新北市永定國民小學

107 學年度第二學期

家長日校務報告手冊

108.3.9



壹、教導處宣導事項

一、107 學年度下學期學生學年假期及重要活動行事曆

◆3/28(四)：校務評鑑。
◆4/19(五)：夜觀螢火蟲。
◆5/04(六)：校慶運動會。
◆5/18(六)：國小新生報到。
◆5/19(日)：幼兒園招生(第一階段：優先生)。
◆5/26(日)：幼兒園招生(第二階段：一般生)。
◆5/28(二)：戶外教育-水水翡翠、泰雅一家。
◆6/06(四)：溪流課程。
◆6/14(五)：畢業典禮。
◆6/26(三)：和平島守護海洋母親環境教育課程。
◆6/28(五)：休業式。

◆ 4/4（四）~4/7（日）
兒童節暨清明節連假。
◆ 5/6（一）：校慶活動補假。

二、107 學年度下學期學生能力檢測期程表

領 域	檢測對象	檢測時間	檢測方式
國語文	五年級	1080604（二）	紙筆測驗
數學	五年級	1080606（四）	紙筆測驗

說明：1.為提昇教學品質及了解學生能力，學校配合教育局進行學生各項能力檢測，並實施補救教學。
2.能力檢測題庫下載：
新北市國民小學能力檢測 http://edutest.ntpc.edu.tw/

三、學生定期評量日期

第一次定期評量：04/16.17（二、三）
六 年 級畢業考：06/04.05（二、三）
第二次定期評量：06/20.21（四.五）

四、工作重點：

1.推動圖書館利用教育、閱讀教育、學校共讀、語文延伸課程，提昇學童語文能力。
2.辦理學藝競賽：國語文說故事朗讀比賽、英語文讀者劇場競賽，展現教師教學成果暨學生學習成效。
3.辦理桐鵲育螢曙、桐鵲話溪林校本特色課程。
4.環境教育：食農、綠能、賞螢、溯溪及守護海洋等環教課程。

※※徵求：圖書館志工－親師搭心橋，孩子學習樂陶陶

受限於人力上之問題，在圖書整理、活動辦理、班級閱讀輔導等工作，急需家長們鼎力相助擔任志工，相信老師與家長攜手合作，我們的孩子更有未來。

貳、家長日健康中心報告：

本學期已完成身高體重視力測量，發下報告單，請家長詳閱。

視力保健

視力如有不良者(裸視視力<0.9)，請務必前往醫療院所複檢追蹤，請於 3 月 29 日前繳交回條。

1. 落實 3010：看書、看電視姿勢正確，每 30~40 分鐘， 休息 10 分鐘。
2. 落實 4 電少於 1：每天看電視玩電腦電動手機平板，**總時間請勿超過 1 小時**。
3. 書桌要有充足的照明設備，燈光要恰當，不要直射眼睛。
4. 每天戶外活動 2 小時：增加戶外活動，多看遠方以防近距離用眼過久造成疲勞。
5. 控度防盲：如有假性近視可透過視力保健恢復正常視力，但若真近視，則須配合醫囑好好點散瞳劑，可減緩惡化速度。有點長效散瞳劑學童請戴遮陽帽。**高度近視會造成失明。**

口腔牙齒保健為學校健康促進保健重點。

1. 學校於開學日提供校內潔牙工具：學童貝式兒童牙刷牙膏及鏡子，學期中第 7、14 週定期更新牙刷，**3 年級**以上另提供牙線校內使用，居家請家長自行採購，請督促學童確實潔牙。
2. 起床後、三餐飯後及睡前應確實儘速潔牙，睡前潔牙是最重要的，請家長督促(貝氏刷牙法)。
3. 牙刷建議 1-2 個月定期更新，採用兒童用牙刷（刷頭小、軟毛)。
4. 學校每週一次含氟漱口水使用一分鐘，預防蛀牙。
5. 已安排 3/29、6/27 進行全校學童免費牙齒塗氟活動。
6. 預安排 4/25 牙醫師公會進行牙齒檢查、齲齒填補、窩溝封填、牙結石清除、拔牙等服務。
7. 去年校內潔牙賽成果影片請自行上網 Google 利用 Youtube 搜尋 **2018 永定國小潔牙賽**觀賞。

