

西港國小 115年度暑假生活須知

- 訓導組115.6.30

日期	時間	事項
07/06(一)-07/9(四)	8:00~16:00	愛與包容夏令營 (臺中教育大學諮商與應用心理學系)
07/10(五)	8:00~12:00	
07/13(一)-07/14(二)	8:00~16:00	偏偏起舞暑期營隊
07/15(三)	8:00~12:00	課後照顧
7/16(四)	8:00~11:00	水資處自主防災活動
07/27(一)-07/31(五)	8:40~16:00	星星計畫營隊、智高創客育樂營
08/03-08/07	8:40~16:00	夏日樂學、教優足球
08/10-08/14	8:40~16:00	太鼓育樂營、夏日樂學
08/17(一)~08/21(五)	8:40~12:00	學習扶助
08/24(一)-08/27(四)	8:40~12:00	正音班
08/28 (五)	7:30~10:00	返校日
08/31(一)	7:30~16:00 (三~六年級)	開學日
	7:30~12:40 (一~二年級)	

暑假活動補充說明

1. 今年暑假從115年7月1日起至8月29日

8月28日(五)為返校日；8月31日(一)為開學日。

2. 暑假重要行事公告在學校首頁

<https://www.sges.chc.edu.tw/>

瀏覽軟體(chrome、IE)搜尋西港國小

3. 暑假活動如當日生病或家裡有事請事先請假。

4. 多閱讀、多運動、分擔家事!勿忘天天85210。

5. 暑假作業別忘囉~

睡滿8小時

9 睡飽飽 每天睡飽9小時	9 頭好好 短期記憶轉成 長期記憶	9 長高高 夜間才會分泌 生長激素
-------------------------	--------------------------------	--------------------------------

睡飽飽，精神好、表現好

- 睡眠是學習的重要關鍵
- 睡眠時腦中分泌神經傳導物質，
- 如：生長激素、血清素、正腎上腺素等
- 血清素濃度與記憶與平靜有很大關係
- 生長激素會讓小孩子長高，修補細胞損傷

一眠大一寸，睡得香，讀書才記得住

- 睡覺時會分泌生長激素
- 晚上11點到3點分泌最多
- 睡得香（快速動眼期）昨天讀的書才會存檔記起來

如何才會睡飽飽

- 教導規律的讀書習慣，安排時間
- 鼓勵學生9點以前上床睡覺
- 培養良好且規律的睡眠習慣
- 適度生活規範
- 睡前避免看電視、打電腦、玩電動



天天5蔬果

3 刪熱量 喝足白開水 (1500cc / day) 細嚼慢嚥 不吃垃圾食物 每餐8分飽	6 五蔬果 + 全穀	7 油切 低脂、少油炸 減少糕餅點心
---	-------------------	---------------------------------

100大卡熱量的飲食

少吃100大卡

- 1：一杯水（少喝一份 250 cc含糖飲料）
- 3：刪熱量（少吃三分之一小包薯條、半條巧克力棒、半包牛奶糖）
- 5：五蔬果（三天一次波蘿麵包、蜂蜜蛋糕改為水果）
- 7：油切（炸排骨改滷排骨、炸魚改蒸魚）
- 1/2瓶蘋果西打（一瓶= 350 cc）
- 1/3杯冰淇淋（小美冰淇淋 200 cc）
- 1/4包泡麵
- 1個統一布丁

午餐蔬菜吃光光

- 提供學生足量多色蔬果
- 用一拳半大小的盛勺裝量
- 監督午餐打菜之蔬菜份量
- 孩童吃光蔬果才可以出去玩
- 用餐時間要滿20分鐘



四電少於2



看電視、玩電動、打電腦、用電話 每天少於2小時

請您跟我這樣做

1. 早自習變成早運動
2. 課間運動提供足夠運動器材
3. 晨間與課間靜態活動改成動態運動
4. 發展下課10分鐘的動態遊戲、運動
5. 發展校本運動
6. 發展室內運動
7. 發展有趣的運動
8. 善用外掃
9. 登錄運動時間
10. 動態回家作業

