桃園市立龜山國民中學104學年度寒假學生生活注意事項

105.1.20

寒假將屆，在此提醒同學本年度寒假期間為105年1月21日起至105年2月14日止，開學日為105年2月15日。同學們應利用寒假時段多陪陪家人，多溫習課業，從事有益身心健康之休閒活動，並維護居家與自身安全。學校再次加強提醒各項預防工作，避免肇生意外事件：

1. 活動安全

(一)從事室內活動時，應熟悉逃生路線及逃生設備，並避免前往網咖、夜店等場所。

(二)從事各類戶外活動，應注意天候變化及地形環境之熟悉。行前掌握好裝備檢查，並考量自身體能狀況能否負荷，勿至公告危險水域或無救生人員的地方進行活動。

1. 工讀安全

由於職場陷阱及詐騙事件頻傳，提醒同學注意工讀廠商的信譽。工作場合的危安因素，包括人(老闆、同事之品德操守)、事(工作性質與內容是否正當)、時(工作時數與時段)、地(工作地點與使用器械)等，都必須確實瞭解評估。最好由父母陪同前往瞭解，方能避免在工作中發生危安事件。同學年齡尚小，心智與體能皆不成熟，盡可能在家協助家務，減少外面工讀時數。

1. 交通安全

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。同學於寒假期間可能因參加各項活動，增加使用交通工具的機率，因此特別要留意自身的交通安全，應遵守各項交通規則與交通服務人員的指揮，維護生命安全。

1. 居家安全

提醒同學注意居家防火，用電安全之重要性，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，切莫將門窗緊閉，易導致瓦斯燃燒不完全而產生一氧化碳中毒事件。另外，寒假期間天色較早昏暗，避免在外逗留。行經偏僻靜巷時，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。

1. 防制藥物濫用

近年有不法份子運用網際網路引誘青少年集體轟趴嗑藥案件逐漸增加，嚴重影響學子身心健康，同時也牽累吸毒者家庭經濟。毒品危害個人、家庭及社會治安，不可不慎。為避免同學因對毒品危害及濫用藥物認知不足而好奇誤用，學校再次提醒同學並請家長關心同學作息及交友情形，於寒假期間切勿受校外人士引誘、慫恿而好奇嘗試濫用藥物，以免觸法造成自我及家人終身遺憾。

1. 防治網路沉迷

寒假期間同學閒暇的時間變長，近來行動上網的普及，各式上網載具亦提供了多元應用程式與遊戲下載，使得同學很容易沉迷於網路世界或遊戲。而玩手機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。網路交友而延伸之詐騙犯罪亦日益翻新，同學應建立安全使用網路的觀念，請慎防及提高警覺，切勿洩漏帳號與密碼，小心歹徒盜用後成為詐騙受害者。

1. 同學發生意外事件之連繫管道

同學於寒假期間應注意自身安全，若發生各類意外事件，可來電本校學務處(03)3205681\*310~315請求協助。若遇緊急重大事件，亦可撥打110或龜山派出所(03)3202554協助。

最後 希望同學能有充實、平安、愉快的寒假生活。

龜山國中 學務處 敬啟