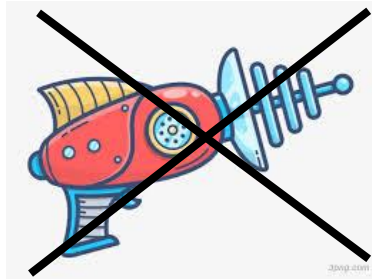


班級： 座號： 姓名：

臺南市白河區白河國民小學 113 學年度第一學期學生寒假生活須知

1. 注意個人衛生，勤洗手，戴口罩 	2. 勿任意把玩或購買非適合年齡之遊戲商品。 	3. 接觸 3C 產品時間不可過長，並留意網路安全。 	4. 注意交通安全，騎車請戴安全帽 	5. 注意水域安全 
6. 勿到危險場所逗留，遠離毒品誘惑，並完成反毒寒假學習單。 	7. 避開危險人物、物品 	8. 做到健康促進學校 85210 活動 8- 睡滿 8 小時 5- 天天五蔬果 1- 四電少於一 1- 天天運動 30 分以上 0- 每天喝 1500-2000 C 的白開水	9. 防範一氧化碳中毒 	10. 熟記家人、級任老師以及學校電話號碼，以便聯絡(6852177) 

一、1 月 21 日（二）寒假開始；2 月 5 日（三）開學，正式上課。

二、多留意體重變化，均衡飲食，勿暴飲暴食，保持健康體態，經常量體重。



班級： 座號： 姓名：

寒假反毒學習單 QR code (三-六年級)



三年級



四年級



五年級



六年級

請三-六年級於 2/4 (二)前完成學習單。