



(電子檔已 mail 導師，活動股長紙本 1 份，請公佈在班級公佈欄)

訓育組

週	日期	星期	節次	高一	高二	高三
7	3/27	五	3	★班級活動	★防治藥物濫用宣導 (6F) (生)	★學習歷程檔案宣導 (410) (圖)
			4	★菸害防制 (6F) (健)	★班級活動 + 205.206.207.208.215.216 防毒守門員入班宣導	★交通安全教育講座 (410) (生)

- 第 1 次畢聯會議**：敬請高三各班代表於 3/26 (四) 中午 12:10-13:00 至三樓 310 視聽教室召開會議 (可攜帶午餐)。
會議議程：(1) 遴選畢聯會會長、(2) 介紹進度工作事項。
注意事項：(1) 每班至少需推派一位加入。(2) 3/25 (三) 中午，將招募調查表繳還至訓育組並完成線上填單。
- 班長大會**：敬請各班班長於 3/27 (五) 中午 12:10-13:00 至三樓 310 視聽教室召開會議 (可攜帶午餐)。
會議議程：(1) 提問回覆、(2) 班級代表臨時動議與提案
注意事項：若當日不克出席會議，務必於會議前向訓育組回報請假，並請指派班上一位幹部出席。

衛生組

- 班級、辦公室及廁所每個洗手台務必請放置**肥皂**，有缺少可於下課時間至衛生組領取。
- 外掃區請確實派員打掃各樓層樓梯、辦公室、廁所、中庭、頂樓、體育場館。
- 內掃區請確實打掃，勿囤積垃圾與回收品，回收物請確實清洗及壓扁，請加強垃圾減量環保愛地球。
- 吃完食物或飲料後，記得把包裝帶回班級丟掉！
各位請保持廁所清潔，勿將食物垃圾丟進廁所垃圾桶，請大家一起維護舒適的學習環境。
- 環保局訂於 115 年 4 月 8 日 (三) 上午辦理「全市孳生源清除日」活動，請協助同步加強環境清潔及孳生源清除，以擴大登革熱防疫成效。
- 財團法人台北市雨揚慈善基金會「點亮弱勢學子新視野」配戴近視眼鏡經費補助計畫，校內截止日為 4/20 號，詳細內容請上校網查詢。

健康中心

115.03.27(五)菸害防制講座(6樓體育館) 對象：高一全體同學。



生活輔導組

一、校園事務：

- 相關助學金已刊登至校網上，請自行審查，歡迎符合條件之學生至生輔組申請，請注意申請期限。
- 提醒欲進行銷過同學請儘速實施，以免時間不足，而以影響個人權益，本學期截止時間如下表：

年級	截止時間
高三	115 年 4 月 30 日 1230 時
高一、二	115 年 6 月 29 日 1230 時

二、生活常規：

- 各班副班長與風紀股長每日於 8 時 10 分開始點名作業，風紀股長於 10 時 10 分前將缺課報告單(紅色)交至學務處，並填寫每日缺曠統計白板，未盡職責之班級幹部將依校規處分。
- 當天生活違規的同學，放學後(16:10)統一在三樓 310 視聽教室實施生活輔導教育。
- 凡是違反課間規定，未依規定參加當日課後生活教育者，均依校規核記警告乙次，懲處公告有疑問者，須持相關證明親至當日執行教官處澄清，公告 3 日內未反映，視同無異議。
- 班長、值日生或指定同學於外堂課及放學時，須負責教室燈光電扇及門窗管制上鎖，並請妥善保管個人貴重物品，(凡有偷竊行為，一律依法嚴懲並交警方處理)，凡未依規定之班級，當日實施課後生活輔導教育，連續違規之班級，依校規議處。
- 各班副班長於每日 1010 時前將前一日點名卡繳至生輔組，逾時繳交者當日記違規點一次。
- 學生一律搭乘學生專用電梯，禁止搭乘行政用電梯。
- 中午用餐時間為 12 時至 12 時 35 分，寧靜午休時間為 12 時 40 分至 55 分，請同學於一律在教室內個人座位安靜休息，不得任意走動或以其他電子產品發出聲響影響他人午休，不得滯留於各處室，**寧靜午休時間無正當理由在教室外走動同學，登記生活輔導教育一次。**
- 校園內任何時間、地方，嚴禁穿著便服、拖鞋、佩戴耳環。
- 社團服裝僅可在社團時間穿著，其餘時間不可穿著，依校規處分。
- 為防制學生吸菸，維護健康的學習環境，請同學發揮正義之聲，檢舉校內抽菸行為，違者除依校規議處外，並依菸害防制法移送衛生局處以罰鍰及戒菸教育，舉報者依校規從重議獎(並視當事人需要保密身分)。

