

貴家長雅鑒：

114 學年度第 2 學期即將結束，暑假接續而至，本校特函請 貴家長共同協助學校於假期中教導學子，對貴子弟在假期中一切言行多加叮嚀，促其努力學業，遵守校規，在此盼望貴子弟有個充實而愉快的暑假。就下列事項加強提醒安全預防工作，以避免同學涉足不良場所或從事無安全規劃之工作，肇生意外事件。

重要期程【暑假起訖為 115 年 7 月 1 日(星期三)起至 8 月 29 日(星期六)止，8 月 31 日(星期一)為開學日，請同學於 17:30 之前，穿著學校服裝到校】。

壹、校園傳染疾病及師生健康：

一、宣導傳染病防治措施

(一)COVID-19、流感等呼吸道傳染病：請維持個人衛生好習慣、勤洗手，如有發燒或呼吸道症狀、出入人潮擁擠且無法保持社交距離或通風不良之場合時，建議配戴口罩。

(二)腸胃炎等腸道傳染病：夏季為腸道傳染病流行期，在外用餐應注意個人及環境衛生，用肥皂或洗手乳洗手，不生飲、不生食，與他人共食時應使用公筷母匙。

(三)流行性結膜炎：外出戲水需注意雙手清潔，選擇乾淨戲水場所，並避免以手揉眼、共用毛巾。

二、登革熱防治措施：如出現發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉關節痛、出疹等症狀，應儘速就醫，就醫時應告知醫師旅遊史及居住史，若發現確診病例，應落實校安通報作業，以利掌握校園疫情發展。有關蚊媒傳染病及防疫等相關資訊，請逕至衛生福利部疾病管制署全球資訊網 (<http://www.cdc.gov.tw>) 查詢或下載運用。

三、預防熱傷害：衛生福利部製作預防熱傷害衛教宣導單張、懶人包及專文等資料供宣導熱傷害之認識與緊急處置時使用，相關資訊請逕至該部國民健康署網站「預防熱傷害衛教專區」參閱，網址：<https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=440>。

四、視力保健：避免暑假期間學生因長時間近距離用眼及長時間使用 3C、看電視等情況，造成學生近視或近視度數持續增加，提醒家長暑假期間應多帶孩子到戶外活動，並掌握「3010120」秘訣，用眼 30 分鐘、休息 10 分鐘、每天戶外活動 120 分鐘以上，以延緩孩子近視度數增加。

五、菸檳防制：提醒家長暑假期間多陪伴孩子，關心孩子金錢花費及交友狀況，別讓孩子落入菸品及檳榔致命的吸引力中，影響自身的健康。

六、避免食品中毒事件：儘速於 2 小時內食用完畢；若未馬上食用，應予以適當保溫，應避免長時間置於細菌快速繁殖之危險溫度帶 (7°C-60°C)，且不置於地面、病媒出沒或髒污等地方。請學校師生暑假期間可至行政院食品安全辦公室食品安全資訊網(<https://www.ey.gov.tw/ofs/>)隨時關注食安相關議題。

貳、情緒與心理健康：

一、學會求助，勇敢說出口

若在生活中感到壓力大、情緒低落，或遇到難以解決的困擾，請記得：你並不孤單！學校提供多元的協助資源，也歡迎你主動尋求導師、輔導老師或信任的大人協助。我們鼓勵你了解並記住正確的求助流程，適時尋求支持，問題就有機會被解決。

二、關心自己，也留意身邊的朋友

學校已持續關注自我傷害高風險的同學，必要時會提供後續輔導與協助。如果你發現自己或朋友有情緒困擾或自我傷害傾向，請不要忽視，一定要勇敢求助。

三、家長提醒

也邀請家長們提高對孩子心理健康的敏感度。建議參閱教育部製作之《該怎麼預防青少年自殺—家長篇》(<https://reurl.cc/7k3opy>)，以了解更多觀察與陪伴技巧。如有需要，亦可聯繫學校協助轉介資源，或撥打衛生福利部 安心專線 1925 (依舊愛我) 或 1995 (要救救我)，提供 24 小時免費諮詢服務。

