

桃園市觀音區觀音國小 115 年度暑假活動暨生活注意事項

敬愛的家長您好：

本學期結業日為 6/30 (二) 暑假自 7 月 1 日 (三) 至 8 月 30 日 (日) 止，8 月 31 日 (一) 正式開學。以下叮嚀事項請同學注意：

一、教務處：

- (一) 請督促孩子正常作息，協助規劃暑假生活：生活起居有規律，養成早睡早起，飲食定時定量的好習慣；隨時溫習功課，按時完成暑假作業。
- (二) 多閱讀優良書籍，多做有益身心的休閒活動；不浪費金錢，養成儲蓄的美德。
- (三) 115 年 8 月 3 日 (一) 進行新生編班及三、五年級重新編班及導師編配公開作業。

1. 新生編班作業：下午 1：30 進行。

2. 三、五年級重新編班及導師編配公開作業。新生編班作業完成後隨即辦理。

三、學務處：

- (一) 注意飲食安全：個人養成良好飲食衛生習慣，勿暴飲暴食；購買食物應注意保存期限，不吃生冷不潔的食物；防制藥物濫用，多注意來路不明、精美可愛的產品與包裝，避免好奇誤用。
- (二) 注意交通安全：走路、騎腳踏車、乘坐車船，必須遵守秩序；搭乘機車應戴安全帽、不側坐。
- (三) 注意居家安全：外出時，必先告知父母，不到危險地方玩耍、運動或遊戲，遇陌生人跟隨，立刻跑至最近的店家或警察局求助；禁止賭博性的活動，或涉足網咖等不良場所。
- (四) 注意水域安全：天熱戲水應有家長陪同及有救護人員駐守的水域進行活動，絕對不可以小朋友相約至河邊或海邊玩水，以免發生危險。
- (五) 注意視力保健：使用 3C 產品記得 30 分鐘應休息 10 分鐘；眼睛與手機、書本、玩具應保持 35 公分距離；每天戶外活動至少 1 小時；多吃綠色蔬菜及睡眠充足。
- (六) 注意口腔保健：每天維持飯後與睡前潔牙好習慣，避免蛀牙發生，並多喝白開水保持口腔清潔。
- (七) 建立安全使用智慧型手機的觀念，慎防帳號被歹徒所盜用，使用網路聊天 APP (如 Line) 時，請慎防及提高警覺，切勿洩漏帳號與密碼。特別注意請勿在網路上購買點數，預防網路詐騙。
- (八) 來學校活動時，請愛惜公物，保持清潔，維護校園環境。
- (九) 傳染病防治：隨時配合最新防疫政策，維持個人衛生好習慣、用肥皂勤洗手，並注意咳嗽禮節，以避免腸病毒、流感等疾病發生。若有發燒、呼吸道感染症狀，應配戴口罩，避免出入公共場所。
- (十) 記得出門要告訴父母，遇偶發意外或兒少家暴情形別忘撥打「110」及「113」，暑假學校仍有行政人員或老師值班，遇到危險，可就近求助。
- (十一) 勿於網路上辱罵、挑釁他人，可能構成公然侮辱，對方可報警，你將為自己不當言論付出代價。請遠離接觸有害身心之網路內容。

二、輔導室：

- (一) 暑假期間請家長鼓勵孩子多多參與家務工作，也不妨安排孩子做一些有益身心增進家人感情的親子活動，並叮嚀孩子多注意安全。
- (二) 當您生活中感到許多壓力時，可做家庭支持服務諮詢，提供您家庭教育諮詢專線 412-8185 (手機撥打請加 02)，訊息如下：
 - 1. 諮詢內容：相關親職教養及親子關係、婚姻關係、親密關係、家庭資源與管理、自我調適等問題諮詢。
 - 2. 服務時間：星期一至星期五上午 9:00-12:00、下午 14:00-17:00。

四、總務處：

- (一) 暑期校園內將進行工程，請小朋友到校活動時注意安全，不要靠近施工工地，以免發生危險。
- (二) 暑期校園開放時間：上午 5:30 至下午 8:30。

五、返校日與開學日：

☆ (一) 返校日：8 月 28 日 (星期五)，全校當日於上午 10：30 統一放學。

☆ (二) 開學日：8 月 31 日 (星期一)，全校正式上課，學校開始供應營養午餐。

學校電話：4732009，分機：教務處 210、211，學務處 310、311，總務處 510、511，輔導室 610、615

觀音國民小學 敬啟 114.06.30