

(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				高一	高二	高三
週	日期	星期	節次			
3	2/28	五	3 4	228 國定假日放假	228 國定假日放假	228 國定假日放假
4	3/7	五	3 4	社團 2	社團 2	★班級活動+301.302.303.309.310.311 防毒守門員入班宣導 ★班級活動+304.305.306.307 防毒守門員入班宣導

★公服卡時數確認單，請同學核對公共服務時數是否正確。若正確，請於簽名欄位簽名；若時數有誤，請於 3/5 (三) 12:30 前攜帶公服卡至三樓學務處訓育組更正。

- 衛生組**
1. 清寒學生早餐卷補助申請資格：低收、中低收、導師認定家庭與突遭變故經濟困難之同學。(截止日 2/27) 請主動至衛生組領表申請補助。
 2. 安心就學午餐補助申請資格：低收、導師認定家庭與突遭變故經濟困難之同學，(截止日 2/27)，請主動至衛生組領表申請補助。
 3. 班級、辦公室及廁所每個洗手台務必請放置肥皂，肥皂有缺少可於中午時間至衛生組領取。
 4. 外掃區請確實打掃；登革熱流行，請各班每週擇一天檢查、清除蚊子的家，即所有會積水的容器或場所，遠離登革熱的威脅。

健康中心

諾羅病毒感染引起之症狀主要為嘔心、嘔吐、腹瀉及腹絞痛，也可能合併發燒、寒顫、倦怠、頭痛及肌肉酸痛。一般而言，年紀較小的幼童嘔吐症狀較明顯。症狀通常會持續 1 至 2 天，之後就會逐漸痊癒。諾羅病毒的傳染力非常強，可藉由排泄物或嘔吐物人傳人。有些人感染恢復後二星期內，其糞便內尚有病毒，仍然具有感染力。諾羅病毒之感染途徑為何？食入被諾羅病毒污染的食物或飲水。接觸被諾羅病毒污染的物體表面，再碰觸自己的嘴、鼻或眼睛黏膜傳染。諾羅病毒只需極少的病毒量便可傳播，因此與病人密切接觸或吸入病人嘔吐物及排泄物所產生的飛沫也可能受感染。感染諾羅病毒有什麼需要注意的事項呢？感染諾羅病毒期間應注意補充水分與營養，必要時補充電解質。建議可透過少量多餐的方式食用清淡飲食，避免過油或高糖分的食物刺激腸道蠕動，加劇腹瀉的情況；但同時也必須注意營養的攝取，以幫助腸胃道細胞的修復。另外，須特別注意個人衛生，經常且正確地洗手，並避免接觸傳染，以防將病毒傳染給家人或朋友。

預防諾羅知己知彼 享受美食不心慌!

丞相用膳囉~

- 一頓胃撲通撲通的狂跳
- 一瞬間腸躁腸躁全洩掉
- 撒風了
- 丞相~人家想吃5分熟
- 二哥手洗乾淨囉
- 肥皂勤洗手
- 食物澈底煮熟 避免生飲生食
- 三弟手要用公筷
- 用餐使用公筷母匙
- 三弟酒精沒用啊!
- 酒精是無法消抑制諾羅病毒的喔!
- 二哥稀釋漂白水才有用啊!
- 患者嘔吐物以稀釋漂白水消毒

諾羅病毒預防方法

1. **勤以肥皂水洗手**
如廁後、進食或準備食物之前，用肥皂水澈底洗手 (酒精性乾洗手無效)
2. **澈底煮熟**
所有食物(尤其是貝類)，應澈底清洗及煮熟
3. **環境消毒**
汙染衣物、床單立即更換，馬桶、門把、玩具物品用漂白水擦拭(1000ppm)
4. **嘔吐、排泄物處理**
糞便、嘔吐物用漂白水消毒(5000ppm)再沖入下水道，處理時戴手套與口罩
5. **生病在家休息**
有症狀的人停止處理食物，餐飲業員工應於症狀解除 48 小時後才可上班

