

敏實科技大學 115 年暑假「校長致全校學生家長聯繫函」

Thư gửi phụ huynh sinh viên – Kỳ nghỉ hè năm học 2026 (Bản dịch tiếng Việt)

親愛的家長您好：

本校自 115 年 7 月 5 日開始放暑假，至 115 年 9 月 7 日開學。暑假期間為維護學生健康及安全，請維持規律生活習慣，從事水域活動時應注意安全，騎乘機車、開車遵守交通規則，避免涉足不良場所或從事無安全規劃之工作，本校特別提列以下注意事項，請 貴家長協助共同叮囑孩子注意。

Thưa Quý Phụ huynh, Trường Đại học Khoa học và Công nghệ Minh sẽ nghỉ hè từ ngày 05/07/2026 đến ngày 07/09/2026. Trong thời gian nghỉ hè, kính đề nghị phụ huynh nhắc nhở con em duy trì nếp sống điều độ, chú ý an toàn khi tham gia các hoạt động ngoài trời, giao thông, làm thêm và sử dụng Internet.

一、活動安全：

請多關心瞭解孩子的交友、去處及從事的休閒活動，選擇安全無疑慮之場所並熟悉逃生路線及逃生設備，學校應提醒學生熟悉相關消防（逃生）器材操作，如滅火器、緩降機等，從事登山或山野教育活動，皆應審慎作風險評估與安全管理，有充分準備再出發。

從事水域活動請特別注意以下事項：在開放水域或泳池戲水，應注意「防溺 10 招」及正確救人之「救溺 5 步」：

1. 防溺 10 招(五不五要): 不長時、不疲累、不跳水、不落單、不嬉鬧、要合法、要暖身、要注意、要冷靜、要小心。
2. 救溺 5 步: 叫叫伸拋划、救溺先自保。(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）。

1. An toàn khi tham gia các hoạt động:

Phụ huynh cần quan tâm và tìm hiểu về bạn bè, nơi đến và các hoạt động giải trí của con em mình. Hãy lựa chọn những địa điểm an toàn, không có nguy cơ tiềm ẩn, đồng thời làm quen với lối thoát hiểm và các thiết bị thoát hiểm. Nhà trường cũng cần nhắc nhở học sinh biết cách sử dụng các thiết bị phòng cháy chữa cháy và thoát hiểm như bình chữa cháy, thiết bị hạ chậm.

Khi tham gia các hoạt động dưới nước, cần đặc biệt lưu ý những điều sau: Tại vùng nước tự nhiên hoặc hồ bơi, cần ghi nhớ "10 nguyên tắc phòng chống đuối nước" và "5 bước cứu người bị đuối nước" đúng cách. 1. nguyên tắc phòng chống đuối nước (5 không, 5 nên): Không ở dưới nước quá lâu, Không xuống nước khi cơ thể mệt mỏi, Không nhảy xuống nước ở nơi không an toàn, Không bơi hoặc vui chơi dưới nước một mình, Không đùa giỡn, xô đẩy dưới nước. 2. 5 bước cứu người bị đuối nước: Gọi – Gọi – Vói – Ném – Chèo, cứu người trước hết phải đảm bảo an toàn cho bản thân.

二、工讀安全：

提醒孩子不可從事違法工讀，可參考勞動部「職場高手秘笈」，遵循三要準備、七不原則——「要確定、要存疑、要告知」、「不繳錢、不購買、不簽約、證件不離身、不非法工作、不飲用、不辦卡」，如果發生受騙或誤入求職陷阱，勞動權益受損，可撥打當地勞工局電話或勞動部勞動力發展署專線：0800-777-888，請求專人協助救濟權利。

2. An toàn khi làm thêm:

Nhắc nhở trẻ không được làm các công việc làm thêm trái pháp luật. Có thể tham khảo "Cẩm nang cao thủ nơi làm việc" của Bộ Lao động, tuân thủ 3 điều cần chuẩn bị và 7 nguyên tắc không: Phải xác nhận, phải nghỉ ngơi, phải thông báo. Không nộp tiền, không mua hàng, không ký hợp đồng, giấy tờ tùy thân không rời khỏi người, không làm công việc phi pháp, không uống, không làm thế. Nếu bị lừa hoặc vô tình rơi vào bẫy tìm việc, khiến quyền lợi lao động bị xâm hại, có thể gọi đến Cục Lao động địa phương hoặc đường dây nóng của Cơ quan Phát triển lực lượng lao động thuộc Bộ Lao động: 0800-777-888 để nhờ nhân viên chuyên trách hỗ trợ và bảo vệ quyền lợi.

