

(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			
11	4/25	五	3	★班級活動	性別平等教育宣導 (410)(生)	★★班級活動+高三藝能科期末評量
			4	★班級活動 + 118.119 防毒守門員入班宣導	★201-217: 學習歷程檔案宣導(410)(圖) ★218.219: 班級活動 + 防毒守門員入班宣導	

報名 QRcode  
4.22 (二) 報名截止。  
4.23 (三) 至訓育組領取公假單。

班聯會申請教育局補助特邀講師  
如何用 Lucker 拉課 製作歷程檔案  
特邀拉課講師 / 郭亭廷、黃郁凌

哇！這是什麼神奇的魔法？一下子就做好了。也太專業了吧。

做歷程檔案沒頭緒嗎？  
覺得歷程檔案製作很複雜嗎？  
怎麼做才符合教授口味？

來進場你一款：  
專門為歷程檔案而生的網站  
手把手教學無痛完成歷程檔案

4月25日(五)  
12:10-13:00  
219 領航會議室

主辦 / 育成班聯會  
協辦 / 學務處訓育組

健康中心

疾管署資料顯示，國內麻疹病例數已創 6 年新高，尤其是境外移入，來自越南占比超過 6 成，目前當地疫情嚴重，疑似病例衝破 4 萬，而且 9 成 5 都沒打過疫苗，疾管署提醒，越南旅遊疫情建議等級達到第二級警示。

### 惹上麻煩?

出現疑似症狀須留意!

發燒 紅疹 結膜炎 鼻炎 咳嗽

注意！麻疹傳染力極強，出現疑似症狀請趕快戴上口罩、儘速就醫

### 麻疹個案接觸者健康監測說明

監測期計算 與個案最後1次接觸日+18天

健康監測期間應注意事項

- 避免接觸小於1歲嬰兒、尚未完成麻疹、腮腺炎、德國麻疹混合疫苗(MMR)接種之幼童、孕婦或免疫不全病人。
- 無不適或疑似症狀如發燒、出疹、咳嗽、鼻炎、結膜炎等，仍可正常生活，應避免出入公共場所，並儘量佩戴口罩。
- 每日早晚各量體溫1次，並詳實記錄體溫、活動史及是否出現疑似症狀。
- 有疑似症狀時，切勿輕忽或自行就醫，應進行自我隔離，並通知衛生單位，如有就醫需求，應由衛生單位通知醫院預先規劃好動線再行前往就醫，避免接觸到其他等候看診的人。就醫時，請主動出示「麻疹個案接觸者健康監測通知書」，並全程佩戴口罩。

2025.01.10 衛生福利部疾病管制署

疾管署呼籲

## 2類高風險對象建議接種麻疹腮腺炎德國麻疹混合疫苗(MMR)

★★★ 1981年(含)以後出生 ★★★

醫護人員

經檢驗麻疹抗體陰性且15年內未曾接種MMR疫苗



民衆

如須前往麻疹流行區(如越南、印度、柬埔寨)且經醫師評估後(如抗體檢驗陰性)需接種  
△日本、韓國非屬麻疹流行區

2025/01/10

衛生福利部疾病管制署

## 2類高風險對象

要怎麼接種麻疹腮腺炎德國麻疹混合疫苗(MMR)?

1981年(含)以後出生醫護人員：  
經檢驗麻疹抗體陰性且15年內未曾接種MMR疫苗  
1981年(含)以後出生民衆：  
須前往麻疹流行區且經醫師評估(如抗體陰性)需接種

醫護人員

醫院醫護  
於任職之醫院接種

診所醫護  
於疫苗廠商提供之院所接種

民衆

於旅遊醫學門診接種



旅遊醫學門診名單

2025/01/10

衛生福利部疾病管制署

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

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10週生活秩序成績為衛生組於暑假期間班級返校打掃參考依據，有問題可至生輔組查詢。

班級	301	302	303	304	305	306	307	308	309	310	311	312	313	314	315	316	317	318	319
第10週+			3			3	3	3	3			3					3		
午休、間晃打球				-1	-2								-1					-1	-2
門窗電源	-1	-1		-1						-1	-1		-2	-1	-2	-1		-3	-1
集合、班牌																			
小計	-1	-1	3	-2	-2	3	3	3	3	-1	-1	3	-3	-1	-2	-1	3	-4	-3
累計	17	4	13	2	-11	17	9	17	-11	-16	-2	-2	-17	0	6	13	-5	0	7
班級	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214	215	216	217	218	219
第10週+		3				3	3							3					3
午休、間晃打球					-1				-1	-1	-2	-2	-1						-1
門窗電源	-1		-2	-2	-2			-1	-3		-3	-1	-1		-1	-1			
集合、班牌																		-1	
小計	-1	3	-2	-2	-3	3	3	-1	-4	-1	-5	-3	-2	3	-1	-1	-1	-1	3
累計	5	3	-16	12	-3	-4	6	2	-7	3	-19	-16	-19	8	12	-3	4	10	13
班級	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119
第10週+	3	3	3				3		3	3		3				3	3	3	
午休、間晃打球					-2	-1					-1		-1	-1					
門窗電源				-1				-2					-2	-1	-3				-1
集合、班牌																			
小計	3	3	3	-1	-2	-1	3	-2	3	3	-1	3	-3	-2	-3	3	3	3	-1
累計	9	13	-3	3	5	11	4	-1	21	12	3	16	3	-6	-6	21	8	18	5

