

新竹市東區三民國民小學 San Min Primary School



110學年度第一學期結業式

111年1月20日



110學年度寒假生活須知—結業式宣導

1. COVID-19疫情尚未結束，請配戴口罩，減少出入人口聚集的場所。注意自己的體溫及身體狀況，如有不適，即早就醫。
2. 維持正常作息，早睡早起，並三餐定時定量，以保健康的身體。
3. 使用瓦斯應注意通風，外出及就寢檢查用電及瓦斯是否已關閉。
4. 外出之室內活動應注意逃生路線及熟悉逃生設備，戶外活動應注意天候變化及熟悉地形環境，考量自身體能並檢查相關裝備是否完備。
5. 不到未有合格檢驗過的河邊、海邊或湖泊戲水，且最好有大人陪同。
6. 搭乘機車(自行車)請配戴安全帽，在外注意交通安全，遵守交通規則。
7. 不涉足不當場所，避免前往網咖，以免發生人身安全問題，出門返家必告知父母，結交朋友須謹慎。
8. 注意網路禮節及安全，不獨自與網友見面，避免網路沉迷。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，避免被歹徒盜用後進行詐騙成為詐騙受害者，且不可隨意向陌生人洩露親友通訊資料。
9. 到學校活動，注意儀容，維護學校公物，保持學校整潔，勿施放爆竹煙火。
10. 如遇歹徒追蹤或侵害，立刻逃往人群較多的地方求助，並立刻報警。
11. 注意飲食衛生，常洗手，飲用安全飲水，避免食用久置之食物。
12. 流行疾病預防，如感染傳染疾病，在家休息，勿到人口聚集處。如有進入疫區，請遵守傳染病防制各項相關規定。
13. 不隨意接受他人飲料及食物，離位時，慎防飲料及食物遭人下藥。
14. 拒絕毒品吸食與非法獲利金錢誘惑，反菸、拒菸，許自己一個無瑕美好回憶。
15. 未經父母同意，不與他人有金錢往來，亦不可有買賣物品行為。
16. 參加本校育樂營及團隊訓練者，請準時到達，臨時有事未能到者，請以電話聯絡團隊指導老師。



110學年度寒假生活—交通安全宣導

過馬路，千萬別低頭滑手機



每天都有發生的真人真事

千萬別低頭滑手機

— Don't Look Down —



交通部道安會



110學年度寒假生活—交通安全宣導

路口慢看停 行人停看聽



110學年度寒假生活—交通安全宣導

不可從大型車前方穿越道路



110學年度寒假生活—交通安全宣導

不可從車與車中間鑽出



110學年度寒假生活—交通安全宣導

交通安全五大守則：

- 1、熟悉路權、遵守法規
- 2、你看得見我，我看得見你。
- 3、謹守安全空間，不做沒有把握的動作，只要猶豫就不要去做。
- 4、利他的用路觀，不影響別人的安全。
- 5、防衛兼備，防止事故發生，不要讓自己成為事故受害者。



110學年度寒假生活—交通安全宣導

交通安全五大運動：

- 1、**車頭朝外停車**：不撞行人、迅速逃生、方便充電
- 2、**乘客責任**：協助駕駛人清醒與專心、全車生命保障。
- 3、**下車時向公車及計程車司機說「謝謝」**：感恩鼓勵。
- 4、**對禮讓行人的車輛駕駛揮手點頭致謝**：感謝與感動。
- 5、**保護長者及婦孺安全地穿越路口**：公平正義與人性。



110學年度寒假生活—交通安全宣導

- ◆ 騎乘自行車的「三不一要」：不雙載、不併排、不逆向、要遵守交通規則。
- ◆ 行人必備用路知識，路口安全小撇步：行穿線之前，左看、右看、再左看；過馬路時專心走路，不玩手機。



110學年度寒假生活—防災宣導

地震發生時，桌下避難三步驟

- 1 Drop 趴下
- 2 Cover 掩護
- 3 Hold on 穩住，抓住桌腳

內政部消防署 關心您



110學年度寒假生活—拒毒技巧宣導

1 堅持拒絕法

- ❗ 我不做違法的事情。
- ❗ 不行，我真的不想吸。



2 告知理由法

- ❗ 吸毒是違法犯罪的事，你不要害我。
- ❗ 我爸媽管很嚴，被他們知道我就慘了。



3 自我解嘲法

- ❗ 沒辦法，我就是害怕啊，不要嘗試算了！
- ❗ 不行，我真的很膽小，我不敢試啦！



4 遠離現場法

- ❗ 時間太晚了，我必須要回家，我先走了。
- ❗ 我覺得身體不舒服，我先回家休息了！



請你跟我這樣說...

5 友誼勸服法

- ❗ 我們是好朋友，我不希望你變成吸毒犯！
- ❗ 不要吸啦！這對身體不好，好朋友一場，你我最好都不要嘗試吧！



6 轉移話題法

- ❗ 你看，這個點心很好吃喔！你也試試看！
- ❗ 今天新聞報導小貓熊的影片，超萌的，你看過了嗎？



7 反說服法

- ❗ 這毒品是會上癮的，而且很難戒除，你看昨天新聞報導那個吸毒者下場多慘...，所以你也別吸啦！



8 反激將法

- ❗ 如果你們說我沒膽量，我就吃，那我就真的太沒主見了！



110學年度寒假生活—網路交友安全

網路交友常常有陷阱，如何讓避免自己受害或受騙，要遵守以下原則：

- 一、不在網路上留下個人資料，並盡量使用匿稱。
- 二、不輕易將個人照片傳送給他人。
- 三、和網友見面時，應該選擇明亮且人多的公共場所，並且要找人作陪，以避免落單。
- 四、絕對不吃、不喝來路不明的食物或飲料，離座回來也不再碰未吃、喝完的食物或飲料。
- 五、避免和網友有金錢上的往來。
- 六、不隨意收受他人的禮物，因為天下沒有白吃的午餐。
- 七、忽略任何會讓自己感到不舒服的訊息，若有必要，應立即請求他人協助。




不留個人資料
要使用匿稱


見面選擇公共場所
並要找人作陪


不吃來路不明的食物
離座回來也不再碰未吃完的食物

網路交友 這樣好安全


不將個人照片
傳送他人


避免有金錢往來


不隨意收受
他人禮物


忽略令人
不舒服的訊息

- 如果覺得怪怪的，都應該要立即請求他人協助 -



110學年度寒假生活—遠離網路霸凌

- 一、網路與學校一樣，都有需要遵守的規定，要尊重同學、守秩序。
- 二、要有同理心，如果看到不喜歡的內容，不轉寄、不分享、也不按讚。
- 三、如果有人是在網路上罵你，不要一直去看，因為這會讓你有不好的情緒或行為，要把內容截圖或拍照起來，留做證據，並向家長或老師反映。
- 四、如果你覺得心裡不舒服，一定要與家人、朋友或老師聊一聊。
- 五、使用電腦或手機時，要遵守與家長的約定，上網的時間不要太長，以免錯過了與家人或朋友相處的機會。



祝 寒假生活充實愉快!