讓我們一起珍惜生命、守護彼此，擁有一個安心、充實的暑假！

參、活動安全：

同學於暑假期間往往會從事大量的休閒活動，依活動場地的不同，區分為室內活動及戶外活動：

一、室內活動：

室內活動包含圖書館、電影院、百貨公司賣場、KTV、MTV、室內演唱會、室內團體活動等，從事該項活動時，**首先應熟悉逃生路線及逃生設備**，同學應熟習相關消防（逃生）器材，如滅火器、緩降機等之使用方式，方能確保從事室內活動時之安全。其次，應告誡同學**避免涉足不正當場所**，以免產生人身安全問題。

二、戶外活動：

暑假期間學生從事各類戶外活動，首先應注意天候變化及熟悉地形環境，近來登山意外頻傳，體育署提醒以下登山活動應注意事項：

(一)登山前應充分了解登山潛在風險，及山域事故救援困難，請審慎評估自身能力、體力及天候狀況等條件，選擇合適山域。

(二)請注意有無申請許可之規定，如有應依法辦理申請入山、入園，並攜帶適合之裝備，擬定登山計畫，投保相關保險以充分保障自身安全。

(三)登山途中也應充分注意山域或設施相關警告及標示。

三、從事戶外活動「四不要」提醒：

(一)**不要逞強**：進行登山、露營、溯溪、戲水、水岸、田野調查研究等活動時，除需做好行前裝備檢查外，更應考量自身體能狀況能否負荷。

(二)**不要去危險水域**：不要去公告危險水域或無救生人員的地方進行活動。

(三)**氣候不佳，不要從事戶外活動**：遭遇大潮、豪雨等天候狀況不佳時，不建議從事戶外活動或應立即停止一切戶外活動。

(四)**不要在無防雷設施的建築物內避雨**：發生閃電雷鳴時，應遠離金屬物體、鐵欄杆、高大廣告牌等建築物，並應停止游泳、划船等，到安全的場所避雨。

肆、工讀安全：

暑假期間學生打工可參考勞動部「全民勞教e網」及《職場高手秘笈》勞動權益教育宣導手冊，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。另上開秘笈已置於勞動部官網(<https://www.mol.gov.tw>)及教育部青年發展署「RICH 職場體驗網 (<https://rich.yda.gov.tw>)工讀權益」專區可供運用。

伍、交通安全：

一、根據教育部校安中心的統計顯示，**校外交通意外事故為學生意外傷亡的主要原因**。暑假期間學生可能因為參加活動、打工兼職等因素，增加使用交通工具的機率，因此需特別提醒學生**騎乘機車、微型電動二輪車、自行車等一定要注意自身安全**，駕駛期間應遵守交通規則，減速慢行，切勿酒後駕車、疲勞及危險駕駛，以策安全。

二、加強宣導下列交通安全注意事項：

(一)請確實遵守交通安全教育 5 大守則：**(1)熟悉路權、遵守法規。(2)我看得見您，您看得見我，交通才會安全。(3)謹守安全空間--不做沒有**

絕對安全把握的交通行為。(4)利他用路觀--不做妨礙他人安全與方便的交通行為。(5)防衛兼顧的安全用路行為--不做事故的製造者，也不成為無辜的事故受害者。

(二)自行車道路安全：請配戴自行車安全帽，行進間勿使用行動電話，保持自行車安全設備良好與完整，不可附載坐人、人車共道，請禮讓行人優先通行、行人穿越道上不能騎自行車，請下車牽車，依規定兩段式左(右)轉、行駛時，不得爭先、爭道、並競駛或以其他危險方式駕駛，遵守行車秩序規範。大型車轉彎半徑大並有視覺死角，避免過於靠近行駛於大型車前或併行，以維護生命安全。

(三)機車安全：請正確配戴安全帽、全天開頭燈、勿無照騎車、行車時勿當低頭族、勿以手持方式使用行動電話、勿任意變換車道、路口禮讓行人、禁止飆車，並勿將機車借給無機車駕照的人。大型車轉彎半徑大並有視覺死角，避免過於靠近行駛於大型車前或併行，以維護生命安全。

(四)行人道路安全：穿越道路時請遵守交通號誌指示或警察之指揮，不任意穿越車道、闖紅燈，不任意跨越護欄及安全島，不侵犯車輛通行的路權，穿著亮色及有反光的衣服、在安全路口通過道路、預留充足的時間，避免過於靠近行駛於大型車前或併行，以維護生命安全。

