

※請公告於班上

臺北市立陽明高級中學113學年度第1學期寒假學生生活須知

親愛的家長您好：

本校113學年度第1學期將於114年1月20日(一)08：30實施線上結業式，隨即開始為期三週的寒假。寒假期間請各位家長，特別注意貴子弟之個人安全，並協助貴子弟妥善安排假期活動，以促進身心健康，為此特將有關事項列舉於後：

- 一、**寒假**：自114年1月21日起至2月10日止(含春節假期及彈性放假)。
 - 二、各班返校打掃日期請參閱衛生組返校打掃行事曆，將公告於學校網站。
 - 三、**高中部補考日**：訂114年2月4日與2月5日，請於網站上查詢。
(依教務處補考規定實施，請注意校網公告。)
 - 四、**開學日**：114年2月11日開學正式上課。
 - 五、請鼓勵貴子弟參加正當休閒活動，複習功課、閱讀有益書籍。如有打工考量，須慎選工讀場所，避免上當受騙，並注意自身之安全。相關打工資訊可參考勞動部「職場高手秘笈」說明，請遵循三要準備、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。
 - 六、寒假期間應保持正常起居作息，貴子弟如要外出或遊玩，請確認相關參加人員、時間、地點，並避免在外過夜及越軌行為。尤其登山更應注意，每年寒假日難事件時有發生，如要爬山，請參加正式登記的登山社團。若有至海邊、河邊戲水，請至備有救生員場所並務必注意人身安全。
 - 七、嚴禁出入易滋生事端場所，如PUB、K(M)TV、舞廳、電玩店、撞球場、理容院、三溫暖等，以避免打架、吸毒(藥物濫用)及賭博，防範遭有心人士利用。如涉足上述場所而遭警臨檢查獲致影響校譽者，將予以處分。另嚴禁購買市面上「低酒精飲料」等相關產品，因其多樣且外裝新穎，酒精濃度居於3%至5%，多喝則成癮機會高，並容易產生失憶、焦慮、幻覺、顫抖及脈搏血壓升高等併發症，嚴禁同學飲用，經發覺將以校規辦理。
 - 八、提醒使用手機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。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。在網路上從事各種活動務必提高警覺，小心求證。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。(相關資訊詳內政部警政署「165全民防騙」網站公告資訊(網址<https://165.npa.gov.tw/#/>)。)
 - 九、禁止吸菸(含電子菸)：依菸害防制法摘要重要規定如下，請協助約束貴子弟遵守：
第16條：未滿20歲者，不得吸菸(**電子煙全面禁止**)。父母、監護人或其他實際為照顧之人，禁止未滿20歲者吸菸。
第17條：任何人不得供應菸品予未滿20歲者(電子煙全面禁止)。
第42條：違反第16條第1項規定者，應令其接受戒菸教育；行為人未滿20歲且未結婚者，並應令其父母或監護人使其到場。無正當理由未依通知接受戒菸教育者，處新臺幣二千元以上一萬元以下罰鍰，並按次連續處罰；行為人未滿20歲且未結婚者，處罰其父母或監護人
- 依本校學生獎懲規定：吸菸行為者，依情節輕重，可處小過至大過之處份。**
- 十、不得無照駕駛汽、機車，騎乘機車須戴安全帽，並確實遵守交通規則(有機車駕照者須向學校提出證明備查)。
 - 十一、寒假作業應按時書寫，若規劃參加相關學藝活動等，請貴家長詳閱資料，並提醒注意安全。
 - 十二、請指導子弟利用假期參訪大學、高中職與職場，並整理學習檔案，以利未來升學之適性抉擇。
 - 十三、請貴家長注意子弟之交友狀況，以免遭幫派利用而誤觸法網。
 - 十四、寒假期間如需學校協助或查詢時，請撥電話(02) 2831-6675續按分機111(教務處)、121(學務處)、141(總務處)、152(輔導室)、181(圖書館)，24小時校安中心專線：02-2838-7884，本校值班輔導校安將樂於為您服務。
 - 十五、家暴與性侵害事件發生之聯繫管道：撥打免付費專線：0800-024-995(0800 24小時救救我)，或是撥打「113」專線求助，臺北市家庭暴力暨性侵害防治中心有專人進行24小時受案、通報、救援及危機處理等問題。
 - 十六、校園霸凌事件發生聯繫管道：撥打免付費「教育部反霸凌」申訴專線：1953；本校申訴專線：02-2838-7884。
- 上列各項期盼隨時叮嚀貴子弟注意，避免行為偏差，並能與學校保持聯繫，使貴子弟在寒假期間能平安健康，快樂返校。

