

臺北市立麗山高級中學 111 學年度學生寒假生活須知

貴家長及各位同學：

111 學年度寒假將於 112 年 1 月 20 日開始，寒假期間是調整學習步調的好時機，有妥善縝密的安排才不致虛度時光，預祝您有個快樂充實的假期，下列提醒生活事項請仔細閱讀並遵行：

- 一、請同學依舊落實各項防疫作為：勤洗手、注意呼吸道衛生與咳嗽禮節。保護自己也保護家人。請多關心家人彼此健康，落實自我健康監測，如出現發燒、咳嗽或流鼻水等呼吸道症狀，應自主快篩並儘速就醫。
- 二、如班級或社團有意籌組校外活動者，必須依規定向學校提出申請，須有師長帶隊，以利臨時狀況能即時聯繫並掌握安全。
- 三、寒假期間到校參加各處室所安排活動者，請務必配合學校寒假作息時間(0800-1630之間)，不可太早到校或太晚離開校園。課餘時，請務必結伴同行，避免單獨留在教室；不要待在偏遠角落或獨自留在教室，以免發生人身安全問題。
- 四、為了維護校園安全，寒假期間仍需遵守本校進出人員管制措施及活動申請規範，凡欲使用學校設施、場所、教室辦理活動，必須先提出申請，經核准後始能辦理。
- 五、111 學年度第 1 學期公共服務時數採計自 111.08.01 至 112.01.31，請同學把握時效。112.02.01 後所得時數不得列為 111 學年度第 1 學期時數。
- 六、重視禮節，表現應有教養。規律起居作息，保持身心健康。不沉迷於玩手機遊戲，過度使用者有造成個人身心傷害之虞。
- 七、嚴禁不當或違法行為、打架、滋事、抽煙、酗酒、吸食（或注射）毒品、賭博及涉足不當場所。
- 八、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。請同學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。夜間返回住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。
- 九、本次寒假無返校日，**112 年 2 月 13 日(星期一)開學**，開學日可視個人情況，攜帶防疫隔板，以利用餐時有效防疫。
- 十、防制藥物濫用：

莫嘗試墨西哥鼠尾草，當了毒品白老鼠

行政院業已於 111 年 7 月 4 日將墨西哥鼠尾草(Salvia divinorum)及其活性成分「沙維諾林 A(Salvinorin A)」列為**第三級毒品**，「施用、持有、轉讓與販賣均屬違法」，會有刑事或行政的處罰。

諮詢專線：0800-770-885 (請請你幫幫我)

教育部關心您 廣告

- (一) 教育部防制學生藥物濫用資源網站：<http://enc.moe.edu.tw/>。
- (二) 保持正常及規律生活作息，不依賴藥物提振精神，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他人的物品及飲料，守法自律、做正確的選擇才能隔絕受同儕及外人引誘。
- (三) 配合教育部「新世代反毒策略行動綱領」及親子共學的教育策略，請家長與孩子共同完成反毒學習任務。
- (四) 教育部「寒假親子共學反毒學習單」：
- (五) 高一表單連結：<https://forms.gle/p8P6WSiG4a717Pw7A>
高二表單連結：<https://forms.gle/CXnCs3wKbsjpQvaS9>



十一、網路安全：

- (一) 避免利用網路媒介接觸有礙青少年身心發展資訊，確保身心健康。(二) 尊重個人隱私權益；注意網路使用之禮節與規範，不違法上傳不當圖檔照片影片、不竊取他人網路遊戲虛擬貨幣及道具、不入侵他人網站、不非法散布謠言影響公共安寧等，以免誤蹈法網。

十二、戶外活動：

- 認識體育署「四不要」提醒—不要逞強、不要去危險水域、氣候不佳，不從事戶外活動、不要在無防雷設施的建築物內避雨。從事各類戶外活動，首應注意天候變化及地形環境之熟悉。無論登山或旅遊，均應徵得家長/學校同意及請家長或老師帶隊，切勿私自行動，以確保安全。活動結束，應立即回家，不可在外遊蕩，以免家長/學校擔憂。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