視而溜
四電少於二、戶外望遠伸展60分鐘

電腦 電視 電話 電玩	3010好視力	中斷望遠 海用眼
一天少於2小時	近距用眼30分鐘 望遠休息10分鐘	戶外望遠伸展 活動60分鐘

減少久坐

1. 督促學生下課離開坐位、走出教室，望遠、休息、伸展
2. 設計教學活動、近距離用眼限制在30分鐘內
3. 發展、鼓勵下課時間之動態活動
4. 不鼓勵學生去網咖
5. 學校的電腦加銀幕暫歇軟體



天天運動 30分

瘦



下



去



天天運動30分鐘

- 早自習變成早運動
- 課間運動提供足夠運動器材
- 晨間與課間的靜態活動改成動態運動

多運動會快樂

- 運動時分泌腦內啡, 心情會變好
- 運動時會增加讓人平靜的腦波α
- 運動時會增加促進人際關係的腦波

快樂動會長高

- 肌肉的拉扯會刺激骨骼生長
- 中低強度的運動(追趕跑跳碰)會刺激長高
- 長時間、過量的訓練反而讓人長不高

快樂動會聰明

- 多元刺激的運動會增加腦神經的聯結
- 成熟的腦會壓抑外來不重要的干擾訊息

喝足 白開水

每天喝白開水
1500 cc以上 (6杯馬克杯)



充足飲用白開水

1. 教室人人有水杯
2. 外出人人帶水壺
3. 體育場館有足夠飲水機(直接飲用式)
4. 午餐附餐不提供含糖飲料
3. 不以含糖飲料獎勵學生

數學時間

喝足白開水, 今天小朋友的
杯子為 _____ CC, 那小朋友
要喝 _____ 杯才能達到
1500 CC呢?



健康體位教育之 五大 核心能力



維持良好體位全校目標
(保我210)

- 8 睡滿8小時
- 5 天天五蔬果
- 2 四電少於二 (用活動60分鐘取代久坐)
- 1 天天運動30分
- 0 喝足白開水 拒絕垃圾食物



教育部



國立陽明大學



● 學校衛生研究中心
SCHOOL HEALTH RESEARCH CENTER

親愛的家長：

依據健康署調查，國內有八、九成國高中生每週喝含糖飲料6-8次。然含糖飲料如同液態性糖果，具有危害性，除攝取過量的糖分外，也喝進酸性調味劑、香精、色素等額外添加物，無法解渴外，更養成學童嗜喝飲料的習慣，長期恐導致營養失調生長受阻，更增加罹患慢性病的風險。

含糖飲料=液態糖果



105學年度開學日起，彰化縣校園推動三不原則，即學校不提供、學生在校不喝、家長與教職員不贈送含糖飲料，以有效解決學童肥胖的問題。

學童常喝的飲料種類含糖量

世界衛生組織建議每日攝取糖量成人少於25公克(約5顆方糖量)，兒童少於20公克(約4顆方糖量)

汽水	可樂	乳酸飲料	運動飲料	蔬果汁	奶茶
350cc 147大卡 9顆方糖	350cc 136大卡 9顆方糖	100cc 77大卡 3顆方糖	600cc 184大卡 10顆方糖	300cc 120大卡 6顆方糖	300cc 126大卡 6顆方糖
百香果冰沙	手調紅茶	珍珠奶茶	多多綠茶	冬瓜茶	水果茶
700cc 250大卡 12顆方糖	700cc 238大卡 15顆方糖	700cc 655大卡 32顆方糖	700cc 340大卡 20顆方糖	700cc 230大卡 12顆方糖	700cc 435大卡 18顆方糖

您與孩子的減糖妙計

不主動提供孩子

不在孩子面前喝

家裡不放

白開水最止渴

0大卡
白開水

無糖最健康

提供小杯份量

提供或自製天然飲品

鮮奶、低糖豆漿、黑豆漿、決明子茶、枸杞茶、牛蒡茶、紅棗茶、菊花茶、洛神茶、麥茶、黑豆水、蜂蜜檸檬茶、鮮奶茶、檸檬水、葡萄柚水、梅子汁、黑木耳露、紅蘿蔔汁、天然愛玉、仙草蜜、鳳梨白木耳汁。