此 佈

恭 祝

閤府新年快樂 平安喜樂 萬事如意

學生事務處 113年12月30日

無卡分期 小心 契約詐騙

無卡分期假契約 小心遇到真詐騙！



18歲已成年，契約成立須負責



揪友簽約無卡分期買3C賺更多，學生掉入陷阱成下線



遇有疑問先別簽！
可撥打 165 反詐專線詢問！



遭遇詐騙洽詢相關事宜，可撥打
反詐騙諮詢專線諮詢、檢舉或舉報

165



教育部 關心您
Ministry of Education

廣告

找工作 防詐騙



遭遇詐騙洽詢相關事宜，可撥打
反詐騙諮詢專線諮詢、檢舉或報案

165



教育部 關心您
Ministry of Education

廣告

假戀愛 ♥ 真詐騙

網路交友遇真愛？小心愛情騙子找上你！

家人生病急缺錢

Baby...我媽確診癌症要化療，
可以先借我錢應急嗎？

邀請投資賺大錢

寶~為了我們的將來，
一起投資10萬來投資吧！

來台見面要出資

寶貝~我要去台灣見你了！
可以先幫我買機票嗎？

私密照片不外流

比翼~我們視訊玩個遊戲，
輸的人要脫一件衣服~

代收包裹付關稅

Honey~我國外出差，可以幫我收包裹嗎？
關稅幫我匯到這戶頭就可以了

出國打工賺高薪

親愛的，我找到一個很棒的異國打工，
目前還在招人，你要不要和我一起去打工？

常見戀愛詐騙套路



遭遇詐騙洽詢相關事宜，可撥打
反詐騙諮詢專線諮詢、檢舉或舉報

165



教育部
Ministry of Education

關心您

廣告

投資詐騙



借賽事之名，散佈博弈投資資訊

假借經典大型賽事之名，大量投放賽事分析與投資廣告至社群、通訊媒體，吸引加入 Line 群組。



註冊假投資平台 營造獲利假象

群裡假「投資助理」引導註冊假投資真博弈平台，手把手教學或代操。同時群中的內線貼出獲利對帳單等資訊分享成果，不斷進行洗腦。



初期小額獲利 引誘巨資投入

初期營造帳面小額獲利假象，引誘投資者將巨資匯款至人頭帳戶。有些平台也提供邊看比賽直播邊繼續加注的服務。

假投資，真欺詐！

拆解投資詐騙全過程！



獲利結算遭拒 平台無預警關閉

初期編造藉口不出金，需繳納保證金或扣稅等才能結算獲利，有的甚至帳戶被凍結、平台被關閉、群組被退出等，「投資助理」自此失聯。



遭遇詐騙洽詢相關事宜，可撥打
反詐騙諮詢專線諮詢、檢舉或報案

165



教育部 關心您
Ministry of Education

廣告

租屋詐騙

租屋騙局手法多！

5「不」教你安心租

01 未確認房屋歸屬前

不提供身份證

不匯款！

No

02 房屋條件佳，房租卻低於周邊行情

不合理！

03 社群房屋出租發文者疑似人頭帳號

不真實！

04 先付押金就可優先看房？

沒看房前

不給錢！

05 房東探詢與租屋無關問題★

有古怪

