

新竹市立育賢國中 109 年寒假生活注意事項暨家長聯繫函

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。

1. 寒假期間：109 年 1 月 21 日至 109 年 2 月 10 日，共計 21 日。

2. 開學日：109 年 2 月 11 日（該日即正常上課，中午有供餐，學生請著校服，並於早上 07:30 前到校）。

3. 九年級寒假輔導課(整天)：109 年 2 月 3 日(-)至 2 月 7 日(五)。（著校服，並於早上 07:30 前到校）

【4】寒假服務學習報到時間為 0950~1000(逾時不候)，服務學習時間為 1000~1200，請穿著校服。

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、濫用藥物的問題：

近年有不法份子將毒品以飲品隨身包(如咖啡包、奶茶包等)或糖果(如跳跳糖等)包裝，及運用網際網路引誘青少年集體轟趴嗑藥等案件逐漸增加，嚴重影響學子身心健康。請家長關心貴子弟，於寒假期間應保持正常規律之生活作息，切勿受同儕及校外人士引誘慫恿而好奇嘗試。倘不幸誤觸毒品，請與學校師長聯繫尋求協助或電洽各縣市毒危中心諮詢：0800-770-885。

二、反詐騙防範宣導：

(一) 寒假期間勿點選手機不明簡訊網址，避免手機中毒被當成跳板而四處散發簡訊，使歹徒有機可乘。

(二) 歹徒常利用小額付費機制進行詐騙，甚至先開通被害人小額付費服務後再行騙代收認證簡訊。

(三) 面對層出不窮、手法日益翻新之詐騙犯罪手法，為避免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。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 反詐騙諮詢專線**」尋求協助。

三、外出遊玩注意事項：

1. 深夜勿在外遊蕩，或沉溺於不良場所。

2. 騎單車或乘坐機車時應戴安全帽，嚴禁無照駕駛或參與飆車活動。

3. 外出時，必須告知父母去何處、返家時間及與何人同去。

4. 禁止飲酒、吸菸、嚼食檳榔、吸毒或濫用藥物。

5. 如無家長陪同，禁止私自或結伴去保齡球館、撞球場、KTV、MTV、PUB、夜店舞廳、泡沫紅茶店、網路咖啡廳等場所。

四、其他注意事項：

1. 工讀安全：寒假若要打工應徵，由父母陪同前往瞭解，方能避免寒假工讀時，發生受騙或誤入求職陷阱，亦可免費撥打勞動部成立之「台灣就業通」諮詢專線：0800-777-888 請求專人協助；或掃描右側 QR 碼 登錄網站查詢。



2. 健康飲食多運動：春節期間多蔬果、少油膩、不偏食；多運動、多喝水、不熬夜。

3. 使用瓦斯熱水器沐浴時，要注意室內空氣流通，切忌將門窗緊閉，以免發生一氧化碳中毒事件。

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

闔 府 健 康

新 年 快 樂

1、教育部反霸凌的申訴電話為 0800-200885（耳鈴鈴 幫幫我）

2、新竹市反霸凌申訴專線 0800-222-805

3、育賢國中防制霸凌專線(03)5613303。(平日 0800-1700)

新竹市立育賢國民中學 學務處

學務處電話 03-5223075 轉 113、140

專線 03-5613303