三、交通安全：

教育部校安中心統計顯示，交通事故為學生意外傷亡主要原因，學校經常於課堂、集會時、校網公告實施交通安全宣導，請 貴家長多加督促孩子不可無照駕駛，騎乘機車、微型電動二輪車、自行車等一定要注意安全，駕駛期間應遵守交通規則，減速慢行，切勿酒後駕車、疲勞及危險駕駛。無論駕駛任一交通載具，於行進間勿以手持方式使用行動電話。依規定兩段式左(右)轉、行駛時，不得爭先、爭道、並行競駛或以其他危險方式駕駛，遵守行車秩序規範，大型車轉彎半徑大並有視野死角，避免過於靠近行駛於大型車前或併行，以維護生命安全。

3. An toàn giao thông:

Theo thống kê của **Trung tâm An toàn trường học thuộc Bộ Giáo dục**, tai nạn giao thông là nguyên nhân chính gây thương vong ngoài ý muốn đối với học sinh. Nhà trường thường xuyên tuyên truyền về an toàn giao thông trong giờ học, các buổi tập trung và trên trang web của trường. Kính mong quý phụ huynh tăng cường nhắc nhở con em **không điều khiển phương tiện khi chưa có giấy phép lái xe. Khi điều khiển xe máy, xe đạp điện hai bánh cỡ nhỏ hoặc xe đạp, nhất định phải chú ý an toàn. Trong quá trình điều khiển phương tiện cần tuân thủ quy định giao thông, giảm tốc độ và đi chậm; tuyệt đối không lái xe sau khi uống rượu bia, không lái xe khi mệt mỏi và không lái xe nguy hiểm. Bất kể điều khiển loại phương tiện giao thông nào, không được cầm điện thoại di động trên tay để sử dụng khi đang di chuyển.**Theo quy định, khi rẽ trái (hoặc rẽ phải) cần thực hiện rẽ hai giai đoạn. Khi lưu thông, không được tranh đường, tranh làn, chạy song song để thi đua tốc độ hoặc điều khiển xe bằng các hành vi nguy hiểm khác; phải tuân thủ trật tự và quy tắc giao thông. Do xe cỡ lớn có bán kính quay đầu lớn và tồn tại điểm mù trong tầm nhìn, cần tránh đi quá gần phía trước hoặc chạy song song với xe lớn để đảm bảo an toàn tính mạng.

四、居住安全：

請注意居家防火、用電安全。若孩子賃居在外，使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，特須注意室內空氣流通，切忌門窗緊閉並安裝住警器，肇生一氧化碳中毒；避免深夜外出，夜間返回租屋處或行經偏僻昏暗巷道時，注意有無不明人士跟蹤尾隨，隨身攜帶防狼噴霧劑、哨子等，以備不時之需。

4. An toàn nơi ở:

Chú ý **phòng cháy chữa cháy và an toàn điện** tại nơi ở. Nếu con em thuê trọ, khi sử dụng **máy nước nóng hoặc bếp gas**, cần giữ phòng **thông thoáng**, không đóng kín cửa để tránh **ngộ độc khí CO**, đồng thời lắp **thiết bị báo cháy**. Hạn chế ra ngoài vào đêm khuya. Khi về phòng trọ hoặc đi qua nơi vắng, tối, cần cảnh giác người lạ bám theo và nên mang theo **bình xịt tự vệ, còi** hoặc các dụng cụ cần thiết để phòng trường hợp khẩn cấp.

五、校園及人身安全：

非必要儘量不要於假期中返校，避免單獨到校園偏僻的死角，確保自身安全。在校內外遇陌生人或可疑人物，得立即撥打報案電話（110）、通知師長或快速跑至人潮較多地方，大聲喊叫吸引其他人的注意，尋求協助。

5. An toàn cá nhân và trong khuôn viên trường:

Không cần thiết thì nên hạn chế về trường trong kỳ nghỉ, tránh đi một mình đến các khu vực vắng, khuất trong khuôn viên để đảm bảo an toàn. Khi ở trong hoặc ngoài trường gặp người lạ hoặc người khả nghi, cần **gọi 110**, báo cho thầy cô, hoặc nhanh chóng chạy đến nơi đông người, **hồ to để thu hút sự chú ý** và tìm kiếm sự giúp đỡ.

