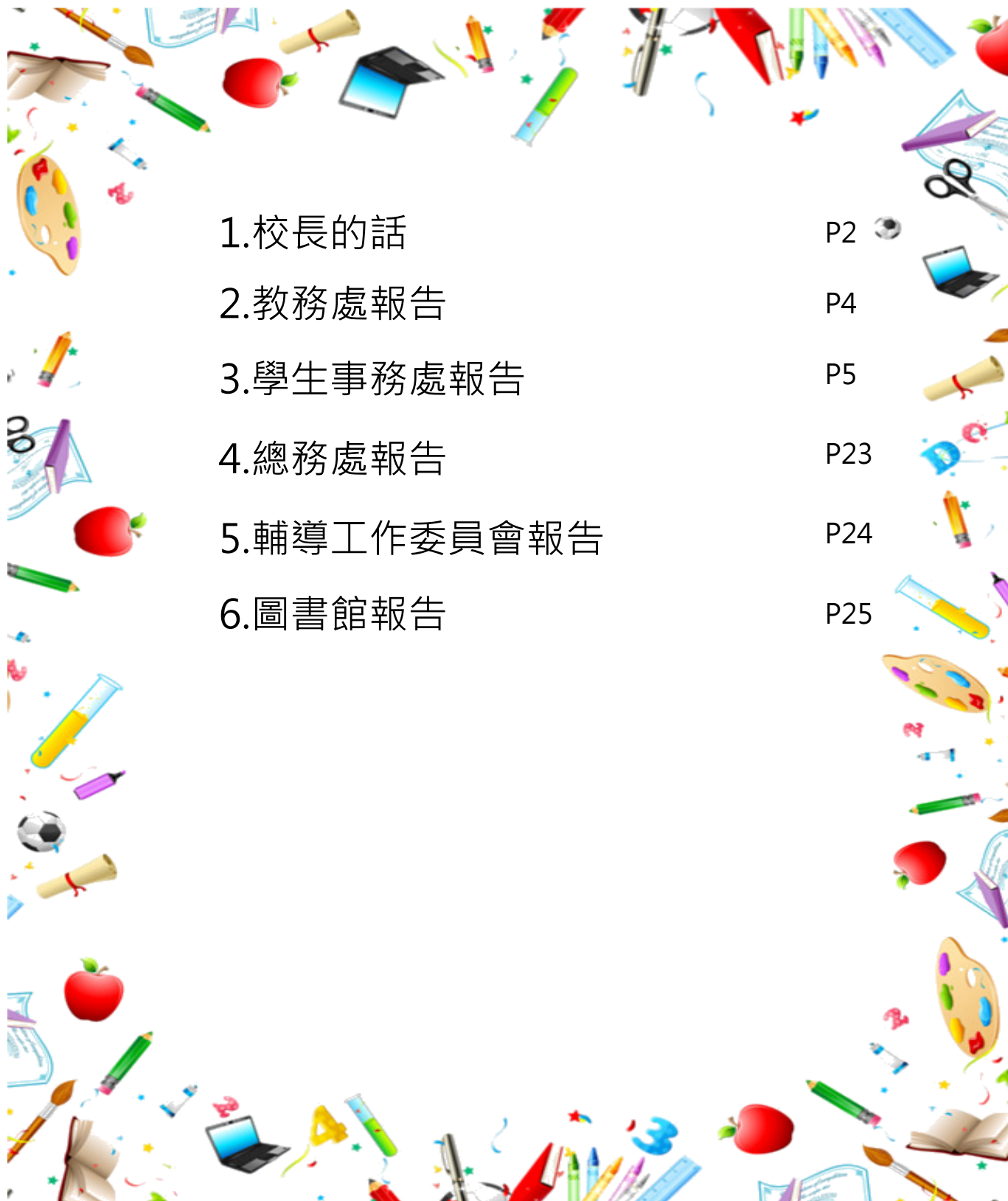


# 大灣高中 110 學年度第二學期親職教育手冊



1.校長的話	P2
2.教務處報告	P4
3.學生事務處報告	P5
4.總務處報告	P23
5.輔導工作委員會報告	P24
6.圖書館報告	P25

## 校長的話

敬愛的家長，您好：

我們一定會全力以赴，照顧好每一位灣中的孩子並努力開創灣中的新巔峰，更期望您能與我們一起為灣中注入新活力，為孩子們營造「耕深育才，領航未來」的優越學習環境。



國中階段的學習歷程，總是充滿著新鮮與驚奇，一定會遇到成功與挫折的經驗，我們希望成功經驗能給孩子自信的動力，挫折經驗則讓孩子持續成長，不論如何，孩子的成長需要您的陪伴，對孩子能多包容與鼓勵，認真欣賞孩子的優點與長處，了解孩子的興趣與特長，陪他一起走過人生的青春期。

為拓展孩子們的國際視野，我們辦理高中部的日本教育參訪，未來也將安排國中部的學生出國修學旅行。這兩年我們還安排了美國及日本…等國外學子到本校遊學，讓孩子有機會接觸各國學生，學習不同國家的文化，有助於孩子提早適應國際村時代的來臨。

孩子們未來將面對臺灣少子化與高齡化社會的來臨，以及全球化的競爭，考驗將更形嚴峻，因此教育的新課題將是**提升孩子的競爭力**與**成就每一個孩子**。提升教學效能與建構優質學習環境是學校的職責，本校教師使用「翻轉教室」、「學習共同體」、「學思達」…等教學策略，搭配電腦或 Chromebook 的使用，讓學生運用 Google Apps for Education 和均一學習平台學習，大幅提高學生的興趣以及學習成效。老師們運用網路

資源及 Google Apps for Education 來教學，教我們的孩子如何自我學習(Learning how to learn)，幫學生打下紮實的基礎，在面對未來的變化時，能夠立即反應，即時調整，獲得教育部高度肯定，在 109 學年度的全國高中創新教學競賽中，榮獲金質獎及銅質獎。

在孩子的適性學習歷程中，家長也是參與者，在您寶貝的「生涯輔導紀錄手冊」中，別忘了要多了解孩子的興趣、志業、性向以及孩子在國中階段的所有學習的紀錄，更要適時地給孩子鼓勵的話與友善建議(家長的話)。

本校連續 14 年獲得教育部評定為優質高中，連續 6 年擔任教育部新課綱的前導學校，並曾任台南地區的召集學校。多年來們一直和 Google 公司合作，大量利用各種網路資源作為學生的學習工具。2019 年 3 月，獲得 Google 公司肯定，成為台灣中南部第一所公立認證學校(Google Reference School)。「領航未來」是具體且可達成的目標，我們正在逐步實現中。

學校現階段除了加強孩子生活常規的管理外，也持續提升教學與學習品質，塑造優質的學習環境，營造學校的教學特色，讓每一個灣中的孩子都喜歡學校、樂於學習。孩子成長的歷程僅有一次，無法重來，與孩子共同攜手走過人生最重要的時期，將會是他人生中最美好的記憶；學校、老師與家長都是孩子最重要的貴人，讓我們一起努力打造灣中的黃金時期，提供給孩子最佳的學習環境，提升孩子的競爭實力，迎向璀璨的未來。