三、法治教育：



四、防制藥物濫用：

年輕人「喪屍煙彈」毒品淪陷 醫警告：恐致呼吸衰竭、死亡

喪屍煙彈是一種新興毒品，主要成分為依托咪酯(Etomidate)，是一種麻醉藥品，在醫療上被用作靜脈麻醉劑，但當被不法分子濫用時，會被製成電子煙彈，並以其麻醉效果吸食。這種毒品的使用會導致使用者出現意識混亂、昏迷及肌肉痙攣等症狀，甚至可能造成呼吸衰竭及死亡。

「喪屍煙彈」年輕人風行 造成多起社會、交通事故

臺北市立聯合醫院和平婦幼院區藥劑科藥師陳如慧指出，自2023年以來，這種毒品在台灣及其他地區迅速流行，特別是在年輕人間，



一、事件發生後，受害者所歷經的心理歷程

每個受害者的狀況都是獨特的，並非每個人都能走完復原的漫漫長路，每個人所需要的時間也不同，也可能經歷反覆的歷程…

### 1. Stage1 衝擊階段

受害者會覺得生活都被驚嚇、悲傷所籠罩，尤其不相信事件會發生在自己身上。在此階段受害者的情緒包含無力感、震驚、罪惡感、羞恥感、對人不信任等，且受害者不敢或不知該如何向他人表達這些情緒及感受。

### 2. Stage2 退縮階段

對自己的生活和行為方式感到不確定感，不知該如何與人相處，以及不敢出門以避免觸景傷情。表面上看似恢復平靜，但傷害卻隱藏在內心深處，無法向人提起，受害的影像仍會襲擊心頭，甚至無法控制的干擾日常生活作息。

### 3. Stage3 重建階段

受害者開始願意談及自己對受暴事件的觀感，雖然無法忘記性侵害的經驗，卻可重新詮釋性侵害事件的意義。受害者會尋求面對性侵害的記憶、整理自己的情緒，並建立一種對生活的控制感，以重新適應生活。

### 二、我可以做什麼呢？

1. 安全第一：確保他/她的人身安全，必要時，可請防治中心協助將被害人安置到安全的地方。

2. 陪伴：與受害者為伴，或給予情緒支持，讓受害者感受到自己不孤單。

3. 信任與接納：相信受害者所說的，你的信任與接納，對於受害者是相當大的鼓勵。

4. 不責備受害者：真正要責備的對象是加害人，責備會對受害者造成二度傷害。

5. 真誠的傾聽：接納受害者的情緒抒發，是受害者面對、處理創傷事件的開始。

6. 尊重並維護受害者的自主性：提供建議、資源與選擇給受害者，但讓他自己做決定。

### 三、相關服務需求

請搜尋「性侵害創傷復原中心」或連結網址 <http://dep.mohw.gov.tw/DOPS/np-3248-105.html>。

### 八、活動競賽

#### 114年宣導防範居家一氧化碳毒青少年四格漫畫競賽

**內政部消防署**

# 114年宣導防範居家一氧化碳中毒青少年四格漫畫競賽活動辦法

**參加對象** 全國公私立國中及高中(職)學生,分為國中組及高中組。(包含應屆畢業生)

**截止日期** 自即日起至114年7月31日止 (郵戳為憑)

**報名方式**

**參賽作品** 掛號郵寄至當地直轄市、縣(市)政府消防局收件,並於信封處註明「114年宣導防範居家一氧化碳中毒青少年四格漫畫競賽」字樣。

(一) 以個人參賽為限,並以「橫式八開」(39cmX27cm)規格之圖畫紙按規定順序作畫。  
(二) 繪畫形式可以水彩、蠟筆、版畫、水墨及彩色筆等各式繪畫材料表現,並得輔以文字說明。

**獎項內容**

競賽部分	網路票選部分
<b>特優2名</b> 各組1名,頒發獎金新臺幣5,000元、獎狀1幀及紀念品1份。	<b>網路人氣獎</b> 各組3名,以參賽作品票選得票數前3名者獲獎,贈送人氣好禮1份。
<b>優等10名</b> 各組5名,頒發獎金新臺幣3,000元、獎狀1幀及紀念品1份。	<b>網路投票獎</b> 自參與投票者抽出50名,贈送幸運好禮1份。
<b>佳作30名</b> 各組15名,頒發獎狀1幀及紀念品1份。	

**結果公布** 於114年11月24日公布於內政部消防署全球資訊網,並個別以電子郵件及電話通知得獎者。

QR Code: 詳細辦法詳見內政部消防署全球資訊網活動訊息

指導單位: 教育部 | 主辦單位: 內政部消防署、臺北市政府消防局、新北市政府消防局  
協辦單位: 社團法人台灣液化石油氣分裝安全協進會、社團法人中華民國液化石油氣容器安全協會、社團法人中華壓力容器協會、各直轄市、縣(市)政府消防局、教育局(處) 廣告