



屏東縣枋寮鄉東海國小

114學年度第二學期

休業式

宏欣老師 115.06.30



屏東縣枋寮鄉東海國小

114學年度第二學期

暑期學生活動  
安全注意事項





# 重要日期提醒

7/01 暑假開始

7/02 ~ 7/27 夏日樂學(09:00~13:00)

7/06 ~ 7/09 樂隊到校練習(10:30~12:00)

7/14 ~ 7/17 舞蹈社團到校練習(10:30~12:00)

7/20~7/24 直排輪(自費)練習(16:30~18:00)

7/28-7/30 舞蹈比賽集訓(09:00~11:00)

7/27 ~ 7/29 靈糧堂品德營(08:30~16:00)



# 重要日期提醒

8/3 ~ 8/21 學習扶助(國、數)(08:40~12:00)

8/3 ~ 8/21 學習扶助(英)(10:30~12:00)

8/28(五)

全校返校日、新生迎新活動(07:45~10:00)

8/31(一) 正式上課(攜帶書包、餐具及學用品)



# 暑假課程/社團

- 記好自己參加活動的時間
- 不遲到/不早到
- 校園內要結伴同行
- 放學不逗留



# 水域安全宣導

東海國小114學年度  
學生暑假生活事項宣導

## 水域探險守則：救溺 5 步「叫叫伸拋划」



**重點提醒：救溺先自保！**

### 防溺 10 招摘要

⊗ 不長時、不疲累、不跳水、不落單、不嬉鬧



✓ 要合法、要暖身、要注意、要冷靜、要小心





東海國小114學年度  
學生暑假生活事項宣導

藥物濫用防制宣導

毒品防衛戰：拒絕偽裝的隱形殺手

**通緝令**



**三級毒品**

**喪屍煙彈**

**真面目：**依托咪酯  
**偽裝：**混入電子煙油，俗稱「一口量、上頭煙」  
**危害：**身體異常顫抖、無法控制宛如喪屍，過量有致死風險！



**通緝令**



**二級毒品**

**大麻**

**警告：**國外合法≠台灣合法！  
**風險：**運輸大麻最高可處無期徒刑  
切勿因好奇網購或帶貨！

暑假打工要小心，拒絕不明飲料，避免成為運毒工具！



# 東海國小114學年度 學生暑假生活事項宣導

## 藥物濫用防制宣導



### 👤 通緝犯特徵：

偽裝成糖果、果凍、咖啡包，  
看起來美味可口

### 🔥 罪名：

讓人上癮、產生幻覺、毀掉未來

### 📍 出沒地點：

校園、派對、飲料中，藏在你我身邊

### 📢 全民請注意 📢

⚠️ 不被美麗外表誘惑

⚠️ 不接受、不好奇、不嘗試

⚠️ 發現疑似毒品，立即通報 110



# 就貪幾步快 容易出意外



## 交通安全宣導

# 東海國小114學年度 學生暑假生活事項宣導





## 騎車一定要戴安全帽



小叮嚀

戴安全帽時應正面朝前，並於  
顎下(下巴)繫緊扣環，穩固且  
不遮蔽視線

## 交通安全宣導

## 東海國小114學年度 學生暑假生活事項宣導





東海國小114學年度  
學生暑假生活事項宣導

網路購物要小心，詐騙陷阱別上當！



防詐宣導



東海國小114學年度  
學生暑假生活事項宣導

WARNING

# 假交友 真詐騙

網路交友要小心，以免賠上感情也丟了荷包  
有疑慮 可撥打165反詐騙專線

## 網路交友詐騙的3種常見型態



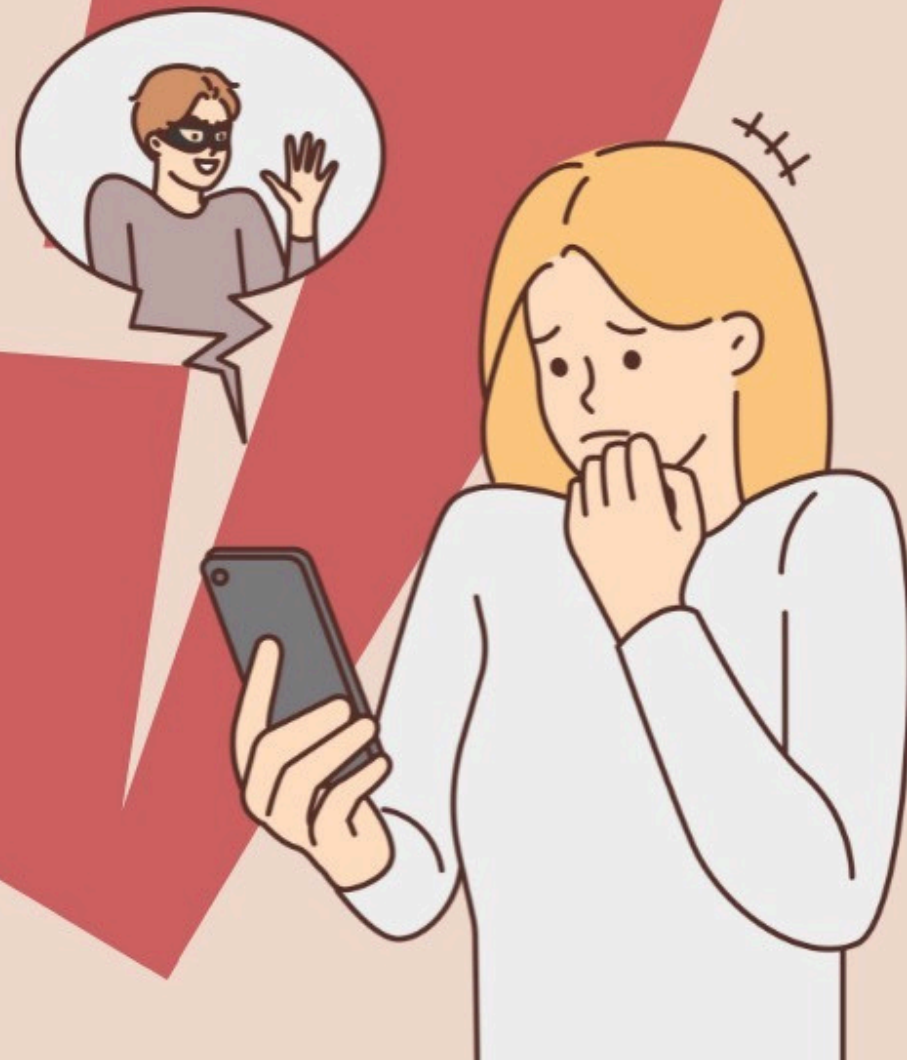