不聯繫！

假房東出沒請注意！聯繫過程如有可疑，請撥打 165 反詐騙專線或 110 詢問



遭遇詐騙洽詢相關事宜，可撥打
反詐騙諮詢專線諮詢、檢舉或報案

165



教育部 關心您
Ministry of Education

廣告



設定時間

避免網路沉迷，協助孩子設定網路使用時間。



適齡內容

引導孩子觀看適齡內容，並協助過濾兒童不宜接收之網站。



查看搜尋紀錄

了解孩子瀏覽的網站與應用程式。



掌握位置

善用定位功能，隨時與孩子保持聯繫。

家長們的好幫手

過濾軟體



◀ iWIN —
網路內容防護機構
防護軟體專區

(多款軟體，皆可支援電腦及行動裝置)



教育部 廣告



網路遊戲 暗藏機？

爸媽伴遊

不擔心

維護
安全遊戲環境



陪伴孩子

遊戲共玩

家長可了解遊戲內容，推測可能潛藏的危險。



協助孩子

遊戲分級

參考「遊戲軟體分級管理辦法」，查詢級別與適合度。



教導孩子



從官網下載遊戲

降低惡意程式入侵的機會。



辨識惡意玩家

須警覺玩家提供免費點數、索取個資等行為。



使用正當管道交易

不私下進行點數購買交易。



教育部 廣告

選擇吧!!

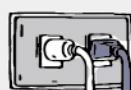
你的用電習慣是哪一派?



Q1. 使用中的電線會如何整理?



全綑好的「綑綁派」



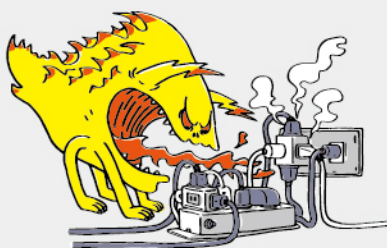
自由擺的「平鋪派」

A1. 電線不折扭

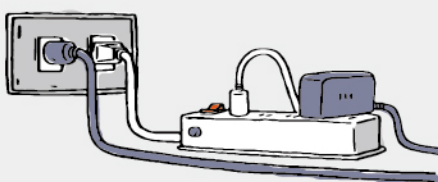
折疊、擠壓可能使電線斷裂等，造成短路，電線應平鋪，使用不折且不綑綁。



Q2. 單一插座或延長線會如何使用?



全都要的「用滿派」



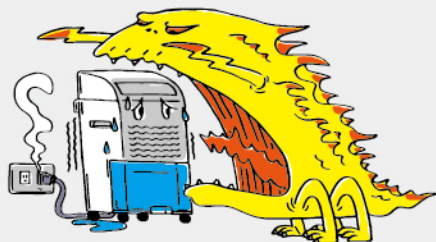
不過載的「剛好派」

A2. 用電不過載

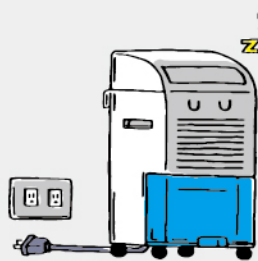
單一個插座或延長線，不能同時使用多個電器，避免造成電線或插座發熱。



Q3. 沒使用的插頭會如何處理?



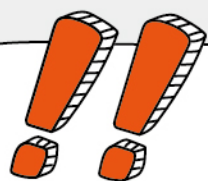
隨時保持「插著派」



不使用就「不插派」

A3. 電器不用，插頭不插

電器不使用時，順手將插頭拔掉，且不能只拉電線拔，應從插頭處拔下。



征服火怪的秘密法寶
住宅用火災警報器

能夠在火災剛開始發生時，偵測到煙或高溫，發出警報聲提醒，幫助我們早點發現火災，馬上採取適當行動，保護自己跟家人的安全!



行動吧!!

火災求生避難大作戰

避難目標 保命求生是你的第一優先目標。

學習求生技能
戰勝濃煙獸，避煙之靴

GET!



