



校園水域安全宣導

各位親愛的家長：

隨著天氣日漸炎熱，從事水域活動的機會增多，但也很遺憾常發生溺水死亡事件，發生主要在於「非上課時間及週末、假日下午時段」、「自行結伴出遊」及「溪河流戲水」頻率最高，暑假期間請家長和學校共同關心學生水域安全：

- 選擇合法地點
- 應有家長陪同
- 留意天氣變化
- 避免危險行為
- 學會水中自救
- 不穿吸水衣褲



緊急聯絡電話：

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 1. 救災防護報案專線：119 | 2. 海巡服務專線：118 |
| 3. 報案專線：110 | 4. 行動電話急難救助專線：112 |

相關資訊網站：

- 教育部「游泳121網站」
網址：<http://www.sports.url.tw/>
- 內政部消防署防災知識網→登山防溺篇
網址：http://www.nfa.gov.tw/nfa_k/
- 行政院災害防救委員會防救災數位學習網→水上活動注意事項
網址：<http://124.199.65.72/elearning/>

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



拋送漂浮物
(球、繩、瓶等)



划



利用大型浮具划過去
(船、浮木、救生圈、救生浮標、保麗龍等)



教育部 關心您

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



避免做出危險行爲，
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



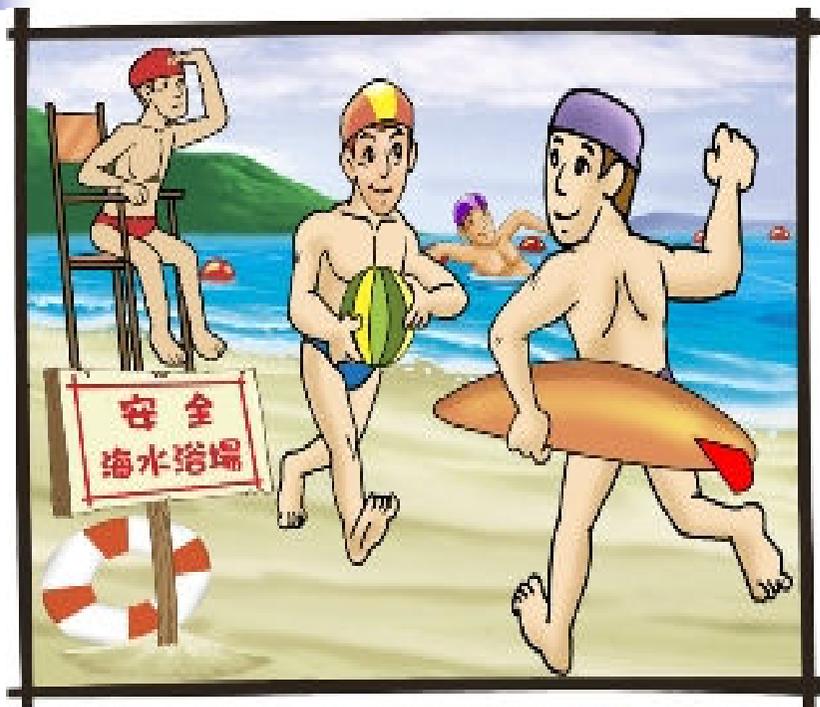
加強游泳漂浮技巧，
不幸落水保持冷靜放鬆

水域活動安全宣導



- 加強同學辨識危險水域與不當戲水行為之認知，避免發生水域活動意外事件
- 宣導內容
 1. 宣導海報
 2. 水域安全守則插畫
 3. 案例分析

水域安全守則插畫一



守則一：在合法並有救生設備與人員的水域戲水活動。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則二：跳水與戲水游泳不同，需專人指導與適合場地。無論何處都不要跳水。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫二



守則三：海面出現大量白色泡沫破碎浪時，表示水流強大，趕快遠離。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則四：不要在綠區警戒線外及有危險警告標示水域戲水。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫三



守則五：溪底狀態不明、容易滑倒或受傷，不要涉水。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則六：湖泊岸邊湖底落差大，上下層水溫溫差大，不要游泳。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫四



守則七：戲水應結伴，並隨時注意同伴的狀況位置。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則八：戲水前要先做好暖身運動，並漸進適應水溫。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫五



守則九：搭乘小船，不要隨便站立或走動。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則十：乘船時，應按規定穿著救生衣。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫六



守則十一：不要窺視或觸摸水中的大小洞穴。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則十二：不可在游泳池邊奔跑、嬉鬧。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫七



守則十三：不可在水中嬉鬧、惡作劇。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則十四：身體疲累、精神不佳、飽食、空腹時，不要戲水游泳。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫八



守則十五：不要長時間環泡在水中，小心失溫。

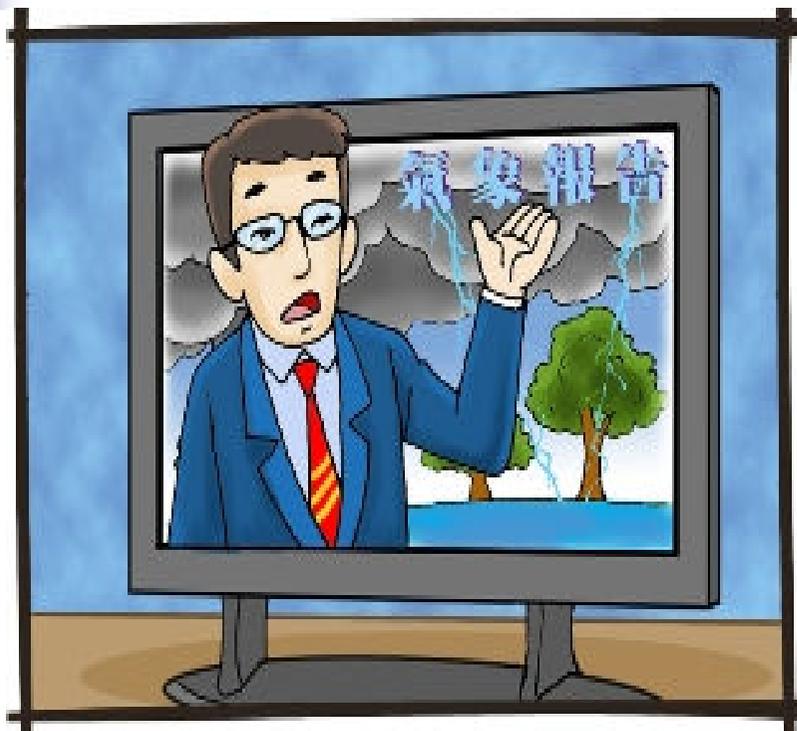
教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則十六：感覺身體不適或疲累時，應馬上離水上岸。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫九



守則十七：注意氣象報告，天氣不好，不要戲水或接近水域。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則十八：山洪來時，渠水流變急、水位上升、渾濁；大量樹枝、垃圾漂下，應立即往岸邊高處移動。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫十



守則十九：水上救生需專業技術，發現有人溺水，應先撥 119 呼救，找尋救援器材，不可貿然下水。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則二十：平時應加強水中漂浮技巧，不幸落水時，須冷靜、放鬆，保持漂浮、待援。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫十一



守則二十一：不幸在溪流落水時，應儘量使腳朝水流下游方向，呈仰姿，並設法靠岸或抓固定物。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作