



109學年度 第二學期

暑假各項
各導
カメ
カメ

重要行事曆

- 110.8.6 (星期五) 返校日
- 110.8.21(星期六) 新生始業式
- 110.8.30(星期一) 返校日
- **110.9.1(星期三) 開學日**
 - ✓ 正式上課，全天上課
 - ✓ 帶餐具、個人用品、交暑假作業
 - ✓ 提早調整生活作息
- **團隊集訓**
 - ✓ 因疫情關係，暑假所有社團活動全面停止運行。

暑假生活須知(一)

- 請勿單獨到學校活動，到學校活動須請家長事先與學校聯繫，並**戴口罩、採實名制登記**，禁止破壞校園。
- 外出先徵求家長同意，並告知家長去向及返家時間。

暑假生活須知(二)

- 禁止出入危險、人員複雜的場所。
- 預防新冠肺炎，應落實防疫規定。
- 妥善規劃時間，勿沉迷網路。
- 注意網路使用安全及規範。
- 持續運動。

防疫新生活

務必戴口罩

落實個人衛生防護



保持社交距離



健康生活 遠離毒品



我運動



我也運動



我很常運動



法務部 關心您

春正夯

無毒有我

拒絕毒害 健康生活我最

Let's say **NO** to drugs!

防制學生藥物濫用

防制學生藥物濫用

◎最好的戒毒方法，
就是連念頭
都不可有。



防制學生藥物濫用



第一招 堅持拒絕

NO! 來杯吧！很好喝喔~

不

咖啡

第二招 告知違法

吸毒是違法的

第三招 自我解嘲

抱歉~~我不敢啦!

吃這個很High耶!

第四招 遠離現場

PARTY

我身體不舒服先走了~辦快跑...

來! 試試

第五招 友誼勸服

離開毒品吧! 你還是你, 還是我最好的朋友啊!

恩...

第六招 轉移話題

走啦~來去運動啦!

好啊!

第七招 引用報導

新聞都說了, 是真的!

拉K一時 尿布一世

第八招 決不聽從

我不需要

NO

這囑了忘記煩惱囉! 來~喝一口你就知道

防制學生網路成癮

線上學習真方便 妥善運用不成癮



正向學習 上網不迷惘
善用學校與教育網路線上課程

臺南市教育網路中心 線上自主學習網

幸福學習 擁抱多元數位課程
全方位成長 豐富每一天

Book Planet 數位內容教育聯盟 (K12階段)



培養網路使用的好習慣
拒當低頭族
用眼30分鐘，休息10分鐘

閉上眼... 休息10分鐘

網路世界停看聽
上傳分享要留心

網路交 分享個人照片 YES NO 平台

要有同理心
不謾罵不攻擊

沒事的 我都在

懂得自我保護
隱私不侵犯不分享

IG分享我家地址 FB肉搜心的住址

這樣是不可以的

臺南市政府教育局 關心您 廣告



教育部中小學網路 教育網路中心 WIN網路內容 防癮機構

防制學生網路成癮

凡走過必留痕跡
健康上網最安心

牢记上網三守則，身心健康自然得

- 1**
拒當低頭族
* 拒當低頭族
* 用眼30分鐘
* 休息10分鐘
- 2**
網路世界停看聽
上傳分享要留心
- 3**
不濫罵不攻擊
懂得自我保護

教育部
教育部—最安全的網路世界，教育部關心您

廣告

小心!! 不要被綁架了
誰會綁架你?

智慧型手機
平板電腦
桌上型電腦
筆記型電腦

被它們綁架的話，你可能會失去健康、和親友相處的時間，或是其他...
不過，只要你不沉迷，好好運用它們。那它們就不會綁架你，還會和你成為好朋友!

防制學生網路成癮

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



數位性暴力防制

數位性暴力防制

① 不違反意願



② 不聽從自拍



③ 不倉促傳訊



④ 不轉寄私照



謹守
五不

⑤ 不取笑被



有問題，我幫你
求助管道要牢記

- * 學校學務處/輔導室
- * 撥打110或113
- * 臺南市「580我幫你」關懷信箱
help580@mail.tn.edu.tw
- * 臺南市專線電話
06-2959023
(愛·救我·救你·愛生)



教育部性別平等
教育全球資訊



教育部全民資安
素養網



IWIN 網路內容
防護機構

臺南市政府教育局關心您 廣告

數位性暴力防制

① 要告訴師長



② 要截圖存證



③ 要記得報警



④ 要檢舉對方
申訴與檢舉



熟記
四要

有問題，我幫你
求助管道要牢記

- * 學校學務處/輔導室
- * 撥打110或113
- * 臺南市「580我幫你」關懷信箱
help580@mail.tn.edu.tw
- * 臺南市專線電話
06-2959023
(愛·救我·救你·愛生)



