

112 學年度寒假生活須知及安全叮嚀

親愛的小朋友：

寒假即將來臨，我們可以過著這樣安定的生活，要感謝很多人，特別是這一年來用心照顧你的家人及學校的師長們，希望小朋友要常存感恩的心。在迎接假期的同時，要有平安才会有快樂。特別提醒小朋友幾個注意事項，希望大家都能過個快樂的寒假。

1. **規劃假期生活，做有意義的活動：**預先規劃寒假作業進度，多閱讀、多運動，並從事正當休閒活動；慎選電視節目、電腦網站或遊戲，並多利用寒假分擔家事，參與家族活動，聯絡感情。
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，杜絕一氧化碳中毒及瓦斯外漏。
4. **注意交通安全，遵守交通規則：**提醒家長切勿酒後駕車，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 以上牙膏潔牙，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：**從事室內活動時(圖書館、電影院、百貨公司…)應熟悉逃生路線和設備；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，並注意使用網路及通訊軟體的態度和習慣。

※112 學年度第一學期寒假重要行事曆如下：

活動名稱	月	日	星期	活動時間及注意事項
休業式	1	19	五	全校統一 12:40 放學
寒假開始	1	20	六	
排球隊集訓	1 月 22 日～1 月 26 日			練習時間 09:00~11:30
田徑隊集訓	1 月 29 日～2 月 02 日			
口琴隊寒訓	2 月 05 日～2 月 07 日			
農曆新年	2	08	四	
科技教育營隊	1 月 22 日、1 月 29 日			營隊時間 09:00~16:00
正式上課	2 月 16 日星期五			中、低年級 12:40 放學 高年級 15:40 放學
★2/16(五)開學日請小朋友記得攜帶學用品及餐具喔!!				



新春愉快 萬事如意

新竹市北區南寮國民小學 啟 113.01.19