

# 新竹縣上館國民小學110年 學生暑假生活須知

親愛的家長您好：

本學期的課程將於7月2日(星期五)結束，感謝各位家長對學校各項活動的支持、協助與配合，讓我們的孩子能在這一學期健康快樂的成長。暑假即將到來，為維護孩子健康及安全，請家長就下列各事項加強預防，以避免孩子涉足不良場所、危險場域或從事無安全規劃之活動，導致意外發生或遭受傷害：

## 一、暑假不迷網、安全上網趣：

- (一) 不流連網際網路店，並避免接觸色情，確保身心健康。
- (二) 「愛自己、愛別人、珍惜生命」，提倡正當娛樂，勿模仿網路危險遊戲。
- (三) 不私拍不雅照片，更不應PO上網；尊重個人隱私權益，避免觸法。
- (四) 不違法上傳不當影片、竊取他人網路遊戲虛擬貨幣及道具、入侵他人網站篡改資料等。
- (五) 遵守網路使用規範與禮儀，不攻擊謾罵，注意發言用詞，不在網路公開談論他人私事。

## 二、交通守規則、安全有保障：

- (一) 搭乘機車時，必須戴安全帽，並坐在後座，除了駕駛之外，機車只能再乘載一人。
- (二) 乘坐小型車時，記得緊扣幸福的依賴，務必要扣上安全帶，孩子要坐在後座。
- (三) 搭乘大眾交通工具時，請注意候車、乘車以及上下車應注意的安全及禮節。
- (四) 騎乘自行車請配戴自行車安全帽，行進間勿當低頭族，不可附載坐人。

## 三、拒絕菸害與毒品、深化紫錐花運動：

- (一) 熱情有勁的暑假，不受毒品的誘惑，決不濫用藥物(如安非他命、K他命、搖頭丸、FM2、一粒眠...等毒品)。
- (二) 培養健康、正當的休閒育樂，不飲酒、不吸煙、不嚼食檳榔、不賭博、不飆車。

## 四、機警反詐騙、守法不犯罪：

- (一) 如接獲詐騙電話或不慎遇上歹徒意圖詐騙，應切記反詐騙3步驟：「保持冷靜」、「小心查證」、「立即報警」或撥打165反詐騙專線尋求協助，內政部警政署參考網站(<http://www.cib.gov.tw/index.aspx>)
- (二) 不涉足進出分子複雜是非多之撞球場、MTV、KTV、冰宮、電動玩具店等場所。

## 五、提昇臨機應變、防範擄童案件：

- (一) 遇見陌生人士藉故攀談(問路)、主動提供食物、飲料等，要提高警覺，如發現異狀時，應即時拒絕迅速離開，或請身旁家人、親友協處。
- (二) 遭遇突發事件或歹徒隨機擄童時，可就近向鄰近商家求援，並撥打110向警察求救。
- (三) 暑假期間外出時，應以結伴同行為宜，如遇歹徒意圖不軌、強行擄人等危險時，應大聲呼救且快步跑向人群聚集處求援，以確保自身安全。

## 六、認識火災危險、確保居家安全：

- (一) 小心火燭、瞭解玩火的危險，避免因於室內玩弄打火機等，造成火災引起不必要的傷亡。
- (二) 熟悉各項滅火用具的使用方式與放置地點，遇火警時切勿慌張，大聲呼叫、通知周邊人員自身所在位置，並進行安全避難，切勿躲在衣櫥或床舖下等不易發現處所。

## 七、其他：

- (一) 做好防疫措施，新冠肺炎疫情尚未趨緩，三級警戒中，請減少非必要的外出。若三級警戒解

除，外出時務必全程配戴口罩，落實實名制，並勤用肥皂洗手。

- (二) 每日量測體溫，若有發燒或呼吸道症狀，應提高警覺就醫。
- (三) 充足的睡眠，每日晚上10點前應就寢，並睡滿9個小時。
- (四) 三餐定時，均衡飲食，多喝水並少吃油炸食物、零食和含糖飲料。
- (五) 規律運動，每日運動至少30分鐘，居家防疫仍可選擇適合的室內運動或伸展操。
- (六) 使用平板、手機、電子產品，每30分鐘要讓休息10分鐘。
- (七) 落實餐後潔牙，三餐飯後及睡前要刷牙。
- (八) 夜間10時以後依「春風專案」規定，十八歲以下學生，在無成年親友陪伴下，不得在公共場所遊蕩。

#### 八、孩子發生意外事件之通報與聯繫管道：

孩子若於暑假期間發生各類意外事件，請家長務必立即與導師及校方聯繫。

◎學校電話：5103777 轉分機：學務處200

\*暑假重要行事和110學年度開學日期如下：

日期	活動	放學時間	注意事項
7/2(五)	結業式 (線上直播)	全校中午12:00放學 (因有少數到校生)	
8/23(一)	全校返校	上午11:00放學	
9/1(三)	開學正式上課	中午12:30放學	請帶餐具

附註：暑假上班時間學校皆有教師值勤，若遇各項緊急事件或疑問，請與學校聯繫。  
有關暑假各項公告行事亦會公告於學校網頁，請隨時上網參閱。

◎學校電話：5103777 轉分機：教務處100 學務處200 總務處：300 輔導處：400

◎學校網址：<http://www.sges.hcc.edu.tw>

新竹縣上館國小學務處敬上 110.06.29