

桃園市桃園區文山國民小學 111 年學生暑假生活重點注意事項

親愛的家長，您好！

暑假即將到來，孩子的假期生活需良好規劃，請讓孩子作息規律，多閱讀、多運動，多從事健康正當的休閒活動。

為了使孩子度過一個安全又充實的假期生活，以下注意事項，請您務必配合，確實指導並叮嚀孩子，以維護孩子們的安全。

☒ 因應嚴重特殊傳染性肺炎疫情防疫事項：

1. 要勤用肥皂洗手、避免用手摸眼口鼻，出門確實戴口罩，避免去人多的地方。
2. 身體不適應主動就醫。作息正常、均衡攝取營養、多運動、提升免疫力對抗病毒。
3. 如果孩子因受到最近疫情影響而顯得特別緊張、憂慮、不安，務必尋求協助，有需要找人聊一聊自己的心情，可投信至學校維尼線上信箱：<https://forms.gle/sFruV9ENYWbXzFet8> 或撥打桃園市衛生局免費24小時安心專線1925(依舊愛我、哩揪愛我)，尋求幫助。

☒ 遵守分級制度，假期不迷網：

1. 無論是看電影、玩遊戲、瀏覽網站、書籍出版品…等，請遵守分級限制，保護孩子身心健康，避免接觸非兒童適宜的內容。
2. 遵守網路素養規範，落實網路禮儀，保護個人隱私，不拍攝、不上傳個人私密、不冒用別人帳號，以免造成自己或他人的傷害或觸犯法律。
3. 學助孩子謹慎使用 3C，避免接觸不宜資訊或過度沉迷於社群、影音、手機遊戲所引發對肩頸、手腕與眼睛的傷害。

☒ 注意孩子行蹤與交友行為，對可疑的人事物提高警覺：

1. 確實掌握孩子的行蹤，孩子出門應該向家長報告：去哪裡、跟誰去、怎麼去、何時回來。若跟父母約定的時間已到卻還來不及返家，應主動打電話報平安，重新約定返家時間。
2. 陌生人搭訕、問路或主動提供食物飲料等，要提高警覺，如發現異狀時，應婉拒立即迅速離開或請身旁家人、親友協助。
3. 新興混合性毒品會以飲品隨身包(如咖啡包等)或休閒食品(如糖果、速食麵等)包裝，應提高警覺，勿因受引誘、慫恿而嘗試。

☒ 注意戲水安全：

1. 夏季炎熱，親近水域須注意潮汐、地形與天氣變化。慎選合法、安全、有救生設備與人員的水域從事水上活動，禁止跳水及危險動作。
2. 救溺五步，防溺十招，水中自救4招學好學滿 安心戲水沒煩惱。

☒ 交通規則親子共同遵守：

搭乘機車，配戴安全帽；乘坐車輛時，應緊扣安全帶。確實遵守交通安全教育五項守則：

@熟悉路權、遵守法規。

@你看得見我，我看得見你。

@安全空間，不做沒有把握的動作，只要猶豫就不要去做。

@利他的用路觀，不影響別人的安全。

@防衛兼備，防止事故發生，不要讓自己成為事故的受害者。

☒ 詐騙防制，冷靜查證：

反詐騙3步驟：「保持冷靜」「小心查證」「立即報警或撥打165反詐騙諮詢專線」。



暑假重要行事

◎結業式：6月30日(星期四)(全校照課表上下學)

◎開學日：8月30日(星期二)(當日正常上課，供應午餐，請記得帶餐具)

敬祝您 闔家平安、健康喜樂

文山國小 校長 江彩鳳敬上