彰化縣衛生局 關心學童的健康

廣告

校園霸凌防制教育宣導



校園霸凌的定義類型與具體型態

	定 義	類 型	具 體 型 態
校 園 霸 凌	1. 兩造勢力（地位）不對等。 2. 攻擊行為長期反覆不斷。 3. 具有故意傷害的意圖。 4. 呈現生理或心理侵犯的結果。	肢體霸凌	毆打身體、搶奪財物、……
		關係霸凌	排擠孤立、操弄人際、……
		語言霸凌	出言恐嚇、嘲笑污辱、……
		網路霸凌	散佈謠言或不雅照片、……
		反擊霸凌	受凌反擊、「魚吃蝦米」…
		性霸凌	校園性侵害或性騷擾

被霸凌的該怎麼辦？

- 向導師或家長反映。
- 向學校投訴信箱投訴。
- 向教育部反霸凌專線投訴（1953）。
- 於校園生活問卷中提出。
- 其它（好同學、好朋友、警察）向學校反映。
- 向教育部防制校園霸凌專區留言專區反映。

勇敢說出來

「尊重他人健康上網」

◆ 遇到網路霸凌五步驟：

1. 不謾罵
2. 請刪文
3. 留證據
4. 快阻斷
5. 尋求助



反霸凌
防詐騙
保護專線

電話1953

電話165

電話113



孩子上網 小心上當！

小學生常遇到的3大詐騙陷阱



陷阱1 假網拍詐騙

讓孩子以為低價購買熱門商品，並誘惑私下交易領取優惠。
不要上當，這是詐騙！



陷阱2 遊戲點數或虛擬寶物詐騙

便宜販賣高級裝備，導引孩子到假遊戲平台，並向其詐取金錢。
來路不明的網友，千萬別相信！



陷阱3 假愛情交友詐騙

甜言蜜語誘惑孩子，再假藉各種理由詐取財產。**小心，別被愛情沖昏頭！**

如遇詐騙請撥打
165反詐騙專線

165全民防騙網





反詐3步



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。

手機下載「警政服務APP」

上網查詢內政部警政署「165全民防騙網」

[\(http://165.npa.gov.tw/#/\)](http://165.npa.gov.tw/#/)

水域安全與防溺措施教育宣導

救溺五步

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



拋送飄浮物
(球、繩、瓶等)



划



利用大型浮具划過去
(船、救生圈、浮木、
救生浮標、保麗龍等)



