

臺北市士林區福林國民小學學生寒假生活須知

親愛的家長們：

每年寒假期間為傳統農曆過年佳節假期，這段時間南北往來出遊頻繁，為了確保孩子們在寒假中都能過著安全健康成長的生活！下列假期生活注意事項，請特別注意。

一、新冠肺炎防疫注意事項：

因新冠狀病毒肺炎疫情嚴峻，鼓勵以電話、視訊拜年，避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所。倘仍需出入公共場所，應保持室內1.5公尺、室外1公尺安全社交距離，並隨時配戴口罩、勤洗手，注意衛生及咳嗽禮節。

二、活動安全、健康的休閒：

1. 要避免開危險的地點及物品：各項活動應妥善規劃，可和孩子討論遇到緊急事件的應變措施，將傷害減到最低。若孩子要與同學出門，必須征得家長的同意，並要求孩子於規定的時間內返家。

春節過年期間，應避免燃放或接近爆竹，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。儘量避免讓小孩單獨留在家中。
3. 網路使用注意事項：請規範孩子上網時間，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，多幫孩子規劃正當休閒生活。
4. 從事戶外活動應注意「四不三要」——(1)不要逞強：進行登山、露營或戶外研究等活動時，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。(2)不要去危險水域：不要去公告危險水域或無救生人員的地點進行活動。(3)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，不要從事戶外活動、應立即停止一切戶外活動。(4)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，並且應停止游泳、划船並上岸到安全的避雨場所。

三、交通安全：

根據教育部校安中心的統計顯示，校外交通意外事故為學生意外傷亡的主要原因。寒假期間學生可能因為

參加活動增加使用交通工具的機率，因此需特別提醒孩子騎乘自行車等一定要注意自身安全；另落實交通安全教育。

請遵守下列交通安全注意事項：

1. 請切實遵守交通安全教育5項守則：

(1) 熟悉路權、遵守法規。

(2) 我看得到您，您看得見我，交通才會安全。

(3) 謹守安全空間--不作沒有絕對安全把握的交通行為。

(4) 利用他路觀--不作妨礙他人安全與方便的交通行為。

(5) 防衛兼顧的安全用路行為--不作事故的製造者，也不成為無辜的受害者。

2. 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，不可違規附載坐人、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，行駛時，不得爭先、爭道、並行競駛或以其其他危險方式駕駛，遵守自行車秩序規範。

3. 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，不侵犯車輛通行的路權，穿著亮色及有反光之衣服、在安全路口通過道路、預留充足的時間，勿與駕駛人搶道。

四、居住安全：

天冷時也勿緊閉門窗，尤其是洗澡或於廚房使用爐火時，應保持空氣流通，以防一氧化碳中毒。為降低居家意外事故發生，遇火災時切勿慌張，大聲呼叫、通知周邊人員自身所在位置，並進行安全避難，切勿躲在衣櫥或床鋪下等不易發現場所。點火器具，恐引起火災及傷亡。有關打火機及點火槍等，應予上鎖。請家長配合告知孩子，家中的避難逃生路線，以建立危機意識並維護居家安全。

五、藥物濫用防制：

為避免學生因對毒品危害及濫用藥物認知不足而好奇誤用，請家長關心學生校外交友及學習狀況，寒假期間應保持正常及規律生活作息，不依賴藥物提神，非醫師處方藥物不要輕易使用，有正常的作息，才能擁有健康的身體。