詳見疾病管制署「諾羅病毒(Norovirus)感染控制措施指引」

- 生活輔導組**
- 一、校園事務：
- (一)有經濟弱勢家庭需辦理各項助學金或急難救助金，請至生活輔導組詢問。
 - (二)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 | 113 年 5 月 01 日 1230 時 |
| 高一、二 | 113 年 6 月 27 日 1230 時 |
- (三)113 學年度第 2 學期友善校園創意海報競賽，以「拒絕兒少性剝削-不拍、不傳、不留、要求助」為主題。請參加同學作品完成後於 3 月 7 日(五)中午 12:30 時以前交至生輔組。
- 二、生活常規：
- (一)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。
 - (二)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。
 - (三)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。

- (四)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。
- (五)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。
- (六)學生一律搭乘學生專用電梯，禁止搭乘行政用電梯。
- (七)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。
- (八)校園內任何時間、地方，嚴禁穿著便服、拖鞋、佩戴耳環。
- (九)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。
- (十)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)。
- (十一)第 2 週生活秩序成績，有問題可至生輔組查詢，前五名不用參加寒暑假返校打掃，第六名(含)以後依寒暑假返校天數，增加不用返校班級，後五名增加寒暑假返校打掃次數。

班級	301	302	303	304	305	306	307	308	309	310	311	312	313	314	315	316	317	318	319
第2週+	3	3	3			3		3		3			3	3	3		3	3	
午休、間 晃打球				-1	-2					-1		-1	-1				-1		
穿拖鞋																			
門窗電源				-1			-1		-1									-1	
小計	3	3	3	-2	-2	3	-1	3	-1	-1	3	-1	-1	3	3	3	-2	3	3
累計	3	3	3	-2	-2	3	-1	3	-1	-1	3	-1	-1	3	3	3	-2	3	3
班級	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214	215	216	217	218	219
第2週+				3			3	3		3		3			3	3		3	3
午休、間 晃打球					-1						-1		-1	-2					
穿拖鞋			-2			-1												-1	
門窗電源	-1	-2	-2						-2		-2		-2						
小計	-1	-2	-4	3	-1	-1	3	3	-2	3	-3	3	-3	-2	3	3	-1	3	3
累計	-2	-4	-8	3	-1	-2	3	3	-4	3	-5	3	-5	-2	3	3	-2	3	3
班級	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119
第2週+	3	3		3		3			3	3	3	3		3		3	3		
午休、間 晃打球					-2														-1
穿拖鞋													-1						
門窗電源			-1				-1	-1							-1			-2	
小計	3	3	-1	3	-2	3	-1	-1	3	3	3	3	-1	3	-1	3	3	-2	-1
累計	3	3	-1	3	-2	3	-1	-1	3	3	3	3	-1	3	-1	3	3	-2	-1

三、法治教育：



四、防制藥物濫用：

轉臺北市政府教育局來函

發文字號：北市教學字第 1143040281 號

依本市 114 年 2 月 17 日治安會報主席指裁示事項、本局 113 年 12 月 31 日北市教學字第 1133122522 號函送臺北市政府教育局所屬學校發現疑似毒品、製造或施用毒品之器具處理流程圖(計達)及各級學校特定人員尿液篩檢及輔導作業要點辦理。

市長於上揭治安會報裁示，應加強防制「依托咪酯」等新興毒品藉由電子煙等侵入校園，並進行專案列管。

為因應「依托咪酯」等新興毒品現多摻入煙彈透過電子煙形式吸食，而電子煙具有體積小、易攜帶及不易查緝等特性，為避免學子施用電子煙造成毒品誤用，學輔人員於校園巡查或輔導學生過程中，只要有發現電子煙或煙彈，需依下述程序辦理：

(一)將發現之電子煙具及(或)煙彈進行保全，並確依本局 113 年 12 月 31 日上揭函送處理流程圖附表，填具「學校發現疑似毒品、製造或施用毒品之器具通報資料表」通報本局藥物濫用通報窗口。

(二)本局將會同轄區少年隊到校進行電子煙彈原物篩檢，以維護學生健康。

五、交通安全教育：

- (一)無照駕駛機車，罰 12,000 元起，累犯加重處罰
- (二)借機車給無照者，罰 12,000 元起，吊扣牌照



- (三)借小型車給無照者，罰18,000起，吊扣牌照
- (四)未成年無照駕駛，家長應參加道安講習

六、防制校園詐騙宣導：

台灣詐騙猖獗，內政部警政署 Facebook 粉絲專業「165 全民防騙」近日公布 20 組涉詐 LINE ID，若有發現詐騙 LINE ID，亦請儘速向 165 反詐騙諮詢專線反映。遇到可疑 LINE ID 或網址，可先利用 165 全民防騙網查詢，降低受詐機率！