營養午餐

1. 每周二有機蔬菜供應，另四天吉園圃安心蔬菜供應，每周有二次水果供應，一次牛乳或豆漿供應。每周四次糙米、五穀米、十穀米等全穀類供應，每周一次蔬食日供應。
2. 菜單及菜色照片請上永定國小校網「午餐專區」查閱，並可查詢相關食品食材詳細資訊。

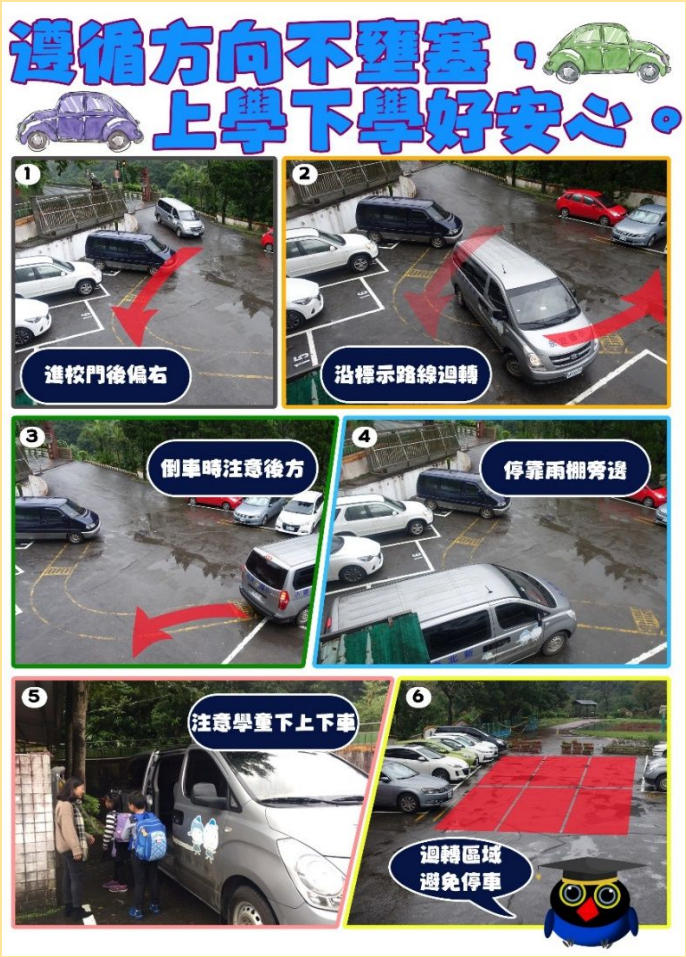
體重控制**針對體重過重及超重者，為本學期學校健康促進保健重點。**

1. 校內加強晨間與課間活動，鼓勵參加運動型態社團，養成規律運動的好習慣，並持之以恆。
2. 避免吃零食宵夜，不喝含糖飲料，不要用吃來獎勵。
3. 選低熱量的食物，如低卡蒟蒻果凍、洋菜凍、多喝水。
4. 落實 85210(國小 85110)睡足 8 小時，天天五蔬果，每天 3C 少於 1 小時，每天中重度運度 30 分鐘每周達 210 分，喝足白開水(每天 1500 或每公斤體重 30C.C.，另請家長參閱宣導單張「7 撇步戰勝兒童肥胖」。

傳染病(流感、腸病毒、諾羅病毒)宣導

1. 流行性感冒簡稱流感，由「流感病毒」所引起的疾病，和一般感冒不同，常見有發燒、頭痛、肌肉酸痛、疲倦、流鼻水、喉嚨痛、咳嗽等，傳染性高。
2. 一年四季都會有腸病毒，夏季是高峰，冬季好發諾羅病毒感染引起的病毒性腸胃炎，傳染性高，請加強個人衛生，勤洗手，有症狀應就醫。
3. 環境消毒請用市售含有次氯酸鈉 5%濃度漂白水，稀釋成為 0.1%漂白水使用(1:100)。即 100cc **漂白水(免洗湯匙 5 瓢)+10 公升清水中(1.25 公升寶特瓶 8 瓶)**。
4. 生病請不要勉強上學，有症狀請戴口罩，應就醫不亂服成藥，居家好好休息，多喝水，充足睡眠，傳染病請立即通報學校，防止校內疫情擴散。

叁、訓育組宣導事項



1. 校內停車場空間有限，也是學生上下學必經路線，**<u>請家長遵循圖示</u>**，避免造成壅塞，也能讓每位學生上下學安全。

2.「行人路權」也就是行人使用道路(斑馬線)，而行人在使用穿越道時即擁有路權，其他汽機車均須禮讓其優先通行。學校周遭道路並無交通號誌，**<u>請走斑馬線，並「停、看、聽」，確認安全後快速通過</u>**，或是家長、教師陪同通過。