陸、居住安全：

一、居家防火、用電安全：

為降低居家意外事故發生，提醒學生注意居家防火、用電安全之重要性，利用火災案例教導學生遇火災時切勿慌張，應大聲呼叫、通知周邊人員自身所在位置，並進行安全避難，切勿躲在衣櫥或床鋪下等不易發現場所。點火器具並非玩具，不可把玩，玩火恐引起火災及傷亡。另提醒家長有關打火機及點火槍等點火器具之放置場所，應予上鎖，並請家長充分配合告知學童家中的避難逃生路線，以建立危機意識並維護學子居家安全。

(一)有關居家防火安全請至內政部消防署網站 (<https://www.nfa.gov.tw/cht/index.php?code=list&ids=301>)，參考並請多加利用「居家消防安全診斷表」。

(二)另居家用電安全，請至台灣電力公司(電力生活館)網站 (https://www.taipower.com.tw/tc/news_noclassify.aspx?mid=323)，參考清潔保養篇、用電安全篇及居家生活篇等用電安全文宣知識。

二、賃居安全：

使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，要注意室內空氣流通，使用時切忌將門窗緊閉，易導致因瓦斯燃燒不完全，而肇生一氧化碳中毒事件；有頭昏、噁心、嗜睡等身體不適情況發生，應立即打開通往室外的窗戶通風，若身體嚴重不適時，請先前往通風良好的室外環境，再打 119 電話或與親友(學校)求助，以維護學生自身安全。外出及就寢前亦必須檢查用電及瓦斯是否已關閉，以確保安全。

柒、校園及人身安全：

一、本校全面強化校園門禁安全管制、校園巡邏措施及監視(錄)器材及緊急求救鈴設備設置，本校警衛巡查校園時，監視系統及門禁管制應責由專人監看或建立管理措施，以免發生安全間隙。學校應與轄區警政單位保持聯繫，強化落實校園周邊安全巡邏，並依學校與警察單位簽署之「維護校園安全支援約定書」，建立警衛與社區聯防機制，有效即時應處突發事件。課後社團及課後照顧班或自習班級之教室應集中配置，減少放學後樓層出入口動線，便於加強管控人員出入，提醒學生如在校遇陌生人或可疑人物，應立即通知師長，防止意外事件發生。

二、利用相關課程或集會時機，加強學生安全意識及被害預防觀念教育，提醒學生暑假期間配合學校作息，上學勿單獨太早到校，課餘時避免單獨留在教室；請務必結伴同行，避免單獨到校園偏僻死角確保自身安全。學生放學不要太晚離開校園，或由家人陪同，絕不單獨行經漆黑小巷或人煙罕至的地方及進出危險場所。

三、學生若於校內外遭遇陌生人或發現可疑人物，應立即通知師長或快速跑至人潮較多地方或最近便利商店，大聲喊叫吸引其他人的注意，尋求協助。請各級學校提醒學生夜間返回租屋處尤須注意門戶安全及可疑份子；另行經偏僻昏暗巷道時，應小心不明人士跟蹤尾隨，並隨身攜帶個人自保物品如防狼噴霧劑、哨子等，以備不時之需。

捌、藥物濫用防制：

一、鑒於新興混合式毒品除有精美包裝之特徵，易降低施用者對於毒品的警戒性外，亦多為二種以上的毒品混合，造成更大的危險性及致死率(相關資訊或偽包裝圖檔如毒品咖啡包、毒果凍、梅粉等等，請參考教育部防制學生藥物濫用資源網站 <http://enc.moe.edu.tw/>)。

二、為避免學生因對毒品危害及濫用藥物認知不足而好奇誤用，提醒家長關心學生校內外交友及學習狀況，暑假期間應保持正常及規律生活作息，不依賴藥物提神，非醫師處方藥物不要輕易使用，拒絕成癮物質；參加聚會活動時，務必提高警覺並且不隨意接受陌生人的物品及飲料，守法自律、做正確的選擇才能隔絕受同儕及校外人士引誘。

三、倘學生不幸誤觸毒品，學校與家人的鼓勵與支持是最好的後盾，瞭解青年學子使用毒品的情境及原因，對症下藥根除這些問題，共同輔導並提供適性、多元學習方案，避免學生中輟或休、轉、退學離校，以協助走出對毒品的依賴性。相關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(戒毒免費專線電話：0800-770-885)，以協助青年學子遠離毒害。

四、為防杜藥頭危害校園安全，本校亦要求師長多加留意關心，另提供情資協助檢警循線查緝，打擊校園及社區藥物濫用情形，以營造「健康校園」。

玖、詐騙防制：

一、暑假期間應提醒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。並建立安全使用智慧型手機的觀念，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。

