

彰化縣和美鎮和東國小

暑假生活安全宣導

一、交通安全

1. 騎乘單車、機車記得戴安全帽。
2. 單車不雙載、不併行、不爭先或危險駕駛。
3. 人車共道，請禮讓行人優先通行，依規定
兩段式左轉。

一、交通安全

4. 穿越道路時請遵守交通號誌或警察指揮，不任意穿越車道、闖紅燈，以維護生命安全。

5. 出門一定要告知父母：

◎何時出門 ◎去哪裡

◎跟誰一起 ◎何時回來

111年 交通安全月

路口安全

111年 交通安全月

路口安全

車輛 慢 看 停

行人 停 看 聽



中華民國交通部



交通部公路總局

二、水域安全

1. 選擇安全、符合標準的游泳池或海水浴場。
2. 戲水游泳，應注意安全並避免危險行為。
3. 應有家長陪同、隨時留意學童狀況。
4. 留意天氣變化。
5. 穿著合適服裝、不穿吸水衣褲。

水上安全標誌



小心強勁暗流、激流

小心突降陡坡



禁止游泳

禁止水肺潛水

禁止潛水



禁止跳水

禁止衝浪

禁止滑水



戲水十大戒

水上安全，應從入水前開始



1 氣候不佳，勿戲水



2 勿在非法、沒有救生設備與救生員處戲水



3 勿到水流變化不明或落差大的水域戲水



4 勿穿牛仔褲戲水，下水前務必先暖身



5 身體狀況不佳時勿下水



6 結伴同行勿落單，隨時注意同伴狀況及位置



7 慎選跳水地點，勿在危險處跳水



8 勿在水中惡作劇



9 勿在水中泡太久，避免失溫



10 落水勿慌亂，放鬆漂浮待救援

三、視力保健

近視的原因

姿勢不良：近距離寫作業，低頭看書或工作太久，躺著看書，車上看書，最會形成近視或散光。

三、視力保健

視力保健的方法

1. 養成良好的生活習慣。
2. 注意營養均衡，攝取豐富的維生素。
3. 走向大自然，多做戶外活動。
4. 睡眠充足，作息有規律。

四、網路安全

過度沉迷於手機遊戲所引發的病症也逐漸增多，上網安全及時間管理要正確，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。

四、網路安全

1. 不可以到網咖。
2. 結交網友要小心，網友邀約要謹慎。
3. 個人的資料要保密，不輕易透露自己的真實姓名、地址或電話。
4. 不要隨便轉寄或張貼訊息，以免觸法造成困擾。

網路成癮防治宣導

我的上網守則

網路世界不沉迷，上網時間要節制
訂定上網好規則，你我共同要遵守
網路交友要謹慎，個人資料要保密
網路世界停看聽，保護健康好心靈



五、腸病毒、流感、新冠肺炎

1. 勤洗手，搓20秒搓死腸病毒，洗手五步驟：**濕、搓、沖、捧、擦**。
2. 發燒、嘔吐、手腳無力、想睡覺等症狀
趕快就醫。

五、腸病毒、流感、新冠肺炎

正確戴口罩4步驟



六、預防詐騙

1. 勿點選不明簡訊網址，避免手機中毒。使用網路聊天時，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。

六、預防詐騙

2. 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，學生應善用通訊軟體的安全設定，以降低被盜用機率；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確認真偽，不可貿然匯款以免上當。

六、預防詐騙

詐騙犯罪手法日益翻新，寒假期間應維持正常生活作息，勿沈迷網路遊戲並慎防網路聊天以免成為詐騙受害者。

如接獲可疑詐騙電話，應切記反詐騙3步驟：

1. 保持冷靜
2. 小心查證
3. 立即報警或撥打165反詐騙專線尋求協助。

網址<http://www.165.gov.tw/index.aspx>

七、預防一氧化碳中毒

使用瓦斯熱水器洗澡及瓦斯爐煮食時，需注意室內空氣流通，使用時勿將門窗緊閉，易導致瓦斯燃燒不完全，而產生一氧化碳中毒。

八、反毒教育宣導

拉K一時，尿布一生



我有 我的 拒毒 STYLE

反毒技8招

堅持拒絕 · 告知理由
自我解嘲 · 遠離現場
友誼勸服 · 轉移話題
反說服法 · 反激將法



世界球后
戴資穎



教育部防制學生
藥物濫用資源網

免費諮詢專線

0800 770 885

請請您 · 幫幫我



教育部 關心您

廣告

八、口腔衛生

暑假期間請注意餐後及睡前是否潔牙，養成學童口腔衛生及保健的好習慣。

九、家庭教育

暑假期間請協助家人整理家務
掃地、拖地、擦桌、晒衣服……

十、叮嚀

- ◎多運動、多補充水分。
- ◎暑假作業請隨時給予關心與叮嚀，切勿累積到開學前才趕集式的完成，易造成身心疲累。
- ◎返校日訂於7/31(五)、8/28(五)。
- ◎開學日訂於8月31日，請準時上學。

祝福大家

健康、安全、充實、快樂

放暑假