

國立體育大學109年暑假期間學生活動安全注意事項

暑假將至，為維護學生健康及安全，請同學注意安全預防工作，以避免涉足不良場所或從事無安全規劃之工作，肇生意外事件：

一、活動安全：

學生於暑假期間往往會從事大量的休閒活動，依活動場地的不同，區分為室內活動及戶外活動：

（一）室內活動：

室內活動包含圖書館、電影院、百貨公司賣場、KTV、MTV、室內演唱會、室內團體活動等，從事該項活動時，首先應選擇安全無疑慮之場所並熟悉逃生路線及逃生設備，同學應熟悉相關消防（逃生）器材操作，如滅火器、緩降機等，並以保護自身安全為原則，方能確保學生從事室內活動時之安全。其次，同學應避免涉足不正當場所，以免產生人身安全問題。

（二）戶外活動：

1. 暑假期間從事各類戶外活動，首先應注意天候變化及熟悉地形環境，教育部體育署「四不要」提醒：
 - (1) 不要逞強：進行登山、露營、溯溪、戲水、水岸、田野調查研究等活動時，除需做好行前裝備檢查外，更應考量自身體能狀況能否負荷，不要逞強。
 - (2) 不要去危險水域：不要去公告危險水域或無救生人員的地方進行活動。
 - (3) 氣候不佳，不要從事戶外活動：遭遇大潮、豪雨等天候狀況不佳時，不建議從事戶外活動或應立即停止一切戶外活動，以預防突發性之危安事件(如海灘裂流、碎浪、地形效應等問題)。
 - (4) 不要在無防雷設施的建築物內避雨：發生閃電雷鳴時，應遠離外露的金屬物體、鐵欄杆、高大廣告牌等建築物，及避免至無防雷設施的建築物內避雨（如工棚、車棚、遮陽傘下），並且應停止游泳、划船並上岸到安全的避雨場所。
2. 請各同學務必瞭解海邊戲水各項防範與注意事項，並確知「多一分準備，少一分遺憾」，如此方能充分享受戶外活動之樂趣，減少意外事件發生。相關資料查詢請至「學生水域運動安全網」(<http://www.sports.url.tw/index.html>)及「新版防溺10招」宣導短片(<https://www.sports.url.tw/home/%e6%b0%b4%e5%ae%89%e5%ae>)

%a3%e5%b0%8e 》。

3. 另有關登山活動安全應行注意事項，請同學暑假期間若辦理戶外活動務必提出戶外活動申請。

(三) 系、所宿營及營隊活動：

請系、所辦理宿營或營隊等相關活動時，應以教育目的為優先考量，且相關活動應維護學生學習權、受教權、身體自主權、人格發展權及人身安全，避免性別偏見或性別歧視，俾增進學生之健全人格發展，共同營造友善校園。

二、工讀安全：

暑假期間同學打工可參考勞動部「職場高手秘笈」勞動權益教育宣導手冊，遵循三要準備、七不原則——「要確定、要存疑、要告知」、「不繳錢、不購買、不簽約、證件不離身、不非法工作、不飲用、不辦卡」，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；另上開秘笈已置於勞動部官網(<https://www.mol.gov.tw>)及本部青年發展署「RICH 職場體驗網」(<https://rich.yda.gov.tw>)工讀權益專區可供運用。

三、交通安全：

- (一) 根據教育部校安中心的統計顯示，校外交通意外事故為學生意外傷亡的主要原因。暑假期間同學可能因為參加活動、打工兼職等因素，增加使用交通工具的機率，因此需特別提醒同學騎乘機車、電動自行車、自行車等一定要注意自身安全，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，以策安全。
- (二) 為維護同學於暑假從事校外教學活動安全，請依據教育部107年9月4日臺教學(五)字第1070135944號令修正「學校辦理校外教學活動租用車輛應行注意事項」辦理，相關大客車資訊可至交通部公路總局網站監理服務查詢；另同學可連結交通部道安委員會「168交通安全入口網站」下載交通安全相關注意事項參考運用，以確保乘車及交通安全。
- (三) 請確實瞭解下列交通安全注意事項：
 1. 請切實遵守交通安全教育4項守則：
 - (1) 你看得見我，我看得見你。

- (2)安全空間，不做沒有把握的動作，只要猶豫就不要去做。
 - (3)利他的用路觀，不影響別人的安全。
 - (4)防衛兼備，防止事故發生，不要讓自己成為事故的受害者。
2. 自行車道路安全：請配戴自行車安全帽，行進間勿以手持方式使用行動電話，保持自行車安全設備良好與完整，不可附載坐人、人車共道，請禮讓行人優先通行、行人穿越道上不能騎自行車，請下車牽車，依規定兩段式左(右)轉、行駛時，不得爭先、爭道、並行競駛或以其他危險方式駕駛，遵守行車秩序規範。
3. 機車安全：請正確配戴安全帽、全天開頭燈、勿無照騎車、行車時勿當低頭族、勿以手持方式使用行動電話、勿任意變換車道、路口禮讓行人、禁止飆車，並勿將機車借給無適當駕照的人，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。
4. 電動自行車安全：請正確配戴安全帽、不可附載坐人、行車時勿當低頭族、勿以手持方式使用行動電話、行駛慢車道，不可行駛人行道或快車道、路口禮讓行人、不可擅自增、減、變更電子控制裝置或原有規格，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。
5. 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、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、預留充足的時間，勿與沒耐性的駕駛人搶道。