高顏值、多金



甜言蜜語  
快速陷入情網



投資 借錢 買東西



# 防詐 宣導



# 東海國小114學年度 學生暑假生活事項宣導

## 防治數位性 別暴力

| 私密照不外流－保護自己最重要 |





東海國小114學年度  
學生暑假生活事項宣導

# 防治數位 性別暴力





東海國小114學年度  
學生暑假生活事項宣導

防治數位  
性別暴力

# 防治數位/網路性別暴力

1. 不違反意願 
2. 不聽從自拍 
3. 不倉促傳訊 
4. 不轉寄私照 
5. 不取笑被害 

牢記五不四要！



1. 要告訴師長 
2. 要截圖存證 
3. 要記得報警 
4. 要檢舉對方 



# 暑假 健康上網守則

發現疑似網路霸凌、詐騙、不實買賣、勒索等行為，請保留證據，並在第一時間向師長求助



1. 網路謠言 不輕信

2. 個人資料 不外傳

3. 健康上網 不沉迷

東海國小114學年度  
學生暑假生活事項宣導

健康上網



# 樂遊網路好生活

向健康 Say Hi



作息要正常



上網要注意



運動要規律



# 健康上網

東海國小114學年度  
學生暑假生活事項宣導



# 東海國小114學年度 學生暑假生活事項宣導

拒絕短影音與  
社群平臺風險

沉迷短影音恐傷大腦功能！  
醫師曝決策力、專注力都退化

## 短影音成癮 (SVA) TVBS新聞台 HD



**獎勵系統**持續被刺激

➡ **多巴胺**大量分泌

專注力下降 睡眠中斷

焦慮 情緒失控

播放 K 台北

TVBS

年輕世代沉迷短影音 恐影響大腦功能



# 東海國小114學年度 學生暑假生活事項宣導

## 防災宣導

### 大自然挑戰：防震與防颱應變

#### 地震保命3步驟



🐾 趴下：  
重心放低

🐾 掩護：  
躲在桌下，保護頭頸

🐾 穩住：  
抓住桌腳

🐾 \*如果人在操場，避開籃球架與大樹，就地蹲下！

#### 颱風防禦清單



✓ 準備 3-4 日份  
食物與水

✓ 檢查門窗牢靠，  
取下未固定物

✓ 待在室內最安全，  
不去易積水處



# 東海國小114學年度 學生暑假生活事項宣導

## 登革熱防治

### 清除孳生源4大訣竅



經常巡檢，檢查居家室內外可能積水的容器。



倒掉積水，不要的器物予以丟棄。



減少容器，使用的器具也都應該徹底清潔。



刷洗去除蟲卵，收拾或倒置，勿再積水養蚊。

(圖：教育部資訊網)





# 東海國小114學年度 學生暑假生活事項宣導

## 預防食物中毒

### 飲食與高溫警報：Doctor Cat 的消暑良方



#### 🐾 預防食品中毒 5 要訣



👏 要洗手：  
用餐前徹底清潔



🌿 要新鮮：  
拒絕過期不明食品



🔪 要生熟食分開：  
避免交叉污染



❄️ 要注意保存溫度：  
食物不放室溫太久



🔥 要澈底加熱：  
確保完全煮熟



#### 預防熱傷害

- 💧 多喝水：定時補充水分，不以含糖飲料取代
- 🐾 均衡飲食，少油鹽糖，避免暴飲暴食！



# 東海國小114學年度 學生暑假生活事項宣導

## 發生意外，立即通報！





東海國小114學年度  
學生暑假生活事項宣導



暑假開心玩，  
安全不能忘～  
我們開學見，  
不見不散唷！