



臺北市立明倫高中學生寒假生活注意事項

壹、寒假期間：自 113 年 1 月 26 日起至 2 月 15 日止。

貳、宣導事項

一、活動安全：同學於寒假期間從事休閒活動，如在校外發生問題，需要學校協助時，可直接撥打「校安專線 02-25961307」、或 25961567 轉 172 (08:00-16:00) 電話，向校安中心尋求協助。

(一) 出入公共場所，應瞭解該場所之逃生路線及逃生設備所在，且避免前往網咖、舞廳、夜店等出入份子複雜的場所。警察單位已將上述地點列為聯合巡邏重點，請勿於該場所逗留。若經警方取締及通報，須另受校規處分。

(二) 隨時提高警覺，發現可疑的人、事、物，可撥打「110」報案。

(三) 從事各類活動，應注意天候變化及地形環境。如：登山、露營、溯溪、戲水等活動，應做好行前裝備檢查與應審慎作風險評估與安全管理，考量自身體能狀況和有充分準備再出發，勿至危險區，勿前往不熟悉或無救生員的水域，以避免發生溺水等遺憾事件。如遭遇天候狀況不佳時，應立即停止一切戶外活動。「多一分準備／謹慎，少一分遺憾」。

二、工讀安全：由於職場陷阱及詐騙事件頻傳，儘量選擇知名企業公司打工。注意工作場合的危安因素，並注意「三要準備」與「七不原則」：「要確定、要存疑、要告知」、「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」。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。

三、交通安全：

(一) 校外交通意外事故為學生意外傷亡的首要。請注意自身的交通安全。

(二) 騎乘或搭乘親人駕駛之機車、微型電動二輪車時，請正確配戴安全帽，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、遠離大客車、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。

(三) 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、過馬路不使用手機、勿闖紅燈，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、確認有充足的通行時間，勿闖紅燈、請走在行人穿越道及人行道上。

(四) 禁止無照駕駛。無照既觸法又危險，更甚者可能傷及他人與自己身體或生命。

(五) 騎乘自行車時請遵守交通號誌，遠離大客車，注意行車安全。

四、居家／賃居安全：使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，特需注意室內空氣流通，請勿將門窗緊閉，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。

五、人身安全：

(一) 遇陌生人問事，請維持警覺，亦不必親自引導前往，隨時注意自身安全。

(二) 在校外發現陌生人跟隨，應快速跑至較多人的地方或周邊最近便利商店，並大聲喊叫，尋求協助。

(三) 夜間返家或行經偏僻昏暗巷道時，應注意自身安全，小心有無不明人士跟蹤或尾隨，勿只顧著使用手機、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。

(四) 勿獨自走在漆黑小巷或人煙罕至的地方及進出危險、不當場所。

六、拒絕藥物濫用：市面上新興毒品具有精美包裝之特徵及可能透過通訊軟體販賣易降低施用者對於毒品的警戒性，且多為混合性毒品，不受毒品及菸害的誘惑，絕不濫用藥物(如：安非他命、K 他命、搖頭丸、FM2...等毒品)。同學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，因而觸法，造成自我及家人之終身遺憾，若不幸誤觸毒品可與學校師長或毒品危害防制中心(諮詢專線 0800-770-885)聯繫尋求協助。

七、菸害防制宣導：嚴禁同學抽菸(含電子煙)，一經發現依校規處置。

八、反詐騙宣導：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，接到以假綁架或假事故(交通意外、疾病住院)行真詐財之電話，請切記反詐騙 3 步驟：「保持冷靜」、「小心查證」、「立即報警或撥打 165 反詐騙專線」尋求協助。

九、幫派防制暨犯罪預防：

(一) 勿參加不良組織，也千萬不要因為義氣相挺，聚眾叫囂或助陣，最後涉入違法事件。

(二) 不加入幫派組織、不飆車、不竊盜、不販賣違法光碟軟體、不從事性交易(援交)、不要散佈謠言、不影響公共安寧、不違法上傳不當影片、不竊取他人網路遊戲虛擬貨幣及道具、不入侵他人網站竊取或篡改資料，請遵守網路使用認知素養並尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。

<請翻頁>

- 十、拒絕霸凌事件：同學相處時，注意個人言行，不要有排擠孤立事件，亦不要有霸凌情事發生；網路上也請注意自己的各項留言，別讓自己成為網路霸凌者的一員。
- 十一、注意性別互動：性別間交往應秉持互相尊重，留意言語及文字的合適性及他人身體自主權和感受。勿隨意拍攝或轉傳任何不當影片、相片、網址等。
- 十二、校園傳染疾病及健康宣導：外出請維持個人衛生好習慣、勤洗手，如有發燒或呼吸道症狀、出入人潮擁擠且無法保持社交距離或通風不良之場合、搭乘公共交通工具時，建議配戴口罩。
- 十三、犯罪預防：再次提醒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、從事性交易（援交）、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，請注意網路使用認知素養並尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。
- 十四、網路沉迷與賭博防治：請同學不要過度依賴 3C 產品，養成健康上網好習慣，另外網路陷阱眾多，當會以各種手法讓人誘騙上當，尤其在網路賭博方面，請同學不要因一時好奇而參加，避免落入陷阱衍生其他行為。
- 十五、其他事項：
- （一）寒假期間同學無論任何事情返校（如：補考），必須穿著校服。作息時間： 08：00 後再到學校，放學請於 17：00 前離校。
- （二）社團活動，均須於舉辦日五個工作日前備妥活動行程、家長同意書等必要文件向學務處申請許可，各種活動以不在外過夜為原則，特別不可假借學校名義在校外舉辦各種活動，查獲屬實依校規懲處。2 日（含）以上之活動，申請人亦須同步向生輔組長報備。
- （三）寒假期間仍應注意校網公告事項與班級社群公告之各種訊息。
- （四）請持續防疫及遵守法規，不分平假日。
- （五）以上訊息請同步轉知家長知悉。



敬祝 身體健康、萬事如意！

學生事務處 113.1.19