

# 竹光國中 105 學年度第一學期學生寒假生活須知

## ★親愛的同學★

經過一學期辛苦的學習，大家所期盼的寒假及年節假期即將來臨，老師們在此要預祝大家『新年快樂 假期愉快！』。

有一個平安健康又充實的假期才是我們最重要的期盼，因此在假期開始之前，請同學務必詳讀下列注意須知。

### 1.做好時間管理：

放假是為了經過辛苦的學習後所做的充電時間，各位同學要好好妥善規劃每一天，不要將大部分的時間投注在電視及電腦桌前，而應維持正常的生活作息，多從事動態性的休閒活動，保持良好的體力迎接新學期的到來。

### 2.要注意人身安全：

外出時應注意避免從事危險的活動，並應與家長保持聯絡，勿深夜獨自在外逗留，請提早返家。從事戶外活動，亦須隨時注意安全，避免涉足網咖、撞球場、電動玩具店、K T V 等場所，以免滋生事端。**也請提醒父母騎乘機車要戴妥安全帽，同時自己也要配戴好安全帽。**

### 3.衛生保健：

注意身體健康及飲食習慣，有效預防流行性感冒。若至山區旅遊避免接觸野生動物，家中寵物定期預防接種杜絕**狂犬病**。長假期間，也是定期檢查的好時機，例如**視力複檢**（請 103 上視力不良尚未就醫同學務必就醫）、**口腔檢查**（尤其是健康檢查發現有**口腔齩齒**或齒列不正者）。目前全球氣候異常，對一些流行性傳染疾病之發生，有某種程度的影響，學校已多方宣導，也請同學多多和家長交換意見，全家共同養成良好的衛生及飲食習慣，過一個健康快樂的年假。若是需要就醫時，請依照**醫院分級制度**，先至附近的診所看病，必要時才透過醫生轉到大醫院，讓我們一起**珍惜健保資源**。

### 4.親子互動：

許多父母由於平日工作繁忙，缺乏親子間共處的時光，好不容易等到寒假及過年佳節，一家人可以共同享受溫馨的天倫樂。建議全家人可利用社會學習資源如各類博物館所設計的一日遊或圖書館親子共讀等，規劃知性與感性之旅，也可趁此機會增加和家人的交流互動。

### 5.理財規劃：

因寒假假期與春節假期重疊，有關壓歲錢的運用，請同學與家長妥為商量規劃金錢的運用與管理，勿做無謂的花用，亦可趁此時機建立正確的理財觀念。

### 6.重要行事：

- (1)1/19(四)休業式 12:00 放學 (2)寒假期程：1/20~2/12 (3)開學日：2/13
- (4)九年級寒輔(7:30-12:00)：1/20(五)-21(六)-23(一)-24(二)-25(三)
- (5)七八年級補救教學(8:00-12:00)：1/20(五)-21(六)-23(一)-24(二)-25(三)
- (6)九年級自習(8:00-12:00)：2/6(一)~2/10(五)
- (7)寒假銷過時間(9:00-11:00)：1/20、1/24、2/2、2/6、2/8 二月份以九年級優先
- (8)模擬考：範圍一~五冊，2/21(二)-2/22(三)

7.春安期間緊急事故專線電話：除可以撥打 110 或各轄區派出所提出申請外，並可利用內政部警政署 0800110110，受理民眾各項服務及報案申請。

學校電話：03-5246683 警衛室分機 659

請同學出門應妥為告知爸媽相關可以聯繫的電話。

竹光國中校長暨全體教師愛的叮嚀