

電話： 29810432

傳真： 29816345



地址：長洲國民路三十號

各位家長 / 監護人：

## 減輕學童書包重量

根據香港衛生署的建議，學童不應長時間背負重量超過其體重百分之十的書包，因此學生應每天收拾書包及準備所需的課本，學生亦不宜攜帶過多不必要的物品回校。要有效減輕學生書包的重量，實有賴家長與校方合作，教導貴子女每天依照時間表收拾書包，並經常留意學生所攜帶的物品會否過多，以減輕學生書包的重量。

為讓家長清楚知悉本校對減輕書包重量的建議及安排，請家長查閱以下之減輕書包重量之建議：

項目	減輕學童書包重量建議
書包	1. 宜選購質輕而耐用的書包， 2. 宜採用雙肩式，肩帶寬闊而有軟墊的， 3. 如已按時間表收拾書包仍過重，宜攜帶小手提袋載物。
各科目	1. 每天依時間表執拾需要攜帶的書本、簿冊及用品回校。
文具	1. 宜選用質料較輕之布制或軟膠制筆袋， 2. 文具數量宜在十件以內。 (建議：鉛筆三支，橡皮一塊，間尺一把，熒光筆一支，紅藍原子筆各一支)
日常用品	紙巾一包、口罩二個。
飲用水	帶一瓶水，可在小息時在飲水器補充。
視藝用品	存放於美勞盒中，擺放課室內，不用每天攜帶。
圖書	借書時應留意圖書的厚薄，不要一次過借三本過厚的圖書。

除此以外，校方亦會於3月20日(星期一)至3月24日(星期五)期間，為學生量度書包重量，若發現學生書包過重，會稍後通知家長有關學童書包過重的情況，以便作出跟進。



國民學校校監 翁志明  
校長 郭婉琪 謹啟

二零二三年三月十日

減輕學童書包重量[回條]

通告第 183/22

國民學校校長：

本人已知悉\_\_\_\_\_班\_\_\_\_\_學生有關減輕學童書包重量的建議及安排，並會督導 敝子女每天按時間表收拾書包。

家長簽名：\_\_\_\_\_

日期：二零二三年三月\_\_\_\_日