六、禁絕不良習慣、吸菸、酗酒、吃檳榔、及濫用藥物：

近年有不法份子將新興毒品可能透過通訊軟體販賣、利用短影音 APP 附加 QR 碼提供貨品，請提醒 貴家長留意學生，對於各式通訊軟體上奇怪的暗語及販售高於平常市價金額的物品都要提高警覺，避免學生涉入網路販毒。市面上新興毒品的種類不斷推陳出新，並透過各種不同的包裝避人耳目易降低施用者對於毒品的警戒性，且多為混合性毒品，提醒家長及學生加強警戒，避免誤食並危害健康。放假期間應保持正常及規律生活作息，不要依賴藥物提神或助眠，更不能使用非醫師處方藥物，拒絕成癮物質；另提醒學生不隨意接受陌生人的物品及飲料或協助物品托帶工作，打工族也應注意出國帶貨、應徵外送員應提高警覺，避免成為販（運）毒工具，守法自律、做正確的選擇才能阻絕不良同儕及校外人士引誘。

6. Cấm các thói quen xấu như **hút thuốc, uống rượu quá mức, ăn trầu cau và lạm dụng thuốc** .:

Gần đây, tội phạm có thể **buôn bán ma túy mới qua ứng dụng nhắn tin**, hoặc dùng **app video ngắn kèm mã QR** để cung cấp hàng hóa. Phụ huynh cần lưu ý học sinh, cảnh giác với các **từ lóng bất thường trên mạng** và các mặt hàng có giá cao bất thường để tránh bị lôi kéo vào **mua bán ma túy qua mạng**. Các loại ma túy mới ngày càng đa dạng, thường được **ngụy trang dưới nhiều hình thức**, làm giảm sự cảnh giác của người sử dụng, và thường là **ma túy tổng hợp pha trộn**. Vì vậy, phụ huynh và học sinh cần nâng cao cảnh giác để tránh vô tình sử dụng và gây hại sức khỏe. Trong kỳ nghỉ, cần duy trì **lối sống điều độ**, không lạm dụng thuốc để tỉnh táo hoặc hỗ trợ giấc ngủ, và **không dùng thuốc không có đơn bác sĩ**, đồng thời từ chối các chất gây nghiện. Ngoài ra, không nhận đồ hoặc đồ uống từ người lạ, không nhận vận chuyển hàng hộ. Người đi làm thêm cũng cần cảnh giác khi đi nước ngoài hoặc làm giao hàng, tránh bị lợi dụng trở thành công cụ vận chuyển ma túy. Cần tuân thủ pháp luật và giữ kỷ luật để tránh bị dụ dỗ bởi người xấu trong và ngoài trường.

七、詐騙防制：

如接獲可疑詐騙電話或不慎遇上歹徒意圖詐騙，應切記反詐騙三不：「不聽：來源不明資訊」、「不加：陌生投資群組」、「不用：保證獲利 APP、投資平台」；三要：「要警覺：對任何鼓吹加入投資群組、勸誘買股投資訊息提高警覺」、「要查證：向合法期貨商、合法投信投顧業者、合法證券商或 165 反詐騙專線查證」、「要報警：向治安單位或檢調單位檢舉（或撥 165 反詐騙專線）尋求協助」並且不認識對象，不提供個資。

7. Phòng chống lừa đảo:

Khi nhận được cuộc gọi lừa đảo đáng ngờ hoặc gặp đối tượng có hành vi lừa đảo, cần ghi nhớ nguyên tắc “3 không, 3 cần”: không nghe thông tin không rõ nguồn gốc, không tham gia các nhóm đầu tư lạ, không sử dụng các app hoặc nền tảng hứa hẹn lợi nhuận chắc chắn; đồng thời cần cảnh giác với mọi lời mời gọi đầu tư, cần xác minh thông tin qua các công ty tài chính, chứng khoán hợp pháp hoặc đường dây chống lừa đảo 165, và cần báo ngay cho cơ quan chức năng hoặc gọi 165 để được hỗ trợ. Ngoài ra, tuyệt đối không cung cấp thông tin cá nhân cho người không quen biết.

八、網路賭博防制：

媒體報導學生疑似涉入網路賭博案件，請主動關心孩子的言行，避免因網路誘惑而落入陷阱或衍生其他偏差行為，若發現孩子涉及網路賭博情事，應通知學校依據校安通報作業要點即時通報與介入輔導。

8. Phòng chống cờ bạc trực tuyến:

Theo báo chí đưa tin, có học sinh nghi liên quan đến các vụ **cờ bạc trên mạng**. Phụ huynh cần chủ động quan tâm đến lời nói và hành vi của con em, tránh để các cám dỗ trên mạng khiến các em rơi vào bẫy hoặc phát sinh các hành vi lệch lạc khác. Nếu phát hiện học sinh có liên quan đến **cờ bạc trực tuyến**, cần thông báo cho nhà trường để thực hiện theo quy định báo cáo an toàn trường học, kịp thời báo cáo và can thiệp tư vấn, hỗ trợ.

