

新北市崇光女中「104年學生暑假生活安全須知」暨家長聯繫函

親愛的家長：您好！

本校暑假自104年7月1日起至8月30日止。希望貴子女能保有良好正常之規律生活，以維護其身心健康，特請家長惠予共同輔導與督促。下列事項請提醒貴子女注意，並預祝有個充實而快樂的假期生活。

一、活動安全：

(一)室內活動：

1. 前往圖書館、電影院、百貨公司賣場、KTV、室內演唱會等室內活動，應熟悉逃生路線及逃生設備使用方式，以確保自身安全。
2. 請勿讓貴子弟涉足進出份子複雜之撞球場、舞廳、KTV、網咖及電動玩具店等場所，夜間22時以後依「春風專案」規定，不得在公共場所遊蕩。

(二)戶外活動：

1. 任何的戶外活動，除做好行前裝備檢查外，更應考量自身體能負荷，如此方能充分享受戶外活動之樂趣，減少悲劇意外事件發生。
2. 進行登山、溯溪、戲水或其他體育團體等戶外活動，應注意天候及地形之變化，如遇大潮、豪雨時，應立即停止一切戶外活動，以預防突發性危安事件。
3. 參加2日(含)以上戶外活動請事先向學務處報備。

二、工讀安全：

- (一)注意工讀廠商信譽，儘量選擇知名企業公司打工，並注意薪資、勞健保相關福利待遇措施是否完善。
- (二)注意工作場合危安因素，包括人、事、時、地等須確實了解評估，最好由家長陪同前往了解，避免肇生危安事件。
- (三)應徵謹記「七不原則」：不繳錢、不購買、不辦卡、不簽約、證件不離身、不飲用、不非法工作。
- (四)若發生受騙或誤入求職陷阱，可免費撥打勞動部勞動力發展署諮詢專線:0800-085-051 請求專人協助。教育部青年署「RICH 職場體驗網」亦有豐富工讀安全、工讀權益及面試技巧可供參考運用。

三、交通安全：

- (一)騎乘機車、自行車時，遵守交通規則及號誌、標誌、標線與交通服務人員指揮，減速慢行，以策安全。
- (二)搭乘大眾交通工具時，請注意候車、乘車以及上下車應注意的安全及禮節；並注意乘坐班車發車時刻，以免因時間緊迫發生穿越馬路或跨越火車月臺間鐵軌等危險行為。
- (三)獨自一人搭乘計程車時，請記得撥打電話給自己的親友，告知在何時、何處、搭乘計程車車號及司機姓名、預定抵達的目的地；或在友人陪伴下攔搭計程車，在上車同時告知友人計程車車號，以確保搭車安全。

四、居家安全：

- (一)居家防火、用電安全：
 1. 遇火災時切勿慌張，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。
 2. 請家長告知家中避難逃生路線，以建立危機意識，維護學子居家安全。
- (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，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，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. 請至內政部消防署網站下載「防範一氧化碳中毒居家防災安全診斷」參考。
- (三)人身安全：夜間返回租屋處或行經偏僻昏暗巷道時，應小心有無不明人士跟蹤尾隨，個人自保物品如防狼噴霧劑、哨子等應隨身攜帶，以備不時之需。

五、藥物濫用防制：

近年有不法份子運用網際網路引誘青少年集體轟趴嗑藥，集體濫用迷幻藥恐肇生危險性行為，增加感染性病及愛滋病機率，嚴重影響身心健康、家庭經濟、個人前途與社會治安。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慫恿而好奇嘗試。倘不幸誤觸毒品，請與學校師長聯繫尋求協助或電洽各縣市毒品危害防制中心諮詢(戒毒成功免費專線電話：0800-770-885)。教育部為提升學生及家長反毒知識，研編「暑假反毒知識學習單」(如背面)，請家長與貴子弟共同研讀討論回答學習單內容。

六、菸害防制：

「菸害防制法」及「戒菸教育實施辦法」已於98年1月11日修正施行，相關規定可逕上衛生福利部國民健康署菸害防制資訊網查詢(網址 <http://tobacco.hpa.gov.tw/index.aspx>)。

