



# 龍華校園安全週報

夢想之所以可貴，不在於它實現時的光芒，而是它賦予我們克服困難的力量。

校長：葛自祥  
學務長：王延年  
校安中心主任：蔡松穆  
校安專線：02-82093211

## 我屬於哪類對象 該怎麼做?

<b>確診者 (7+7)</b>	<b>7天 居家照護</b>	● 輕症/無症狀，且符合居家照護健康及環境需求條件 ● 無症狀或症狀緩解，且距發病日或採檢日滿7天，得解除隔離，無須採檢，解隔後進入自主健康管理
	<b>7天 自主健康管理</b>	● 已結束居家照護及居家檢疫者 ● 無須快篩就可以外出，禁止前往人潮擁擠、餐廳內用、聚餐及聚會等活動
<b>入境者 (7+7)</b>	<b>7天 居家檢疫</b>	● 所有自外團入境者 ● 入境時進行採檢，於7天期滿且期滿當日快篩陰性，進入自主健康管理
<b>密切接觸者 (3+4)</b>	<b>3天 居家隔離</b>	● 同住親友及住宿同屋室友 ● 自最後接觸(第0天)隔日起算居家隔離3天，收到接觸者區列時進行快篩，結束後進入自主防疫
	<b>4天 自主防疫</b>	● 已結束居家隔離者或被區列時已過隔離期間但仍仍在自主防疫期間者 ● 快篩陰性可外出(必要時)；學生須於自主防疫期滿次日快篩陰性方可上學 ● 禁止前往人潮擁擠、餐廳內用、聚餐及聚會等活動
<b>其他民衆</b>	<b>自我健康監測</b>	● 密切接觸者之接觸者，若密切接觸者檢驗陰性後，可解除監測 ● 確診者同場工作者(高風險-24小時內，無適當防護接觸>15分鐘)，無症狀且接種3劑疫苗滿14天者，健康監測至最後接觸日滿7日 ● 避免前往人潮擁擠、餐廳內用、聚餐及聚會等活動
	<b>自主應變對象</b>	● 確診者之同場同學、同場工作者 ● 依「企業因應嚴重特殊傳染性肺炎(COVID-19)疫情持續變遷指引」，採自主應變措施，含依感染風險程度實施防疫假、停課等

註：上述相關規定將依疫情狀況調整 2022/05/09 中央流行疫情指揮中心

## 減少溺水危險因子十大要項

1. 到符合標準的游泳池戲水游泳。
2. 在開放及有救生人員看守的水域戲水游泳。
3. 在水域遊憩活動安全旗幟範圍內戲水游泳，並且遵守安全標示。
4. 在開放水域活動時，不要游離岸邊太遠，游泳技術不純熟者切勿貿然到深水區活動。
5. 進行水上活動時決不單獨下水，要有人照顧或結伴而游。
6. 勿在剛用完餐後、服用藥物或引用酒精飲料後馬上游泳。
7. 下水時要穿著游泳專用衣物，不穿著牛仔褲、長裙或長褲下水。
8. 如遇危險或抽筋時應先鎮靜並設法立即上岸，若自覺有所困難時則應及早舉手呼救。
9. 發現有人溺水時，立即大聲呼救，請求他人協助，可利用現地既有之竹竿、繩索、物品或衣物等間接進行搭救。
10. 了解自己的體能，選擇適當的活動地點，不逞自己所不能。



### 台灣常見毒蛇

- 龜殼花
- 飯匙倩
- 兩傘節
- 赤尾鮫
- 百步蛇
- 銅鑼蛇

毒蛇照片由宜蘭大學 毛俊傑老師提供

### 合成毒品的真相

### 合成毒品(香料)的長期影響

長期對人體的影響尚未完全理解，可是毒品藥物中心的專家說合成毒品像是香料或K2，則有致死之虞。

長期重複使用此藥物，使用者會經歷健忘以及困惑，有些使用者反映經歷了麻痺。

俄國明州的衛生部在美國六個州內發現16起使用此藥物後導致腎臟受損的案例。

### 吸食香料後導致麻痺

「在吸食香料幾星期之後，某一個清晨我醒過來，跌落到地板上，腿部和背部無法動彈。我只能用前手臂拖行，但又拖不動，所以我就躺在地板上尖叫，敲擊地板求救了13個鐘頭，醫生說再兩個鐘頭我就必死無疑。我得待在醫院一段時間。」——L.D.

### 這就是地獄的景況

「我喜歡跟別人分享我吸食K2的經驗，它毀了我的人生。我第一次吸食K2時，感覺好像所有東西都溶解成電視螢幕模糊時的景況，我記得我心裡想著『這就是地獄啊』。我只感到十分恐懼，我聽不到家人的聲音，回顧了較小時候的情景。是前所未有的恐怖體驗。我劇烈地顫抖，覺得驚恐且生病了。自從那天起，我每天都經歷極度焦慮，因為嚴重焦慮，我不得不退學。」——J.W.

### 我很難處在此時此刻

「我使用過多的香料，從此不再是過去的自己。我坐在那裡吸食者，然後所有效果都出現了。我看不清楚，走路不穩，而且吐了六、七次，我搖醒了母親，她把我安置在沙發上，然後叫救護車。在救護車出現前十餘分鐘，我開始劇烈發作，醒來時已在醫院床上，靠救生器維生。我進入心臟停搏狀態，放著數小時之久，他們都認為我再也不醒不過來了，可是我渡過關頭，但再也不是從前的我了。我現在口吃得厲害，而且無法專注，我會故事說到一半就失去意識，發生什麼事都不知道了。我會看到很多黑點，我已經無法完全處在此時此刻了。」——D.Y.