九、犯罪預防：

請提醒孩子切勿從事違法活動如：飆車、竊盜、販賣違法光碟軟體、參加犯罪組織活動或從事性交易（援交）等。如遭遇私密照被散布時，可向衛生福利部「性影像處理中心」（<https://siarc.mohw.gov.tw/>）舉報協助移除影像，提醒學生不拍攝、不分享、不轉傳、不持有同學或他人裸照/私密照，以避免觸犯刑責；如遇兒少性剝削事件之求助資源，包括撥打 110/113、性影像處理中心及學校學務處，同時通報警方與社政單位，強化學生自我保護

意識及網路安全使用概念，請提醒孩子應有正確網路使用認知，並尊重個人隱私權益。另勿任意把玩或購買非適用年齡之遊戲用槍商品，減少危害安全事件發生。

9. Phòng chống tội phạm:

Vui lòng nhắc nhở học sinh **không tham gia các hoạt động vi phạm pháp luật** như: đua xe trái phép, trộm cắp, phát tán phần mềm/đĩa lậu, tham gia tổ chức tội phạm hoặc hoạt động mại dâm (giao dịch tình dục). Nếu gặp trường hợp **ảnh riêng tư bị phát tán**, có thể báo cáo tới **Trung tâm xử lý hình ảnh tình dục của Bộ Y tế và Phúc lợi** để được hỗ trợ gỡ bỏ; đồng thời nhắc học sinh **không chụp, không chia sẻ, không phát tán, không lưu giữ** ảnh khỏa thân hoặc ảnh riêng tư của người khác để tránh vi phạm pháp luật. Khi xảy ra vụ việc xâm hại tình dục trẻ em, có thể liên hệ **110/113**, Trung tâm xử lý hình ảnh, hoặc phòng công tác học sinh của nhà trường, đồng thời báo cho cơ quan công an và cơ quan xã hội để tăng cường bảo vệ và hỗ trợ. Ngoài ra, cần giáo dục học sinh sử dụng mạng đúng cách, tôn trọng quyền riêng tư cá nhân, và **không mua hoặc chơi súng đồ chơi không phù hợp độ tuổi** để giảm nguy cơ tai nạn và mất an toàn.

十、自殺防治：

學校與 貴家長給予學生正確求助觀念與求助，使學生瞭解可獲得協助之資源，以透過主動求助過程獲得解決問題；學校持續追蹤自我傷害高危險學生， 貴家長提高敏感度並適時提供協助，（可鼓勵家長參閱本部製作「該怎麼預防青少年自殺-家長篇」（<https://reurl.cc/7k3opy>）），視需要可聯繫學校協助轉介，或適時向當地衛生局或自殺防治中心尋求協助或可運用衛生福利部安心專線 1925 或 1995，24 小時免費諮詢服務，以積極促進與維護學生身心健康。

10. Quan tâm sức khỏe tinh thần:

Nhà trường và phụ huynh cần giúp học sinh có nhận thức đúng về việc tìm kiếm sự hỗ trợ, hiểu các nguồn trợ giúp để chủ động giải quyết vấn đề. Nhà trường sẽ tiếp tục theo dõi các học sinh có nguy cơ tự hại cao; phụ huynh cần nâng cao sự nhạy cảm và kịp thời hỗ trợ con em. Có thể tham khảo tài liệu “Cách phòng ngừa tự tử ở thanh thiếu niên – dành cho phụ huynh” (<https://reurl.cc/7k3opy>). Khi cần, có thể liên hệ nhà trường để được hỗ trợ chuyển tuyến, hoặc tìm đến Sở Y tế địa phương, trung tâm phòng chống tự tử, hay gọi đường dây tư vấn miễn phí 24/7 của Bộ Y tế và Phúc lợi: 1925 hoặc 1995. Mục tiêu là tăng cường và bảo vệ sức khỏe tinh thần của học sinh.

十一、校園傳染疾病及師生健康：

(一) 夏季較易傳染流行病如下：COVID-19、流感等呼吸道傳染病、腸胃炎等腸道傳染病、結膜炎、M 痘(猴痘)、登革熱，請家長與學生多加注意身體狀況並且做好自身防護。

(二) 性傳染病：請學校與學生、家長共同關注並建立正確性知識與健康觀念，鼓勵親子溝通。如果出現疑似症狀或懷疑自己感染性傳染病，請立即至泌尿科、皮膚科、婦產科或家醫科等科別就醫及早篩檢與治療。