七、詐騙防制：

- (一)為避免成為歹徒以電話假綁架或假事故行真詐財的受害者，應建立安全使用智慧型手機的觀念，慎防帳號被歹徒所盜用，成為歹徒騙取朋友金錢的工具。勿沈迷網路遊戲及點選不明簡訊網址，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。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。如無使用小額付費功能之需求，可向電信公司要求關閉此手機功能，並且切勿代收簡訊。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。

八、犯罪預防：

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。非法散布謠言影響公共安寧、違法上傳不當影片、竊取他人網路遊戲虛擬貨幣及道具、入侵他人網站竊取或篡改資料等，網路使用認知應尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。

九、網路沉迷防制：

暑假期間學生閒暇的時間變長，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玩手机遊戲所引發的身心病症也逐漸增多，特別是對肩頸、手腕與眼睛的傷害，請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、學生發生意外事件通報與聯繫管道：

可運用本校校安電話:02-89113803 (此為緊急專線，無法代為轉接任何處室或老師) 通報，以尋求協助。

十一、其他：

1. 104年7月20~24日高二補考，7月24日高一補考，**補考同學一律穿著制服並攜帶學生證。**
2. 104年7月20日~8月21日高三暑期聯課活動，7月27日~8月21日高二暑期聯課活動。
3. 104年8月31日為註冊日，並舉行開學典禮，典禮結束後即正式上課。當天上午7時30分以前到校，實施服裝儀容檢查，請家長協助督導學生準時且服儀整齊到校上課。

敬祝

祺安

中華民國104年6月22日

新北市崇光女中學務處

敬啟

.....請沿虛線剪下.....

班級： 座號： 姓名：

家長簽名：

(回條請於104年6月30日週二放學前由班長收齊後，統一送至學務處生輔組彙整，謝謝配合！)

教育部104年紫錐花運動暑假反毒學習單-高中職版

為愛拒毒

親愛的同學：

你知道「紫錐花運動」的意涵嗎？

「紫錐花」是北美菊科植物紫錐菊，為北美印地安人治療蛇、蟲咬傷的敷料，經我國引用為「反毒」的代表花卉。藉由「紫錐花運動」，傳達「健康、反毒、愛人愛己」的拒毒觀念，呼籲全民勇敢反毒。

暑假即將來臨，在同學滿心期盼假期到來的同時，也可能是毒品勢力乘隙而入的危險時機。根據統計資料發現，「好奇」與「無知」是青少年吸毒的主要原因，而藥頭常散播不正確的資訊(例如：這個藥不會上癮，試試看，不喜歡就別用等說詞)，誘惑好奇心強的青少年使用毒品，其實，毒品都具有成癮性，對於使用者的心智與身體會造成極大的傷害(例如：腦神經受損、智力退化、肢體不協調、心臟機能受損、膀胱纖維化而需要終生包尿布或洗腎等)。有心人士會以青少年犯罪刑責較輕來誤導、唆使、引誘無知學生進行吸食毒品、販賣毒品等犯罪行為。事實上，在毒品危害防制條例及少年事件處理法中，對於未成年之犯罪均訂有相關的刑責。

各位同學都是自己身體的主人，應好好愛護自身健康，避免身心受到毒品的傷害，同時亦要勸諫週遭的人堅定拒絕毒品誘惑，成為一個「勇於向毒品說不」、「規勸朋友拒絕毒品」積極進取、自愛自信的健康國民。

【為愛拒毒~健康達人大挑戰】

請根據以下情境描述，回答相關問題：(為利後續綜整，請將答案填寫於虛線下方答案處，謝謝配合!!)



~悔不當初~

芋送伊因誤用毒品在醫院接受戒治，回想起事件發生的經過，心中仍覺得不安與驚恐…

她是一個單純、善良的女孩，在期末考完，覺得自己考得不理想而心情不好，朋友小莉知道後盛情邀請她來參加一場派對順便散散心，聚會過程中還有人熱心的分送不知名品牌、包裝精美的特調咖啡包、奶茶包，在歡樂中芋送伊毫無警覺的喝下別人遞來的飲料，突然間覺得頭昏、全身無力，醒來後發現自己行動自由被限制，並被「藥你命」犯罪集團強迫餵毒，欲以藥物控制她來從事非法行為，幸好被小莉及時通報警方而將她救出，警方於現場查獲許多摻有多種毒品的咖啡包、奶茶包、果凍…等，將「藥你命」犯罪集團一行人逮捕到案；醫生檢驗後發現芋送伊的身體內有毒品反應…。

