

新竹市東區高峰國小 112 年暑假學生活動安全須知及行事曆

親愛的家長您好：

本學期即將結束，暑假即將來到，希望孩子能有一個快樂充實的假期。假期之中，麻煩家長予以協助督導孩子妥善運用時間用心完成各項作業，提醒孩子維持正常作息，更要注意孩子假期的健康及安全。

敬祝 假期愉快

高峰國小 敬上

一、暑假重要行事：

第 21 週	6	30	五	第二學期休業式 12:40 放學(校內統一用餐後放學)	
暑 假	7	1	六	暑假開始	常洗手、注意個人衛生
	7	2	日		
	7	3	一	圖書館開放(9:00-11:30)	
	7	4	二	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	5	三	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	6	四	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	7	五	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	反詐騙 請撥打 165 專線
	7	8	六		
	7	9	日		
	7	10	一	圖書館開放(9:00-11:30)	
	7	11	二	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	12	三	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	13	四	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	14	五	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	15	六		
	7	16	日		
	7	17	一	圖書館開放(9:00-11:30)	
	7	18	二	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	19	三	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	20	四	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	21	五	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	22	六		
	7	23	日		
	7	24	一	圖書館開放(9:00-11:30)	注意水域安全
	7	25	二	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	26	三	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	27	四	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	28	五	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	
	7	29	六		
	7	30	日		
	7	31	一	圖書館開放(9:00-11:30)、田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)	111 學年度結束
8	1	二	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)	112 學年度開始	

	8	2	三	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00) 田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)		
	8	3	四	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)		
暑假	8	4	五	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00) 田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)		
	8	5	六			
	8	6	日			
	8	7	一	圖書館開放(9:00-11:30)、田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)		
	8	8	二	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)		
	8	9	三	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00) 田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)		
	8	10	四	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)		
	8	11	五	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00) 田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)		
	8	12	六			
	8	13	日			防制人口販運請撥打 1955
	8	14	一	圖書館開放(9:00-11:30)、田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)		
	8	15	二	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)		
	8	16	三	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00) 田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)		
	8	17	四	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)		
	8	18	五	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00) 田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)		
	8	19	六			
	8	20	日			
	8	21	一	圖書館開放(9:00-11:30)、田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)		
	8	22	二	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00) 田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)		
	8	23	三	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00) 田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)		
8	24	四	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00) 田徑隊/排球隊集訓(09:00~12:00)			
8	25	五	圖書館開放(9:00-11:30)、籃球隊暑訓(8:00-12:00)			
8	26	六				
8	27	日				
	8	28	一	圖書館開放(9:00-11:30)	開學準備週、暑假結束	
返校	8	29	二	返校日、發書、換教室，10:30 放學		
開學	8	30	三	112 學年度開學日，正式上課(在校用餐) (低、中年級放學時間為 12:40，高年級放學時間為 12:40) 友善校園宣導(反毒反黑反霸凌) 特教課後開始上課 課後照顧開始上課	友善校園週	

備註：8/29(二)返校日，8/30(三)開學上課日，如需請假務必通知導師或學校。

二、暑假注意事項：

(一) 學習方面

1. 善用時間依照進度用心完成各項作業。
2. 利用假期整理自己的學習用品。
3. 運用各種管道學習新知，例如：閱讀好書、電影欣賞、參觀展覽。

(二) 生活方面

1. 維持規律的生活作息，避免熬夜玩樂。
2. 飲食定時定量，盡量避免食用垃圾食物。
3. 保持運動的習慣，每日可進行簡單的室內健身運動。
4. 觀看電視等電子產品，每隔三十分鐘要讓眼睛休息一下。
5. 注意個人衛生習慣，飲食之前記得洗手及飲食之後記得刷牙漱口。
6. 人潮聚集處建議戴上口罩，保持勤洗手及勤消毒的習慣。
7. 學校校園生態多元，**請勿將動、植物帶走**，以維護校園生態環境。

(三) 安全方面

1. **活動安全**:如要自行外出，必須徵求家人同意，告知家人要去哪裡或何時回來，注意自身的安全，如果感覺身陷危險，記住三大行動：「大叫」、「逃跑」、「通知他人」。
2. **交通安全**:請提醒孩子一定要注意自身的交通安全，騎乘機車及腳踏車務必戴上安全帽，並遵守各項交通規則及號誌、標誌、標線與交通服務人員之指揮，減速慢行，以策安全。
3. **人身安全**: 如果遭遇性騷擾、性侵害、性霸凌的事件，記得撥打 110 報警或撥打 113 保護專線尋求協助。
4. **反詐騙及網路沉迷防制**:
 - (1)接獲可疑詐騙電話或遇上歹徒意圖詐騙，切記防治詐騙三大步驟：「保持冷靜」、「小心查證」、「撥打 110 報警或撥打 165 反詐騙專線」。
 - (2)避開危險人物、地點、物品、事情，不與陌生人交談或不為陌生人帶路；不要涉足電玩或網咖的不良遊樂場所；不要碰觸毒品及菸品或來路不明的物品；注意網路使用安全，不要洩漏個人資料，提防網路詐騙陷阱，更不要聽從他人建議，上傳個人私密照片、影片，以免觸法又傷害自己。
5. **水域安全**請留意以下安全事項：
 - (1)評估天氣狀況:如遇颱風、大雨特報等情形，切勿冒險從事水上活動。
 - (2)選擇有「救生人員」值勤的水域從事水上活動，並聽從救生人員指導。
 - (3)不可在設有「禁止戲水（游泳）」或「水深危險」等禁制標誌的區域戲水或從事任何水上活動。
 - (4)如看到溪河上游山區烏雲密布，或溪河水流突然夾帶大量泥沙出現混濁狀態，應趕快上岸逃生，以免被暴漲的溪水所圍困而發生危險。
 - (5)從事磯釣活動應確實穿戴救生衣、釘鞋與安全帽，隨時掌握海邊風浪等級及漲、退潮時間，並注意可能忽然來襲的瘋狗浪，以免發生事故。

(6)如發現有人溺水，應大聲呼叫請求支援，並打 118、119 向海巡單位或消防單位求援，切勿自行冒然下水施救；並察看周圍是否有救生繩、救生圈等具有浮力之物品，作為岸上施救的救生器材。

(四) 防疫小提醒

1. 目前疫情依然升溫，出入公共場所建議配戴口罩，保護自己也保護別人。
2. 維持手部衛生習慣（尤其飯前與如廁後），常用肥皂洗手；手部不觸碰眼口鼻。
3. 進入醫療機構，應依規定配戴口罩。
4. 轉知教育處：近期流感、腸病毒及新冠肺炎等疫情升溫，請加強防疫！
5. 暑假若身體不適，應請假並就醫診治；若參加課後班、團隊或營隊等，請通知老師，並依各項傳染病規定請假休養，謝謝。

敬祝闔家 平安健康

新竹市東區高峰國小關心您 112.06.