敬祝        健康快樂，心想事成

臺南市立大灣高中校長 楊力鈞敬上

# 【教務處】報告事項

大灣高中 111 年國中教育會考前各升學管道重要時程表

註冊組

請妥善保管 遺失者恕不補發

說明：1. 本升學時程表只包含教務處辦理的升學管道，非教務處辦理的升學如下，請洽承辦的處室：

**藝才班**(音樂、美術、舞蹈、戲劇)、**身心障礙學生適性輔導安置、技優甄審、實用技能班**：請洽輔委會。

**體育班、運動績優生報名**：請洽學務處體育組。

2. 學生及家長請參閱此時程表校內收件(學生繳件)的時程，並準時繳交資料，逾期恕無法辦理。

3. 相關作業時程若因疫情狀況有變動，請隨時參閱學校首頁公告。

年	月	日	星期	工作事項	備註
111	2	10	四	國中學生在校表現採計截止	
111	2	11-14	五~一	國中教育會考報名校內收件(學生繳件)	基本資料確認二聯單都簽名後繳回。請勿撕開。
111	2/21~3/4	一~五		臺南一中科學班開放通訊報名	一律採用通訊報名，請先到註冊組登記，採個別報名
111	2	23-24	三~四	免試報名系統國中端基本資料更正	
111	2/25-3/3	五~四		2/25-3/3 國中競賽成績與語言認證學生自行上免試報名系統填報	校內收件 3/3(星期五)截止
111	3	2-9	三~三	<p>特色招生專業群科甄選報名校內收件(學生備妥報名所需文件)，依招生簡章採學校集體報名或個別報名。台南高商、長榮女中、長榮高中、家齊高中、曾文農工、北門農工、台南高工因往年報名人數較多由學校集體收件，其餘學校由同學個別自行到該校報名</p> <p>特色招生專業群科甄選學校及班別：            曾文農工：機械科、化工科、食品加工科                      曾文家商：餐飲管理科            新營高工：製圖科、機械、模具科、資訊科            北門農工：電子科、電機科、機械、土木、電子商務、食品加工、造園、畜產保健            家齊高中：流行服飾科、餐飲管理科            臺南海事：電子科(AI 智慧機器人)、水產養殖科            臺南高工：板金科    亞洲旅旅：觀光事業科(日韓特色班)            臺南高商：國際貿易科、應用英語科、廣告設計科、觀光事業科            長榮女中：美容科、時尚造型科、餐飲管理科            長榮高中：應用英語科、廣告設計科            南英商工：汽車科、應用日語科、觀光事業科、餐飲管理科、多媒體動畫科、電影電視科            育德工商：飛機修護科、餐飲管理科            陽明工商：汽車科、商業經營科、家具木工科            光華高中：多媒體設計科(動漫國際特色班)、幼兒保育科、流行服飾科、餐飲管理科(美食文化特色班)</p>	<p>※每人限報名一所學校一個班別，請繳報名費。各校報名費不同，請參閱學校首頁公告「111 學年度特色招生專業群科甄選入學簡章」。</p> <p>※北門農工、曾文農工、陽明商工、台南高商等學校須先上網填寫報名表及上傳資料，請同學注意參閱簡章說明。</p> <p>低收入戶：低收入戶正本及戶口名簿影本，免報名費。</p> <p>直系血親尊親屬支領失業給付者：請檢附公立就業服務機構核發的相關證明及戶口名簿影本，免報名費。</p> <p>中低收入戶：中低收入戶證明正本及戶口名簿影本，減免 60%報名費。</p> <p>※請自行至報名學校下載該校特色招生考題練習</p> <p>※報名同學需準備二吋照片兩張，一張貼報名表、一張貼准考證。報名台南高商同學另需準備相片電子檔。</p>
111	3	9-10	三~四	國中競賽成績與語言認證資料審查送件	
111	3	10-12	四~六	國中教育會考報名學校集體報名	
111	3	12	六	臺南一中科學班能力檢定	通過能力檢定後尚有實驗實做(3/19)、面談(3/20)
111	3	14-18	一~五	特色招生專業群科甄選入學學校集體報名	
111	4	7-10	四~六	第二次免試志願模擬選填	7 日(四)09:00 -10 日(日)下午 5:00 截止 本次選填學生在家自行選填並模擬報名作業
111	4	8	五	臺南一中科學班正取生報到	
111	4	12	二	繳回第二次免試模擬選填志願單(以原子筆家長正楷簽全名)	
111	4	15	五	國中教育會考寄發准考證	
111	4	23-24	六~日	特色招生職業類科甄選術科測驗(含面試)	部分學校錄取門檻參酌會考成績，請參閱簡章。
111	4	25-26	一~二	免試入學變更就學區申請校內收件(學生繳件)	變更就學區同學通過後必須採用該區的免試超額比序計分方式，請仔細考慮。變更就學區後由同學自行個別報名
111	5	2-6	一~五	五專優先免試報名校內收件(學生繳件及收費)	一般生報名費 300 元中低收 120 元、低收或直系血親尊親屬支領失業給付之子女 0 元(檢附低、中低收證明及戶口名簿影本)
111	5	20	五	15:00~17:00 國中教育會考各考場公布試場分配表	
111	5	21-22	六~日	★ 111 年國中教育會考	★ 請記得攜帶准考證及提早到試場

**大灣高中 111 年國中教育會考後各升學管道重要時程表**

說明：1. 學生及家長請參閱此時程表校內收件(學生繳件)的時程，並準時繳交資料，逾期無法辦理。

2. 相關作業時程若因疫情狀況有變動，請隨時參閱學校首頁公告。

年	月	日	星期	工作事項	備註
111	5	23	一	1. 公布特色招生專業群科甄選術科成績 2. 免試入學變更就學區通知變更結果	各校放榜方式請參閱簡章。會考成績當門檻的學校，放榜較晚。
111	5	23-27	一~五	五專優先免試國中端集體報名	
111	5/23-6/6	一~一		南科實中園區生免試獨招網路報名(自行報名) (務必完成網路線上報名及現場文件繳驗，方屬完成報名手續)	報名網址:南科實中學校首頁-招生資訊 <a href="https://hs.nmkieh.tn.edu.tw/">https://hs.nmkieh.tn.edu.tw/</a> 現場繳件:6月7日、6月8日上午8時~中午12時
111	5/31-6/7	二~二		五專優先免試選填登記志願系統操作練習，網址 <a href="https://www.jctv.ntut.edu.tw/u5/">https://www.jctv.ntut.edu.tw/u5/</a>	5/31(二)上午10點~6/7(二)下午5點 本次為練習選填，6/9為正式選填志願
111	6/2-6/10	四~五		直升報名校內收件(免費)(6/10收件至12:00)	報名表放置於教務處入門處，以班級為單位領取 報名時間至6/10上午12點止，逾期不予受理。
111	6/2-6/10	四~五		五專聯合免試校內報名收件及繳費，若要取消報名請於 6/22日前到註冊組抽回報名表及退費	23日上午10點開始開始學校端網路報名， 一般生報名費300元、中低收120元、低收0元
111	6	7	二	大灣高中畢業典禮(暫定)	
111	6	9~14	四~二	五專優先免試網路志願選填登記(自行上網選填30個志願)	6/9(四)上午10點~6/14(二)下午5點
111	6	10	五	會考成績網路查詢及寄發會考成績通知單	
111	6	15	三	1. 公告直升入學錄取名單(上午11時) 2. 南科實中園區生免試獨招放榜(上午11時) 3. 特招專業群科甄選:上午9點撕榜(依各校需求)、放榜 4. 技優甄審入學放榜	1. 直升入學、南科實中園區生免試獨招、技優甄審入學當天下午5時結果複查截止。 2. 特招專業群科榜單請至各招生學校查詢
111	6	16	四	1. 直升入學正取生報到(早上9點-11點)， 備取生報到(下午2點-4點) 2. 南科實中園區生免試獨招報到(上午9時至下午4時免試獨招報到)。 3. 特招專業群科甄選報到(早上9點-12點) 4. 技優甄審入學報到 5. 五專優免錄取公告及分發結果網路查詢(早上9點始)	1. 直升錄取同學報到方式請參考公告之錄取名單 2. 五專優先免試查詢網址： <a href="https://www.jctv.ntut.edu.tw/u5/">https://www.jctv.ntut.edu.tw/u5/</a> 3. 特招專業群科甄選申訴至下午5點
111	6	17	五	1. 直升入學報到後聲明放棄錄取資格截止 2. 南科實中園區生免試獨招報到後聲明放棄錄取資格截止 3. 技優甄審入學報到後聲明放棄錄取資格截止 4. 特招專業群科甄選：上午11時前報到後聲明放棄錄取資格截止、下午4時前遞補截止 5. 南科實中園區生免試獨招備取生報到(早上9點~12點)	1. 直升入學、南科實中、技優甄審入學報到後聲明放棄錄取資格於6/17中午12點截止 2. 直升入學、南科實中、技優甄審入學申訴(6/17下午2時前)
111	6	21	二	1. 五專優先免試錄取報到及放棄錄取截止	五專優先免試錄取報到及放棄錄取至6/21當天下午三點截止，招生學校聯絡資訊請參閱簡章
111	6	23~26	四~日	★ 高中職免試入學網路志願選填，請同學盡早在家完成志願選填 (6/23(四)上午9點~6/26(日)下午5點)	本校6/23(四)12:00~15:00開放第一電腦教室供家中無電腦網路之同學使用
111	6	27	一	學校統一系列免試入學學生志願單，學生返校拿取志願單 拿取地點:活動中心	免試報名表請務必用藍筆或黑筆簽全名，整張不可塗改、不可修正；若有修正，請務必蓋章。未遵守規定導致被退件，請同學自行負責
111	6	28	二	上午高中職免試入學志願報名表校內收件 (學生返校繳件及繳(退)報名費) 繳件地點:活動中心	免試入學報名費:一般生230元、中低收92元(不找零)、低收0元(低/中低收證明已收取)
111	6	29	四	高中職免試入學國中端集體報名	
111	7	8	五	五專聯合免試寄發現場登記分發通知單(寄聯絡通訊處)	
111	7	12	二	高中職免試入學放榜錄取公告	
110	7	13	三	五專聯合免試現場登記分發報到 (時間及地點以各招生學校通知為準，至各招生學校辦理現場登記分發報到)	攜帶免試入學成績暨現場登記分發報到通知單、身分證明文件正本及學歷(力)證件正本(例如畢業證書)等相關資料，
110	7	14	四	免試錄取生報到、運動績優生錄取報到(9:00~11:00)	※報到時間及方式請依各錄取招生學校規定
110	7	18	一	高中職免試、五專聯合免試入學已報到學生聲明放棄錄取資格截止(下午3點前)	