臺北市立麗山高級中學 111 學年度學生寒假生活須知

狀況能否負荷；不要去公告危險水域或無救生人員的地方進行活動；遭遇大潮、豪雨等天候狀況不佳時，應立即停止一切戶外活動，以預防突發性之危安事件(如海灘裂流、碎浪、地形效應等問題)。

十三、室內活動安全：包含圖書館、電影院、百貨賣場、KTV、MTV、室內演唱會、室內團體空間等，從事該活動時，應了解與查看其逃生路線，確保安全；避免涉足不正當場所，以免產生安全問題。

十四、交通安全：

(一)根據教育部校安中心統計顯示，校外交通意外事故為學生意外傷亡的主要原因。寒假期間同學可能因為參加活動、打工兼職等因素，增加使用交通工具的機率，因此需特別提醒騎乘機車、自行車等一定要注意自身安全；切勿無照駕駛及搭乘無照人員騎乘之汽機車。(二)鼓勵滿 18 歲同學踴躍參與交通部機車駕訓補助計畫，透過正規的機車教育訓練，建立正確騎乘觀念，減少交通意外事故。(三)行人穿越道路，不任意穿越車道、跨越護欄及安全島，在安全路口通過道路，預留充足的時間，且不可追逐嬉戲及邊走邊看手機。

十五、工讀安全：行政院勞工委員會免費諮詢專線：0800-777-888 請求專人協助。

(一)慎選工作環境，注意工作場合的危安因素，勿受高薪誘惑，須由家長陪同應徵，以免受騙。

(二)應徵「七不原則」-「不繳錢、不購買、不辦卡、不簽約、證件不離身、不飲用、不非法工作」。(三)工讀萬一發生受騙或誤入求職陷阱，求助學校或以下資源保障工讀權益與安全。

十六、居家安全：

(一)注意居家防火、用電安全，了解家中避難逃生路線，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。春節期間禁止購買及燃放未有認可標示之爆竹煙火，以免肇生意外。(二)使用瓦斯設備，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，前往通風良好的室外環境，再打 119 電話或與親友(學校)求助。外出及就寢前必須檢查用電及瓦斯是否已關閉，以確保安全。

111 學年度寒假返校打掃時間分配表及注意事項

日期	1/30	1/31	2/1	2/2	2/3
星期	一	二	三	四	五
班級	101	102	104	105	106
	201	103	204		
	202	203	205	206	207
日期	2/4	2/6	2/7	2/8	2/9
星期	六	一	二	三	四
班級	107	108	109	補考	補考
	208	209	110		
			210		

【注意事項】

1. 寒假返校打掃日程為 1 月 30 日至 2 月 7 日之星期一～六，共 8 日。每班各排一次，高三班級與體育班免返校打掃。另外，2 月 10 日為學校備課日，故不排班級進行打掃。
2. 返校打掃請同學依「高級中等學校訂定學生服裝儀容規定之原則修正規定」及「臺北市立麗山高級中學學生服裝穿著及儀容檢查實施要點」第八點規定，穿著校服，並穿著運動鞋，違反規定者當次返校打掃不計，另擇日(上表規定時間內)補行返校打掃工作。
3. 輪值打掃班級請於 8:30 準時至南棟人文大樓一樓大鏡子前集合，由班長或風紀股長負責點名；遲到十分鐘以上者，延長打掃時間；遲到二十分鐘以上者，視為未到。
4. 各班打掃完畢須經學務處師長檢查許可後方可離校，否則視同未返校打掃；原則上 10:30 放學。因故未能按表訂日期返校者，請事先至學務處衛生組登記更改時間。
5. 依本校「臺北市立麗山高級中學寒暑假學生返校打掃實施要點」規定，依實際打掃時間，核發服務學習時數 2 小時。返校打掃一時間未能於寒假期間補打掃完畢者，則開學後執行 2 次愛校服務。
6. 返校打掃當日請攜帶公服卡，將核發公服條認證公服時數。

寒假期間有任何需要協助，請洽學校總機：2657-0435 (教務處 200-206、學務處 300-304、教官室 308、311、312、輔導室 500-503) 或 2797-4202 (校安專線)。霸凌申訴信箱：stud4@lssh.tp.edu.tw

麗山高中 學生事務處 112.01.19