

新竹市北區南寮國民小學 110 學年度寒假生活須知

親愛的家長、同學們：

度過平安的 110 學年度第一學期，感謝各位教育夥伴，長年來關心本校的校務發展並給予支持。寒假即將來臨，期盼家長能帶著孩子妥善規劃、好好運用假期，並多關照孩子的生活起居與處事行為；更希望每位同學在寒假期間能多注意自己的安全。

敬祝 新春愉快 萬事如意。

新竹市北區南寮國民小學 謹致 111/01/19

一、 寒假行事

日期	項目	內容
01/20(四)	休業式	12: 40 放學
01/24(一)	建華國中職業體驗課程：化工類營隊	8:20-15:30
01/24(一)~01/26(三)	口琴隊寒訓	09:00-11:30
01/24(一)~01/28(五)	排球隊寒訓	09:00-11:30
01/25(二)~01/27(四)	南寮科學季：冬風營	1/25、1/26 09:00-16:00 1/27 09:00-12:00
02/07(一)~02/10(四)	排球隊、田徑隊寒訓	09:00-11:30

二、 110 學年度第二學期開學行事

日期	項目	內容
02 月 11 日 (五)	開學	正式上課，正常供餐（記得帶餐具）

三、 重要宣導：

1. **落實居家防疫，保持衛生習慣**：目前國內疫情嚴峻，因此希望小朋友與家長共同做好居家防疫工作，出門務必配戴口罩，保持勤洗手的衛生習慣，非必要避免前往人潮密集處或公共場所。
2. **注意人身安全，加強自我保護**：拒絕陌生人的邀約，出門一定要告知父母去處及與誰在一起，不要單獨出門；遇到陌生人搭訕，請盡速離開至人多且安全的地方，並不亂吃陌生人給的食物，拒絕菸酒及毒品的誘惑。居家要留意門戶，勿為陌生人帶路，防止詐騙集團詐欺，謹記反詐騙電話「165」。應變口訣：一聽、二掛、三查。
3. **小心火燭，避免瓦斯、一氧化碳中毒**：過年期間不放鞭炮，小心煙火。冬天使用熱水器及取暖物品要特別注意室內空氣流通，避免一氧化碳中毒及瓦斯外漏。
4. **注意交通安全，遵守交通規則**：外出旅遊應注意各項交通工具搭乘安全，乘坐機車、腳踏車要戴安全帽，乘坐汽車要繫上安全帶，生命安全才有保障。
5. **維持正常規律的生活**：寒假期間雖有快樂春節，但仍應維持正常作息，不要熬夜晚睡，起床時間不宜太晚。保持規律運動，以維持健康體位。餐後睡前，記得使用含氟量 1000ppm 牙膏潔牙。也可趁假期去牙醫診所進行每半年檢查，保護牙齒。
6. **注意網路安全，不涉足網咖或其他不良場所**：避免前往網咖、電動玩具店、撞球場…等出入份子複雜的場所，以免危及人身安全。要注意使用網路及通訊軟體的態度和習慣。