教育部性別平等
教育全球資訊



教育部全民資安
素養網



IWIN 網路內容
防護機構

臺南市政府教育局關心您 廣告

數位性暴力防制

數位性暴力防制

注意新興犯罪模式

① 注意！線上點數 交換具風險



② 當心！毒品偽裝 是誘惑

巧克力、糖果、餅乾
果凍、咖啡包



③ 留意！報復式性暴力 要自保



有問題，我幫你
求助管道要牢記

- * 學校學務處/輔導室
- * 撥打110或113
- * 臺南市「580我幫你」關懷信箱
help580@mail.tn.edu.tw
- * 臺南市專線電話
06-2959023
(愛·救我·救你·愛生)



教育部性別平等
教育全球資訊



教育部全民資安
素養網



IWIN 網路內容
防護機構

臺南市政府教育局關心您 廣告

防治數位性暴力 五不四要判斷力

五不

- × 不違反意願
- × 不聽從自拍
- × 不倉促傳訊
- × 不轉寄私照
- × 不取笑被害

四要

- 要告訴師長
- 要截圖存證
- 要記得報警
- 要檢舉對方

兒童權利公約



兒童的事

大家的事

優先考慮

最佳利益

優先考慮 最佳利益

兒童權利公約

兒 童 的 事 ， 大 家 的 事

兒童權利公約(CRC)四大原則 Convention on the Rights of the Child



兒童權利公約

兒童權利公約內容

兒童權利公約的核心價值，保障兒童在公民、經濟、政治、文化和社會中的權利。

兒童權利公約四大指導原則

(一) 禁止歧視原則：

不因兒童、父母或法定監護人之種族、膚色、性別、語言、宗教、政治或其他主張、國籍、族裔或社會背景、財產、身心障礙、出生或其他身分地位之不同而有所歧視。

(二) 兒童最佳利益：

所有關係兒童之事務，無論是由公私社會福利機構、法院、行政機關或立法機關作為，均應以兒童最佳利益為優先考量。

(三) 兒童生存及發展權：

應盡最大可能確保兒童之生存及發展。

(四) 兒童表意權：

確保有形成其自己意見能力之兒童，有權就影響其本身之所有事物，自由表示其意見。



交通安全宣導



「暫停」一下，讓路口更安全

臺南市政府教育局關心您 廣告

交通安全 全宣導



騎乘機車佩戴安全帽，
開(乘)車請繫安全帶

QR code

A red and white text-based poster for motorcycle and car safety. The text reads "騎乘機車佩戴安全帽，開(乘)車請繫安全帶" (Wear a helmet when riding a motorcycle, and please buckle up when driving). A QR code is located in the top right corner.



小心大型車的行進氣流

大型車行進中有「推」、「吸」的強力氣流，會影響騎車者的穩定性。



交通安全宣導

⚠️ 轉彎會產生內輪差，容易被車身碰撞

🐻 安全守則

大型車駕駛：轉彎時應減速慢行，再擺頭確認。

其他駕駛、行人：紅色範圍為內輪差危險區域，千萬別進入該區域，並應與大型車保持安全距離。



機車、自行車請採兩段式左轉



交通安全宣導

⚠️ 大型車確實有視野死角

🐻 安全守則

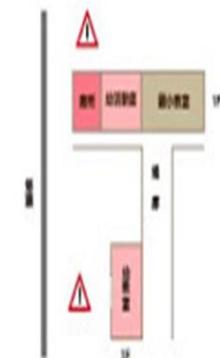
大型車的視野死角多，別以為為大型車駕駛看得到你！
行人不貼近大型車輛前方過馬路，機車、自行車不與大型車併行或常開頭燈，儘量遠離大型車。



校園及人身安全

自保
必學

兒童自我保護的校園守則



① 認識校園死角



② 結伴同行



③ 「叫、跑、說」



④ 練習應對

自保
必學



兒童自我保護6原則



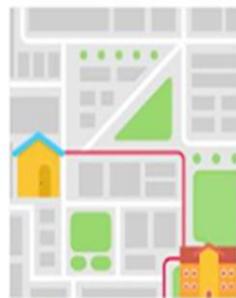
① 結伴同行



② 「叫、跑、說」



③ 財不露白



④ 熟悉路線



⑤ 練習應對



⑥ 認識鄰居

S

Safe

注意 安全

不要告訴陌生人
你及家人的名字、
電話和家住哪裡

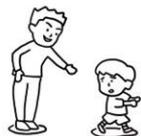


M

Meet

別和 陌生人講話

就算看起來很善良
也要小心，然後往
明亮人多的地方走



A

Acception

不輕易 接受

不輕易接受陌生人
給的食物或物品



R

Reliable

不輕易 相信

知道你名字的陌生人
也不要相信
不要輕易相信陌生人
認識你的爸媽



T

Tell

告訴 信任的人

遇到任何令你
不舒服、焦慮的事，
都要告訴
爸媽、老師或請警察
商店店員協助。



兒童人身安全 自我保護

警察保護您

熟記報案專線110!



覺察陌生人

不要跟陌生人走!



心思要細膩

不隨意吃別人給的
糖果、餅乾及飲料!



