

【103 學年度學生安全通報第 005 號】

日期：104 年 1 月 14 日

發布單位：學生事務處 軍訓組

聯絡人：王志清

聯絡電話：05-2717312

全天候值勤電話：05-2717373

主旨：期末暨寒假、春節學生安全宣導

壹、**期末考考試期間**加強課業複習時，請同學注意身體保健、生活作息保持正常規律、盡量不要熬夜，祝同學期末考順利。

貳、**個人感覺壓力過大時**，以下提供一些疏解壓力的方法：

一、當自己處於壓力事件時，別忘了家人、朋友、學校同學、老師的相互支持、分擔與分享，往往是我們處理壓力的第一步。

二、利用適當運動、休閒活動，再配合家人及朋友適時的鼓勵，都能使我們儘早擺脫壓力。

三、平時透過閱讀，看電影，聊天等心靈溝通，可以多瞭解自己，建立對事情更多元更健康的看法。

四、如果身心的症狀明顯，經過上述方法還是無法抒解，建議您尋求**學校學輔中心(2717081)**專業的協助，早日擺脫壓力的束縛。

參、**165 反詐騙宣導**：年關到了，預防詐騙集團找上你。同學最常遇到被詐騙事件為**網路購物後因個資被盜取**，被詐騙集團告知接獲訂單錯誤，需至 ATM 補匯款後再行退款的電話而匯款被騙。請同學接獲不明電話，**請把握”立即掛斷電話、查證、報警”**或立即詢問 165 反詐騙專線，勿輕易匯款，以免受騙。相關反詐騙資訊請參考新北市政府警察局常見詐騙案例犯罪手法及預防方式：

http://www.police.ntpc.gov.tw/_file/1963/SG/33259/D.html

肆、**寒假暨春節放假期間**，為維護同學健康及安全，請注意寒假期間交通安全及各項安全預防工作，避免涉足不良場所或從事無安全規劃之工作，肇生意外事件；**相關安全宣導注意事項如附件一**，請同學詳閱。

祝全校師生 新年闔家平安 吉祥如意

學生事務處 軍訓組 關心您

國立嘉義大學 104 年寒假暨春節學生活動安全預防宣導注意事項

一、活動安全：

(一)室內活動：

從事室內活動時，首先應注重逃生路線及逃生設備位置，熟悉相關消防（逃生）器材如滅火器、緩降機等使用方式，以確保從事室內活動安全。其次，避免涉足網咖、舞廳、夜店等出入份子複雜的場所，避免產生危及人身安全問題。

(二)戶外活動：

請同學盡量避免從事登山、溯溪、戲水等戶外體育活動，對於山區從事調查或研究之師生，更應事前做好相關安全規劃及緊急應變措施，參與同學亦應衡量自身體能狀況及攜行裝備是否完備，若遇強烈冷鋒過境、大潮、豪雨，應立即停止一切戶外活動，降低發生意外事件之可能性。

二、工讀安全：

(一)寒假期間，部分同學投入打工，鑑於職場陷阱及詐騙事件頻傳，提醒同學危安因素應先考量，包括人（老闆、同事之品德操守）、事（工作性質與內容是否正當）、時（工作時數與時段）、地（工作地點及使用器械）等，都必須詳實瞭解評估，以避免工作中可能肇生之任何危安事件。

(二)寒假工讀同學萬一發生受騙或誤入求職陷阱，亦可免費撥打行政院勞工委員會成立之諮詢專線：0800-777-888 請求協助。

三、交通安全：

(一)寒假期間同學可能因參與活動、打工兼職，使用交通工具機率大幅增加，因此特別提醒同學注意自身交通安全，如保持安全車距及勿疲勞駕駛等。

(二)為維護校外教學活動安全，租用大型交通運輸工具時應先行瞭解車輛租用相關安全事項，確保行車安全。

四、校外賃居安全：

(一)防範一氧化碳中毒：

使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，特需注意室內空氣流通，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；此外，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。請至「內政部消防署網站」下載「防範一氧化碳中毒居家防災安全診斷」參考。

(二) 注意人身安全：

夜間返回租屋處或行經偏僻昏暗巷道時，應小心有無不明人士跟蹤尾隨，個人自保物品如防狼噴霧劑、哨子等應隨身攜帶，以備不時之需。

五、藥物濫用防制：

近年來青少年藥物濫用案件逐漸增加，嚴重影響學子身心健康，同時也牽累家庭經濟，影響社會治安。提醒同學於寒假期間應保持正常及規律之生活作息，切勿受同儕及校外人士引誘慫恿而好奇嘗試，因而造成自我及家人之終身遺憾。

六、寒假期間如需學校值勤教官緊急協助處理，請同學電話連繫 05-2717373。