## 【學務處】報告事項

### 訓育組報告

## 大灣高中學校教育儲蓄戶

### 推動緣起：

1. 落實教育施政主軸「社會關懷」之理念，協助經濟弱勢學生就學。
2. 在理念上，係以弱勢中小學生為對象，俾實現社會對弱勢的關懷。
3. 在作法上，結合學產基金、民間團體、社會大眾、地方政府之力量，共同發揮愛心協助確有需要之經濟弱勢學生順利完成學業，並建立提供社會大眾發揮教育大愛之管道。
4. 在機制上，規劃授權校長及老師（管理小組）管控運用此項專戶經費，並請縣市政府協助鼓勵、管理及支持學校設立專戶。
5. 在策略上，區分地區差異及需求之急迫性，除公開接受各界共襄盛舉並以合宜方式適度表揚善心團體或人士以資鼓勵，並設定學產基金依需求緩急之基本補助額度與方式。

### 照顧對象：

就讀公立高中職及國民中小學之下列家庭之在學學生

1. 低收入戶、中低收入戶。
2. 特殊境遇家庭。
3. 家庭突遭變故，致無力順利接受教育，需經濟援助者。
4. 前三款以外，家庭須協助順利就學之特殊個案。



本校教育儲蓄戶每年補助多名同學順利就學，  
歡迎善心人士捐款，善款收支明細皆公開徵信，有意捐款者請洽學  
務處或總務處。



## 大灣高中多元學生團隊

現在是多元學習的時代。大灣高中為了讓學生有更多舞台能展現才華，成立許多優秀團隊。在傳統藝術部分有舞龍、舞獅、戰鼓。在音樂部分有管樂隊、直笛隊、合唱團。在體育方面除了體育班外（本校體育班招收網球、羽球、西式划船三項專長），一般生可參加籃球隊。近年來在老師及學生的努力之下，各團隊皆有優秀成績，如：籃球隊近三年獲得 110 年臺南市中等學校籃球對抗賽第四名(男籃)、110 年臺南市中等學校籃球對抗賽第三名(女籃)、109 國中籃球聯賽臺南市第二名、109 年國中籃球聯賽全國決賽第四名、108 全國中學校際籃球賽第六名、108 臺南市中等學校籃球對抗賽第一名、108 年中等學校籃球錦標賽全市第四名、108 學年國中籃球聯賽縣市第三名、108 學年國中籃球聯賽南區複賽南區 8 強；傳統藝術近幾年獲臺南市 107 學年度傳統藝術比賽國中組競技舞龍甲等、並受教育局邀請於 107 年臺南市全市聯合運動會開幕舞龍表演、107 年臺南市中等學校聯合運動會開幕舞龍表演，而音樂團隊近年來參加臺南市學生音樂比賽也獲合唱比賽國中組甲等、管樂比賽高中職組優等、直笛比賽優等，管樂團並在文化局所舉辦的 2018、2019 臺南市管樂藝術季參與演出。

學生團隊除了利用社團時間練習外，也利用課後時間練習，孩子有豐富而充實的課後活動安排，在各項表現上便能更有自信與正面積極。此外，參加多項比賽及演出，除了讓同學從中獲得成就感，在升學時在多元比序的競賽加分項目下，也獲實質幫助，因此邀請家長多多鼓勵孩子參與學生團隊，培養多樣化的興趣或專長。

## 認識並防治登革熱疾病

### 一、概述:

登革熱 (Dengue fever)，是一種由登革病毒所引起的急性傳染病，這種病毒會經由蚊子傳播給人類。臺灣位於亞熱帶地區，像這樣有點熱、又有點溼的環境，正是蚊子最喜歡的生長環境，為登革熱流行高風險地區。

### 二、傳播方式:

臺灣主要傳播登革熱的病媒蚊為埃及斑蚊 (Aedes aegypti) 及白線斑蚊 (Aedes albopictus)，這些蚊子的特徵身體是黑色的，腳上有白斑。

### 三、發病症狀:

每個人的體質不一樣，有些人感染登革熱時，症狀輕微，甚至不會出現生病症狀。而典型登革熱的症狀則是會有突發性的高燒 ( $\geq 38^{\circ}\text{C}$ )，頭痛、後眼窩痛、肌肉痛、關節痛及出疹等現象；然而，若是先後感染不同型別之登革病毒，有更高機率導致較嚴重的臨床症狀，如果沒有及時就醫或治療，死亡率可以高達 20% 以上，所以民眾千萬不能掉以輕心！

### 四、預防方法:

登革熱是一種「社區病」、「環境病」，且病媒蚊對於叮咬對象並無選擇性，民眾平時應做好病媒蚊孳生源的清除工作。

(一) 一般民眾的居家預防：

家中應該裝設紗窗、紗門；睡覺時最好掛蚊帳，避免蚊蟲叮咬清除不需要的容器，把暫時不用的花瓶、容器等倒放。家中的陰暗處或是地下室應定期巡檢，可使用捕蚊燈。家中的花瓶和盛水的容器必須每週清洗一次，清洗時要記得刷洗內壁。放在戶外的廢棄輪胎、積水容器等物品馬上清除，沒辦法處理的請清潔隊運走。平日至市場或公園等戶外環境，宜著淡色長袖衣物，並在皮膚裸露處塗抹衛生福利部核可的防蚊藥劑。

(二) 清除孳生源四大訣竅—澈底落實「巡、倒、清、刷」：

1. 「巡」—經常巡檢，檢查居家室內外可能積水的容器。
2. 「倒」—倒掉積水，不要的器物予以丟棄。
3. 「清」—減少容器，使用的器具也都應該澈底清潔。
4. 「刷」—去除蟲卵，收拾或倒置勿再積水養蚊。

(三) 感染登革熱民眾，應配合的事項：

感染登革熱民眾，應於發病後 5 日內預防被病媒蚊叮咬，病房應加裝紗窗、紗門，病人可睡在蚊帳內。防疫單位應進行孳生源清除工作，並依相關資料綜合研判後，評估是否有必要實施成蟲化學防治措施。

### 五、治療與就醫:

由於目前沒有特效藥物可治療登革熱，所以感染登革熱的患者，一定要聽從醫師的囑咐，多休息、多喝水、適時服用退燒藥，通常在感染後兩週左右可自行痊癒。

此外，對於登革熱重症病患應安排住院，適時的介入措施，提供完整嚴密及持續的照護，可將死亡率從 20% 以上降到 1% 以下。



# 對抗登革熱



## 容器減量

瓶瓶罐罐、廢電瓶



一品夫人



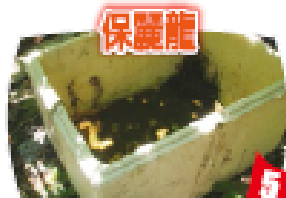
馬貨二胎



三福五常



大四 東南西北



生肖五

認識 **13大** 孳生容器  
記好口訣，速清除！

愛社區、愛家園、愛學校  
你我可以怎麼做？

- ✓ 家戶動起來：  
配合地方政府公告清運日，每家戶清出不需要的容器。
- ✓ 校園動起來：  
1. 鼓勵各級學校師生參與校內及社區容器減量。  
2. 透過學校聯絡簿及衛教宣導，帶動家長參與環境清潔。
- ✓ 戶外作夥來：  
配合地方清潔隊，村(里)長帶領社區民意，這陣做環境清潔及容器減量。



道路六合



生肖七



天龍八



十三撲克牌



十二時鐘



畫十一部



道路十全



九龍文化



教育部



衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC



www.edu.gov.tw



1922 防蚊達人  
my.forestonly.com/TW/CDC

夜間通報及服務專線：(1922)

# 校園愛滋防治宣導資料

## 一、愛滋疫情現況：

我國愛滋疫情現況以年輕族群及男男間性行為族群最為嚴重，愛滋感染者累計通報人數截至 108 年 7 月 31 日止，達 40,255 人，其中 15-24 歲感染者共 2108 人(佔全年齡層 11.37%)，而近年來新增的感染者中，9 成以上是透過不安全性行為傳染，而部分感染之傳染途徑與合併使用成癮藥物或網路交友導致不安全性行為有關。