保護專線 113



兒童自我保護 6大招 「警覺心叫跑說」

嘉義市政府警察局



報案專線 110

24小時



叫喊要大聲

爸爸~我在這裡

吸引他人注意!



跑開要迅速

趕快跑到人多的
地方或安全處所!



說明要求助



向大人
求助!

勤洗手，保持良好衛生習慣，若有玩偶須經常清洗、消毒



均衡飲食、適度運動與充足睡眠。若生病則需盡速就醫

Zzz...



健談 havemary.com

注意家中清潔與通風，避免出入人潮擁擠、空氣不流通的場所



新生兒可多餵母乳，提高抵抗力，盡量避免與疑似受感染的病患接觸



更多資訊請上 健談 havemary.com

腸病毒防治宣導

水域安全守則



危險水域不靠近 自救防溺安全行

水域安全宣導

各位親愛的家長：

隨著天氣日漸炎熱，從事水域活動的機會增多，但也很遺憾常發生溺水死亡事件，發生主要在於『非上課時間及週末、假日下午時段』、『溪河流戲水』頻率最高，暑假期間請家長和學校共同關心學生水域安全。

- | | | | |
|----|------|----|------|
| 選擇 | 合法地點 | 避免 | 危險行為 |
| 應有 | 家長陪同 | 學會 | 水中自救 |
| 留意 | 天氣變化 | 不穿 | 吸水衣褲 |

緊急
聯絡
電話

119

救災防護
報案專線

110

報案
專線

118

海巡服務
專線

112

行動電話急
難救助專線

相關
資訊
網站



教育部
【游泳121網站】



內政部消防署防災
知識網-登山防溺篇



臺南水域安全網

叫叫伸拋划 救溺先自保

- 叫** 大聲呼救
- 叫** 呼叫 119、118 110、112
- 伸** 利用延伸物 (竹竿、樹枝等)
- 拋** 拋送漂浮物 (球、繩、瓶等)
- 划** 利用大型浮具划過去 (船、浮木、救生圈、救生浮標、保嬰龍等)

校園水域安全宣導

臺南市政府 廣告



危險水域不靠近 自救防溺安全行

水域安全宣導

離岸流 Rip Currents

「離岸流」是海灘上十分常見的自然現象，顧名思義即是遠離海岸的海流。離岸流的區域雖相對平靜，且沒有浪花，但這裡為海水回到大海的海流區，有時流速甚至可超過每秒2公尺，可將人輕易地帶離岸邊！故平行沿著海岸線游泳是很危險的舉動！



脫困方式

- ▲若是游泳能力很好具有長泳的能力者→則可利用下述的方式脫離(如右圖)。
- ▲若是本身的游泳能力並不是那麼高強，就必須謹記3R：放鬆Relax、揮手Raise、待援Rescue的原則：放鬆使自己漂浮於水面上並保持自己的體力、向岸上揮手示意救援、最後等待救援。



翻滾流 Hole

別名為「溺水機器」(drowning machine)，主要因地形的落差而產生，容易於攔砂壩、攔砂堰及瀑布下方出現，一旦捲入將不易逃脫。故請避免於避開攔砂壩、攔河堰及瀑布等水域地形戲水。



港邊消波塊

港邊消波塊或人工港灣因其上亦多附着水草、青苔，易造成人員失足跌倒或是失足落海。若不幸落水，游離消波塊於海面上等待救援或是尋找無障礙物的平坦處上岸，其主要風險：
A.人員可能受波浪推擠撞擊受到嚴重的外傷。
B.消波塊孔隙中流竄水流的流速異常加速，其快速水流拉力使人員陷入消波塊孔隙之中而發生致命危險。



臺南市政府 廣告

登革熱防治

蚊防四寶



第1寶 容器刷洗，乾的好！

家戶內盛水容器，不用時倒置；
使用時加蓋，並記得每週刷洗！



第2寶 植物花瓶，清理妙！

水生植物花瓶及盆栽底盤積水，
需時常清理換水，防止孳子產生。



第3寶 內外積水，勤清掃！

戶外水溝保持清潔暢通，
室內地下室應保持乾燥、避免積水。



第4寶 容器丟棄，先打包！

大型廢棄容器、廢輪胎，如果無法
自行處理，要通知清潔隊運走。

登革熱防治 宣導

防蚊大作戰

室外篇 白線斑蚊

台南市長 黃偉哲

- 噴防蚊液
- 樹洞
- 穿著淺色長袖
- 積水容器
- 廢棄物

確實孳清 避免蚊叮

登革熱防治宣導

消滅登革熱 大家愛注意!!

滅蚊不分內外 防蚊從早到晚



一般症狀

頭痛

發燒 38°C 以上

後眼窩痛

噁心

肌肉痛

食慾不振

出疹

關節痛

出現
速就醫!!

警示徵象

容易嗜睡

嘔吐

躁動不安

胸水腹水

肝臟腫大

▲重症高危險族群

- 1、慢性病患(如糖尿病、高血壓患者等)。
- 2、抵抗力弱的老人、小孩。
- 3、感染不同登熱型別之登革病毒者。

★ 假期愉快!