

臺北市萬華區西園國民小學111學年度寒假生活須知

親愛的家長，您好！

寒假即將開始，為使 貴子弟有個快樂、充實而平安的假期，以下事項請您多加協助，以確保學生寒假生活安全、充實、愉快。

一、重要通知：

(一) 結業式日期：112年1月19日(四)，依平常時間上放學。

(二) 寒假期間：112年 1月 20日(五)至 112年 2月 12日(日)。

(三) 111學年度第二學期開學期日：112年 2月 13日(一)，當天正式上課

(中、低年級半天，高年級整天課程，記得攜帶餐具)。

(四) 再次叮嚀:交通導護及到校時間為:07:20-07:40，也請家長配合學校校園防疫安全規則，接送孩子時，請勿進入學校。

(五) 課後照顧班於2月 13日 (一)開始上課。

(六) 課後社團(16:00-17:30)於3月 2日 (一)開始上課，請提醒孩子依報名之課程準時上課，並與孩子約定好接送時間與地點，以維護學生安全。

二、愛的叮嚀：

(一)請輔導孩子正常作息，勿沉迷於網路遊戲及涉入不當場所。近年有不法份子將毒品以飲品隨身包(如咖啡包、奶茶包等)或休閒食品(如糖果、速食麵等)包裝，及運用網際網路引誘青少年集體轟趴嗑藥等案件逐漸增加，請家長關心學生，於寒假期間應保持正常及規律之生活作息，切勿受同儕及校外人士引誘、慫恿而好奇嘗試。

(二)請留意孩子交友及活動的情形，避免養成不良習慣！

(三)請教導孩子使用瓦斯、水電、火燭.....等安全常識，並多加利用臺北市政府消防局網頁(首頁 >> 防災資訊宣導>> 防災救命100招
<http://www.tfd.gov.tw/cht/index.php?act=faq>)增加親子各項防災常識。

(四)交通安全宣導短片，請與家長一同觀賞

<https://www.youtube.com/watch?v=lgF8ugG3mPk>

<https://www.youtube.com/watch?v=JGKsIoU7FaU>

(五)口腔及護眼：請注意口腔衛生習慣，記得多喝水、進食後、睡前確實刷牙至少3分鐘。視力保健：遵守「3010護眼守則」看電視、電腦或課外書時，用眼30分鐘要休息10分鐘，勿過度使用電子產品，謹守「4

電少於2」即每日看電視、打電腦、電動及用電話少於2小時。

(六)「預防守護做得好、兒少上網沒煩惱」請家長重視網路安全

與學校共 同攜手。

由於各國新型冠狀肺炎疫情仍流行中，為維護自己的健康，建議家長與孩子共同檢視及落實以下之防疫事項及健康習慣：

1	留意孩子健康狀況若出現發燒(定義:額溫大於37.5、耳溫大於38度)，請在家先快篩後安排就醫
2	避免觸摸口鼻並勤以肥皂洗手:外出進門後、觸摸口鼻前、飯前、如廁後等
3	準備2-3片口罩放書(背)包，依規定至八大場所及人多的密閉場所時配戴
4	讓孩子有充足睡眠，每天至少8小時，維持運動、均衡飲食，以增強抵抗力
5	盡量避免至人多的公共場所，如需前往，務必遵守防疫規定
6	注意呼吸道咳嗽禮節及維持社交距離:與人交談保持1公尺以上距離、咳嗽打噴嚏需掩口鼻
7	居家環境應保持通風並可用1:100漂白水或75%酒精進行擦拭、消毒
8	開學前一天務必確認無發燒症狀，孩子如出現發燒或身體不適，請先請假就醫
9	寒假期間請留意3C產品使用時間，近距離用眼30分鐘記得休息10分鐘
10	三餐飯後及睡前，須以牙線、牙刷進行潔牙，以維持牙齒之健康
~孩子的健康需要您我共同守護~	

敬 祝

闔家平安！新年如意！

西園國小 學務處 敬上 中華民國112年1月19日