不要

| 尋找濕毛巾 |



不要

| 搭乘電梯 |



不要

| 躲在浴室 |



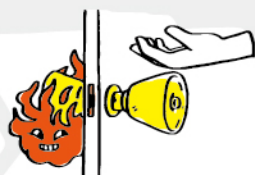
不要

| 塑膠袋套頭 |

發生火災時

大喊失火
示警家人

火在門外



摸門把測溫度

門把燙或
開門見煙



關門塞門縫

火在身邊



開門逃出

門把不燙
且開門無煙

往下往外逃
生，記得關
門，阻隔火
煙擴散。



改往第2個
方向逃生避難

安全避難

相對安全空間
關門避難求救



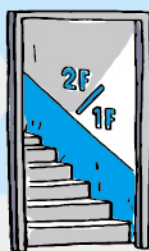
開窗求救、
打119告知
受困位置，
等待救援、
不跳樓、不
放棄求生。

往下往外逃
生，記得關
門，阻隔火
煙擴散。

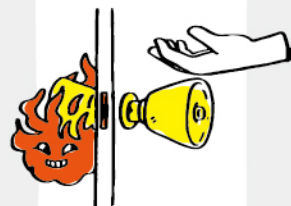


安全避難

往下往外
安全逃生



摸門把測溫度



門把燙或
開門見煙

往火、煙、熱的反方向
尋找相對安全空間，關
門、塞門縫。



判斷吧!!

製作你的地震保命指南



遇到地震時，你要怎麼辦？



學習掩蔽技能
擊退地震怪，抗震之鎧

GET!

