

# 臺北市信義區吳興國民小學學生寒假生活須知

致家長的一封信

親愛的家長您好：

今年寒假自1月21日（星期二）開始，至2月10日（星期一）止，期間亦為傳統農曆過年佳節假期，在此先向各位家長拜個早年，並祝福貴子弟在寒假期間都能過著安全、快樂、健康成長的生活！下列假期生活注意事項，謹供家長參考。

## 一、正常的作息

培養孩子正常的作息，協助規劃寒假生活。

## 二、健康的休閒&安全的活動

1. 避開危險的地點及物品：各項活動應妥善規劃，提醒孩子遇緊急事件的應變措施，將傷害減到最低。（例：勿替陌生人帶路、出外旅遊應與家人同行、避免到人多擁擠的場所）**春節過年期間，應避免兒童燃放或接近爆竹，以免危險發生。**

2. 注意平日安全：提高警覺心是安全的最佳方法、冷靜是最佳的自我保護。居家留意門戶、守望相助，外出不單獨行動以免危險。

3. 注意飲食安全：養成個人良好飲食衛生習慣，經常洗手避免腸病毒等傳染病發生，購買食品應注意保存期限，不吃生冷不潔、來路不明、誇大不實、包裝不全、標示不清的物品，過年期間勿暴飲暴食。

4. 隨時做好健康自我管理，遠離傳染疾病入侵：請提醒孩子**勤洗手保持個人衛生，注意飲食均衡與運動增強身體抵抗力，定時量測體溫留意自身健康狀態，發現有發燒或不舒服的情況，應立即就醫檢查。**

5. 注意交通安全：搭乘機車應戴安全帽、不側坐。上下公車捷運要守秩序，禮讓老弱婦孺優先乘坐，在車廂內勿大聲喧嘩嬉戲。**請避免讓孩子單獨騎腳踏車上街，以確保孩子日常活動中行的安全。**節慶應酬多，酒後不開車，請家長必要時請同行者擔任指定駕駛，或利用小黃代駕等服務，維護自身的安全，平安回家才是最重要的。

6. 請家長協助孩子慎選媒體及出版品、電腦網站、遊戲軟體、手機APP、休閒場所等，落實分級規定，規劃正當休閒生活，注意孩子的上網時間，以維護孩子的身心健康。

三、114年2月11日（二）為第2學期開學日，全校正式上課，當天課後照顧班正式上課。學生課外社團於114年2月17日（一）開始上課，請提醒學生按照報名社團之日期及地點準時上課。

上述生活注意事項，希望能提供助益，再次祝福您與貴子弟有個平安喜樂的假期生活！

臺北市信義區吳興國民小學 敬啟 114.01