

偉哲市長給家長的一封信

親愛的學生家長您好：

114學年度上學期即將告一段落，感謝各位家長一路以來對孩子的陪伴與支持。寒假是調整身心、陪伴家人、迎接新學期的重要時光，也請各校師長持續透過多元且具啟發性的學習活動，引導學生善用假期、持續成長。在此，特別向所有家長與同學致上誠摯的關懷與祝福，也藉此提醒假期期間七項重要的安全與健康事項。

近期社會偶有發生隨機攻擊事件，讓大家對校園周邊及公共場所安全更加關注。寒假期間，孩子外出活動、返校參加活動或與同儕聚會的機會增加，請家長多關心孩子的行蹤與交友情形，並培養基本的自我保護意識。此外，因應春節及近期政府普發現金時事，又隨著網路與AI科技快速發展，詐騙手法不斷翻新；同時，在多元又變動快速時代，更要重視自我身心健康議題。

在此，提供以下七大重點，期盼家長及孩子們時刻謹記並落實，以度過一個平安、健康又充實的寒假。

- 一、留心周遭、快步離開：如在校園周邊或公共場所發現可疑人事物，或感覺自身安全可能受到威脅，請立即保持距離、迅速離開現場，不圍觀、不拍攝、不逗留。
- 二、就近求助、尋求庇護：遇到緊急狀況時，請前往人潮較多、燈光明亮的地方，例如便利商店、商家或警察機關，主動向可信任的大人或店員求助，必要時立即撥打110。
- 三、冷靜面對、及時告知：保持冷靜，避免與可疑人士發生衝突，並在安全無虞後，第一時間告知家長、師長或學校，以利即時提供協助與關懷。
- 四、識破詐騙、守住荷包：依內政部警政署統計，常見詐騙類型包括假網路購物、投資詐欺、解除分期付款詐騙、假交友愛情詐騙及假冒親友詐騙等。
- 五、安心上網、保護自己：上網時應謹慎，不隨意提供個資或帳戶，留意網路霸凌、私密影像不外流及數位著作權等議題，保護自己也尊重他人。
- 六、規律生活、健康相伴：落實規律作息、均衡飲食與充足睡眠，養成健康用眼、適度休息，多從事戶外活動或伸展運動，讓眼睛與身體都能獲得充分放鬆；並應避免接觸菸品、電子煙及其他違禁物品。
- 七、照顧情緒、培養韌性：在心理健康方面，可以透過每日自我情緒覺察練習，發掘壓力抒發管道，發展心理韌性以面對未來人生旅途各種事件。

寒假是孩子練習自主管理與提升安全意識的寶貴機會，期盼家長與學校共同引導孩子在生活、情緒與人際間保持穩定步調，以更好的狀態迎接新學期到來。

祝福大家
新春愉快、闔家平安

市長

黃偉哲

2026年1月