趴

趴下 DROP



掩

掩護 COVER



穩

穩住 HOLD ON



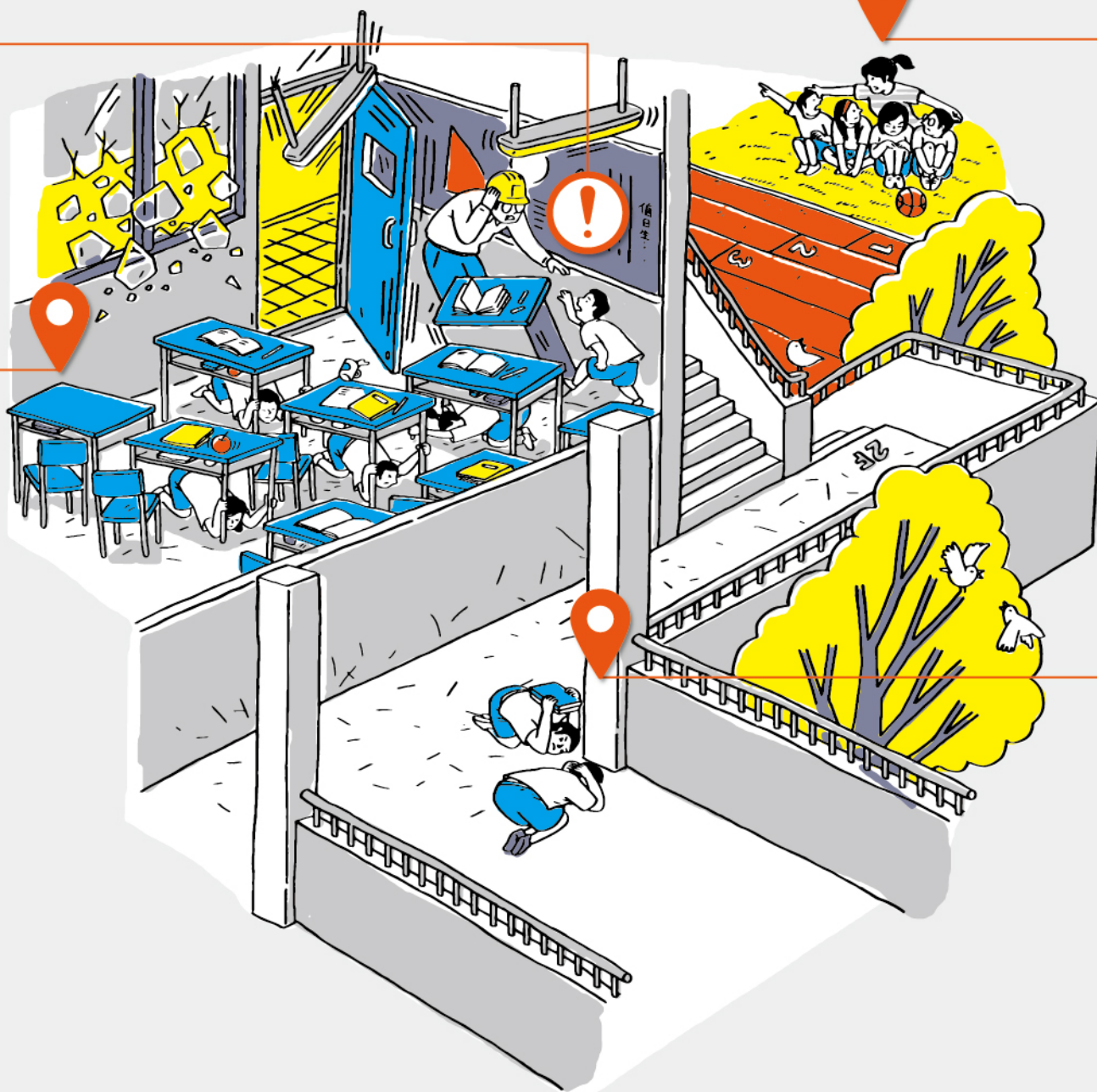
當在——遇到地震，你會…

注意

不要慌亂跑到外面，且小心電燈及吊扇或天花板、水泥碎片等掉落物。

在教室

注意掉落及倒塌物，先保護頭、頸部及身體，尋找避難地點，做好「趴下、掩護、穩住」的動作。躲在桌下時，盡量趴下，壓低頭部，優先保護頭、頸部，雙手握住桌腳，穩住身體及桌子。