教育部 關心您

「防溺10招」包括：

「五不」：「不長時、不疲累、不跳水、不落單、不嬉鬧」

「五要」：「要合法、要暖身、要注意、要冷靜、要小心」

防溺十招

生命無價！ 教育部再次呼籲並提醒家長，多一份關心，多一點叮嚀，切勿輕忽任何可能發生的危險，避免溺水事件悲劇再次發生，讓我們共同守護學生生命安全！



教育部 關心您

第一招



戲水地點需合法，
要有救生設備與人員

第二招



避免做出危險行為，
不要跳水

第五招



下水前先暖身，不可
穿著牛仔褲下水

第六招



不可在水中嬉鬧惡作劇

第七招



身體疲累狀況不佳，
不要戲水游泳

第八招



不要長時間浸泡在
水中，小心失溫

第三招



湖泊溪流落差變化大，
戲水游泳格外小心

第四招



不要落單，隨時注意
同伴狀況位置

第九招



注意氣象報告，現場
氣候不佳不要戲水

第十招



加強游泳漂浮技巧，
不幸落水保持冷靜放鬆

不會游泳也要學會的 水中自救

拍打水面

雙手水平舉起向下平拍水面，並大聲呼救，利用動作和聲音引起注意。



水母漂

深吸一口氣，臉向下埋入水中，手與腳向下自然伸直，並將身體放鬆。



運用漂浮物

運用現場可得的漂浮物，或是脫下身上的衣物，從頭後向前拋，讓衣物充滿空氣形成浮具。



仰漂

全身放鬆，吸滿氣後頭部慢慢後仰，換氣時用口快吐快吸。



1. 檢附教育部體育署「新版防溺10招」、「自救救人—溪河流篇」等水域安全宣導短片與海報檔案

<https://www.space.ntu.edu.tw/navigate/s/077FF7F5894E484A89DC8EF0EE854498QQY>

2. 「決定命運4招」宣導短片

https://www.youtube.com/watch?v=_Ho8ygc3oxs&t=39s&pbjreload=10

3. <https://watersafety.sa.gov.tw/home/>
水安宣導影片

反毒宣導
認識藥物濫用的危害
西港國小

根據毒品危害防制條例毒品依其成癮性、濫用性及對社會危害性分為四級：

常見濫用藥物分級

第一級	第二級	第三級	第四級
1. 海洛因 2. 嗎啡 3. 鴉片 4. 古柯鹼	1. 安非他命 2. MDMA (搖頭丸) 3. 大麻 4. LSD (搖腳丸、一粒沙) 5. Psilocybine (西洛西賓)	1. FM2 2. 小白板 3. 丁基原啡因 4. Ketamine (愷他命) 5. Nimetazepam (一粒眠、K5、紅豆)	1. Alprazolam (蝴蝶片) 2. Diazepam (安定、煩寧) 3. Lorazepam 4. Tramadol (特拉嗎竇)

電子煙上頭 吸了變殭屍!!



113年11月27日公告

依托咪酯電子煙彈

列為「第二級毒品」

具腎上腺毒性，恐危及生命



依托咪酯

大腦無法思考
身體異常抽搐
腎臟功能衰竭
神經永久損害



混合型毒品外包裝及內含毒品成分



卡通型態
第三級毒品4-甲基甲基卡西酮、Bk-MDMA



仙楂餅型態（粉末包裝）
第三級毒品愷他命、Bk-MDMA、
4-甲基甲基卡西酮、硝甲西洋



液態毒品
第三級毒品4-甲基甲基卡西酮



果凍型態
第二級毒品MDMA及
第三級毒品愷他命、硝甲西洋、芬納西洋



仙楂餅型態（圓形片狀）
第二級毒品甲基安非他命及
第三級毒品硝甲西洋



十八童人小氣閃型態
第三級毒品4-甲基甲基卡西酮、Bk-MDMA

別輕易接受陌生人東西

染毒四徵兆

請 **關心** 您的家人

請主動關心家人的日常生活與交友狀況，若有異常，
可撥打**0800-770-885** (請請您 幫幫我) · 向各縣市毒品危害防制中心尋求協助。

作息改變

精神異常亢奮、持續不睡、徹夜不歸、或一睡就是2、3天



行為異常

逃課、逃家、結黨、經常上廁所，莫名摔東西



情緒不穩

脾氣暴躁、喜怒無常、躁動不安、沮喪、多疑



特殊物品

可疑白色粉末、特殊吸食器、奇特香菸製品



吸毒之前後對照圖



1 堅持拒絕法

你可以這樣說
「我不做違法的事情。」
「不行，我真的不想吸。」



4 遠離現場法

你可以這樣說
「時間太晚了，我必須要回家，我先走了。」
「我覺得身體不舒服，我先回家休息了！」
「我要先打個重要的電話，失陪了。」



6 轉移話題法

你可以這樣說
「你看，這個點心很好吃喔！你也試試看！」
「今天新聞報導小貓熊的影片，超萌的，你看過了嗎？」



2 理由告知法

你可以這樣說
「醫生說我對藥物過敏，所以不能隨便吃。」
「吸毒是違法犯罪的事，你不要害我。」
「我爸媽管很嚴，被他們知道我就很慘了。」



拒毒八招

7 反說服法

你可以這樣說
「這毒品是會上癮的，而且很難戒除，你看昨天新聞報導那個吸毒者下場多慘....，所以你也別吸啦！」



自我解嘲法

你可以這樣說
「沒辦法，我就是害怕啊，不要嘗試算了！」
「不行，我真的很膽小，我不敢試啦！」



5 友誼勸服法

你可以這樣說
「我們是好朋友，我不希望你變成吸毒犯！」
「不要吸啦！這對身體不好，好朋友一場，你最好都不要嘗試吧！」



8 反激將法

你可以這樣說
「如果您們說我沒膽量，我就吃，那我就真的太沒主見了！」
「如果因為你們說我很遜，我說吸，那才真的遜斃了呢！」





衛生福利部
Ministry of Health and Welfare

脫癮而出， 返轉人生！

毒品危害防制中心



諮詢專線

0800-770-885

(請請你・幫幫我)

