



孩子規律上學有助促進學業成就及社交情感發展。家庭、教育工作者和社區成員齊心協力，既能提升出席率，亦可扶持每位學子穩步邁向成功

無論缺席理由為何，每缺課一天都代表錯失學習機會。

缺席日數會快速累積：即使學生每月只缺席兩天，便相當於錯過整個學年的 10%。這將導致學業表現與社交情感發展面臨困境的風險增加。

(每月缺席 2 次 x 9 個月 = 18 天/佔整個學年 10% 缺席日數。)

學校 + 您 = 成功

建立關係	提前計劃	尋求協助	使用生活技巧
<p>學生在安全友善的環境中表現最好。我們都可透過以下方式伸出援手：</p> <ul style="list-style-type: none">■ 確保每位學生都能與校內至少一位成人聯繫，其可察覺潛在問題並協助尋求應對方式。■ 協助學生與同學及同儕建立良好關係。■ 透過設定出席目標和預先化解潛在障礙，籌劃成功之路。	<p>事情未必總是一帆風順。預先規劃有助從容應對以下狀況：</p> <ul style="list-style-type: none">■ 交通安排（探索共乘、巴士、安全步行/單車等選擇）■ 準備學校接送及課後照顧的後備方案■ 建議家中常備探熱針。■ 如果擔心呼吸道疾病，可選擇在家檢測。	<p>瀏覽 211info.org 了解本地社區資源，或向學校尋求建議。</p> <ul style="list-style-type: none">■ 住所、食物、衣物■ 健康問題■ 急性或慢性疾病■ 心理健康服務■ 行為支援■ 口腔（牙齒和牙齒）健康	<p>建立家庭常規流程，讓出門準備更順暢輕鬆。參考有關以下事項的建議：</p> <ul style="list-style-type: none">■ 晚間常規流程■ 功課輔導支援■ 出門準備■ 每日計劃安排

更多資源：

瀏覽學區網站了解更多資訊，或瀏覽 www.every-day-matters.org。



出席追蹤工具

規律上學對學生成功而言非常重要！

使用此追蹤工具來監察學年期間的出席狀況：

1 日期 原因	2 日期 原因	3 日期 原因	4 日期 原因	5 日期 原因	6 日期 原因
7 日期 原因	8 日期 原因	9 日期 原因	10 日期 原因	11 日期 原因	12 日期 原因
13 日期 原因	14 日期 原因	15 日期 原因	16 日期 原因	17 日期 原因	18 日期 原因

在每週 5 天制的學區，如果每月缺課超過 2 天或全年缺課達 18 天（包括請假或無故缺席），即屬長期缺課。

是否太病不宜上學？

學生在以下情況仍可上學：

- 只有流鼻水、輕微咳嗽或喉嚨微痛，但無其他病徵。
- 24 小時內未服用任何退燒藥物且期間持續無發燒。
- 24 小時內沒有嘔吐或腹瀉。

如果出現以下情況，學生應在家休息：

- 體溫超過 100.4 度。
- 嘔吐或腹瀉。
- 眼睛發紅，並有眼垢。

在以下情況，請聯絡醫生：

- 體溫超過 100.4 度持續超過兩天。
- 嘔吐或腹瀉超過兩天。
- 流鼻水症狀持續超過一週，未見好轉。

這些是普遍認可的指引。人人身體互不相同。如不確定，請詢問您的醫療保健提供者。