## 二、認識愛滋病：

### (一)認識愛滋病毒

愛滋病是由愛滋病毒所引起的疾病。愛滋病毒會破壞人體原本的免疫系統，使病患的身體抵抗力降低，當免疫系統遭到破壞後，原本不會造成生病的病菌，變得有機會感染人類，嚴重時會導致病患死亡。

### (二)傳播方式

愛滋病毒的主要傳染途徑是性行為、血液或母子垂直傳染，故輕吻、蚊子叮咬、日常社交生活，如擁抱、握手、共餐、共用馬桶、游泳、一起上班、上課、共用電話、水龍頭，均不會傳染愛滋病毒。

### (三)預防方法

- 1.安全性行為：單一固定的性伴侶，避免嫖妓、援交、一夜情，性行為時要全程正確使用保險套，若需要使用潤滑液，應選用水性潤滑液，不可使用油性潤滑物質（如嬰兒油、凡士林），以避免保險套破損。
- 2.不要共用注射針頭、針筒、稀釋液。
- 3.性病患者請儘速就醫，並檢驗愛滋病毒。
- 4.懷孕時要接受愛滋病毒檢查，如果媽媽確定為愛滋病毒病患感染者，從懷孕期間就要開始接受預防性用藥，有需要時選擇剖腹產，並且避免餵母乳。

### (四)治療方法與就醫資訊

目前臺灣採用雞尾酒式混合療法藥物，可以有效控制病情，延緩發病時間，且近年來由於藥物的發展進步，原本治療過程產生的副作用也漸漸改善，但仍無法根治。

民眾若擔心自己有可能得到愛滋病，可以到愛滋病指定醫院或其他醫療院所接受愛滋病篩檢，或可至衛生局(所)、全國匿名篩檢點進行匿名篩檢，證實感染後，請立即至全國愛滋病指定醫院接受治療。

## 三、感染者權益保障：

若愛滋病毒感染者受到各項不公平待遇或歧視時，可以於事實發生日起 1 年內，依據「人類免疫缺乏病毒感染者權益保障辦法」第 7 條規定進行申訴。如果感染者受到就學或就業等不公平待遇或歧視時，請先向原機關(構)、學校或團體負責人(雇主)提出申訴，如對於該項訴處理有延遲或對處理結果不服，則可向當地衛生局提出申訴，如對當地衛生局處理結果不服者，得向衛生福利部提出申訴。若感染者在於安養或居住方面受到不公平待遇或歧視時，請直接向當地衛生局提出申訴，如對於當地衛生局處理結果不服者，得向衛生福利部提出申訴。

■為維護貴子弟健康請家長與孩子共同建立良好的生活習慣：

一、健康體位五大核心概念(85210):

數字	意義	實施方法
8	每天睡滿八小時	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.養成規律的讀書習慣，安排時間</li> <li>2. 最好9點以前，最晚11點以前上床睡覺</li> <li>3.培養良好且規律的睡眠習慣</li> <li>4.睡前避免看電視、打電腦、玩電動聲光刺激大的活動。</li> </ol>
5	天天五蔬果	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 儘量提供孩子各種顏色（綠、黃、紫、紅、黑、白等等）蔬果。</li> <li>2. 3份蔬菜+2份水果</li> <li>3..用餐時間要滿20分鐘。</li> </ol>
2	電子用品每天使用時間少於二小時	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 看電視、玩電動、打電腦、用電話每天少於2小時</li> <li>2.近距離用眼每30分鐘，休息10分鐘。</li> <li>3.望遠凝視，讓眼睛放鬆。</li> <li>4. 鼓勵孩子多從事戶外活動。</li> </ol>
1	每一天運動達到30分鐘	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.多步行或騎腳踏車。</li> <li>2.早起出門運動。</li> <li>3.搭公車提前一站下車。</li> <li>4.多走樓梯，少搭電梯。</li> <li>5.約同好一起打球。</li> </ol>
0	喝零熱量的「白開水」 (減少高糖份、高油脂飲食)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.外出人人帶水杯、水壺。</li> <li>2.不以含糖飲料獎勵孩子。</li> <li>3. 拒絕垃圾飲料、調味奶</li> <li>4.午餐附餐不提供含糖飲料</li> <li>5. 喝足白開水，每天要喝體重30倍水量。</li> </ol>

## 二、衛生教育宣導重點：

宣導主題	健康促進宣導內容
視力保健	<p><b>第 1 招：眼睛休息不忘記</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 每天和假日都要有戶外活動時間。</li> <li>◇ 看電視要遵守 3010 原則，每 30 分鐘休息 10 分鐘，每天總時數少於 1 小時。</li> <li>◇ 下課務必走出教室外活動或讓眼睛望遠休息至少 10 分鐘。</li> <li>◇ 早睡早起，充分休息。</li> </ul> <p><b>第 2 招：均衡飲食要做到</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 多攝取維生素 A、B、C 群及深綠色蔬菜、水果。</li> <li>◇ 日常飲食種類多樣化、不偏食、不暴飲暴食。</li> </ul> <p><b>第 3 招：閱讀習慣要養成</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 每閱讀 30-40 分鐘應休息 10 分鐘。</li> <li>◇ 看書或執筆寫字，保持 35-40 公分的距離。</li> <li>◇ 不在搖晃的車上閱讀，也不要躺著看書。</li> </ul> <p><b>第 4 招：讀書環境要注意</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 光線要充足，桌面照度至少 350 米燭光以上。</li> <li>◇ 書桌高度要讓手肘自然下垂平放，椅面要讓臀部坐滿，雙腳要踩到地。</li> </ul> <p><b>第 5 招：執筆、坐姿要正確</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 書桌光線不直接照射眼睛，習慣用右手寫字，檯燈放左前方，左撇子則相反方向。</li> <li>◇ 姿勢端正，兩肩放輕鬆，腰打直，不歪頭、不趴著。</li> <li>◇ 執筆由前三指來挺筆並帶筆運行，後二指要穩定。</li> </ul> <p><b>第 6 招：定期檢查要知道</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 滿四歲前應至眼科進行視力檢查；每年固定一至二次視力檢查。</li> <li>◇ 當接到學校視力篩檢未達合格標準之通知，需至合格眼科醫師接受複檢。</li> <li>◇ 遵照醫師指示配合矯治，定期回診追蹤。</li> </ul>
口腔保健	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 每天使用含氟牙膏至少刷 2 次牙；睡前刷牙、選另外時機至少一次。</li> <li>2. 牙膏氟離子濃度應在 1000ppm 以上。</li> <li>3. 減少含糖飲食（如糖類,餅乾）的次數與用量，鼓勵餐後潔牙。</li> <li>4. 定期的口腔檢查(至少每 6 個月一次)。</li> </ol>