已經有許多成癮者及親友經由撥打全年無休
24小時免付費諮詢專線0800-770-885 (請請你・幫幫我)
獲得成癮疾病治療、福利服務、就業輔導等專業協助，
返轉人生，相信你也可以做得到！



愛，與你童在

認識兒童權利公約

【溜滑梯是誰的？】繪本動畫

<https://shorturl.at/bqBH9>



衛生福利部社會及家庭署
Social and Family Affairs Administration, Ministry of Health and Welfare

兒童權利公約內容

教育權

我們一起去快樂
上學去

發展權

我們要健康
安全的長大

遊戲權

我們要有充
分的時間休
息及遊戲

參與權

我們有權
利用自由參
與社團

表意權

我有話要說

身分權

我們出生
都要被
報戶口

隱私權

我可以
有自己
的秘密

受保護權

我們需要被保護

平等權

我們都是
一樣的

生存權

我們享有
安全且充足
的生活
照顧

影片說明

<https://www.youtube.com/watch?v=WGxGkpcEel4>

別小看我！

我們是未滿18歲的兒童，
請不要覺得我們年紀小，
什麼都不懂，
我們一樣有權利，
任何人都不能漠視。



我們都是一樣的！

在這個世界上，我們都是平等的，不管說的是哪國語言，是男生還是女生，生活富裕還是貧窮，身體有沒有障礙，都需要被愛、被保護。





其實我們也有自己的意見和想法，
想要透過悄悄話、寫信或者畫畫
來表達，請鼓勵我們勇敢的說出
心裡的話吧！





秘密基地，噓！

我們有屬於自己的小小世界，進房間可以先敲敲門，不要隨意偷看信件或是偷聽電話，這樣不被尊重，我們會很難過。



衛生福利部社會及家庭署
Social and Family Affairs Administration, Ministry of Health and Welfare

我的家庭真可愛

我們居住的地方總是明亮整潔，
有乾淨的水喝，能夠吃得飽、
穿得暖，如果生病了，可以
馬上看醫生，快快好起來，和
爸爸媽媽一起生活，最幸福。





零歧視

我們是身心缺陷的孩子，請不要害怕靠近我們，
伸出手給我們鼓勵和包容，我們其實跟大家一樣，
想要快樂的生活。



一起快樂上學去！

我們可以去學校讀書，學習很多知識，如果遇到不懂的問題，需要大人陪伴一起從網路、報紙或書本中獲得最適合的資訊。





爸爸媽媽真偉大

世界上每個父母，都該盡到養育我們的責任，如果有必要，國家應該幫忙，提供我們需要或欠缺的資源，譬如食物或是住的地方。



衛生福利部社會及家庭署
Social and Family Affairs Administration, Ministry of Health and Welfare

休息和玩樂 當然要兼顧



如果覺得不舒服或是感覺疲憊，我們隨時可以休息，除了上課時間，我們也能依照自己的興趣，和朋友一起參與適合我們的健康休閒活動。



好好愛我！

傷害、虐待或任意侵犯我們的身體
都是非常殘忍的行為，我們不是性
交易的工具，要阻止這樣可怕的事
情發生，請好好愛我們！



沒有國界

世界上有196個國家簽署兒童權利公約，
臺灣也在2014年11月20日施行
「兒童權利公約施行法」，
所以不管在哪裡，
都能保護我們在良好的環境下長大，
學習愛別人，也愛自己。



衛生福利部社會及家庭署
Social and Family Welfare Administration, Ministry of Health and Welfare