《選擇題》請選出正確的選項代號：

- ()01. 芋送伊喝了飲料後，突然覺得頭昏、全身無力，此時的芋送伊應該怎麼做？
(A)不管它繼續喝 (B)運用各種方式馬上求救，並儘速離開現場
(C)聚會的地方是公共場所，出入的人很多，沒有什麼關係 (D)不必理會，只要休息一下就會好
- ()02. 醫生檢驗後發現芋送伊喝下摻有FM2(俗稱「約會強暴藥」)、神仙水成份的飲料，下列何者是對這些毒品的敘述？
(A)有些毒品無色無味，加入飲料後不易察覺，所以對於來路不明的飲料或食品要提高警覺
(B)即使多種毒品混摻，但還是可以被檢驗出來，所以下毒者不要心存僥倖
(C)有些毒品會造成短暫性失憶，危害人身安全 (D)以上皆是
- ()03. 為避免聚會中誤飲摻入毒品的飲料，應採取下列哪種方式？
(A)喝透明無色的飲料，就不會有被摻入毒品的可能 (B)如有陌生人幫我們倒的飲料，為表示禮貌一定要喝
(C)應自備飲料，最好不飲用他人準備的飲料 (D)看朋友喝都沒事，我的飲料應該也沒問題
- ()04. 參加派對或聚會時，你應該要注意下列哪些事項？
(A)應先瞭解參加派對的人員、性質、環境背景，以避免危險
(B)應告知家人或朋友你的活動去處、時間及聯絡人，最好要結伴同行，彼此照應
(C)不隨便接受陌生人或來路不明的飲料、食物，因為裡面可能隱藏著危險 (D)以上皆是
- ()05. 如果你是小莉，見到好朋友芋送伊因考試表現不佳而心情不好時，以下選項何者為最佳建議？
(A)陪她抽菸、吃檳榔、喝酒解悶 (B)陪她去夜店放鬆
(C)邀她一起去飆車 (D)提供她情緒抒解的建議，例如：找老師、家長或同學傾訴，亦可做些適度的運動、聽聽音樂等
- ()06. 如果懷疑自己在不知情的狀況下誤食毒品，該如何尋求協助？
(A)告知師長或家人。 (B)撥打戒毒成功專線電話0800-770-885 (請請你-幫幫我)
(C)洽詢各縣市毒品危害防制中心合作之藥癮戒治醫療機構 (D)以上皆是
- ()07. 如何看穿「有人免費分送摻有毒品的隨身包或食物給大家使用」背後的詭計呢？
(A)要降低你的戒心，引誘你嘗試使用 (B)讓你成癮後，再用毒品控制你
(C)有計畫的擴大毒品使用人口，違法牟取暴利 (D)以上皆是
- ()08. 如果有人拿一包裝有不明粉末的咖啡包要免費送給你，你應該採取下列哪一種作法？
(A)既然免費，不拿白不拿 (B)懷疑這裡面可能摻有毒品，並找機會立即通知老師及家長
(C)收下後自己不用，轉送給朋友 (D)很多人都拿了，我也想試試
- ()09. 下列哪些是藥頭誘騙他人使用毒品的手段，你我必須提高警覺。
(A)以精美的包裝(如：咖啡包、奶茶包…等)，躲避警方查緝並降低你的戒心 (B)摻入到食物或飲料中，讓你不小心飲用
(C)先提供你免費試用包 (D)以上皆是。
- ()10. 下列有關藥物濫用的危害，其中(甲)個人身體器官功能受損；(乙)經濟負擔加重；(丙)造成社會治安問題；(丁)解除心理情緒壓力的好方法等4個選項中，哪些描述較正確？
(A)甲乙丙 (B)甲乙丙丁 (C)甲丙丁 (D)乙丙丁

.....請沿虛線剪下.....

【為愛拒毒~健康達人大挑戰】~悔不當初~答案 01.() 02.() 03.() 04.() 05.()
06.() 07.() 08.() 09.() 10.()