宣導主題	健康促進宣導內容
電子煙防制 知能	<p><b>1. 含尼古丁電子煙具成癮性，過量、中毒頻傳</b></p> <p>電子煙含尼古丁之濃度約 2-18mg/ml(一般約 6 mg/ml)，一瓶 30ml 補充液即含 180mg 尼古丁，相當於 225 支紙菸 (超過 11 包菸)。若以每支煙匣可注入 2-6ml 計算，尼古丁量約相當於 12-36 根紙菸。因消費者不易控制使用量，非常容易過量。</p> <p><b>2. 電子煙含一級致癌物甲醛</b></p> <p>食品藥物管理署抽驗電子煙中，100%含有甲醛，90.3%含有乙醛，二者皆有致癌性。依據國際癌症研究署(International Agency for Research on Cancer, 簡稱 IARC)癌症因子分類，甲醛歸類為 1 級(確定為致癌因子)，乙醛 2B 級(可能為致癌因子)。</p> <p><b>3. 電子煙具爆炸危險性</b></p> <p>電子煙係由鋰電池點燃，而鋰電池受損後可發生自燃，導致溫度升高。美國聯邦緊急事務處理總署 (FEMA) 指出，電子煙存放的環境、周圍的溫濕度、充電的環境、使用者不當使用載具之安全性，都有可能具有潛在的危險，如灼傷、電池爆炸等。桃園地院 105 年 4 月 29 日曾就乘客於飛機上吸食電子煙，依涉違反民用航空法第 102 條第 1 項非法使用干擾飛航器材罪，處罰金新臺幣(下同)4 萬元。</p> <p><b>4. 電子煙亦曾被驗出含安非他命、大麻等毒品成分</b></p> <p>因電子煙油可隨意添加，國內外已查獲多起電子煙含毒品之案例，包括安非他命、大麻等毒品成分，可能讓使用者因此染上毒癮，嚴重戕害身體健康。</p> <p><b>5. 製造、輸入與販售電子煙均屬違法</b></p> <p>電子煙外型似菸品形狀，違反菸害防制法第 14 條規定：任何人不得製造、輸入或販賣菸品形狀之糖果、點心、玩具或其他任何物品。違反者，對製造或輸入業者可處 1 萬元以上 5 萬元以下罰鍰，販售業者可處 1,000 元以上 3,000 元以下罰鍰。若含有尼古丁，則屬偽劣假藥，依藥事法處理，製造或輸入者，最高可處 10 年以下有期徒刑；販售者最高可處 7 年以下之有期徒刑。倘電子煙產品宣稱具「幫助戒菸」、「減少菸癮」或「減輕戒斷症狀效果」等醫療效能詞句，即使不含尼古丁成分，亦違反藥事法有關廣告之規定，可處 60 萬元以上 2,500 萬元以下罰鍰，並沒入銷燬之。</p>
菸害防制	<p>◎高中職以下校園及週邊全面禁菸，違者得處 <b>2 千至 1 萬元</b>。</p> <p>◎未滿 18 歲以下吸菸，必須接受<b>戒菸教育</b>，無正當理由不到場，得處 <b>2 千至 1 萬元</b>，並按次連續罰鍰。賣菸或提供菸品 18 歲以下者，罰 <b>1 至 5 萬元</b>。</p>
拒檳宣導	<p>1. 檳榔子含有<b>致癌物質</b>，其粗纖維會造成<b>口腔黏膜硬化及牙齒磨損</b>。</p> <p>2. 嚼食檳榔者的<b>口腔癌罹病率</b>，較未嚼食檳榔者，高出 <b>28 倍</b>。合併有吸菸、飲酒行為者，其罹患口腔癌是常人的 <b>123 倍</b>。</p>

宣導主題	健康促進宣導內容
愛滋病	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 愛滋病毒經由不安全性行為、血液 (共用針頭)及母子垂直感染，其中以不安全性行為為主要傳染途徑，<b>禁慾及固定單一性伴侶</b>為最根本的預防之道，其次，堅持每一次性行為<b>全程且正確使用保險套</b>，也能有效預防感染愛滋病毒。</li> <li>2. 日常相處不易感染愛滋病毒，因此，不需恐懼或排斥感染者，期望大家以<b>尊重、包容與關懷</b>的態度面對愛滋病。</li> </ol>
登革熱	<p><b>請大家務必清除孳生源，以降低社區病媒蚊密度。</b>如有發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉痛、關節痛、出疹等疑似症狀，應儘速就醫，並告知醫師旅遊史、活動史，以利醫師診療及通報。</p>
流行性感冒	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 加強正確洗手等個人衛生習慣之養成，及注意呼吸道衛生，儘量避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所。如有呼吸道症狀時應配戴口罩；打噴嚏時應用面紙或手帕遮住口鼻，或用衣袖代替；與他人交談時，儘可能保持 1 公尺以上。</li> <li>2. 對感染流感之師生，應請其戴口罩，指導其適當休息與適當補充水分，並依醫師指示接受治療，落實「生病不上課、不上班」原則，並儘量與家長溝通，讓學生在家休養直至症狀解除後 24 小時始返校上課。</li> <li>3. 3、平日注意營養、均衡飲食、運動及充足睡眠，以增強個人的免疫力，吃東西前、如廁後需加強洗手。</li> </ol>
食品資訊素養	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 辨識正確及不實之食品資訊方法。</li> <li>2. 提供民眾正確食品資訊管道 (食安資訊百貨專櫃及闢謠專區) 並持續更新內容。</li> <li>3. 遇到存疑食品資訊時，如何透過正確管道查證(撥打 1919 全國食安諮詢專線)。</li> </ol>
珍惜醫療資源，健保服務帶著走—分級醫療、健康存摺	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 「厝邊好醫師，社區好醫院」： <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)提醒民眾社區家庭醫師守護民眾健康，當有需要協助轉診合作醫院，引導正確就醫及轉診觀念。</li> <li>(2)家醫計畫已建立社區醫療群體 24 小時電話諮詢專線，民眾可即時獲取就醫資訊。</li> </ol> </li> <li>2. 提供開診資訊，導引民眾就醫： <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)民眾可由本署全球資訊網、健保快易通 APP 查詢附院所開診，就近就醫。</li> <li>(2)調整門診與急診部分負擔(依核定內容辦理)，平日急診時段與未經轉診至醫學中心就醫者調高部分負擔，經轉診至醫學中心與區域醫院就醫者調降其收取金額。</li> </ol> </li> <li>3. 健康存摺 2.0 資料內容 <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)醫療類資料：西、中、牙醫門診資料、住院資料、過敏資料、器捐或安寧緩和醫療意願、檢驗資料、影像或病理檢查報告資料、出院病歷摘要、成人預防保健結果、預防接種資料等。</li> </ol> </li> </ol>

宣導主題	健康促進宣導內容
	<p>(2)保險計費及繳納類資料：健保卡狀況及領卡紀錄、保費計費明細及保險費繳納明細。</p> <p>4.健康存摺 2.0 功能</p> <p>(1)健康資料以圖呈現，方便民眾閱讀。</p> <p>(2)連結衛教指引，提升民眾健康知能。</p> <p>(3)運用健康資料，提供疾病管理服務。</p> <p>(4)提供互動式服務，如行事曆、生理量測紀錄、貼心叮嚀。</p> <p>(5)免插卡、不限瀏覽器登入，可立即查詢。</p> <p>5.健康存摺-APP 版</p> <p>功能全面提升，民眾可隨時隨地利用行動裝置查詢個人多項健康資料、記錄個人健康記事或生理量測結果。</p>
<p>珍惜醫療資源，健保服務帶著走—急診檢傷</p>	<p>1. 急診檢傷分類定義（五級）。</p> <p>2. 正確轉診制度資訊。</p> <p>3. 維護急重、難症病人的醫療照護品質。</p>

## 體育組

1. 體適能為免試入學超額比序項目之一，本校辦理之體適能檢測以團體報名方式參加。
2. **體適能檢測**：由大灣高中體適能檢測站舉辦，國一新生預計在每年 11-12 月舉辦，全校統一報名參加，會另行通知，評分標準及評分計算(以年齡而非年級)，學校首頁右邊連結學生可自行上網確認體適能成績，如有問題請洽體育組查詢，學生校外自行參加檢測之成績需將成績單交至學務處登錄才能予以計算。
3. (一)體適能成績計算：四項檢測以兩項最佳成績計算加分，滿分為 10 分。

### ★13 歲標準

男生	中等 25%	銅 50%	銀 75%	金 85%	女生	中等 25%	銅 50%	銀 75%	金 85%
坐姿(公分)	18	24	30	33	坐姿(公分)	24	30	35	39
仰臥(次數)	29	33	39	42	仰臥(次數)	23	29	33	36
立定(公分)	148	170	190	200	立定(公分)	122	138	155	165
1600m(分秒)	11.16	9.50	8.20	7.54	800m(分秒)	5.16	4.43	4.16	4.03

### ★14 歲標準

男生	中等 25%	銅 50%	銀 75%	金 85%	女生	中等 25%	銅 50%	銀 75%	金 85%
坐姿(公分)	18	25	31	34	坐姿(公分)	23	30	37	40
仰臥(次數)	30	35	40	43	仰臥(次數)	22	27	32	35
立定(公分)	165	185	203	213	立定(公分)	122	138	155	165
1600m(分秒)	10.59	9.14	7.57	7.28	800m(分秒)	5.23	4.49	4.23	4.10

- (二) 1. 同一次檢測四項均無(或僅一項)達門檻者，得 4 分。
  2. 同一次檢測任二項檢測成績達門檻者，得 6 分。
  3. 同一次檢測任二項檢測成績達百分等級 50 以上者，得 8 分。
  4. 同一次檢測任二項檢測成績達百分等級 75 以上者，得 9 分。
  5. 同一次檢測任二項檢測成績達百分等級 85 以上者，得 10 分。
- (三) 身心障礙學生、重大傷病及體弱學生之計分：
- 持有各級主管機關特殊教育學生鑑定及就學輔導會鑑定為身心障礙學生之證明，或領有身心障礙手冊(證明)者，或持有公立醫院證明為重大傷病、體弱學生，考量學生身心發展差異及就學權益，比照門檻標準，予以計分(6 分)。



