

臺北市文山區力行國民小學 114 學年度 暑假生活須知

親愛的家長您好：

暑假即將來臨，期盼所有的孩子們都能平安、快樂、充實的度過這段時光，敬請貴家長配合注意以下事項，謝謝您！

1、 注意衛生措施：

在家或外出請落實勤洗手、戴口罩、注意呼吸道衛生與咳嗽禮節，養成良好衛生習慣；在家請家長關心子女健康，在外用餐應注意個人及環境衛生，用肥皂或洗手乳洗手，不生飲、不生食，與他人共食時應使用公筷母匙。外出戲水需注意雙手清潔，選擇乾淨戲水場所，並避免以手揉眼、共用毛巾。

2、 注意活動安全

室內活動：從事室內活動時，首先應選擇安全無疑慮之場所並熟悉逃生路線及逃生設備，善用所學習之相關消防（逃生）器材操作，如滅火器、緩降機等，並以保護自身安全為原則。

戶外活動：暑假期間從事登山或山野教育活動，皆應審慎做風險評估與安全管理，有充分準備再出發。從事水域活動應注意「防溺 10 招」及正確救人之「救溺 5 步」：防溺 10 招(五不五要)：不長時、不疲累、不跳水、不落單、不嬉鬧、要合法、要暖身、要注意、要冷靜、要小心。

救溺 5 步：叫叫伸拋划、救溺先自保。

3、 正常的生活作息、遠離妨害身心的場所及不良組織：

良好的生活習慣有助於孩童擁有健康的身心，防制孩童深夜在外遊蕩，避免讓孩童流連網路咖啡店或涉足妨害身心健康場所，例如：舞廳、PUB、遊藝場等，因為這些場所可能潛藏著危險；另外，針對鬥毆、自我傷害等行為，家長須防範於未然。

4、 注意居家安全預防火災免釀禍：

注意居家防火、用電安全，確認家中的避難逃生路線，以建立危機意識；火柴、打火機應收藏於小孩無法構及取玩的地方；電器、電線，要定時檢修；隨手關閉爐火、電器開關；使用瓦斯請注意通風，以免一氧化碳中毒。預防電氣火災，「4 不 1 沒有」：「不」超過負載、「不」損傷電線、「不」擺放可燃物、「不」用不插、「沒有」安全標章產品不使用。

5、 注意行的安全：

指導孩童在通過馬路時，須左右環視留意道路狀況，遵守導護人員的指揮及交通號誌，走行人穿越道或枕木線；行走人行道、紅磚道或靠邊走，莫與車輛爭道或貪快；乘坐機車時，請務必配戴安全帽，謹守相關交通規則，對孩童才最有安全的保障。

交通安全 4 守則：

(1)你看得見我，我看得見你。 (2)安全空間，只要沒把握就不要去做。

(3)利他的用路觀，不影響別人的安全。 (4)防衛兼備，防止事故發生。

無論駕駛任一交通載具，不可附載坐人、人車共道，請禮讓行人優先通行，依規定兩段式左(右)轉、行駛時，不得爭先、爭道、並行競駛或以其他危險方式駕駛，遵守行車秩序規範，大型車轉彎半徑大並有視覺死角，避免過於靠近行駛於大型車前或併行，以維護生命安全。提醒學生，在未合法考取駕照前應勿以身試法，鋌而走險，無照駕駛不僅違規觸法，更甚者可能傷及他人與自己身體或生命。

6、網路沉迷防制：

近年來由玩手機所引發的病症也逐漸增多，特別是對肩頸、手腕與眼睛的傷害，請多注意孩子的上網安全及時間管理等問題，與孩子共同制訂上網公約及培養正確的網路使用態度與習慣，也鼓勵孩子多從事戶外活動或多元休閒。為避免因網路誘惑而落入陷阱或衍生其他偏差行為，留意孩子是否有培養正確閱讀資訊能力。

7、藥物濫用防制：

新興毒品可能透過通訊軟體販賣、利用短影音 APP 附加 QR 碼提供貨品，請提醒家長留意學生，對於各式通訊軟體上奇怪的暗語及販售高於平常市價金額的物品都要提高警覺。倘學生不幸誤觸毒品，請提醒家長與學校師長聯繫尋求協助，瞭解青年學子使用毒品的情境及原因，對症下藥根除這些問題。另外，鼓勵三至六年級於「防制學生藥物濫用資源網」網站 (<https://reurl.cc/0KroGK>) 完成「暑假親子共學反毒學習單」。

8、詐騙防治：

請學生謹記「防詐騙三不三要」原則：

(一)三不：

1. 不聽：來源不明資訊。
2. 不加：陌生投資群組。
3. 不用：保證獲利 APP、投資平台。

(二)三要：

1. 要警覺：對任何鼓吹加入投資群組、勸誘買股投資訊息提高警覺。
2. 要查證：向合法期貨商、合法投信投顧業者、合法證券商或 165 反詐騙專線查證。
3. 要報警：向治安單位或檢調單位檢舉（或撥 165 反詐騙專線）。

9、暑假重要行事：

1、結業式：6月30日(二)低、中、高年級：全日課 16:00 全校放學，當日無課後班、延長班及社團。

2、暑假：7月1日(三)至8月30日(日)

3、下學期開學日：8月31日(一)，當日即正式上課。

115學年度起臺北市國小開始實施免費學生營養午餐供應，提醒學生要準備好午餐用具在校享用學校午餐(週一至週五上課日)，半日課規劃學生在學校用完午餐(用餐30分鐘+收拾10分鐘)，12:40全校統一放學。

※課後班、延長班、社團於開學日當天正式上課。



—祝大家有個美好的暑假時光！—

學務處 115.6.26