

臺北市立景興國民中學 110 年度學生暑假生活須知

壹、暑假假期：110 年 7 月 3 日至 8 月 31 日

貳、特定時間：110 年 9 月 1 日(星期三)開學及正式上課

參、落實防疫作為

- 一、防疫期間提醒同學落實勤洗手、注意呼吸道衛生與咳嗽禮節；在家吃飯儘量不要共餐、碗筷不要共用；保護自己也保護家人。
- 二、應避免外出，不參加室內 5 人以上、室外 10 人以上之家庭聚會(同住者不計)和社交聚會，避免不必要移動、活動或集會。
- 三、關心自身健康，落實自我健康監測，如出現發燒、咳嗽或過敏性流鼻水等呼吸道症狀，應主動通知學校並儘速就醫。

肆、校外生活注意事項

- 一、提醒同學務必注意自身的交通安全，外出期間應遵守各項交通規則及號誌、標誌、標線與交通服務人員之指揮，以策安全，另提醒家人遵守相關酒駕宣導。
- 二、到游泳池以及合法開放水域游泳，請家長提醒學生務必注意人身安全，相關水上安全知識詳見本校體育運動宣導網站內容。
- 三、行動上網的普及，須注意上網時間及行為並慎選電子遊戲，避免產生價值錯亂，同時應培養正確的網路使用態度與習慣。
- 四、家長或學生如接獲可疑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。
- 五、家長應積極提醒學生反菸、拒菸之重要性，以維護學子身心健全發展。另外，請同學遵守不吸食、持有、販賣毒品，避免以身觸法，造成自身的危害。
- 六、遵循「3010 原則」(用眼 30 分鐘、休息 10 分鐘)，並儘量於晚間 9 時後減少電子資訊設備之使用，以規律作息。
- 七、實踐學習密碼 331：鼓勵每人每天至少運動 30 分鐘、學習 30 分鐘及日行一善，養成終身學習、規律運動及行善習慣。

八、如需緊急聯絡，請撥學務處專線：29316371；29323794-123