(三) 飲食安全及健康飲食原則：1. 預防食品中毒：用餐前請遵守五要「要洗手、要新鮮、要生熟食分開、要注意保存溫度、要徹底加熱」原則。確保食品來源安全，避免食用過期或不明來源的食品，並注意食品保存，避免食物中毒。2. 採取健康飲食：維持均衡飲食，少油、少鹽、少糖、多攝取新鮮蔬果及足量水份，避免假期間暴飲暴食。

(四) 菸檳防制：1. 拒菸：「菸害防制法」已將禁菸年齡提高至 20 歲，並明定電子煙及未經核定之加熱菸皆屬違法產品，禁止使用、販賣及展示，違者將依法重罰；2. 拒檳：檳榔為第一級致癌物，長期嚼食不僅易導致口腔癌，亦具高度成癮性，對健康影響甚鉅，故請堅守「不嘗試、不接受、不邀請」之三不原則，且校園全面禁菸。

(五) 預防熱傷害宣導資料：近期氣溫持續偏高，為預防高溫造成熱傷害。

11. Sức khỏe và phòng chống dịch bệnh:

(1) Bệnh truyền nhiễm mùa hè

COVID-19, cúm, viêm dạ dày ruột, viêm kết mạc, đậu mùa khỉ (M 痘), sốt xuất huyết, Cần chú ý sức khỏe và phòng ngừa lây nhiễm.

(2) Bệnh lây qua đường tình dục

Cần giáo dục kiến thức đúng, khuyến khích trao đổi giữa cha mẹ và con cái.

Nếu có triệu chứng nghi ngờ, nên đi khám sớm tại: phòng khám, phòng khám da liễu, phòng khám gia đình.

(3) An toàn thực phẩm & ăn uống lành mạnh:

Phòng ngộ độc: rửa tay, thực phẩm tươi, tách sống/chín, bảo quản đúng nhiệt độ, nấu chín kỹ. Ăn uống cân bằng: ít dầu, muối, đường; ăn nhiều rau quả, uống đủ nước; tránh ăn quá nhiều.

(4) Phòng chống thuốc lá & trầu cau

Cấm hút thuốc dưới 20 tuổi; thuốc lá điện tử và thuốc lá nung nóng là bất hợp pháp. Trầu cau gây ung thư miệng và nghiện cao. Không thử, không nhận, không mời. Trường học cấm hút thuốc.

(5) Phòng chống say nắng

Thời tiết nóng, cần chú ý tránh sốc nhiệt và bảo vệ sức khỏe.

十二、宣導資訊素養與倫理教育：

學生閒暇的時間變長，加上行動上網的普及，並提醒家長應注意孩子安全上網、網路使用行為及時間管理等問題，避免過度依賴 3C 產品，以培養孩子正確使用網路的態度、技能和習慣，養成健康上網好習慣。

12. Giáo dục đạo đức và sử dụng Internet:

Thời gian rảnh của học sinh tăng lên, cùng với sự phổ biến của internet di động, nhà trường nhắc nhở phụ huynh cần quan tâm đến việc con em sử dụng internet an toàn, hành vi sử dụng mạng và quản lý thời gian. Tránh việc phụ thuộc quá mức vào thiết bị 3C, đồng thời giúp trẻ hình thành thái độ, kỹ năng và thói quen sử dụng internet đúng đắn, xây dựng thói quen lên mạng lành mạnh.

十三、學生發生緊急意外事件之通報與聯繫管道：

- (一)暑假中，請 貴家長亦能主動與班導師保持聯繫，與老師共同密切關懷了解孩子。
- (二)學校校安中心〈軍訓室〉每天有專責值勤人員，專線電話：(03)5922285。

13. Liên hệ khẩn cấp:

(1) Trong kỳ nghỉ hè, kính mong quý phụ huynh chủ động liên hệ với giáo viên chủ nhiệm để cùng phối hợp quan tâm, nắm bắt tình hình của học sinh.

(2) Trung tâm an ninh trường học (Văn phòng quân huấn) có nhân viên trực chuyên trách mỗi ngày.
Điện thoại đường dây nóng: (03) 5922285.

14. 學校總機電話：(03)5927700 軍訓室分機 2310~2313 生活事務中心分機 2320~2324

Số điện thoại tổng đài của trường: (03)5927700 Phòng huấn luyện quân sự mở rộng 2310~2313、2320~2324

敬 祝 闔家 喜樂平安

Chúc bạn và gia đình luôn tràn đầy niềm vui và bình an.

敏實科技大學校長 曾信超 敬上

Hiệu trưởng Đại học Công nghệ Minh 曾信超 Trân trọng

115. 6. 23

23/06/2026

學校 FB：



facebook 敏實科技大學

家長 LINE 群組：