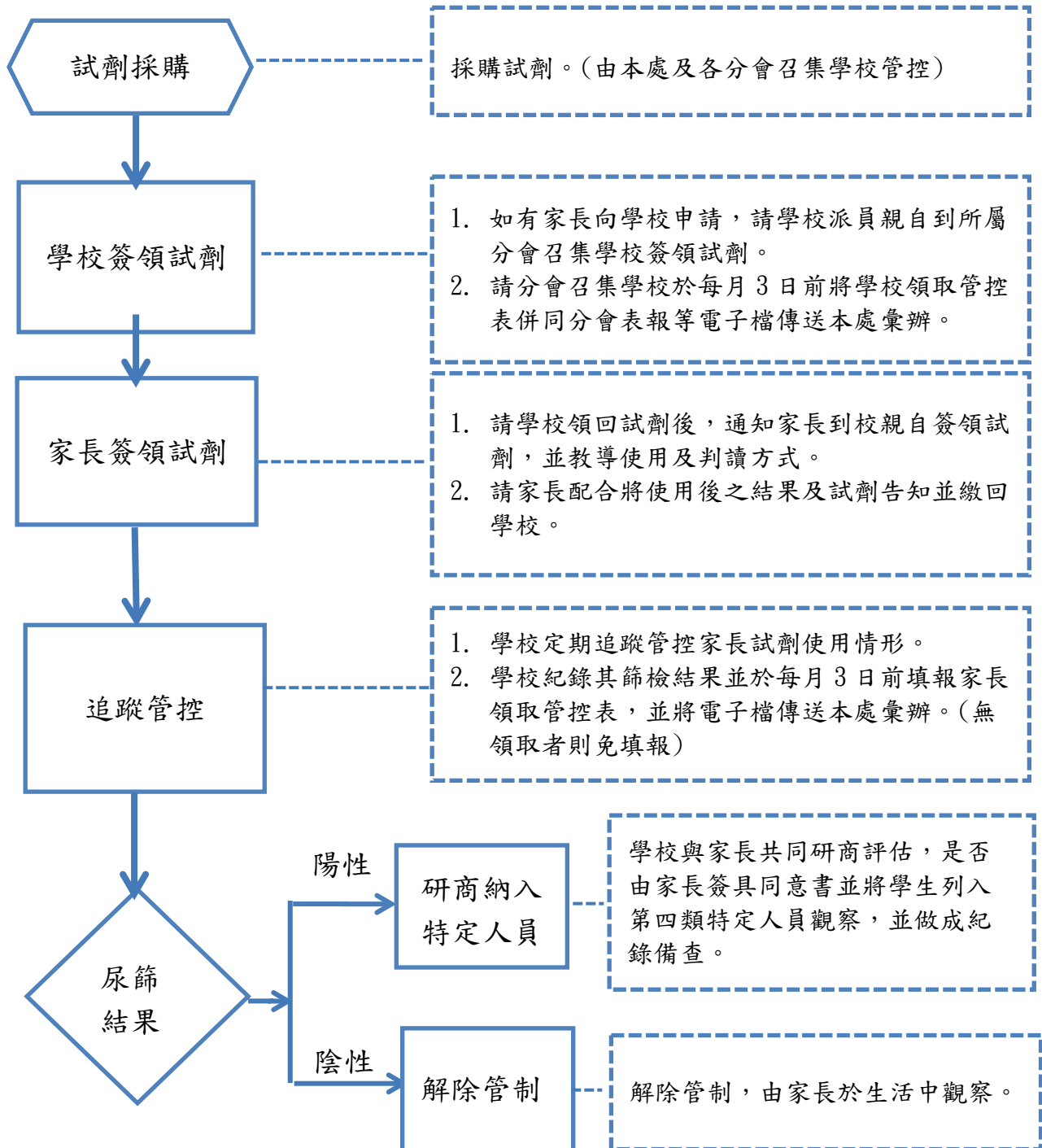
## 壹、生活常規注意事項

- 一、學生若當日未能到校上課，請家長(或監護人、養育人)務必先聯繫導師，嚴禁(不得)由學生自己打電話通知校方，更不可透過其他學生轉達，如此才能確保學生的動向及安全，另外，也提醒您務必清楚導師的聯絡資訊(可透過聯絡簿、電話、網路等進行聯絡)。另外，學生請假若無佐證資料，請於假本空白處註記原因，感謝您的配合。
- 二、請各位家長多了解學生假日在外行為，若到他校(社區)玩耍，不要破壞設施及造成環境髒亂，若有移動到部分運動設施，記得物歸原位。
- 三、學生手冊公布於學校網站，請家長可以下載參閱。另外學校網站公布的訊息，也請多多瀏覽。
- 四、本校服儀規定乃依教育部訂定之「國民中學訂定學生服裝儀容規定之原則」、「高級中等學校訂定學生服裝儀容規定」，本校並未開放學生穿著便服到校，天冷時為開放學生「在校服內及外均可加穿保暖衣物」。

## 貳、交通安全宣導

- 一、為了您的安全，請家長及學生養成戴安全帽、遵守交通號誌指示、勿在雙黃線區域橫越馬路或迴轉、多看多聽多安心等良好習慣，並協助叮囑您的孩子絕不無照駕駛、併排騎車、闖紅燈、騎車不戴安全帽等。
- 二、呼籲家長勿飲酒後駕車及指定駕駛，熬夜疲勞、宿醉未醒、生病服藥或情緒不穩定，千萬不要駕車上路，天候不佳時(尤其雨天、地面有積水時)，應確實減速慢行，轉彎時亦應提前使用方向燈，以適時提醒他車注意。
- 三、提醒家長切勿超速、逆向行駛，並保持適當安全距離及間隔；並全面執行駕駛車輛開啟大燈(全日)，隨時注意前方狀況，採取必要之安全措施，以維用路安全。
- 四、提醒開車、騎車接送孩子的家長們，請勿將您的愛車停放在學校大門口或公車停靠處，以免影響行進動線及所有用路人的安全。
- 五、最近臺南市各級學校屢有民眾逕向警察單位以相片檢舉家長於接送孩子上放學時，違規停車，遭警察單位開罰單情事。請各位家長務必遵守交通規則。
- 六、宣導全國推行之四個核心概念宣導：
  - 我看得見您、您看得見我，交通才安全。
  - 謹守安全空間-不作沒有絕對安全把握的交通行為。
  - 利他用路觀-不作妨礙他人安全與方便的交通行為。
  - 防衛兼顧的用路行為-不作事故的製造者，也不成為無辜的事故受害者。

教育部臺南市聯絡處防制學生藥物濫用—  
一般型(家長)尿液篩檢試劑作業程序



家長如有索取需求，請先向教官詢問及登記。

## 家庭防毒卡

~反毒從家出發~

### ~孩子是否藥物濫用檢核表~

- 作息改變、常昏睡、日夜顛倒
- 身上常有特殊的味道
- 體重減輕和食慾減弱
- 曠課、逃學、出入不當場所
- 藉故外出、晚歸、離家出走
- 未感冒、但流鼻水、吸鼻水
- 行為鬼祟、房間有不明粉末、藥丸
- 用錢習慣改變、向家人索取或朋友借錢次數增加。
- 交友對象神情怪異，夾雜暗語
- 心神不定、躁動不安、精神恍惚

我的孩子符合\_\_\_\_\_項

- 如有需求可向孩子就讀學校索取家長用尿篩試劑，自行篩檢。

### ~常見毒品分級與罰則~

第一級	第二級	第三級	第四級
海洛因 嗎啡 古柯鹼	安非他命 搖頭丸 大麻	FM2 K 他命 一粒眠	蝴蝶 煩寧 火狐狸
施用罰則			
6 月以上 5 年以下	3 年以下	1 萬以上 5 萬以下罰 緩並接受毒品講習	

### ~新興毒品偽裝辨識~

市售改裝 混合填充	山寨品牌 混合填充	可愛造型 卡通圖樣	糖衣外表 零食外觀	貼紙 造形
				
破壞原貌再包裝 有拆封痕跡	包裝完整 無拆封痕跡	以特殊造型 吸引青少年食用	以糖果樣式混淆 引誘青少年誤食	毒品外表與卡 通貼紙相似

## 家庭防毒卡

~反毒從家出發~

### 增強孩子反毒抵抗力

1. 良好交友態度  
(留意孩子交友狀況，時時關心)
2. 遠離是非場所  
(避免孩子去不良場所，多多留意)
3. 拒絕成癮物質  
(菸酒檳榔都不碰，遠遠躲開)
4. 學會拒絕技巧  
(拒毒技巧要堅定，常常練習)
5. 陪伴孩子從事正當休閒活動  
(親子同樂更抒壓，天天開心)

