

# 國立科學工業園區實驗高級中學 109 年寒假家長聯繫函

親愛的家長：您好！

寒假即將來臨，在此，先向您恭賀新春，並祝諸事順利。下述為本校寒假行事及安全預防提醒，請督促孩子做好生活規劃，妥善利用時間，維持休閒與課業的身心平衡，並維護學生健康及安全。

## 寒假行事

1. 寒假期間：109 年 1 月 17 日至 109 年 2 月 10 日
2. 開學日：109 年 2 月 11 日（該日即正常上課，中午有供餐）。

## 安全預防提醒

- 一、不濫用藥物，可參考教育部防制學生藥物濫用資源網站<http://enc.moe.edu.tw/>。
- 二、不涉足環境複雜是非多之撞球場、MTV、KTV、網咖、舞廳、酒家（吧）、茶坊等場所。
- 三、寒假期間從事各類戶外活動，首先應注意天候變化及熟悉地形環境，體育署「四不要」提醒：
  - （一）不要逞強：進行登山、露營、溯溪、戲水、水岸、田野調查研究等活動時，除需做好行前裝備檢查外，更應考量自身體能狀況能否負荷，不要逞強。
  - （二）不要去危險水域：不要去公告危險水域或無救生人員的地方進行活動。
  - （三）氣候不佳，不要從事戶外活動：遭遇大潮、豪雨等天候狀況不佳時，不建議從事戶外活動或應立即停止一切戶外活動。
  - （四）不要在無防雷設施的建築物內避雨：發生閃電雷鳴時，應遠離外露的金屬物體、鐵欄杆、高大廣告牌等建築物，及避免至無防雷設施的建築物內避雨（如工棚、車棚、遮陽傘下），並且應停止游泳、划船並上岸到安全的避雨場所。
- 四、遵守交通安全
  - （一）教育 4 項守則：
    - （1）你看得見我，我看得見你。
    - （2）安全空間，不做沒有把握的動作，只要猶豫就不要去做。
    - （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，不要讓自己成為事故的受害者。
  - （二）行人道路安全：穿越道路時請遵守交通號誌指示或警察之指揮，不任意穿越車道、闖紅燈，不任意跨越護欄及安全島，穿著亮色及有反光的衣服、在安全路口通過道路、預留充足的時間，避免過於靠近行駛於大型車前或併行，以維護生命安全。
  - （三）自行車道路安全：請配戴自行車安全帽，行進間勿使用行動電話，保持自行車安全設備良好與完整，不可附載坐人、人車共道，請禮讓行人優先通行、行人穿越道上不能騎自行車，請下車牽車，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。
- 五、使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，特需注意室內空氣流通，不可因天氣寒冷將門窗緊閉，導致瓦斯燃燒不完全，因而肇生一氧化碳中毒事件。
- 六、網路沉迷防治：假期間學生閒暇的時間變長，加上行動上網的普及，因此更容易使得學生沉迷於網路世界或遊戲，應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，避免過度依賴 3C 產品，養成健康上網好習慣。

敬祝

闔府健康

新年快樂

寒假期間，如需任何協助，請電：

學務處：03-5777011 轉分機 366

教官室專線：03-6661341

此致

貴家長

國立科學工業園區實驗高級中學學務處敬上