四、居住安全：

(一) 居家防火、用電安全：

為降低居家意外事故發生，同學應注意居家防火、用電安全之重要性，同學遇火災時切勿慌張，應大聲呼叫通知周邊人員失火了，判斷自身所在位置，進行安全避難，並撥打119通知消防人員，受困所在位置；遇到濃煙，需關門阻煙，等待救援，切勿躲在廁所。同學應瞭解點火器具並非玩具，不可把玩，玩火恐引起火災及傷亡。相關火災知識，可參閱內政部消防署網站(<https://www.nfa.gov.tw/cht/index.php?>)及教育部防災教育資訊網(<https://disaster.moe.edu.tw/WebMoeInfo/>)。

（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，使用時切忌將門窗緊閉，易導致因瓦斯燃燒不完全，而肇生一氧化碳中毒事件；有頭昏、噁心、嗜睡等身體不適情況發生，應立即打開通往室外的窗戶通風，若身體嚴重不適時，請先前往通風良好的室外環境，再打119電話或與親友(學校)求助，以維護學生自身安全。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. 校外租屋同學，應特別注意使用電器、瓦斯熱水器等使用安全事項並安裝住警器，以避免意外事件發此外，參考內政部消防署網站 (<http://www.nfa.gov.tw/main/Unit.aspx?ID=&MenuID=500&ListID=319>) 有關「防範一氧化碳中毒居家安全診斷表」，同學應了解自我檢查方法，以落實防範一氧化碳中毒作為。

五、校園及人身安全：

- （一）學校已全面強化校園門禁安全管制、校園巡邏措施及監視（錄）器材及緊急求救鈴設備設置，並由駐警隊部定時巡查校園、監視系統及門禁管制應責由專人監看或建立管理措施，以免發生安全間隙。同學如在校遇陌生人或可疑人物，應立即通知師長，防止意外事件發生。
- （二）同學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。
- （三）同學若於校內外遭遇陌生人或發現可疑人物，應立即通知師長或快速跑至人潮較多地方或最近便利商店，大聲喊叫吸引其他人的注意，尋求協助。夜間返回租屋處尤須注意門戶安全及可疑份子；另行經偏僻昏暗巷道時，應小心不明人士跟蹤尾隨，並隨身攜帶個人自保物品如防狼噴霧劑、哨子等，以備不時之需。

六、藥物濫用防制：

- （一）鑒於新興混合式毒品除有精美包裝之特徵，易降低施用者對於毒品的警戒性外，亦多為二種以上的毒品混合，造成更大的危險性及致死率（相

關資訊或偽包裝圖檔如毒品咖啡包、毒果凍、梅粉等等，請參考教育部防制學生藥物濫用資源網站 <http://enc.moe.edu.tw/>）。

- (二)同學於暑假期間應保持正常及規律生活作息，不依賴藥物提神，非醫師處方藥物不要輕易使用，拒絕成癮物質；參加聚會活動時，務必提高警覺並且不隨意接受陌生人的物品及飲料，守法自律、做正確的選擇才能隔絕受同儕及校外人士引誘。
- (三)為防杜藥頭危害校園安全，請同學多加留意關心，另可提供情資協助檢警循線查緝，打擊校園及社區藥物濫用情形，以營造「健康校園」。

七、詐騙防制：

- (一)暑假期間應提醒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，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。多一分謹慎就多一分保障，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)面對層出不窮、手法日益翻新之詐騙犯罪手法，為避免成為歹徒以電話假綁架或假事故（交通意外、疾病住院）行真詐財的受害者。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。
- (四)近年來詐騙集團盜用帳號後假冒親友借錢案件也越來越多，呼籲學生應善用通訊軟體的安全設定，例如關閉「允許自其他裝置登入」功能，以降低被盜用機率；另學生或其家屬接到親友使用通訊軟體傳訊息借錢時，應當面或電話與對方聯絡，未確認真偽以前不可貿然匯款，以免上當。
- (五)家長及各校師生可透過查詢內政部警政署「165全民防騙」網站公告資訊（網址 <http://www.165.gov.tw/index.aspx>，或由本部校安中心網頁連結），或加入內政部警政署165反詐騙 LINE 官網下載最新詐騙手法，以避免受騙上當。

八、網路賭博防制：

同學切勿因網路誘惑而落入陷阱或衍生其他偏差行為；若發現同學涉及網路賭博情事，應通知學校介入輔導，並由學校後續處理，以防止學生接觸有害身心之網路內容，共同保護莘莘學子，營造純淨的學習環境。

九、犯罪預防：

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，請各級學校加強學生網路使用認知素養並尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。

十、網路沉迷防制：

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種類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機遊戲所引發的病症也逐漸增多，特別是對肩頸、手腕與眼睛的傷害，請同學應注意上網安全及時間管理等問題，更要多從事戶外活動或多元休閒，避免過度依賴3C 產品，養成健康上網好習慣。

十一、學生發生意外事件之通報與聯繫管道：

學生於暑假期間發生各類意外事件，可運用學校校園安全聯繫電話請求協助。本校校安中心專線電話：0987084402。