

港九街坊婦女會孫方中小學
「書包也減肥」活動事宜

敬啟者：我校將於10月8日和10日進行「書包也減肥」活動，希望藉是次活動讓學生明白書包重量與脊椎健康的關係，提醒學生關注書包的重量，並鼓勵他們根據時間表定期整理書包，以保持整潔和減輕負擔。

活動詳情如下：

- (一) 對象：全校學生
- (二) 日期：2025年10月8日(三)和10日(五)
- (三) 活動時間：上午7時15分至7時40分
- (四) 地點：本校陳守仁博士樓
- (五) 備註：
 - 1. 已派發書包建議重量表格
 - 2. 當天會隨機選出學生測量書包重量
 - 3. 鼓勵家長與學生一起整理書包，並與子女討論相關的注意事項：
 - a. 培養子女收拾書包的習慣，每天照上課時間表和老師指示，增減攜帶書本、文具及必須應用的物品；建議子女選用輕巧的文具及用品，同時避免子女攜帶非必要的用品及雜物回校。
 - b. 為子女選擇書包，以輕便安全為佳。宜用背囊式，有寬闊肩帶、厚墊並可調校長度以配合體型的書包。
 - c. 教導子女正確使用書包。用背囊式書包時，書包須緊貼後背。
 - d. 囑咐子女帶備輕便的容器，需要時在校內添加飲用水。

如有查詢，請聯絡羅小燕、馮紫云老師。

此致

貴家長台照

校長：蔡惠儀 謹啟
二零二五年十月三日

---✂✂✂---

078e 號通函

回條

「書包也減肥」活動事宜

敬覆者：本人已知悉學校於10月8日和10日在校內進行「書包也減肥」活動事宜。

此覆

港九街坊婦女會孫方中小學校長

學生姓名：_____

班 別：_____ ()

家長簽署：_____

日 期：二零二五年十月____日

負責老師：羅小燕