### 一位過去的成癮者

「我曾是香料的成癮者。我在服刑期間上癮了，我使用這個藥物來達到興奮，又不能被檢測出來，我從一天一克或不到一克的量，一直到一天3或4克。隨著量的增加，我控制基本行為和運用肌肉活動的能力下降了。我不安時就會愈來愈躁動，使用此藥物愈多，愈久就愈常出現這種狀況。有一天早上，我精神崩潰，期間我失控了，差點殺了我的妻子。我遭到逮捕，被判刑被監禁。釋放後，我和他人分享經歷，鼓勵他們不要使用此藥物。」——S.W.

### 暴力及非理性行為

在 2013年八月，一名21歲的媽媽在香料的影響下，把四歲大的孩子丟進垃圾桶裡。被警方逮捕時卻不記得兒子到哪裡去了。她的孩子後來被警方從垃圾桶裡救出，然後交到兒少保護機構。這名女子被控遺棄孩子。

2011年間，一名奧馬哈青少年槍擊了兩名學校行政人員，擊斃其中一人，然後舉槍自盡，藥物檢測顯示體內有K2成分。

一名21歲路易斯安那的男子在第一次使用K2興奮劑時，切開自己的喉嚨。幸好他的母親在救援到來之前成功止住出血。

## 租屋安全宣導系列之1---租屋前應注意事項

1. 找屋前先了解週邊環境、治安狀況及房東人品。
2. 考慮交通的方便性，上學是否方便。
3. 租屋處的路上路燈照明設備如何。
4. 看房子最好找親友陪同。
5. 若單獨看房子時，必須先告知家人、同學所到之地點、電話及時間，並同時互打電話以確認安全。
6. 若單獨看房子時，應注意出入口的位置，並不要關閉出入的大門，以方便應變。
7. 可參考「龍媽媽雲端租屋網」：先進入「龍華科技大學首頁」最下面→「快速連結」區→「龍媽媽雲端租屋網」



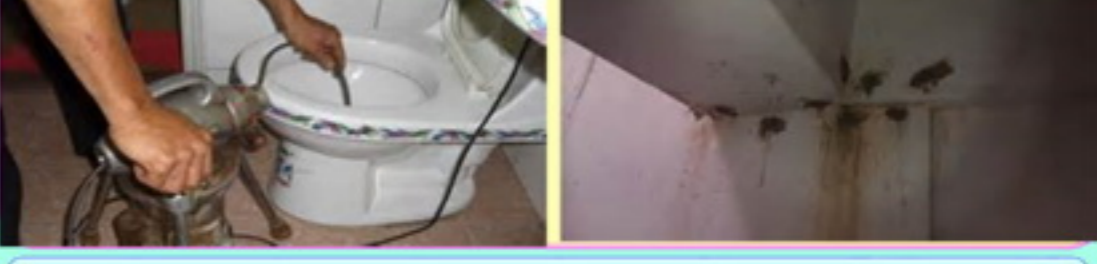
## 租屋安全宣導系列之2---訂定契約注意事項

- \* 租金多少？何時繳納？\* 租約期限是多久？
- \* 是否給付押金？金額多少？何時返還？
- \* 水電費、瓦斯費、電話費、大樓管理費由誰繳納？如何計算？繳納方式為何？
- \* 房東與您對於修繕之責任區分與明訂項目。
- \* 房東提供那些家具及設備，其使用現況如何，對於狀況不佳的設備，最好可以拍照存證，以免日後苦無證據。
- \* 若租賃雙方，任何一方違反規定或提前解約時之違約賠償？
- \* 租賃雙方於簽約時記得留下對方之身份證明。
- \* 契約書內容中若有更改處，雙方要加蓋印章或共同簽名，以防止未來發生糾紛情事。
- \* 簽約完畢，雙方各執一份契約書留存。
- \* 每月或每學期繳納租金時，應請房東簽收，以證明該月份租金繳納完畢。



## 租屋安全宣導系列之3---租屋安全檢查事項

- 一、注意樑柱有無裂痕或彎曲，窗戶是否卡住無法打開，若有上述現象，表示此屋的建築結構有問題，不要承租！
- 二、注意屋頂、牆壁是否漏水，特別是新粉刷、剛裝修處是否有遺留漏水、發霉的跡象。
- 三、浴室、廚房相接的牆縫最易發生漏水，觀察與這兩種牆縫上的油漆、粉刷、地磚是否變色或異樣。
- 四、注意馬桶是否通暢，水龍頭可否關緊，排水管是否流暢。
- 五、頂樓要注意屋頂是否出現油漆剝落、水痕，以判斷是否會漏水。



## 租屋安全宣導系列之4---搬入租屋處後

- 特別是女同學請務必特別注意喔！
- 一、最好將房門換新鎖。
  - 二、養成隨手鎖門的習慣，特別在睡前。
  - 三、與鄰居或室友建立良好關係，建議最好選擇社交單純的室友。
  - 四、注意租屋附近是否有可疑人物。
  - 五、告知家長、師長正確的租屋地址及電話。
  - 六、單獨在家時不要隨意讓陌生人進入屋內，應門時應詢問清楚。
  - 七、女同學宿舍可以製造「假象」，如門外鞋架故意放置男用鞋，陽台掛些男襯衫。