兒童權利公約，齊步走



上放學，好安全



交通安全 5大守則

- 1 熟悉路權、遵守法規。
- 2 我看得見您，您看得見我，交通最安全。
- 3 謹守安全空間-不作沒有絕對安全把握的交通行為。
- 4 利他用路觀-不作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-不作事故的製造者，也不成為無辜的事故受害者。



影片欣賞

<https://www.youtube.com/watch?v=bi4A552vtRA>

2023內政部警政署-行車有禮-路口停讓才安全



國小兒童發生意外統計

內政部警政署統計，106年未滿12歲兒童在交通的事故中有7,527人受傷、21人死亡，其中「兒童被汽(機)車撞」死傷數達1,093件，事故類型包括穿越道路中、衝進路中、在路上嬉戲等，顯示出孩子在交通環境中危險判讀的意識薄弱且欠缺安全知識。(靖娟兒童安全文教基金會108.6)

2. 已連續3年居位居兒童死傷原因首位，其中竟有六成跟任意穿越馬路有關。





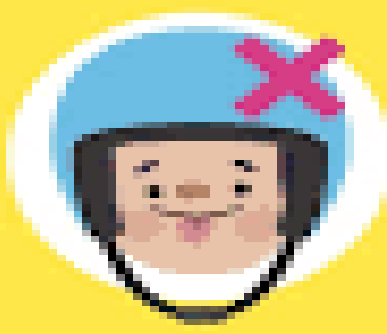
「機車排排站」
龍頭一致全朝外



家長接送區
→ 汽機車不停門口
→ 汽車盡量停第一
根電線桿後

你多走一步路的距離，
孩子就多一份安全

帽帶緊扣！ 安全有保佑！



機車未依規定戴安全帽罰500元
電動自行車罰300元

Ⓔ 安全帽應由經濟部標準檢驗局檢驗合格





出發囉!



小型車後座乘客未依規定繫安全帶之處罰

★自民國101年2月1日起處罰。

保護你我生命~ 乘車請繫安全帶

你知道嗎?
乘車繫安全帶很重要!

★ 交通事故中未繫安全帶致死率超過繫安全帶的 **3.6** 倍

★ 後座乘客未繫安全帶死亡率為有繫安全帶的 **2.7** 倍

民國100年8月1日起實施之新修正道路交通管理處罰條例第31條規定：汽車行駛於道路上，其駕駛人、前座及小型車後座乘客應依規定繫安全帶。

請將安全帶著走!!

有關最新道路交法令，請您利用交通安全入口網或電子公路監理網查詢
<http://168.motc.gov.tw>
<http://www.mvdis.gov.tw>

Q1

汽車行駛
罰則及實

目前已實施

- ◎ 汽車駕駛人及前座乘客
- ◎ 小型車附載之乘客，且體重在12歲以下或體重逾12歲以下之兒童）應坐於後座之安全

自民國101年2月1日起實施

- ◎ 小型車後座乘客（12歲以下或體重逾12歲以下之兒童）

自民國101年8月1日起實施

- ◎ 小型車後座乘客（12歲以下或體重逾12歲以下之兒童）

罰則（處罰駕

- ◎ 一般道路處1500元
- ◎ 高、快速公路處3000元
- ◎ 幼童未置於後座安全帶者處3000元罰鍰

車用的安全帶及安
準檢驗局檢驗合格
或「商品檢驗合格

行人馬路上靠右？靠左？

關鍵在來車行駛方向



開車門未注意 害人家破人亡

開門撞飛人示意圖

肇事駕駛游朝宏下車替兒子買豆花，未注意到後方有機車，才開車門，便擦撞許淑貞機車，許當場彈飛不治。



►消防隊員到場時，許淑貞已無生命跡象，五萬元公款（箭頭處）掉在馬路，警員幫忙撿款保管。

王智勇攝



停車買豆花 開門撞死騎士

未留意後方車 喪家：你開個門 我家全毀

二段式開車門法

1.

一小縫，

面的車看

到有人要開門了。



2.