二、歹徒常利用小額付費機制進行詐騙，甚至先開通被害人小額付費服務後再行騙代收認證簡訊。多一分謹慎就多一分保障，建議學生可向電信公司申請關閉手機小額付費功能，並且切勿代收簡訊。

三、面對層出不窮、手法日益翻新之詐騙犯罪手法，為避免成為歹徒以電話假綁架或假事故(交通意外、疾病住院)行真詐財的受害者。提醒家長如接獲可疑詐騙電話或不慎遇上歹徒意圖詐騙，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。

四、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，呼籲應善用通訊軟體的安全設定，例如關閉「允許自其他裝置登入」功能，以降低被盜用機率；另提醒學生或家長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，未確認真偽以前不可貿然匯款，以免上當。

五、家長可透過查詢內政部警政署「165 全民防騙」網站公告資訊(網址 <http://www.165.gov.tw/index.aspx>，或由本部校安中心網頁連結)，或加入內政部警政署 165 反詐騙 LINE 官網下載最新詐騙手法，以避免受騙上當。

拾、網路賭博防制：

提醒家長共同關心學生校內、外的言行，並加強對學生的關懷與輔導，如發現學生有異常情事，即積極介入處置與輔導，避免因網路誘惑而落入陷阱或衍生其他偏差行為；若發現學生涉及網路賭博情事，應通知學校依據教育部校安通報作業要點即時通報與介入輔導，並由學校截取畫面及網址，提供教育主管機關通知警政單位查處，或向「iWIN 網路內容防護機構」提出反應，以防止學生接觸有害身心之網路內容，共同保護莘莘學子，營造純淨的學習環境。

拾壹、犯罪預防：

一、請提醒同學切勿從事違法活動：

如飆車、竊盜、販賣違法光碟軟體、參加犯罪組織活動或從事性交易（援交）等。另近年來逐漸增多的電腦網路違法事件如：非法散布謠言影響公共安寧、違法上傳不當影片、入侵他人網站竊取或篡改資料等，請加強學生網路使用認知素養並尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。

二、加強暑假期間推動兒童及少年性剝削防制教育宣導：

因近期兒少遭網路性剝削案件頻傳，網路已融入大眾生活文化，且智慧型手機的功能及處處都是無線網路的環境情況下，更需注意青少年使用手機的情況；應建立彼此間的信任，以幫助角色協助青少年建立良好健康上網觀念。另為維護青少年學生假期安全，學校亦利用各集會時間，加強宣導網路性剝削的相關議題，暑假期間請家長注意避免因青少年學生無知，於網路遭有心人士誘惑而涉性剝削等情形，並鼓勵從事正當休閒活動，以增進青少年學生健全發展，有效降低憾事發生機率，以確保權益及保障安全無虞。

三、遊戲用槍防制：

近年來市面上遊戲用槍購得容易，若使用不當易造成傷害，基於學生安全維護及減少學生因使用遊戲用槍不當造成傷害，本校已運用集會、校務會議、親師座談等各種方式實施安全宣導及融入教學，請家長於暑假期間特別注意貴子弟，勿任意把玩或購買非適用年齡之遊戲用槍商品。

四、(2022)年6月1日【跟蹤騷擾防制法】正式上路，定義8種跟騷行為，只要持續或反覆違反特定人意願且與性或性別有關，進行監視跟蹤、盯梢尾隨接近、威脅辱罵、通訊網路騷擾、不當追求、寄送文字影像等行為，警察機關將可介入調查，實行行為者至少可處1年以下有期徒刑、拘役或科或併科新台幣10萬元以下罰金。

拾貳、資訊素養與倫理教育：

暑假期間學生閒暇的時間變長，加上行動上網的普及，各式上網載具亦提供了種類多元的應用程式與遊戲下載，因此更容易使得學生沉迷於網路世界或遊戲，近年來由於過度沉迷於玩手機遊戲所引發的病症也逐漸增多，特別是對肩頸、手腕與眼睛的傷害，提醒家長應注意孩子的上網安全及時間管理等問題，與孩子共同制訂上網公約及培養正確的網路使用態度與習慣，也要鼓勵孩子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。