20 組 LINE ID：

**交通安全從生命教育開始
無照駕駛害人害己**



違者將處

- ① 機車無照罰12,000元起
- ② 小型車無照罰18,000元起
- ③ 累犯加重處罰，5年內第2次罰24,000元。

刑事警察局公告涉詐LINE ID

統計期間：1140210-1140216

xjj168	199550	@085zbuht	@100gvxck
@164vckzr	@257olrna	@279qscda	@293hiqco
@329qymsy	@393yvqta	@398tmrxh	@537hnlle
@558mezsp	@562qunrq	@661mpkup	@692ckioj
@711ziyhq	@806vigzd	@808wcqiw	@946jnacq

刑事警察局 165
資通零信任、防詐先求證

「165 打詐儀錶板」4 點防詐方法：

1. +886 是境外來話，是詐騙電話
2. 警察與檢察機關不會用電話或 LINE 辦案和代管財產
3. 檢警要求代管財產、面交等，一定是詐騙
4. 接獲可疑來話立即掛斷，求證 165。

至於近期流行的演唱會黃牛票詐騙，「165 打詐儀錶板」也做出解析：

1. 假賣家在 LINE 群組張貼出售熱門演唱會門票廣告。
2. 假賣家扮演黃牛，謊稱加點價出售。
3. 假賣家要求匯款至人頭戶。
4. 假賣家收款後，拒絕出貨、封鎖聯繫。

防詐小撇步

1. 網路交易，請循合法第三方平臺，才有保證。
2. 網路交易，應貨到付款。

七、性別平等教育宣導

- (一)在過往的華人社會文化強調「男兒有淚不輕彈、你是男生應該要讓女生……」的性別刻板框架，導致男性在遇到衝突時，都會選擇隱忍或不說，但是隱忍情緒還在該怎麼辦？一直壓抑不是解決問題或衝突的辦法……。要知道現今社會性別暴力不是只有女生會遇到，其實男生也會遇到家庭暴力問題，不要再覺得只有男性才會被家暴！
- (二)家庭成員間發生身體上、精神上、經濟上的騷擾、控制、威脅或其他不法侵害之行為就是家庭暴力。在家庭暴力發生的當下，首要保護自己的安全，避免身體的重要部位受到傷害，並儘快撥打 110 報警，由警察介入制止暴力，蒐集犯罪證據，並協助護送被害人就醫。
- (三)若家庭暴力已經持續存在一段時間，建議您立即尋求協助，因為家庭暴力經常重複發生，且施暴頻率與暴力行為嚴重程度也會隨著時間加劇。及早尋求幫助，將有機會制止暴力傷害，您可以隨時撥打 24 小時保護專線「113」進行諮詢與通報，或者逕洽各地方政府家庭暴力及性侵害防治中心尋求協助，防治中心皆配置社工人員協助被害人，提供庇護安置、法律協助、醫療補助、經濟扶助、心理諮商輔導或就業輔導等服務。
- (四)而家庭暴力的類型包括肢體暴力、精神暴力、經濟暴力及性暴力。男性通報人數，雖然有成長，但是大部分的受暴男性會因為「面子」問題，不願意告訴他人自己的經歷。從資料數據可以看到女性的受暴人數有逐年下降，女性的保護資源相對男性豐富很多，但男性也別灰心，性別平權意識開始，政府和民間單位都有相關的資源，衛福部特別開設男性專懷專線(0800-013-999)，透過專線隱密性、立即性及持續性等服務特點，協助國內男性於面臨婚姻、家庭或親子關係問題時，學習用正向互動關係模式，處理和面對家庭與其人生之大小關卡。
- (五)期許在未來路上，親密關係不再只有透過暴力來解決，而是可以學習更多的溝通、傾聽理解，拉近彼此更多的距離。

(資料來源：奶奶的熊專欄文章)