

新北市崇光女中「105年學生寒假生活安全須知」暨家長聯繫函

親愛的家長：您好！

本校寒假自105年1月21日起至2月14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. 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：

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，依規定養成戴安全帽、不超載，並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，避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「寒假反毒知識學習單」(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>)。請家長配合提醒學生反菸、拒菸之重要性，以維護學子身心健全發展。

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：

寒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. 105年1月21-27日為寒假輔導課。1月28日高中補考，補考同學一律穿著制服並攜帶學生證。
2. 105年2月15日為註冊日並舉行開學典禮，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105年1月5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105年1月15日週五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105年紫錐花運動寒假反毒學習單

高中職版

親愛的同學：

寒假即將來臨，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。



【反毒劇場】

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!!)

~~危險的慶生派對篇~~

阿東 17 歲生日，朋友們特地訂了一間 KTV 包廂，邀請許多好友幫他慶生，大家熱鬧歌唱、歡樂之餘，阿東的好朋友阿明拿出一包愷他命(K他命)，並說自己吸食之後感覺很酷，想跟大家分享，要大家一起用看看，幾個朋友看到後都露出驚訝的表情…阿明說應該讓壽星阿東先試試，阿東看著那包愷他命(K他命)，心裡感到不安不知如何是好…

- () 01. 阿明拿出愷他命(K他命)給壽星阿東先來試試…如果你是阿東，你應該怎麼想較為正確？
(A) 吸毒不但違法、傷身還會成癮，一次也不可以嘗試 (B) 偶爾使用毒品不會上癮
(C) 從來沒體驗過這樣的感覺，大家一起用看看 (D) 只在KTV使用一次，應該不會觸法
- () 02. 如果使用了阿明所推薦的愷他命(K他命)後，可能會對健康造成甚麼影響？
(A) 記憶力減退 (B) 腎水腫、腎衰竭而終身洗腎 (C) 膀胱萎縮發炎 (D) 以上皆是
- () 03. 如果你是阿東，當你發現周遭的朋友已經吸毒成癮時，你應該怎麼想較為正確？
(A) 只要他們身體健康，以平常心對待 (B) 不關我的事，隨他們高興就好
(C) 幫他們隱瞞，避免其他人知道 (D) 說明毒品的可怕，並勸導他們到醫療院所接受戒治
- () 04. 阿東發現幾個朋友使用毒品來助興並邀請他一起用時，他應該如何拒絕呢？
(A) 堅定地表示：不行，我真的不想用，雖然是好朋友也不能相挺
(B) 明確地勸導朋友：這毒品是會上癮的，有害健康，我們是好朋友，所以你們也不要用了!
(C) 藉機離開現場，並向師長及家長報告。
(D) 以上皆是
- () 05. 阿東想要幫助阿明遠離毒品，除了跟父母與師長討論之外，還有哪些諮詢管道？
(A) 查詢「紫錐花運動」官方網站內各縣市校外會聯絡方式，請求協助
(B) 洽詢各縣市毒品危害防制中心之藥癮戒治醫療機構
(C) 撥打戒毒成功專線電話0800-770-885(請請你-幫幫我)
(D) 以上皆是

~~藥頭誘騙學生吸毒篇~~

阿良是一位 17 歲的學生，寒假時，與幾位朋友一起去 PUB 玩，這時，有人突然從背包裡拿出一包藥丸，阿良當時因為好奇好玩也跟著大夥一起吃。在 PUB 裡，阿良結交了许多有不良嗜好的朋友，漸漸地跟著染上吸食毒品的習慣，不能自拔，甚至開始販賣搖頭丸、愷他命(K他命)…等毒品，當每次交付毒品及收錢時，阿良會請弟弟中川在現場附近把風，避免被警察查獲。為讓更多人向他買毒品，都會先免費請認識的朋友試試，並且跟他們說吃幾次不會有事。其實阿良是在等他們毒品成癮後，主動花錢向自己購買。

- () 01. 以下哪一項是藥頭誘騙人使用毒品的說詞？
(A) 吃幾次不會上癮的 (B) 未滿18歲的學生使用毒品是不犯法的 (C) 毒品可以让你忘掉煩惱與壓力 (D) 以上皆是
- () 02. 請問使用搖頭丸會對身體造成什麼危害？
(A) 憂鬱、視力模糊 (B) 體溫增高(43°C以上)、脫水 (C) 急性腎衰竭、死亡 (D) 以上皆是
- () 03. 阿良免費請朋友使用搖頭丸，並跟他們說吃幾次不會有事，阿良犯了什麼罪？
(A) 阿良引誘別人使用毒品，觸犯毒品危害防制條例 (B) 阿良免費提供，所以不犯法
(C) 要等到阿良把毒品賣给朋友，才算犯罪 (D) 阿良未成年，所以不犯法
- () 04. 阿良免費請朋友使用搖頭丸，並跟他們說吃幾次不會有事，你認為事實是什麼呢？
(A) 搖頭丸是毒品，使用毒品是犯法的 (B) 毒品都具有成癮性 (C) 這是一種欺騙朋友購買毒品的手段 (D) 以上皆是
- () 05. 弟弟中川在販賣毒品現場附近把風，是否犯法？
(A) 弟弟中川屬於共犯，已犯法 (B) 把風與販毒沒有關係，所以不算犯罪
(C) 把風只是通風報信而已，沒有關係 (D) 是阿良在販毒，所以與弟弟中川沒有關係

.....請沿虛線剪下.....

~~危險的慶生派對篇~~答案 01.() 02.() 03.() 04.() 05.()

~~藥頭誘騙學生吸毒篇~~答案 01.() 02.() 03.() 04.() 05.()