

新竹市北區南寮國民小學 115 年暑假生活須知

親愛的家長、同學們：

暑假即將來臨，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；更希望每位同學在暑假期間能多注意自己的健康與安全。

敬祝 暑假愉快 身體健康

新竹市北區南寮國民小學 謹致 115/06/30

一、暑假行事

日期	項目	內容
06/30(二)	結業式	12:40 放學
07/01(三)~07/03(三) 08/27(四)	口琴隊暑訓	09:00-11:30
07/06(一)~07/10(五) 07/13(一)~07/17(五) 07/27(一)~07/31(五) 田 08/17(一)~08/21(五) 08/24(一)~08/28(五)	排球隊暑訓(4週) 田徑隊暑訓(5週)	09:00-12:00
07/01(三)~07/03(五) 07/06(一)~07/10(五)	英語營隊	08:40-12:00
07/20(一)~07/22(三)	南寮科學季	09:00-16:00(7/22當天9:00-12:00)
08/28(五)	全校返校日	07:40-10:30

二、115 學年度第一學期開學行事

日期	項目	內容
08 月 31 日(一)	開學	正式上課，正常供餐（記得帶餐具）

三、重要宣導：

- 傳染病防治**：維持個人衛生好習慣、勤洗手，並注意咳嗽禮節；如有發燒、呼吸道感染症狀，或進入醫療照護機構、人多擁擠的場合時，建議佩戴口罩。
- 詐騙防制**：不聽信來源不明資訊、不加入陌生群組、不隨意給網友個人資訊，不使用有疑慮的 APP 和網路平台；要保持警覺，適時查證(謹記 165 反詐騙專線)，或報警檢舉處理。
- 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的搭乘安全，乘坐機車、騎乘腳踏車要戴安全帽，乘坐汽車要繫上安全帶，穿越道路停、看、聽，生命安全才有保障。
- 注意人身安全，加強自我保護**：從事室內活動，選擇安全無疑慮之場所並熟悉逃生路線及逃生設備；從事戶外活動，應作好風險評估與安全管理，有充分準備再出發。**拒絕陌生人的邀約**，出門應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，不亂吃陌生人給的食物，拒絕菸酒及毒品的誘惑。**居家留意門戶、防火及用電安全**，外出切勿為陌生人帶路。
- 小心戲水安全，注意水域安全**：從事水上活動或戲水要到安全的水域，或是有救生員的泳池，並務必和大人同往；不可私下和同學到不熟悉的地方玩水。
- 維持正常規律的生活**：暑假期間應維持正常作息，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。
- 注意網路安全，不涉足網咖或其他不良場所**：避免出入網咖、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。應注意使用網路及社群軟體的素養和規範。
- 兒童及少年性剝削防制**：不拍攝、不分享、不轉傳、不持有同學或他人裸照/私密照；如遇兒少性剝削事件，請求助 110/113 專線、性影像處理中心，及學校學務/輔導處室。