1. 熱傷害種類：熱痙攣、熱昏厥、熱衰竭和熱中暑。
   2. 熱傷害症狀：頭昏、頭痛、虛弱、口乾、肌肉疼痛、肌肉痙攣、嘔吐、反應變慢、渾身虛弱、皮膚燙、體溫高、失去意識等。
   3. 高危險族群：其實任何人都可能發生熱傷害，但其中又以嬰幼童、65歲以上長者、慢性疾病患者、戶外工作者為高危險族群。
   4. 預防方法：減少戶外活動及勞動，避免劇烈運動、注意防曬、多補充水份；室內保持通風及涼爽，適時採取人體或環境降溫的方法；穿著儘量選用寬鬆、透氣、淺色之棉、麻質衣物，以免吸收過多紫外線。

**生教組**

一、活動安全：(全國疫情警戒後)

（一）室內活動：

應熟悉包含電影院、KTV、MTV、團體活動的逃生路線及逃生設備，並請告誡同學避免前往網咖、舞廳、夜店等場所，以免產生人身安全問題。

（二）戶外活動：

從事各類戶外活動，應注意天候變化及地形環境之熟悉。勿至公告危險水域或無救生人員的地方進行活動，如此方能充分享受戶外活動之樂趣。

二、交通安全：

(一)一定要注意自身的交通安全，應遵守各項交通規則及號誌、標誌、標線與交通服務人員之指揮，以策安全。

(二)為維護學生於暑假從事校外教學活動安全，請連結交通部道安委員會「168交通安全」等相關網站並下載交通安全相關注意事項，以確保學生乘車及交通安全。

三、居住安全：

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。

四、校園及人身安全：(全國疫情警戒後)

加強學生安全意識，及被害預防觀念教育，應提醒學生暑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；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。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。

五、藥物濫用防制：

　　近年有不法份子將毒品以飲品隨身包(如咖啡包、奶茶包等)或休閒食品(如糖果、速食麵等)包裝，及運用網際網路引誘青少年集體轟趴嗑藥等案件逐漸增加，集體濫用迷幻藥恐肇生危險性行為，嚴重影響學子身心健康。請家長關心學生，於暑假期間應保持正常及規律之生活作息，切勿受同儕及校外人士引誘而好奇嘗試。

六、菸害防制：

「菸害防制法」已於98 年1 月11 日修正施行，提醒學生反菸、拒菸之重要性，並請家長充分配合，以維護學子身心健全發展。

七、詐騙防制：

(一)請提醒勿點選不明簡訊網址，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。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)家長或學生如接獲可疑詐騙電話或遇上歹徒意圖詐騙，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。

八、網路賭博防制：

請共同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，請通知學校依校安通報要點即時通報與介入輔導。

九、犯罪預防：

同學切勿從事違法活動如：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、違法上傳不當影片等，請加強學生網路使用認知素養，以免誤蹈法網。

十、網路沉迷防制:

提醒家長注意孩子的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。

十一、學生發生意外事件之通報與聯繫管道：

學生於暑假期間若發生任何意外事件，可告知學校請求協助或做適當處理。本校學務處電話為28411350\*30、31、32，傳真為28411941。

敬祝

假期愉快

學務處 關心您 110.07.02