### 藥物濫用防制諮詢訊息

1. 24 小時免費戒毒諮詢專線 0800-770-885
- 【學校教育】
2. 家庭教育中心諮詢專線 4128185
3. 各級學校師長或輔導室
- 【毒防中心】
4. 臺南市毒品危害防制中心 2909595/6372250
- 【警政單位】
5. 警察局婦幼隊 06-2207072
- 【關懷生命】
6. 臺南市生命線協會 1995/06-2209595
7. 張老師基金會臺南中心 1980/06-2909143



# 家庭是防毒第一線

與孩子無毒成長，我願意

家長簽名：

孩子簽名：

### 參、防制學生藥物濫用宣導事項

- 一、為利家長有索取需求時得以提供尿篩試劑，教育部臺南市聯絡處特辦理一般民眾使用之快速檢驗試劑採購三合一(安非他命類、K他命及搖頭丸)，相關作業程序如下：
- 二、毒品包裝日新月異，即溶咖啡包、巧克力包裝、茶包、糖果包裝、梅子粉等等，請各位家長持續注意。
- 三、毒品氾濫已成國家安全議題，在毒品預防工作推動上，每位學生擁有一張家庭防毒卡，讓家人互助的力量成為反毒第一道防線。由學生將家庭防毒卡帶回家與家人共同完成後，黏貼於家庭聯絡簿封面或封底內頁，以便隨時查詢運用。

### 四、「教育部防制學生藥物濫用家長宣導單張」暨「我的未來我作主」



### 肆、其他相關重要宣導事項

- 一、學校就「防制校園霸凌」、「防制黑幫勢力介入校園」、「防制學生藥物濫用」、「杜絕復仇式色情」等應有之作為與責任加強教育宣導，營造友善校園學習環境。為本學期友善校園主軸，本校會持續向學生宣導。教育部防制校園霸凌專線(0800-200-885)、教育局反霸凌專線 2959023。
- 二、落實平時防災教育宣導及災害防救演練，邇來地震頻仍且造成部分地區嚴重災損與人員傷亡，內政部消防署已製作地震應變時序圖說，提供民眾於地震發生時應採取之應變作為，相關資料可連結下方網站下載參考使用。

<http://www.nfa.gov.tw/cht/index.php?code=list&ids=275>

(1)防震避難掩護要領：

1. 趴下
2. 掩護
3. 穩住



(2)煩請家長協助幫忙填寫家庭防災卡，並將資料貼於聯絡簿後方(資料如附件一)

三、水域安全宣導：戲水謹遵三不原則：(1)危險水域不戲水。(2)吃飽飯後不戲水。(3)無救生員不戲水。戲水三要原則：(1)戲水要充分暖身。(2)戲水要同伴在旁。(3)戲水要量力而為。

四、使用瓦斯之家長請注意，如洗澡、室內烤肉、取暖時，應將窗戶打開，保持室內空氣暢通，**防範一氧化碳中毒**。

五、現今行動上網普及與網路遊戲多元，容易使學生**網路沈迷**，過度使用手機引發的身心病症也逐漸增多，請家長注意孩子的上網時間與慎選電子遊戲。同時提醒使用網路不可違法上傳不當影(照)片、不入侵他人網站竊取或篡改資料、不以從事非法交易或傳送不實資訊，或發表人身攻擊、詐欺、毀謗、侮辱、猥褻、騷擾之言論、圖影像。並尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。

六、如接獲詐騙電話或不慎遇上歹徒意圖詐騙，應切記反詐騙 3 步驟：「保持冷靜」、「小心查證」、「立即報警 110 或撥打 165 反詐騙專線」尋求協助。鼓勵多利用手機通訊軟體 LINE 「165 防騙宣導」官方帳號。

七、**人身安全要注意**：請住家較偏遠之家長，多提醒學生要注意人身安全，外出遇見陌生人士藉故攀談(問路)、主動提供食物、飲料等，要提高警覺，如發現異狀，應即時婉拒迅速離開或請身旁家人、親友協處。外出時應結伴同行為宜，如遇歹徒意圖不軌、強行擄人等危險時，應大聲呼救且快步跑向人群聚集處求援，以確保自身安全。夜間返回住家(租屋)處或行經偏僻昏暗巷道時，應小心有無跟蹤尾隨，個人自保物品如防狼噴霧劑、哨子等應隨身攜帶，以備不時之需。

八、「校園霸凌」係指相同或不同學校學生與學生間，於校園內、外所發生之個人或集體**持續**以言語、

文字、圖畫、符號、肢體動作或其他方式，直接或間接對他人為貶抑、排擠、欺負、騷擾或戲弄等行為，使他人處於具有敵意或不友善之校園學習環境，或難以抗拒，產生精神上、生理上或財產上之損害，或影響正常學習活動之進行。... 此外，所稱之「學生」係指「各級學校具有學籍、接受進修推廣教育者或交換學生」。校園霸凌事件均應經過學校防制校園霸凌因應小組確認。

霸凌事件國內外皆有，不僅是校園的問題也是社會的問題，因此，國內外有許多探討與研究，根據資料顯示，學生間的暴力鬥毆行為並不一定就是霸凌。但霸凌行為與一般偏差行為都是需要我們重視並解決的問題，尤其霸凌行為對於學生身心發展有極大影響，因此疑似霸凌個案均須積極處理，校園霸凌的預防及處理刻不容緩。反霸凌申訴電話

**PS：遇網路霸凌事件時可做：不謾罵、請刪文、留證據、快阻斷、尋求助。**

《家庭防災卡》貼於聯絡簿 班級 \_\_\_\_\_ 座號： \_\_\_\_\_ 姓名： \_\_\_\_\_

★緊急集合點

(地震與火災) 住家外： \_\_\_\_\_ 社區外： \_\_\_\_\_

(颱風/坡地) 社區內： \_\_\_\_\_ 社區外： \_\_\_\_\_

★緊急聯絡人 (本地)

稱謂： \_\_\_\_\_

手機號碼： \_\_\_\_\_

電話(日)： \_\_\_\_\_

電話(夜)： \_\_\_\_\_

★緊急聯絡人 (外縣市)

稱謂： \_\_\_\_\_

手機號碼： \_\_\_\_\_

電話(日)： \_\_\_\_\_

電話(夜)： \_\_\_\_\_

★災民收容所 (緊急安置所)

地址： \_\_\_\_\_ 家長簽章： \_\_\_\_\_

電話： \_\_\_\_\_

註：可洽詢住家所在地鄉鎮市公所人員或網站、「內政部社會司」網站、各縣市政府、社會局(處)或消防局網站中取得，若所在地公所已經就災害類別區分不同避難處所，則應分災害類別填寫不同資料。

★1991 留言平台預約電話：

註：約定電話為方便親友記憶使用，事先約定好的電話號碼，以家戶電話(含區域號碼)或手機號碼為佳。如為市話 02-2344-xxxx，請按 022344xxxx，如為行動電話 0912-345-xxx，請按 0912345xxx。

《家庭防災卡》繳交學務處 班級 \_\_\_\_\_ 座號： \_\_\_\_\_ 姓名： \_\_\_\_\_

★緊急集合點

(地震與火災) 住家外： \_\_\_\_\_ 社區外： \_\_\_\_\_

(颱風/坡地) 社區內： \_\_\_\_\_ 社區外： \_\_\_\_\_

★緊急聯絡人 (本地)

稱謂： \_\_\_\_\_

手機號碼： \_\_\_\_\_

電話(日)： \_\_\_\_\_

電話(夜)： \_\_\_\_\_

★緊急聯絡人 (外縣市)

稱謂： \_\_\_\_\_

手機號碼： \_\_\_\_\_

電話(日)： \_\_\_\_\_

電話(夜)： \_\_\_\_\_

★災民收容所 (緊急安置所)

地址： \_\_\_\_\_ 家長簽章： \_\_\_\_\_

電話： \_\_\_\_\_

註：可洽詢住家所在地鄉鎮市公所人員或網站、「內政部社會司」網站、各縣市政府、社會局(處)或消防局網站中取得，若所在地公所已經就災害類別區分不同避難處所，則應分災害類別填寫不同資料。

★1991 留言平台預約電話：

註：約定電話為方便親友記憶使用，事先約定好的電話號碼，以家戶電話(含區域號碼)或手機號碼為佳。如為市話 02-2344-xxxx，請按 022344xxxx，如為行動電話 0912-345-xxx，請按 0912345xxx。

