

# 115年臺中市立北勢國民中學寒假生活須知

敬愛的家長：

感謝家長們的配合與支持，在 114 學年度第一學期中，讓學校各項教育活動能順利推展。面對即將來臨的寒假，請持續關注貴子弟的行為表現，與師長保持密切聯繫，希望藉由親師的合作與關心，能讓孩子們擁有平安又充實的寒假生活。115年1/26-2/22 寒假，下列重要行事與注意事項，請提醒貴子弟配合執行：

## 壹、寒假及期初重要行事曆

日期	重要行事
1月20日(二) 15:05-15:50	休業式(活動中心) 15:50 放學
1月21日至1月23日 提早下學期課程	
1月26日至 1月30日	1. 寒假課輔活動(08:25-11:55) 8:00 開放入班 2. 寒假加強課輔活動(13:15~ 依實際上課狀況而定)
返校打掃	2/3(二)      2/5(四)      2/9(一)      2/11(三)
	101、102    107、106    104、105    103、108
2月23日 星期一	開學日(始業式)正式上課 7:30 前到校 15:50 放學

## 貳、寒假返校打掃及愛校服務學習時程：

一、集合地點為學務處外穿堂，08:00-11:00服務時間三小時。

二、請穿著本校體育服裝。為避免蚊蟲叮咬，建議穿著長褲，帶水瓶

同學若有特殊狀況不能到校，請向導師請假，並按照學務處正式請假手續請假銷假。如當日未到校，請務必利用其他日期補做，以免影響日後會考成績服務時數登錄計算。

三、打掃完畢後要點名後放學。

## 參、2/23(一)開學日：

07:10 - 07:30 到校

07:30-07:50 環境打掃

07:50-08:15 導師時間

08:25-09:10 開學典禮

## 參、寒假生活注意事項：

### 一、活動、交通安全：快樂去休閒、平安回到家

應保持正常及規律之生活作息，維護自身安全及健康，切勿受同儕及校外人士引誘慫恿而好奇嘗試非法藥物(如安非他命、K他命、搖頭丸、FM2、一粒眠...等毒品)、菸、酒等，而造成自我及家人之終身遺憾。避免前往網咖、舞廳、夜店等出入份子複雜的場所，以免產生人身安全問題。熟悉室內逃生路線及逃生設備及戶外注意天候變化及地形環境。請充實各項體能和學藝活動、準時參加學校各項活動，如有事不克到校應事先請假。**特別提醒學生騎乘機車、微型電動二輪車、自行車等一定要注意自身安全，駕駛期間應遵守交通規則，行經路口慢、看、停，切勿酒後駕車、疲勞、超速及危險駕駛，以策安全。**

### 二、家居安全：認識火災危險、確保居家安全

(一) 防範一氧化碳中毒。  
(二) 夜間返回住處或行經偏僻昏暗巷道時，應小心有無不明人士跟蹤尾隨，個人自保物品如防狼噴霧劑、哨子等應隨身攜帶，以備不時之需。

### 三、寒假不迷網、安全上網趣：

(一) 不流連網際網路店，並避免利用色情網路、光碟、解碼器等接觸色情，確保身心健康。  
(二) 「愛自己、愛別人、珍惜生命」，提倡正當娛樂，以遏阻模仿網路危險遊戲導致之意外事件。  
(三) 不私拍不雅照片，更不應 PO 上網；同時應注意網路使用之禮節與規範，並尊重個人隱私權益，避免觸法。  
(四) 不違法上傳不當影片、竊取他人網路遊戲虛擬貨幣及道具、入侵他人網站竊取或篡改資料等，具備網路使用的認知素養，並尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。  
(五) 夜間 10 時以後依「春風專案」規定，十八歲以下學生，在無成年親友陪伴下，不得在公共場所遊蕩。

### 四、犯罪預防：拒絕菸害與毒品

勿從事違法活動如：飆車、竊盜、販賣違法光碟軟體、從事性交易(援交)等。E 世代的「讚」少年，不飲酒、不吸煙、不嚼食檳榔、不賭博、不飆車。

### 五、詐騙防制：機警反詐騙、守法不犯罪：

(一) 如接獲詐騙電話或不慎遇上歹徒意圖詐騙，應切記反詐騙 3 步驟：「保持冷靜」、「小心查證」、「立即報警」或撥打 165 反詐騙專線尋求協助，內政部警政署參考網站。  
(<http://www.cib.gov.tw/index.aspx>)  
(二) 教育部校安中心網頁已聯結警政署刑事警察局「165 最新資訊&犯罪手法預防宣導」網站，可供家長及各校師生下載最新詐騙手法參考運用。

### 六、衛生保健：

(一) 請維持個人衛生好習慣、勤洗手，如有發燒或呼吸道症狀、出入人潮擁擠且無法保持社交距離或通風不良之場合、搭乘公共交通工具時，建議配戴口罩。  
(二) 登革熱防治：穿淡色長袖衣物，使用防蚊液。居家清除孳生源，落實「巡、倒、清、刷」裝設紗窗門、蚊帳，避免蚊蟲叮咬。若自特殊疫區返國 21 天內，應自主健康管理，如出現有發燒、嘔吐、腹瀉、後眼窩痛、肌肉痛、關節痛及出疹等不適症狀，儘速就醫。  
(三) 罹患近視的年紀越小越容易惡化成為青光眼、視網膜病變研究證實每天有足夠的戶外時間，多讓孩子在自然光線下做大肢體活動，減少近距離用眼，例如讀書、寫字、閱讀及電視、電腦、手機等 3C 產品，可以有效遏止近視的發生與惡化，請同學家長注意用眼情形，保障視力。

### 七、水域安全：參加水域活動時，應注意是否有救生員駐場，並熟練防溺十招、救溺五步，強化水域活動安全技能。

以上相關詳細內容請掃

誠摯地祝福 新春佳節愉快！

校長 林宏泰 謹上

中華民國 115 年 1 月 13 日

115年北勢國中寒假生活須知 回條(請沿虛線剪下後，於 1/20星期三前 全班收齊，送交學務處)

本人具已知悉「寒假生活須知」中的提醒事項，將會陪伴子弟，妥善規劃假期，並從事有益身心的各項活動。

此致

臺中市立北勢國民中學

班級： 年 班 座號： 姓名： (簽名)

家長簽名： 日期： 年 月 日