

親愛的家長，您好：

時序進入6月，孩子最期待的暑假即將到來。偉哲先祝福大家假期愉快，也希望您和孩子能共同規劃假期生活，讓他們在漫長的暑假多到戶外親近大自然、參觀各地博物館、參加各式營隊活動。並懇請您關注孩子的假期安全，提醒孩子提高警覺、遠離危險，讓暑假過得充實又安全。

暑假期間，孩子使用網路的時間可能會比平日高出許多。為避免網路沉迷及對視力的影響，請您與孩子一起約定上網原則，如上網30分鐘就休息10分鐘。此外，網路安全事件頻傳，諸如網路霸凌、網路交易陷阱、網路色情資訊及網路交友不慎衍生出來的性侵害或性騷擾案件等，請您務必叮嚀孩子注意網路安全，留意孩子的上網活動，並利用「教育部網路守護天使」程式系統，防止瀏覽色情或非法網站。

暑假期間，也請您務必留意孩子進行戶外活動時要加強戲水安全預防，提醒孩子不去已公告危險水域或無救生人員的地方進行水域活動，教孩子懂得防範，讓孩子能充分享受戶外活動之樂趣。

在您關心孩子的生活作息、聚會活動時，請注意孩子是否因對毒品危害及濫用藥物認知不足而好奇誤用。若您發現孩子疑似有藥物濫用的徵兆，可善用本市家庭教育諮詢專線(412-8185)，家庭教育中心提供您藥物濫用防制諮詢管道。若孩子不幸誤觸毒品，您亦可與學校師長聯繫，尋求協助，以幫助孩子遠離毒害。

最後，還要請您留意孩子的情緒與心理狀況，當孩子在親子關係、人際關係、學業壓力和情感議題上遭遇嚴重挫折，有時會以自傷的方式解決問題。請您多陪伴、多關懷孩子，並請您也要做好自己的情緒管理，盡可能對孩子保有最大的耐心，以避免遺憾的事情發生。若您有教養或輔導孩子方面的相關問題，可和學校師長討論，也可以詢問本市家庭教育中心及學生輔導諮商中心。

偉哲懇切的建議家長，多了解孩子的交友狀況，關心孩子在外的生活，留意孩子在家、在外的安全，常與孩子聊天、運動、一起到戶外走走，培養良好的親子關係，衷心期望所有的孩子都能正向且快樂的發展，暑假過得安全又健康。

敬祝

萬事如意 闔家安康

臺南巿市長 黃偉哲

敬上

中華民國108年6月6日