

◆ **當我需要幫助時，可以尋求協助** 如果遇到重大的事情，又找不到別人幫忙，除了學校電話 2437-7215 還可撥打婦幼保護專線：113、110。

◆ **讓家長了解我的行蹤，預防詐騙** 一、**提醒家長！**勿給子女過多的金錢，為免孩子成為歹徒以電話假綁架或假事故（交通意外、疾病住院）行真詐財的受害者。二、**提醒家長！**放假期間更應加倍關心子女生活起居，主動掌握學生校外活動處所安全及聯繫方式，避免歹徒有機可乘。三、**提醒家長！**不讓孩子沈迷網路遊戲，並注意孩子網路交友狀況。**反詐騙電話：請撥 165。**

「其他學生活動注意事項」等相關資料請參閱本校首頁重要訊息公告。

113 年暑假行事曆

日期	星期	重要行事項目	備註
113.6.28	五	休業日（正常上課）	
113.7.1	一	◎暑假開始（7/01-8/29） ◎小太陽學習輔導活動（7/1-7/05） ◎暑假育樂營（7/1-7/5） ◎羽球隊暑訓1、2期（7/1-7/25） ◎暑假期間行動圖書車暫停到校服務，若需歸還圖書車借閱書籍，可至鄰近市立圖書館歸還。	羽球隊六、日無訓練。
113.7.8	一	◎田徑隊暑訓（7/8-8/8） ◎華盛頓夏令營	田徑隊六、日無訓練。
113.7.26	五	◎第一次返校日（07:50~10:10）	家長請與孩子約定好放學接送位置
113.7.29	一	◎羽球隊暑訓3、4期（7/29-8/22）	羽球隊六、日無訓練。
113.8.19	一	◎舞蹈隊暑假集訓開始（8/19~8/23）	
113.8.26	一	◎合唱團集訓（8/26-8/28）	
113.8.29	四	暑假結束 ◎第二次返校日（07:50~10:10）	家長請與孩子約定好放學接送位置
113.8.30	五	◎開學日（2-6年級的學生在校用餐，須帶餐具）	1年級 12:00 放學 2年級 12:40 放學 3-6年級 15:50 放學

期許小朋友過個有意義的暑假！



臺中市北屯區東光國民小學 113 年暑假生活小叮嚀

- ◆ **注意自身安全，避免單獨出遊** 一、出遊時一定要有家長陪同，並注意安全，慎選安全地點，不要靠近危險水域或山區。二、外出必須告知家長，不可從事違法活動，深夜不在外逗留，以免歹徒有機可乘。
- ◆ **拒絕毒品向毒品說NO** 尊重自我，堅決拒毒！新興毒品可能透過通訊軟體販賣、利用短影音 APP、QR 碼提供貨品，請家長留意孩子，對於各式通訊軟體上奇怪的暗語及販售高於平常市價金額的物品都要提高警覺，避免涉入網路販毒。
- ◆ **注意個人衛生，預防感冒疾病** 一、養成良好洗手習慣，注意呼吸道衛生與咳嗽禮節。二、生病需就醫並且在家休息，勿出入公共場所。
- ◆ **重視眼睛健康，不過度使用 3C 用品** 一、生活上能確實執行 3010 愛眼守則（近距離用眼 30 分鐘，應讓眼睛望遠休息 10 分鐘）。二、疑似視力不良的同學，也請利用假期到醫院檢查及治療。
- ◆ **SH150 方案** 一、每週運動 150 分鐘以上。二、鼓勵學生在家運動，以養成每天規律運動的習慣，強化體適能，培養活力兒童身體素質。
- ◆ **宣導資訊素養與倫理教育** 提醒家長應注意孩子安全上網、網路使用行為及時間管理等問題，避免過度依賴 3C 產品，以培養孩子正確使用網路的態度、技能和習慣，養成健康上網好習慣。
- ◆ **注意交通安全五守則** 一、熟悉路權、遵守法規。二、我看得見您，您看得見我，交通才會安全。三、謹守安全空間--不作沒有絕對安全把握的交通行為。四、利他用路觀--不作妨礙他人安全與方便的交通行為。五、防衛兼顧的安全用路行為--不作事故的製造者，也不成為無辜的事故受害者。
- ◆ **慎防一氧化碳中毒** 注意室內空氣流通。留意家中用電安全，更不可任意點火玩耍。
- ◆ 經濟部標準檢驗局呼籲銷售業者不得供應、販賣低動能遊戲用槍予未滿 14 歲之兒童，也提醒學童及家長，**勿任意把玩或購買非適用年齡之危險玩具**，以維護兒童安全。