

【家長通知書】暑假重要行事曆及注意事項叮嚀

敬愛的家長您好：

隨著新年度來臨，110 學年度第 2 學期即將接近尾聲，本學期課程至 6 月 30 日(星期四)，7 月 1 日開始放暑假，謹向您說明暑假期間重要行事曆及相關的注意事項：

一、 期末及暑假重要行事曆：(如有變更將另行通知)

日期	重要行事	備註
6 月 30 日(四)	課程結束	
7 月 1 日(五)	暑假開始	
8 月 30 日(二)	新學期開學上課	正式上課(整天)

二、 暑假期間，請家長配合學校教師的宣導，注意下列事項：

★(一) COVID-19 防疫工作

1. 避免不必要移動、活動或集會，如需外出應全程佩戴口罩。
2. 落實個人衛生防護，維持勤洗手的習慣。
3. 請提高警覺，若有發燒或呼吸道症狀，請自主進行居家快篩。
4. 如有確診請通知導師，並遵循防疫規定就醫、休養。
5. 持續留意疫情指揮中心公告及導師公告通知的訊息。

(二) 保持規律作息及良好衛生習慣

1. 體重控制：天天五蔬果、攝取適量水份；每日運動至少 30 分鐘。
2. 口腔保健：用餐後立刻潔牙及使用牙線。
3. 視力保健：電腦上網、看電視每 30 分鐘休息 10 分鐘，每日不超過 2 小時。
4. 異常矯治：視力、口腔及其他異常者，請利用暑假期間就醫檢查及矯治。
5. 流感、腸病毒、水痘防治：勤洗手，打噴涕或咳嗽時應掩口鼻。出現發燒、咳嗽、喉嚨痛等疑似症狀，應戴上口罩並就醫。
6. 登革熱防治：注意家戶孳生源檢查，定期清除易積水容器，加強居家環境清潔。
7. 愛滋病防治：不與他人共用刮鬍刀、牙刷，請家長留意孩子交友狀況。
8. 平安保險：如有理賠相關事宜，可與導師或健康中心連絡。

(三) 留意居家安全

1. 防範一氧化碳中毒：使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，需注意室內空氣流通，不可將門窗緊閉，導致瓦斯燃燒不完全，因而肇生一氧化碳中毒事件。
2. 外出及就寢前亦必須檢查用電及瓦斯是否已關閉，以確保安全。
3. 留意居家防火、用電安全：留意打火機及點火槍等點火器具之放置場所，應予上鎖。

(四) 注意交通安全

1. 家長、學生搭乘機車請戴安全帽、搭乘小型車請繫安全帶、勿做低頭族、禮讓行人並重視行的安全，避免酒後駕車。
2. 為避免發生交通事故，請不要讓子女無照騎機車或任意搭乘別人的機車。
3. 搭乘大眾交通工具請注意候車、乘車以及上下車應注意的安全及禮節；並注意乘坐班車發車時刻，以免因時間緊迫發生穿越馬路或跨越火車月臺間鐵軌等危險行為。

(五) 留意活動安全、上網安全、水域安全

1. 請家長注意孩子在家的活動量，養成孩子在家規律運動的好習慣。

2. 救溺五步：叫叫伸拋划、救溺先自保。(1)叫：大聲呼救。(2)叫：呼叫 119、118、110、112。(3)伸：利用延伸物(竹竿、樹枝等)。(4)拋：拋送漂浮物(球、繩、瓶等)。(5)划：利用大型浮具划過去(船、救生圈、浮木、救生浮標等)。
3. 從事各類戶外活動，首應注意天候變化及地形環境之熟悉。「多一分準備，少一分遺憾」，如此方能充分享受戶外活動之樂趣，減少意外事件發生。
4. 避免到危險地區遊玩(如海邊、河邊等)，留意水域安全。防溺十招：(1)戲水地點需合法，要有救生設備與人員。(2)避免做出危險行為，不要跳水。(3)湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心。(4)不要落單，隨時注意同伴狀況位置。(5)下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水。(6)不可在水中嬉鬧惡作劇。(7)身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳。(8)不要長時間浸泡在水中，小心失溫。(9)注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水。(10)加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆。
5. 叮嚀子女，不是自己的東西不可任意拿取，上街購物買東西一定要付錢。提醒不可隨意吃、喝陌生人給的飲料或食物。到公共場所不要讓子女單獨行動。
6. 管理上網時間，避免孩子到網咖、舞廳、夜店等出入份子複雜的場所，以免產生人身安全問題。
7. 留意孩子上網狀態，避免孩子使用網路交友及聊天軟體，容易遭有心人士引誘拍攝上傳隱私照、裸照，皆易產生相關法律糾紛。

(六) 犯罪預防

1. 隨時留意掌握子女行蹤，清楚子女交友狀況，避免子女單獨與異性同學、朋友或親戚出遊。教導子女與異性相處正確的態度與行為。常提醒子女避免身體被任意接觸。
2. 若有同學或學長、學姐至家中找子女玩，不要隨意讓他們留宿過夜，除非聯絡其家長同意，以免因相關責任引發法律糾紛。
3. 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。
4. 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。

(七) 拒絕菸害與毒品、防制藥物濫用

1. 留意孩子避免受校外人士或同儕引誘慫恿而好奇嘗試吸毒，因而觸法。
2. 關心子女，防止吸煙、喝酒、吸食毒品及藥物濫用等情事發生。

(八) 詐騙防制

1. 為避免成為歹徒以電話假綁架或假事故(交通意外、疾病住院)行真詐財的受害者，暑假期間應加倍關心子女生活起居，主動掌握學生校外活動處所安全及聯繫方式，避免歹徒有機可乘。
2. 家長或學生如接獲可疑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。
3. 內政部警政署「165 全民防騙網站」及「165 反詐騙 LINE 官網」，可供家長下載最新詐騙手法參考運用。

(九) 學生發生意外事件之通報與聯繫管道：

學生於寒假期間發生各類意外事件，可運用學校校園安全聯繫電話請求協助，均有專責值勤人員實施 24 小時輪勤，教育部校安中心專線電話：(02)33437855、33437856，傳真：(02)33437920，教育部國教署校安中心專線電話：(04)23302810，傳真：(04)23302764。

★備註：本校學務處電話 07-3304624 分機 121~125

★請注意：新學期的註冊費(含學生平安保險費、家長會會費及午餐費)，在開學(8月30日)後才通知繳交。請不要任意聽信傳言誤遭詐騙，也切勿自行先到銀行繳納、轉帳或劃撥註冊費。

敬祝 闔家平安、身體健康

學務處敬上 111.06.30