

# 臺北市南港區玉成國民小學112學年度寒假生活注意事項(四年級)

親愛的家長，您好：

寒假將屆，懇請您協助與指導，共同維護孩子健康及安全，並鼓勵孩子從事有益身心休閒活動，多閱讀、多運動、多體驗，藉由自主學習豐富孩子的視野，希望孩子們可以度過快樂、安全、健康的假期。敬祝

新年快樂 闔家安康

玉成國小 校長 楊火順 敬上

## ◎龍轉乾坤：寒假生活規範，請家長協助指導：

### 一、欣欣向龍：規律與健康作息

1. 實踐規律生活，每日按時作息，認真複習功課，妥善安排寒假自主學習活動，並幫忙做家事。
2. 請學生養成規律運動習慣，每天進行體能活動，以鍛鍊身體。
3. 請家長多利用寒假期間帶小朋友定期做口腔、視力檢查，並養成餐後潔牙及護眼的習慣。
4. 請家長鼓勵孩子多閱讀優良課外讀物，適度使用3C產品，每30分鐘休息10分鐘。

### 二、龍年吉祥：居家與出入安全

1. 使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，注意室內空氣流通，勿將門窗緊閉，以預防一氧化碳中毒事件。
2. 請學生出門和回家必面告父母，應以結伴同行為宜，不接近陌生人，如遇緊急狀況，應大聲呼救且跑向人群聚集處求救，以保護自身安全。
3. 遵守交通規則，在安全路口通過道路，騎乘自行車請配戴安全帽，並遵守交通號誌或警察之指揮。
4. 從事各類戶外活動，首應注意天候變化及地形環境之熟悉。除需做好行前裝備檢查外，更應考量自身體能狀況能否負荷，勿至公告危險水域或無救生人員的地方進行活動。

### 三、龍舞春風：正當休閒生活

1. 絕對避免前往網咖、舞廳、夜店等出入份子複雜的場所，以策安全。
2. 不浪費金錢、不亂買零食、妥善保管壓歲錢，並做有計畫的使用。
3. 請家長留意學生遊戲安全，勿任意購買及使用非適用年齡之遊戲用槍及玩具。
4. 勿受同儕及校外人士引誘慫恿而好奇嘗試菸品、毒品，以免觸法造成自我及家人終身的遺憾。

#### 四、幸福龍來：其他事項

1. 若接獲可疑詐騙電話，切記反詐騙3步驟：「保持冷靜」、「小心查證」、「立即報警或撥打 165 反詐騙諮詢專線」尋求協助。使用網路聊天 APP(如 Line)時，請慎防及提高警覺，切勿洩漏帳號與密碼，被歹徒盜用後進行詐騙成為詐騙受害者。
2. 性侵害及家庭暴力通報可撥打免付費專線：0800-024-995，或是撥打「113」專線求助。
3. COVID-19、流感等呼吸道傳染病：秋冬時節正值COVID-19、流感，以及肺炎鏈球菌、黴漿菌等疾病之流行期，請維持個人衛生好習慣、勤洗手，如有發燒或呼吸道症狀、出入人潮擁擠且無法保持社交距離或通風不良之場合、搭乘公共交通工具時，建議配戴口罩。
4. 妥善保管防身警報器，開學後要配戴在書包上，遇有緊急危險時可以使用。
5. 參加校外營隊活動前，應充分討論，了解資訊，並參照「高級中等以下學校辦理學生課外活動及輔導學生參加校外營隊活動注意事項」相關規定，再與業者簽訂契約。
6. 『臺北市幸福保衛站』守護兒少幸福！自113年1月20日起，18歲以下兒童或青少年遭遇緊急變故挨餓時，可至統一、全家、萊爾富、來來（OK）超商求助取餐。如有疑義請電：27836049轉130或132。
7. 教育部反毒寒假學習單，請掃描QR code，親子共同完成。



◎112學年度下學期重要行事提醒：



|             |                                |
|-------------|--------------------------------|
| 113.1.19(五) | 休業式，一至四年級12:00放學，五、六年級16:00放學。 |
| 113.1.20(六) | 寒假開始(至113.2.15)。               |
| 113.2.16(五) | 開學日，全校正式上課。課後班開始上課。            |
| 113.2.17(六) | 課後社團開始上課。                      |
| 113.3.1(五)  | 學校日活動，晚上18:30~20:00，敬請踴躍出席。    |
| 113.3.7(四)  | 冬、夏校服販售，7:30~9:00穿堂。           |