四、防制校園詐騙宣導：

【「無卡提款」竟成詐騙新寵？序號一給，錢秒領光！】

最近詐騙集團盯上了銀行的「無卡提款」功能！這類詐欺手法多於網購詐騙，他們會謊稱「因交易造成帳戶異常或被凍結」，要求被害人立刻操作「無卡提款功能」，並提供「提款序號及密碼」，被害人一旦交出，車手在短短 10 至 15 分鐘內，就能領走你的錢財。

※無卡提款：是一種無需實體金融卡，透過銀行行動 APP 預約後，至 ATM 輸入序號或掃描 QR Code 即可領現的服務。

※為什麼銀行很難防？由於整個操作流程都是由「受害者本人」在手機上發起，銀行系統會判定為合法授權交易，第一時間難以攔截；當你發現不對勁時，錢早就被領走了！

※防詐重點：無卡提款的序號與密碼 = 你的提款卡，若遇到要求提供「無卡提款序號及密碼」，百分之百是詐騙！**防詐提醒**：凡是「只要申請門號、提供設備、什麼都不用做就能領錢」的工作，很可能就是詐騙集團在找人頭門號，務必提高警覺，避免成為詐騙幫兇！

三、賃居安全宣導





五、防制學生藥物濫用：



六、交通安全宣導：

115年清明節連假為4月3日至4月6日，共計4天，清明節為連假第3日。高速公路局研判交通需求將以返鄉掃墓及旅遊旅次為主，預估假期交通量為111~123百萬車公里(mvk)；其中首日南向可達70mvk，為平日的1.5倍。為

審慎因應連假期間龐大之交通需求，高公局透過大數據及AI

模型審慎分析歷年清明節連續假期交通狀況，並研擬相應之應變計畫，以及規劃相關交通疏導措施，請用路人多加留意。本次於清明節連假前兩個週休(115年3月21、22、28及29日)亦規劃多項疏導措施，藉此鼓勵民眾多利用節前週休提早掃墓，以避開連假車流，相關措施摘述如下：一、匝道封閉：連假前兩個週六(115年3月21日及28日)，5至12時，封閉國5石碇、坪林南向入口(石碇南向入口封閉期間，改為大客車專用入口)。

二、高乘載管制：連假前兩個週日(115年3月22日及29日)，15至20時，實施國5蘇澳、羅東、宜蘭及頭城等交流道之北向入口匝道高乘載管制。三、收費措施：連假前兩個週休(115年3月21、22、28及29日)採單一費率再7折。至為維護清明節連假期間國道合理之服務水準，高公局規劃相關疏導措施如下：

一、匝道封閉：

- (一)115年4月3日，0至12時，封閉國5石碇、坪林南向入口(石碇南向入口封閉期間，改為大客車專用入口)；5至12時，封閉國1平鎮系統、埔鹽系統南向入口。(二)115年4月4日，5至12時，封閉國1埔鹽系統及國5石碇、坪林南向入口(石碇南向入口封閉期間，改為大客車專用入口)。(三)115年4月5日及6日，每日12至21時，封閉國1埔鹽系統、虎尾及國3西濱北向入口。

二、高乘載管制

- (一)115年4月3日，6至12時，國1內湖至頭份(含高架堤頂、環北及機場系統)及國3木柵至香山，各交流道之南向入口匝道。(二)115年4月4日至6日，每日13至18時，國5蘇澳、羅東、宜蘭及頭城交流道之北向入口匝道(結束時間將視交通狀況機動調整)。

三、收費措施

- (一)單一費率：115年4月3日至6日。(二)暫停收費：115年4月3日至6日，每日0至5時暫停收費以上疏運相關資訊，民眾均可至高公局疏運宣導網站或透過1968App查詢。另高公局預估清明節連續假期間各地均會出現掃墓或旅遊之人潮及車潮，國道部分路段之交通需求將遠大於可服務容量，發生壅塞在所難免。建議用路人多搭乘公共運輸前往目的地，如要開車行駛國道，請多利用高速公路1968App查詢管制措施與即時路況，適時調整行前規劃。最後，高公局呼籲，出發前請做好車輛安全檢查並養足精神，行進間多注意車前狀況並保持安全距離，切勿疲勞或分心駕駛，以確保行車安全。高公局謹祝國人假期愉快、行車平安。