拾參、學生發生意外事件之通報與聯繫管道：

一、持續關懷學生並落實通報：

本校於假期期間對於學生關懷不間斷，持續注意學生有無受虐、性侵害、兒少未獲妥善照顧(脆弱家庭)、家庭暴力等事件發生，並利用各種機會(如學校辦理營隊、返校日等時機)，提醒同學各種預防觀念以加強宣導，使學生能夠學會自我保護，建立應有的危機意識；學校人員若透過臉書、班級群組等知悉有上開情形，亦應立即辦理通報。

二、學生於暑假期間發生各類意外事件，可運用各級學校校園安全聯繫電話請求協助。學校於獲知學生發生意外事件時，須依教育部「校園安全及災害事件通報作業要點」規定，遇緊急重大事件或需主管教育行政機關協處之事件，必須於2小時內透過校園安全暨災害防救通報系統實施通報，惟情況緊急或須協助事件應先行以電話通報教育部校安中心或教育部國民及學前教育署校安中心，均有專責值勤人員實施24小時輪勤，教育部校安中心或教育部國民及學前教育署校安中心，均有專責值勤人員實施24小時輪勤，教育部校安中心專線電話：(02)33437855、33437856，傳真：(02)33437920，教育部國民及學前教育署校安中心專線電話：(04)37061349，傳真：(04)23302764。

拾肆、防制校園霸凌宣導：

如遇到校園霸凌事件(網路霸凌、言語霸凌、關係霸凌...)，可向學校校安中心24小時專線：04-8872632或郵寄電子郵件信箱：phtc322@phtc.chc.edu.tw(另於自強樓1F電梯處設有實體信箱)或彰化縣校外會「全國教官為全國同學服務」專線：04-7278585或教育部24小時免付費投訴專線(1953)協助；立即處理後續可能發生的霸凌行為。

※請勿匿名申訴或檢舉，本校會全程保護舉發人資料，並會有專人為您服務!!

拾伍、本校114學年度第2學期學生學習歷程「課程成果」及「多元表現」資料上傳之「時程」：

(一)高一、高二同學特別注意學習歷程檔案上傳時程

- 1.【課程成果】一、二年級:學生資料上傳期間:勾選6件,上傳時程:115.02.23(一)~115.07.17(五)
- 2.【多元表現】一、二年級:學生資料上傳期間:勾選10件,上傳時程:115.07.23(四)~115.07.29(三)
- 3.前述上傳時程結束後,第二學期資料庫模式將會關閉,屆時將無法再進行新增或修改資料。

拾陸、其他

一、8月31日(星期一)開學日,請督促其服儀整齊,因開學典禮為學校重大儀典,提醒同學開學日請依規定穿著學校校服,按時到校,如因事未能到校,請先完成請假手續。因病未能到校,請以電話向導師及師長請假,並於事後補辦請假手續及重大意外事件通知(以利協助處理)。(電話:04-8882224轉教務組長153;學生事務組長152;輔導老師157;護理師155;主任151)

二、新學期開學後,請家長配合注意事項如下:

- (一)同學因病不能來校辦理請假手續時,請促其返校5日內補辦手續,以免曠課。
- (二)同學曠課將影響德行紀錄,請注意貴子弟出勤狀況,可多利用本校同學查詢系統確認缺曠情形及獎懲紀錄。
- (三)因同學騎乘機車上下學致意外事故頻傳,請叮嚀孩子上下學注意交通安全及守法。
- (四)為鼓勵學生敦品勵學、養成學生良好生活習慣、引導學生身心發展及向上精神及維護校園學習環境秩序與安全,請一起來叮嚀孩子上學期間遵守《定期考試期間學生請假暨缺考補考要點》《各項考試規則及違規處理要點》《學校出缺勤管理暨請假要點》、《學生獎懲實施要點》及《校園行動載具使用管理規定》。

三、「北斗家商粉絲專頁」QR-CODE,提供家長及學生資訊分享及互動。



敬祝 平安喜樂 !! 專 此 順 頌
時 祺

國立北斗高級家事商業職業學校 校長 楊世圳

-----家長函回條

國立北斗高級家事商業職業學校進修部 114 學年度暑假家長聯繫回函

班級: 年 班 座號: 學生姓名:

114 學年度暑假學生家長聯繫函,敬悉 願與學校共同合作,督促子弟,遵守學校規定事項,並配合給予適切輔導。

此致 國立北斗高級家事商業職業學校

學生家長簽章:

聯絡電話:

家長建議事項:

中 華 民 國 年 月 日

(請貴家長閱後於回條單簽名或蓋私章,並於6月24日(星期三)前交由貴子弟繳回進修部學生事務組)