

明正國中 115 年暑假期間學生活動安全注意事項宣導

親愛的明正國中家長與同學您好：

暑假期間學生外出活動、使用網路、交通移動及打工機會增加，為維護學生身心健康與安全，提醒家長與同學共同注意下列事項：

一、網路使用與社群安全：

請同學避免長時間使用短影音及社群平臺，注意假訊息、網路詐騙、網路霸凌、個資外洩及私密影像外流等風險。使用網路時應遵守網路禮儀，不散布不實訊息、不攻擊他人、不拍攝或轉傳他人私密照片，以免觸法。

(1)衛生福利部提供支持服務資源：

請善用「網路成癮專區」、「心快活」心理健康學習平臺，建立正確觀念與自我覺察；設有 1925 安心專線、性影像處理中心、謝謝你跟我說—文字協談服務，提供危機介入與數位支持；透過社區心理衛生中心、青壯世代心理健康支持方案，提供專業資源支持網絡。

(2)推廣家長守護數位工具包：

本部已推出免費數位工具包 (<https://reurl.cc/qKliddg>)，結合三大電信業者、各縣市家庭教育中心及數位機會中心，協助家長設定 APP 使用時間管理及過濾不當內容等重要功能，提升家庭數位教養與陪伴支持。

二、詐騙防制與帳戶安全：

暑假期間常見詐騙包含網路購物詐騙、假投資、假交友、假求職、解除分期付款及盜用好友身分等。請務必做到：

(1)不提供個人帳戶、金融卡、密碼或驗證碼給他人。

(2)不協助他人領錢、轉帳或收取包裹。

(3)不因「高薪、輕鬆、快速賺錢」等話術而受騙。

(4)若疑似遭詐騙，請立即告知家長、師長，並撥打 165 反詐騙專線查證。

(5)可透過手機下載「警政服務APP」或上網查詢內政部警政署「165全民防騙網」(<http://165.npa.gov.tw/#/>)，及加入內政部警政署165防騙宣導LINE好友等相關資訊管道，獲取最新詐騙手法知識及相關反詐騙諮詢服務，以避免成為詐騙受害者。

三、交通安全：

暑假外出、補習、打工或參加活動時，請務必遵守交通規則。特別提醒：

- (1)未成年學生不得無照駕駛機車或汽車。
- (2)騎乘自行車、微型電動二輪車應注意安全，請配戴安全帽。
- (3)行經路口應「慢、看、停」，不可闖紅燈、滑手機過馬路。
- (4)避免靠近大型車或與大型車併行，注意視野死角。

四、工讀安全：

暑假打工應注意求職陷阱，請遵守「三要七不」原則：

- (1)三要：要確定工作內容、要存疑不合理條件、要告知家長工作地點與聯絡方式。
- (2)七不：不繳錢、不購買、不簽不明契約、證件不離身、不從事非法工作、不飲用來路不明飲料、不辦理不明金融卡或帳戶。

五、活動安全與水域安全：

暑假從事戶外活動、露營、營隊、戲水等活動時，應選擇合法、安全、有管理人員之場所。戲水時應注意：

- (1)不到危險水域或未開放水域戲水。
- (2)不單獨戲水，不逞強跳水或互相推擠。
- (3)遇到溺水事件，應大聲呼救並尋求成人協助，不可貿然下水救人。
- (4)應熟悉水中自救方式，如拍打水面、利用漂浮物、水母漂、仰漂等。

六、防制藥物濫用、電子煙與菸檳酒：

新興毒品常偽裝成糖果、咖啡包、果凍、電子煙油或其他包裝，請勿因好奇嘗試，也不要接受陌生人提供的食物、飲料或物品。

請做到：不嘗試、不購買、不推薦、不幫忙攜帶不明物品、不參與高薪帶貨、出國運送包裹等可疑工作。

放假期間應保持正常及規律生活作息，不要依賴藥物提神或助眠，倘誤觸毒品，請尋求協助，求助諮詢專線為各縣市家庭教育中心（諮詢專線：412-8185）或毒品危害防制中心（諮詢專線：0800-770-885 請請你、幫幫我），亦可參考本部防制學生藥物濫用資源網站（<https://enc.moe.edu.tw/home>）。

七、人身安全與網路交友安全：

外出時應注意自身安全，避免單獨前往偏僻、昏暗或複雜場所。若遇陌生人搭訕、跟蹤或感到危險，請立即前往人多處、便利商店或向警察、師長、家長求助，必要時撥打 110。網路交友應提高警覺，不隨意提供個人資料、住址、照片或私密影像，也不要單獨與網友見面。

八、居家安全與防災：

暑假在家時間增加，請注意用電、瓦斯及防火安全：

- (1)不讓延長線超載。
- (2)不使用老舊或破損電器。
- (3)使用瓦斯熱水器及瓦斯爐時保持通風。
- (4)睡前及外出前確認電器、瓦斯是否關閉。
- (5)熟悉居家逃生路線。
- (6)遇颱風、地震或豪雨時，應配合政府防災宣導，避免前往山區、溪邊、海邊等危險區域。

九、健康、防疫與飲食安全：

暑假期間仍應維持正常作息、均衡飲食與適度運動。請注意：

- (1)勤洗手，落實咳嗽禮節。
- (2)身體不適、發燒或有呼吸道症狀時，應在家休息並視情況就醫。
- (3)戲水後避免揉眼，預防結膜炎。
- (4)外出做好防蚊措施，預防登革熱。
- (5)飲食注意「要洗手、要新鮮、要生熟食分開、要注意保存溫度、要澈底加熱」。
- (6)高溫天氣應補充水分、避免長時間曝曬，預防熱傷害。

十、犯罪預防與法律責任：

暑假期間請注意自身行為，切勿因好奇、同儕邀約或網路誘惑而從事違法行為。特別提醒以下事項：

- (1)不參與飆車、竊盜、恐嚇、傷害、詐欺、賭博、販毒、運毒或其他犯罪行為。
- (2)不加入幫派、犯罪組織或協助他人從事非法活動。
- (3)不非法散布謠言、不惡意攻擊他人、不上傳或轉傳不當影片。
- (4)不入侵他人帳號、網站或竊取、竄改他人資料。
- (5)不拍攝、持有、散布或轉傳他人裸照、私密照或性影像。
- (6)不因金錢誘惑從事援交、性交易或涉及兒少性剝削行為。
- (7)不任意購買或把玩具危險性的遊戲用槍、刀械或其他危險物品。
- (8)網路行為並非法外之地，留言、轉傳、截圖、散布影像或提供帳戶等行為，都可能涉及法律責任。

請同學務必謹慎判斷，若遇到可疑邀約、威脅、勒索、私密影像外流或其他危險情形，應立即告知家長、師長或撥打110、113尋求協助。

十一、心理健康與求助資源：

暑假期間若感到壓力、焦慮、憂鬱，或出現自傷、自殺念頭，請務必主動向家長、師長、輔導老師或信任的大人求助。

家長也請多關心孩子的生活作息、情緒變化、網路使用及交友狀況。

可運用以下求助資源：

110：警察報案專線。

113：保護專線。

119：緊急救護。

165：反詐騙諮詢專線。

1925：安心專線。

1995：生命線。

1980：張老師專線。

1922：防疫諮詢專線。

暑假是休息、充電與探索生活的好時機，請同學安排正當休閒活動，注意自身安全；也請家長持續關心孩子假期生活，共同守護學生平安健康成長。

～ 明正國中關心每一位學生的平安與健康 ～