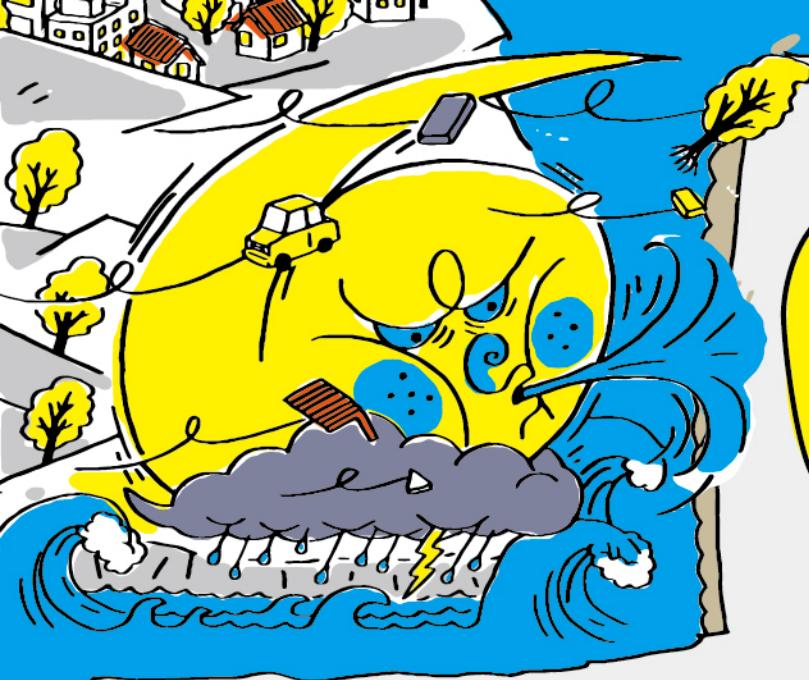
在操場

避開籃球架、足球門、高大樹木等可能倒塌的物品，沒有墜落物的疑慮時，以就地等待為原則。

在走廊

小心掉落物、窗戶玻璃爆裂，盡量就地趴下保護頭、頸部。

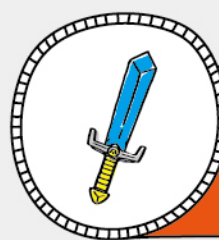




必知!! 與颱風的攻防戰全攻略

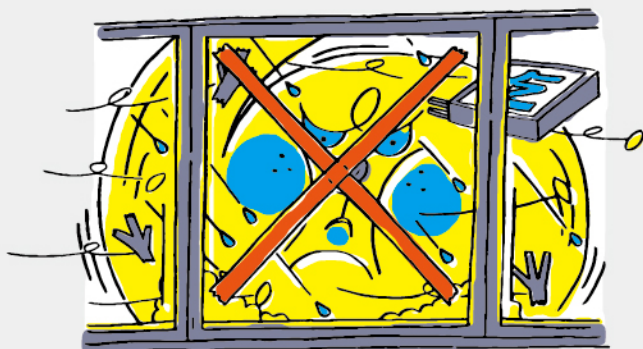


Q1. 颱風快來了! 你要準備什麼?



學習整備技能
戰勝颱風怪，破風之刃

GET!



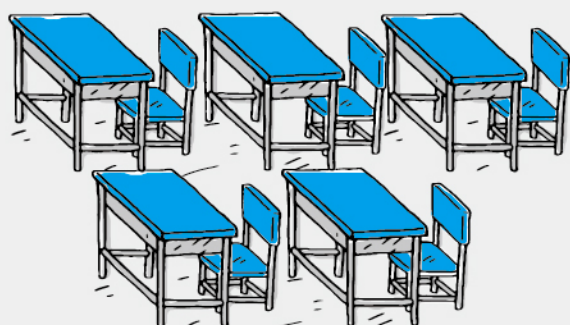
注意颱風動向



檢查門窗牢靠



清理水溝渠道



颱風天待在室內最安全



3-4日份

準備食物與水



取下未固定物



不去易積水處



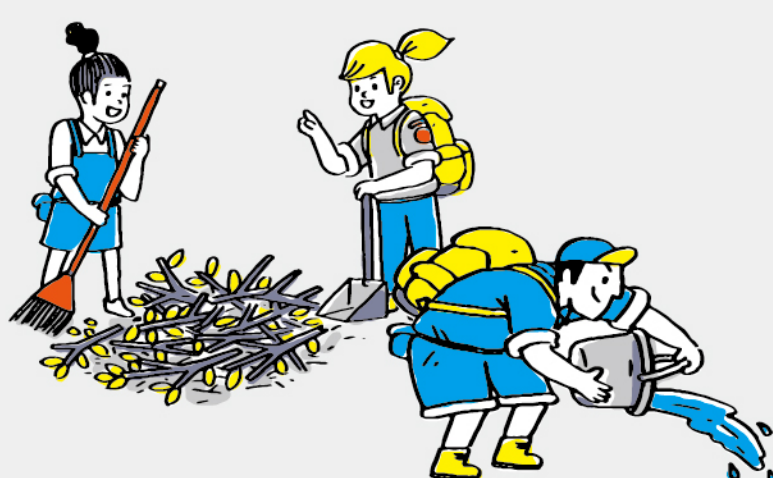
Q2. 颱風來啦! 你要怎麼辦?



不冒險外出



Q3. 颱風過後，你要注意什麼?

