

國立新竹科學園區實驗高級中等學校 115 年寒假家長聯繫函

親愛的家長：您好！

一元復始，萬象更新，春節即將來臨，在此，先向您恭賀新春，並祝諸事順利。

下述為本校寒假行事，請督促孩子做好生活規劃，妥善利用時間，維持休閒與課業的身心平衡。本校寒假行事如下，提供家長預作規劃：

1. 放假期間：115 年 1 月 24 日至 115 年 2 月 22 日

2. 開學日：115 年 2 月 23 日（該日即正常上課，中午有供餐）。

為使青少年能健全成長，我們特別提出幾點社會現象，提供家長參考，讓我們一起來關心孩子的安全與健康。

一、不濫用藥物（如安非他命、K 他命、搖頭丸、FM2、一粒眠... 等毒品）。

二、不涉足環境複雜是非多之撞球場、MTV、KTV、網咖、舞廳、酒家（吧）、茶坊等場所。

三、不無駕照騎乘機車，有駕照騎乘機車必須戴安全帽，並遵守交通規則。

四、不飲酒、不吸菸、不嚼食檳榔、不賭博、不飆車；有關修正之「菸害防制法」及新制定之「戒菸教育實施辦法」已於 98 年 1 月 11 日開始施行，相關規定可逕上國健局菸害防制主題館查詢，網址 <http://health99.doh.gov.tw/box2/smokefreelife/Default.aspx>。

五、夜間 22 時以後依「春風專案」規定，不得在公共場所遊蕩。

六、寒假打工時，應慎選工作場所，應經家長同意，並向學校學務處生活輔導組報備，切勿違法打工（如販賣違法光碟等）。

七、前往國內外旅遊，注意自身及物品和住宿地點的安全，倘未與家人同行，一定要與家人隨時保持聯繫；如為班級 2 日以上旅遊，出發前必須向學校學務處報備，以共同協助維護其安全。

八、使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，特需注意室內空氣流通，不可因天氣寒冷將門窗緊閉，導致瓦斯燃燒不完全，因而肇生一氧化碳中毒事件。

九、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。

十、不私拍不雅照片，更不應 PO 上網，避免觸法。

十一、「愛自己、愛別人、珍惜生命」，從事正當娛樂，切勿模仿網路危險遊戲，以避免意外事件。

十二、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「一聽」、「二掛」、「三查」尋求協助；並可連結刑事警察局「165 最新資訊&犯罪手法預防宣導」網站 (<http://www.cib.gov.tw/index.aspx>)，可供家長下載最新詐騙手法參考運用。

十三、做好居家安全防險觀念，建立正確逃生避難方式，並妥善存放（上鎖）危險物品（如打火機、點火槍），避免危安事件發生，確保學生居家安全。

十四、 寒假期間學生閒暇的時間變長，加上行動上網的普及，各式上網載具亦提供了種類多元的應用程式與遊戲下載，因此更容易使得學生沉迷於網路世界或遊戲，近年來由於過度沉迷於玩手機遊戲所引發的病症也逐漸增多，特別是對肩頸、手腕與眼睛的傷害，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。

輔導學生養成良好生活習慣，健全成長，使之成為社會、國家之棟樑，是教育的目標，也是家庭與學校共同的期盼，尤其在寒假期間，讓我們付出更多的心力，一起來關心我們的下一代。

敬祝 蘭府健康 新年快樂

寒假期間，如需任何協助，請電：

校安中心專線：03-6661341

此致

貴家長

國立新竹科學園區實驗高級中等學校敬上

中華民國 115 年 1 月 15 日