要用離車門比較遠的那隻手

開車門。

(反手開門)



安全是回家唯一的路

大型車視野死角及內輪差宣導影片(108年：

<https://168.motc.gov.tw/theme/fullsized/post/1912031021508>)

虛線:真實路線

實線:模擬路線

外輪差

內輪差



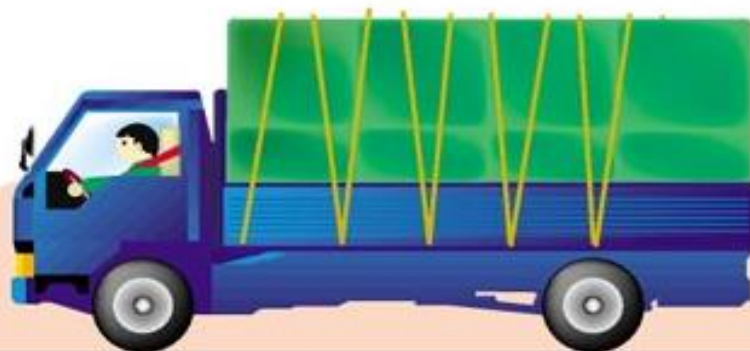


駕駛員看不見
之視野死角



看不見

看不見



看不見

看不見

交通安全參考資源：

兒童安全過路口數位課程 (108年：

<https://168.motc.gov.tw/theme/video/post/1910311722095> (交安入口網)、

<https://ups.moe.edu.tw/info/10001239> (教師e學院)

兒童安全通過路口_教學指引手冊

(https://168.motc.gov.tw/theme/teach_sch_2/post/1906121100732)

安全騎乘自行車數位課程 (110年：

<https://168.motc.gov.tw/theme/video/post/2102031703872> (交安入口網)、

<https://ups.moe.edu.tw/info/10001355> (教師e學院)

安全騎乘自行車_教學指引手冊

(https://168.motc.gov.tw/theme/teach_sch_2/post/2102031644816)

(三)大型車視野死角及內輪差宣導影片(108年：

<https://168.motc.gov.tw/theme/fullsized/post/1912031021508>)

(四)108學年度交通安全教育訪視輔導總評報告

(<https://motcbox.motc.gov.tw/navigate/s/B1648A1955F54242B484B6394A1183026BL>)

(五)109年中華民國第17屆交通安全教育研討會手冊

(<https://motcbox.motc.gov.tw/navigate/s/ECE3F3823D7C4F0F95A673ACFD1690756BL>)

(六)道安資訊查詢網 (<https://roadsafety.tw/SchoolHotSpots>)

(七)交通安全入口網\道安主題專區、教材文宣專區 (<https://168.motc.gov.tw>)

(八)機車危險感知教育平台 (<https://hpt.thb.gov.tw/videotest>)

結語

- 發生車禍不是命中註定(可以預防)
- 不怕一萬只怕萬一(安全配備)
- 十次車禍九次快
- 自己守規矩也要防著別人違規
- 尊重路權行車安全
- 心存利他禮讓好行

認識火災-防火小尖兵



<https://www.youtube.com/watch?v=yhWqvjpC84E>

完整版

<https://www.youtube.com/watch?v=9UvWWJnCUcY>

簡短版

<https://www.youtube.com/watch?v=rVcCo6>

[fb00Q](#) 現場版小心打開

Dr.H 請您這樣做

燒燙傷口，一定要儘快以下列五個步驟來處理。



以流動的清水沖洗傷口15至30分鐘，若無法沖洗傷口，可用冷敷。



在水中小心除去或剪開衣物。



冷水持續浸泡15～30分鐘。



燒燙傷部位覆蓋乾淨物品。



趕緊送醫院急救、治療。



拒絕兒少性剝削 3不1要

婦幼安全
113
報案請打
110或視訊
報案



不拍攝

私密照片



不留存

私密照片



不分享

私密照片



要截圖

對話內容



台灣好新聞
關心跟你有關的新聞



兒少性剝削宣導影片

<https://www.youtube.com/watch?v=mdPDfOzppNM&list=PLiCLqoK1SCEeh1PIY0g-GJqeLRcXNjdQr&index=1>



祝大家暑假平安愉快