七、性別平等教育宣導：

- (一)跟蹤騷擾四大要件：跟蹤騷擾行為指以人員、車輛、工具、設備、電子通訊、網際網路或其他方法，對「特定人」、「反覆或持續」為「違反其意願」且與「性或性別」有關之下列八款行為之一，使被害人產生畏懼，足以影響其日常生活或社會活動。

- (二)跟蹤騷擾八大樣態行為監視跟蹤：監視、觀察、跟蹤或知悉特定人行蹤。例如：A在放學後跟蹤B的回家路線。

1. 盯梢尾隨：以盯梢、守候、尾隨或其他類似方式接近特定人之住所、居所、學校、工作場所、經常出入或活動之場所。例如：A經常在B上課的補習班門口附近徘徊。
2. 威脅辱罵：對特定人為警告、威脅、嘲弄、辱罵、歧視、仇恨、貶抑或其他相類之言語或動作。例如：A發表歧視B性別的言論。
3. 通訊干擾：以電話、傳真、電子通訊、網際網路或其他設備，對特定人進行干擾。例如：A打無聲電話給B、創立許多社群帳號去加B好友。
4. 不當追求：對特定人要求約會、聯絡或為其他追求行為。例如：A在B多次拒絕後，仍不斷示愛與要求約會。
5. 寄送物品：對特定人寄送、留置、展示或播送文字、圖畫、聲音、影像或其他物品。例如：A不顧B曾表達困擾，持續放置禮物、卡片在B座位上。
6. 有害名譽：向特定人告知或出示有害其名譽之訊息或物品。例如：A向B展示其不雅照片。
7. 濫用個資：濫用特定人資料或未經其同意，訂購貨品或服務。例如：A冒用B姓名訂購鮮花送至自己的班級。

(三)跟蹤騷擾因應策略

1. 策略1—相信直覺：相信自己的直覺，發現有危險之虞，馬上撥打110求助，並儘快至人多的場所，或至派出所、便利商店等地點向他人求助。
2. 策略2—改變日常生活作息：(1)改變生活作息、更換慣常的交通路線與工具，並隨身帶著警報器、噴霧劑或口哨等防身器材。(2)行走有監視器的大馬路或街道，或周邊會裝設監視器的場所。(3)避免落單，請同學、親友、家人陪同或接送上下班/學。(4)必要時得換住家鑰匙、搬家、換車及換電話號碼。
3. 策略3—保護個資，不透露自己的行蹤：(1)減少打卡和在社群媒體上按讚/發布照片、訊息，並設定隱私權。(2)關閉3C產品的GPS和WI-FI，避免行蹤暴露。(3)檢查APP程式使用(例如google地圖時間軸)，關閉相機的地理標記等。
4. 策略4—告知親友或師長自己被跟蹤騷擾需要協助：(1)提供照片予場所或大樓管理員、保全人員知悉，並商討各項防範措施。(2)避免與親友、同學講述變更後之居住地址或聯絡方式。必須告知時，請他們務必保密。

八、防災宣導：

- 遭遇突發威脅，保命關鍵三步【跑】1.不圍觀拍照。2.立即跑離現場。【躲】1.尋找安全掩蔽物躲藏。2.手機靜音，保持安靜。3.躲不了，用物擋，保護重要部位。【報】1.報警(110/119)。2.或按壓緊急按鈕。3.詳細說明所在位置、攻擊者穿著特徵與移動方向。
- 三步驟壓迫止血1.找出出血點。2.用乾淨布料壓住。3.持續壓迫不放手。

九、法治教育宣導：



日期	3/21 3/28	3/22 3/29	4/2 上日	4,3	4,4	4,5 連日	4,6
匝道封閉	6-12時 石碇、坪林南向入口	-	-	6-12時 石碇、坪林南向入口 4-12時 平鎮系統、埔鹽系統南向入口	6-12時 埔鹽系統南向入口 石碇、坪林南向入口	-	-
高乘載管制	-	-	-	6-12時 內湖至頭份(含高架堤頂、環北及機場系統)及木柵至香山等路段之各交流道南向入口	-	-	12-21時 埔鹽系統、虎尾北向入口 西濱北向入口
收費措施	單一費率再7折收費	-	-	單一費率 0-5時暫停收費	-	-	-
開放路肩	機動增加開放路肩	-	-	針對易壅塞路段增闢37處及延長17處路肩	-	-	-
替代道路	頭城往坪林地區，建議改走 新竹往返台南地區，建議改走 南投往返台中地區，建議改走 壽峰往返(1)台中系統、(2)中港系統，建議改走	-	-	-	-	-	-