|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **校園安全防溺宣導 注意事項**  教育部籲請全國中小學：務必在平日提醒學生水域安全的觀念，並將「救溺五步、防溺十招」主動向學生說明宣導**：**  (一) 救溺五步  1.叫: 大聲呼救 2.叫: 呼叫 119、 118、 110、 112 3.伸: 利用延伸物（竹竿、樹枝等） 4.拋: 拋送漂浮物（球、繩、瓶等） 5.划: 利用大型浮具划過去（船、救生圈、浮木、救生浮標等）  (二) 防溺十招  1.戲水地點需合法，要有救生設備與人員。 2.避免做出危險行為，不要跳水。 3.湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心。 4.不要落單，隨時注意同伴狀況位置。 5.下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水。 6.不可在水中嬉鬧惡作劇。 7.身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳。 8.不要長時間浸泡在水中，小心失溫。 9.注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水。 10.加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放  鬆。  **中山國小學務處體育組關心您** |  | **校園安全防溺宣導 注意事項**  教育部籲請全國中小學：務必在平日提醒學生水域安全的觀念，並將「救溺五步、防溺十招」主動向學生說明宣導**：**  (一) 救溺五步  1.叫: 大聲呼救 2.叫: 呼叫 119、 118、 110、 112 3.伸: 利用延伸物（竹竿、樹枝等） 4.拋: 拋送漂浮物（球、繩、瓶等） 5.划: 利用大型浮具划過去（船、救生圈、浮木、救生浮標等）  (二) 防溺十招  1.戲水地點需合法，要有救生設備與人員。 2.避免做出危險行為，不要跳水。 3.湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心。 4.不要落單，隨時注意同伴狀況位置。 5.下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水。 6.不可在水中嬉鬧惡作劇。 7.身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳。 8.不要長時間浸泡在水中，小心失溫。 9.注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水。 10.加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放  鬆。  **中山國小學務處體育組關心您** |