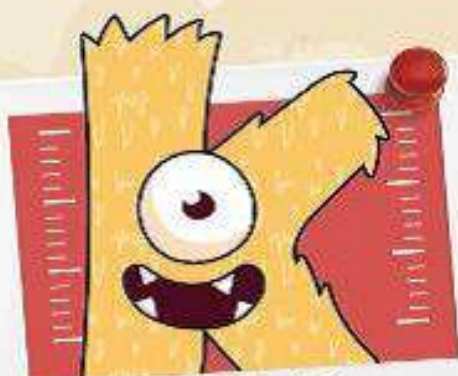


注意衛生環境



WANTED

新世代毒品速查



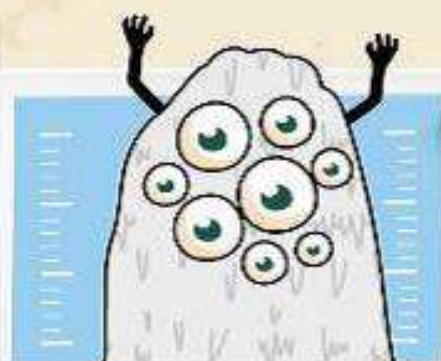
K他命
Ketamine

別名：K粉、Kitty
風險：長期使用可能損傷記憶力和學習能力



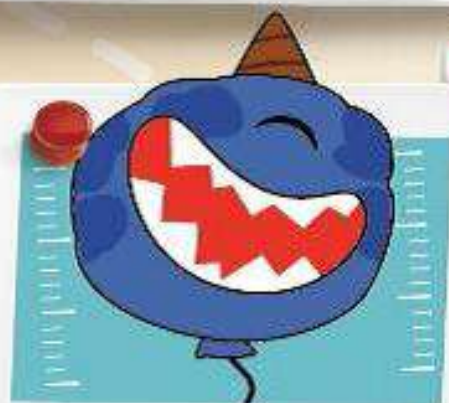
合成大麻素
Synthetic Cannabinoids

別名：Spice、K2
風險：可能引發焦慮、心跳過速，甚至心臟病發作



浴鹽
Bath Salts

別名：Zoom、Cloud Nine
風險：精神錯亂、心臟問題，一不小心就可能毀掉一生



甲基甲基卡西酮
Mephedrone

別名：喵喵、MCAT
風險：可能引發心悸、血壓升高及精神症狀



硝甲西洋
Nimetazepam

別名：一粒醒、紅豆、愈利眠、Erimin 5
風險：強溶性高、作用快，可能引發噁心嘔吐、近期記憶喪失、呼吸抑制等症狀



MDMA
Ecstasy/Molly

別名：愛娃、搖頭丸
風險：脫水、升溫，過度使用會致命



相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：

諮詢專線 **0800-770-885**

(請請你幫幫我)



教育部

Ministry of Education 關心您



廣告

破解 新型態毒品 各式偽包裝

睜大眼睛辨別 避免觸法

違法大麻製品



違法添加管制成份
大麻用品



大麻軟糖



大麻巧克力



大麻餅乾



大麻煙彈



大麻汽水



相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：

諮詢專線 **0800-770-885**

(請請你幫幫我)



教育部
Ministry of Education

關心您



廣告

救溺5步應援團

青蛙同學

大嗓門呱呱叫
大家都聽見

叫



海獅同學

超會拋漂浮物
拋球拋繩子都難不倒他

拋



英雄養成訓練班 水域安全有救了

救溺5步學起來，出手就是英雄；
沒學好亂救人，假英雄變狗熊，絕對毋湯！

企鵝同學

會撥人呼叫

叫

119
118
110
112



水獭同學

伸

伸援前鋒，用竹竿、樹枝、
等處對方抓住



海豚同學

划

包力出場！
划繩、救生圈…大型浮具最好用



防溺水10招 自己的安全自己顧

1



告示+救生員+救生設備=安全

2



別跳水！撞到石頭就GG了

3



到陌生水域，要特別小心

4



不要單獨，一起玩才好玩

5



下水前先暖身，不穿牛仔褲

6



嘩嘩！惡作劇最討人厭

7



沒力先充電，補好體力再玩

8



不要玩太久，小心失溫

9



注意氣象，雷雨來時要先閃

10



會游也會漂，放鬆鬆等人來

水中自救4招

1 拍打水面 2 運用漂浮物 3 水母漂 4 仰漂



觀看防溺水10招影片



學生水域運動安全網