

宜蘭縣立復興國民中學 105 學年度暑假學生生活須知暨返校日期通知

生活須知：

- 一、暑假期間飲食起居應保持正常，適度睡眠，並避免暴飲暴食。
- 二、外出應告知父母去向及預計返家時間，並與家長保持聯繫。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。
- 三、如有工讀情形，應慎選工讀場所，並告知家長，由家長陪同前往應徵地點洽詢。
- 四、不吸菸、不吸毒、不沉迷網咖，不騎乘機車，不進出不良場所，注意交通安全，以維護生命安全及身心健康。切勿受同儕及校外人士引誘慫恿而好奇嘗試毒品，以免觸法造成自我及家人終身的遺憾。
- 五、暑假期間請家長上網閱讀(<http://eteacher.edu.tw>)暑假專區「給家長的一封信：關心孩子的網路世界」等檔案，鼓勵家長與孩子簽立網路使用規則，避免孩子沉迷網路。
- 六、多閱讀優良課外讀物或觀賞藝文活動，以提升人文氣息。
- 七、應主動幫助父母做家事，以培養勤勞節儉的習慣。
- 八、參加暑假學藝活動的同學應準時到校，言行、服裝儀容、請假規定等生活常規仍應與平時上課時相同。
- 九、未參加暑假學藝活動的同學，於學藝活動上課期間請勿來校，以免影響教學活動。
- 十、暑假期間來校應穿著本校制服或體育服，保持服裝儀容整齊。
- 十一、從事正當休閒活動，以促進身心健康；注意人身安全；夜間返家或行經偏僻昏暗巷道時，應小心有無不明人士跟蹤尾隨。
- 十二、按照規定日期返校。如要請假，請按正常請假手續到學務處辦理。
- 十三、學校規定之暑假作業應按時做好。
- 十四、訂定暑假目標，充實暑假生活（如訂定運動計畫、達成體適能目標、學好英文、讀完文學名著、學會游泳、學會騎單車等）。
- 十五、游泳需慎選場所，應至有合格救生員之游泳池或海水浴場，切忌私自或未經家長同意下到河流、池塘、海邊等處遊玩。
- 十六、返校日期：八九年級 8 月 21 日(一)【上午 8：00-10：30】
進行領書、服裝儀容檢查(著制服，背學校書包)、班級大掃除，請及早做準備。
- 十七、8 月 23 日(三)開學，正式上課。8/22 請上學校網站查詢課表，若有體育課請著體育服 7：30 到達教室，著制服，攜帶防災頭套與餐具，背學校書包。
- 十八、暑假將至，為加強流感防治，宣導下列事項：
 1. 勤洗手。
 2. 生病時應戴口罩，並就醫在家休息。
 3. 不到疫情流行區的禽鳥場參觀，不購買或養來路不明禽鳥。
 4. 雞、鴨、鵝肉及蛋類要熟食
 5. 若有出國情形，返國時，若有發燒、咳嗽等症狀，請立即戴上口罩就醫，並告知醫師旅遊史。
- 十九、如有緊急事故需要學校協助，可電 9322942 轉分機 5045 或 5041。

※返校服務日期（環境清潔教育）：

日期	星期	時間	返校班級	導師	注意事項
7月3日	一	9:00-10:30	801	王寶霖	1 因故無法出席者，應事先向導師或學務處請假，並另擇期補返校服務或開學後進行愛校服務。無故缺席者記警告乙次。 2 參加返校同學應穿著本校運動服裝，並準時到校（不提前，不遲到）。 3 集合地點：學務處一樓穿堂，如騎乘單車，請停放於群育館旁停車場內，並上鎖。 4 出門及返家均應向家長（監護人）報告。 5 八. 九年級返校日 ： 8月21日(一)8:00-10:30 進行領書、服裝儀容檢查（著制服，背學校書包）、班級大掃除，請及早做準備。 6 8月23日(三)開學 7:30 到達教室，著制服，攜帶防災頭套與餐具，背學校書包。 8/22 請上學校網站查詢課表，若有體育課請著體育服。 新生訓練：8月10-11日
7月5日	三	9:00-10:30	802	陳信聰	
7月7日	五	9:00-10:30	803	王宜屏	
7月10日	一	9:00-10:30	804	周書禹	
7月12日	三	9:00-10:30	805	魏碧慧	
7月14日	五	9:00-10:30	806	江俊龍	
7月17日	一	9:00-10:30	807	楊佳蓉	
7月19日	三	9:00-10:30	808	張揮鈺	
7月21日	五	9:00-10:30	809	李丹穠	
7月24日	一	9:00-10:30	810	黃郁玲	
7月26日	三	9:00-10:30	811	賴威竹	
7月28日	五	9:00-10:30	812	陳樹金	
7月31日	一	9:00-10:30	813	簡星東	
8月2日	三	9:00-10:30	814	陳翠萍	
8月4日	五	9:00-10:30	815	康恩凱	
8月7日	一	9:00-10:30	816	李郁恆	
8月9日	三	9:00-10:30	817	何雅玲	
8月11日	五	9:00-10:30	818	鄭文輝	
8月14.15.16	一-三	9:00-11:00	愛校服務	學務處	
8月17.18.22	四、五、二	9:00-11:00	愛校服務	學務處	

敬祝

暑假生活平安充實愉快！