**臺北市政府教育局 111 年度校園安全宣導影片觀看心得**

裝訂區

**(高中500字、國中300字、國小100字，註：低年級可注音或畫圖)**

**□火災　□地震　□毒品　□溺水　□霸凌 □隨機殺人**

校名：中崙高中

姓名：＿藍翊嘉＿＿＿ 班級＿305＿＿座號＿08＿

＿＿這個影片很有教育意義，溺水這種宣導，從國中就被積極宣導了，包含了各種自救方式、應該做的準備還有在水中應該注意的事情。但我認為比起任何的條件，最重要的都是要當個文明人，應該要懂得愛護自己的生命，自救固然有可能有效果，但都比不過謹慎評估下水的重要性，能不要去河溪戲水，我認為是比較好的，如果想玩水可以選擇有救生員的游泳池或是海水浴場，也許不那麼好玩、刺激，可是更安全也更安心，是更好的選擇。至於在游泳池裡，除了應該要先去泳訓班訓練個幾回，還應該要了解泳池的動線，知道哪裡有救生員，不舒服的時候從哪裡爬起來，最好是結伴同行，這樣有人不舒服的時候可以互相照應。到了海邊更是應該謹慎，溺水方面可能是海浪、中暑暈眩之類的都非常的有生命危險，出門前要看天氣預報、海象預報、各式各樣的評估才能下水，記得擦防曬也很重要，那個浪都很失控如果特別不幸可能還會有海嘯，所以能不要在海邊戲水也是不要比較好，我們應該要保全性命，選擇安全的生活，跟大自然為敵不是我們人類做得到的。最後整體而言，我們應該要選擇安全的地方玩樂，除了有可以救你的人，還要有同行的夥伴，要找聰明一點、懂海洋的，然後自己也要有點常識，不要沒有常識只知道要玩然後出意外再怪任何人沒有做好宣導，沒有看好預報。就算是帶團一起出去的，也必須要自行評估，生命是自己的，要對自己負責。