



# 臺北市立明倫高中學生暑假生活注意事項

壹、暑假期間：自 115 年 7 月 1 日起至 8 月 30 日止。

貳、宣導事項

一、活動安全：同學於暑假期間從事休閒活動，如在校外發生緊急事項需要學校協助時，可直接撥打「校安專線 02-25961307」、或 25961567 轉 171、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，預防熱傷害。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，可撥打當地勞工局電話，尋求專人協助。

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) 騎乘或搭乘親友駕駛之機車、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，特須注意室內空氣流通，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（如問卷調查、商品介紹等），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，若發現可疑人物跟蹤或尾隨，勿只顧著使用手機，應立即撥打報案電話（110）、通知師長或快速跑至人潮較多地方或最近便利商店尋求協助，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：新興毒品可能透過通訊軟體販賣、利用短影音 APP 附加 QR 碼提供貨品，勿因好奇而誤用，不受毒品及菸害的誘惑，絕不濫用藥物，如：大麻、搖頭丸、K 他命、依托咪酯（「喪屍煙彈、一口暈、上頭煙」）混入電子煙油偽裝…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，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、菸檳防制宣導：嚴禁同學抽菸（含電子煙），一經發現依校規處置。嚼食檳榔易造成口腔黏膜病變與癌症，拒檳三招「不嘗試、不接受、不邀請」。

八、反詐騙宣導：請切記「防詐騙三不三要」原則，三不：不聽、不加、不用，三要：要警覺、要查證、要報警（或撥 165 反詐騙專線），鼓勵利用「警政服務 APP」或「165 全民防詐網」獲取最新詐騙手法知識及相關反詐騙諮詢服務，慎防詐騙，勿貪小利，勿當車手，不出借個人金融帳戶。

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。

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。【不拍攝、不分享、不轉傳、不持有任何不當影片、相片、網址等】。

十二、校園傳染疾病及健康宣導：COVID-19、登革熱、流感、腸胃炎、M痘、結膜炎病易傳染，外出請維持個人衛生好習慣、勤洗手、勿與人共食，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、網路與賭博防治：網路陷阱眾多，常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、數位素養教育：請同學不要過度依賴 3C 產品，養成健康上網好習慣，勿過度沉迷於玩手機遊戲，尤其會增加對肩頸、手腕與眼睛的傷害。

十六、網路陷阱多：網路資訊常以各種手法讓人誘騙上當，勿點開不明簡訊、網址或回覆陌生人員私訊、傳個照／個資等。提醒學生不拍攝、不分享、不轉傳、不持有同學或他人裸照／私密照，以免觸犯刑責。

十七、其他事項：

(一) 暑假期間同學無論任何事情返校(如：補考、暑輔、重補修)，必須穿著校服，若暑假要返校詢問行政事項，請利用早上 08：00 後再到學校，放學請於 17：00 前離校。

(二) 社團活動均須依據「學生社團活動輔導及管理要點」辦理，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) 暑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) 請注意身體健康及遵守法規，不分平假日。

(五) 以上訊息請同步轉知家長知悉，並已公布在校網及家長群組。



敬祝 身體健康、萬事如意！

學生事務處 115.6.30