3. 若家長上下學接送交通工具為機車者，請騎乘機車請戴安全帽、注意大型車輛動向、注意山區天氣路況。



1. 凡本市 18 歲以下孩童，遭遇突發狀況飢餓時，可至本市統一、全家、萊爾富、OK 四大超商門市求助，填寫基本資料後，免費選用 80 元主食餐點，並於店內食用完畢。新北市幸福承諾-「幸福保衛站」，全年不打烊。

2. 石碇區雙溪口全家便利商店與 7-11 便利商店皆為幸福保衛站。



1.「關懷、平等、安全、尊重、友善」的基礎上，塑造一個溫馨和諧的校園環境，讓學生免於恐懼的自由，使學生能夠進行快樂而有效的學習。

2.期望教師、家長、同儕一同鼓勵學生學習、正向發展、展現良好品德，展現友善校園之教育能量。

家庭防災卡範例

家庭防災卡

※緊急集合點

住家外:_____ 社區外:_____

※緊急聯絡人 (本 地)

稱謂:_____

手機號碼:_____

電話(日):_____

電話(夜):_____

※緊急聯絡人 (外縣市)

稱謂:_____

手機號碼:_____

電話(日):_____

電話(夜):_____

※災民收容所(緊急安置所)

地點:_____

電話:_____

石碇區避難收容所分布圖



1.每學期的開始，**請家長協助完成連絡簿內的家庭防災卡**，目的在藉由學生與家長平時約定好「緊急集合地點」2處及「緊急聯絡人（親友）」2位，書寫完成後由學生隨身攜帶，家長自行記錄。

2.一旦發生重大天災，地區內秩序極端混亂時，幫助學生及家長**藉由這些事先約定之聯絡方式，獲得聯繫及會合。**



務必落實水域安全觀念及假期出遊安全，確保水域活動安全，出遊前務必瞭解「防溺十招」:

一、戲水地點需合法，要有救生設備與人員

二、避免做出危險行為，不要跳水

三、湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心

四、不要落單，隨時注意同伴狀況位置

五、下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水

六、不可在水中嬉鬧惡作劇

七、身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳

八、不要長時間浸泡在水中，小心失溫

九、注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水

十、加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆

肆、輔導處宣導事項

各位親愛的家長，您好：

我們有重要的家庭教育資訊和資源要與您分享，請撥一點時間詳閱下列訊息，也鼓勵大家善加運用家庭教育中心資源，踴躍參與相關課程及活動，讓您的家庭因學習而更相愛！

新北市家庭教育中心

壹、*412-8185（幫一幫我）*



家庭教育諮詢專線(手機請加區碼 02)

一、 **服務內容**：夫妻相處、親子溝通、子女教養、婚前交往、情緒調適、家庭資源、生活適應、人際關係等問題，歡迎撥打諮詢。

二、 **服務時段**：

	上午時段	下午時段	晚上時段
週一~週五	9:00-12:00	2:00-5:00	6:00-9:00
週六	9:00-12:00	2:00-5:00	

三、 **面談諮詢服務：請撥 412 － 8185 專線預約面談時間。**

貳、*新北市政府家庭教育中心網站資訊*

歡迎至中心網頁查詢最新訊息、各項家庭教育資源或下載出版品參考



【職業試探宣導】

一、本市自 107 年 4 月 27 日完成新泰國中、鶯歌國中、正德國中、板橋國中、五峰國中、三民高中、大觀國中、瑞芳國中、樟樹國際實創高級中等學校、福營國中、光復高中、萬里國中、福和國中、中正國中與明志國中等 15 所職業試探暨體驗教育中心(以下簡稱職探中心)建置，數量為全國之冠。二、本市職探中心每年於寒暑假、兒童月與學期間開辦育樂營活動，免費提供全市國小高年級學生職業試探體驗與個人優勢潛能量表分析建議。另外，製作職業試探概論影片與收錄 6 大類 240 種工作，深具實用性之「職業工作指南」電子書，獨創全國之先，提供國中小階段融入職業試探教育之重要依據。三、上揭職業試探相關電子檔資料建置於新北市中等教育資源網（https://se.ntpc.edu.tw/News/Newslist），以方便各校推動技職教育向下扎根。