## 【總務處】報告事項

下學期將進行之工程或設備安裝如下：

- 一、活動中心內部修繕工程(一月~四月，總務處庶務組)
- 二、國際雲端教室整修工程(一月~五月，教務處設備組)
- 三、飲水機機台汰換(二月~三月，總務處庶務組)
- 四、綠能光電屋頂浪板與太陽能模組建置(二月~四月，總務處庶務組)
- 五、學務處防水閘門修繕更新(三月，總務處庶務組)
- 六、添購教師辦公室社群討論桌(三月，總務處庶務組)
- 七、實驗室設備老舊汰換(三月~五月，總務處庶務組)
- 八、集思樓音樂教室隔音修繕工程(四月~八月，總務處庶務組)

正積極爭取經費，項目如下：

- 一、通學步道修繕工程(校園南側與西側)
- 二、操場 PU 跑道與中央草坪修繕工程
- 三、學生停車棚修繕工程
- 四、銅雕處照明設備更新



## 【輔委會】報告事項

### 大灣高中 110 學年下學期親職成長暨志工培訓課程

#### 一、辦理時間與場次：

日期	時間	內容	講師	地點	線上報名網址
3/26	9:00-11:30	爸媽們，你累了嗎？~談親職紓壓-跟著心理師動一動	李松霖 (健身運動協會 C 級教練/ 禾心心理諮商所諮商心理師)	會議室 (第 4 棟 1 樓)	<a href="https://reurl.cc/qOapyn">https://reurl.cc/qOapyn</a>
4/9	9:00-11:30	說不出口的，更需要被聽懂	胡展誥 (作家/諮商心理師)	會議室 (第 4 棟 1 樓)	<a href="https://forms.gle/EV3BeMgj15DGQnZZ9">https://forms.gle/EV3BeMgj15DGQnZZ9</a>
6/11	9:00-11:30	是我的錯嗎？~創傷知情父母篇	楊逸芳 (寬心心理諮商所心理師)	會議室 (第 4 棟 1 樓)	<a href="https://forms.gle/pbow7pGKdbmwzdme8">https://forms.gle/pbow7pGKdbmwzdme8</a>

二、參加對象：本校教師、志工與社區家長。

三、報名方式：線上報名、電話報名(06-2054634)

## 【圖書館】報告事項

- 一、圖書館在開學日即開始借、還書作業服務，本館現有藏書約 80,000 冊，報章期刊(雜誌)近 290 餘種，非書資料(光碟)近 12,701 片，電子書 45 本及 5 種線上資料庫，各項館藏豐富且多元，提供全校師生充分利用圖書館各項資源。
- 二、圖書館於第三週在「演講廳」進行中一、中四同學之「新生圖書館利用教育—集合式圖書館介紹課程」，期許新生在講述與實務兼具的圖書館利用課程指導下，能夠親近、喜愛圖書館且樂於閱讀，期間感謝所有老師的熱心協助與指導。
- 三、辦理圖書館服務學習志工徵選活動，學生志工服務學習時間：111/03/7(一)~111/06/17(五)中午 12:35~13:05 每週選定 1 次午休到館服務；報名時間：自即日起至 3 月 2 日(三)中午 12:35 前截止報名。
- 四、圖書館持續推動國中部晨讀十五分鐘，本學期於 2/25(五)開始評分，每週五上午 7:45—8:00 實施，請國中部班級於晨讀時間進行課外閱讀，段考前一週暫停，實施辦法詳見首頁公告。
- 五、圖書館本學期持續辦理國中部(一 ~ 三年級)閱讀推廣「班級圖書館」暨「班級共讀」活動，活動辦法及共讀書目九十餘種，請見本校首頁圖書館公告。
- 六、新生親子閱讀：教育部贈送中一每位新生一人一本新書(新書為年度百本好書)，鼓勵親子閱讀。歡迎導師或任課教師多加利用好書資源，鼓勵學生閱讀，也鼓勵家長一起陪伴閱讀。第一週由導師挑選圖書，第二週圖書館統籌分配，第三週以班級為單位至圖書館領書。本學年領書時間：9/13(一)新生教育結束後至圖書館搬書。
- 七、大灣高中 110 學年度圖書館活動備忘錄

活動項目	辦法	對象	時間
開館流通借閱時間	學期中可借圖書 5 本、光碟 3 片、期刊 8 本，借期 1 週，可續借 1 週，寒暑期增量。	全體同學	◎上課到第八節開放至 17:30 ◎上課到第七節開放至 17:00 ◎寒暑假開放至中午 12:00
檢索暨專題研究區電腦使用規則	檢索區只提供查詢本校圖書館館藏，請勿上其他網站；專題研究區電腦可開放借用，請先到 1F 櫃台登記即可。	全體同學	與開館時間相同 ★專題研究區電腦使用：請先到 1F 櫃台登記★
閱讀護照	每學期查閱 3 篇，班級『優秀作品』記嘉獎乙次，佳作可得 5 支優點，中一、中二、中四、中五未完成者記警告乙支，中三、中六以班為單位自由參加。	全體同學	第 16 週查閱
畢業典禮書卷獎	三年借閱質量及閱讀護照	全體同學	每年五月中旬審核

活動項目	辦法	對象	時間
讀報活動	以班級為單位，由教師提出申請贈報，讀報方式由教師規劃，若需活動學習單請洽圖書館索取。	全體同學	學期末由教師送出優秀作品，並由圖書館記優點或嘉獎，以予鼓勵。
閱讀卡好-以好文換卡-海報畫卡索取活動	以閱讀護照文章兌換，每兩篇可兌換一枚海報或書卡。	全體同學	每週五上午 10:00-10:10、11:00-11:10，在圖書館櫃台兌換
晨讀 15 分鐘	於晨讀時間進行課外閱讀，素材形式不拘，巡堂紀錄表現優異班級，頒發獎狀及圖書禮券，並增加該班全體同學借閱冊數。	國中部	星期五上午 7:45—8:00，晨讀十五分鐘（段考前一週暫停）
班級圖書館	國中部各班設置班級圖書櫃，圖書館提供書籍 50 本，期初領書，期中換書。班級自訂借閱規則。	國中部	本學期領書時間： 中一 2/22(二)、中二 2/23(三)、中三 2/24(四) 上午的下課時間。防疫期間，期中換書暫停。
國中班級共讀	圖書館備有國中 100 餘種共讀書籍，任課老師選定書籍，通知圖書館準備圖書及清冊，由班級圖書股長到館領書及後續歸還。	國中部	借閱時間：以一次段考為限，可續借一次，續借時間請於歸還時間一周前登記。
新生親子閱讀	教育部贈送中一每位新生一人一本新書(新書為年度百本好書)，鼓勵學生與家長一起閱讀、一起成長。第一週由導師挑選圖書，第二週由圖書館統籌分配，第三週以班級為單位至圖書館領書。	中一	本學年領書時間：9/13(一)新生教育結束後至圖書館搬書。
高中共讀書庫	由圖書館規劃，每學期依年段分班級，領換中英文共讀書籍或影片。	高中部	3/2 領書，第 18 週期末還書。防疫期間，期中換書暫停。
中學生網站讀書心得寫作比賽	圖書作者與內容簡介：100~200 字。內容摘錄：100~300 字，務需註明頁碼。我的觀點：主要內容一千字。討論議題：至少提出一個。	高中部	網站上傳期限： 每年兩梯次 10/10、3/10
中學生網站小論文比賽	詳見中學生網站--全國高級中等學校小論文寫作比賽格式說明暨評審要點	高中部	網站上傳期限： 每年兩梯次 10/15、03/15
世界閱讀日系列主題活動	藉由「人與自然」主題激發學生潛能，引導主動探索大自然相關的主題，融合語文、自然與藝術領域，提供學生探索場域。辦理文學講座、好書大放送、閱讀大戶、布可星球頒獎等相關活動，詳見辦法。	全體師生	年度主題活動於圖書館周及世界閱讀日辦理 110.9~110.4 主題班級共讀及個人借閱 110.10 主題專題講座 111.04 閱讀文學講座

活動項目	辦法	對象	時間
圖書館週系列活動	詳見活動辦法	全體師生	每年十二月第一週為全國圖書館週，依學校行事活動時間調整。
各項圖書館利用活動	新生圖書館利用、配合教學活動需求到館、因應其他活動需求到館。	全體師生	請於活動前洽詢圖書館，以利配合。
推動布可星球累積「布可能量」活動	<p>1. 國中部以班級為單位全校第 1 名獎金 600 元，全校第 2、3 名獎金 500 元，全校第 4、5、6 名獎金 300 元。</p> <p>2. 國中部全校第一名之班級，全班記嘉獎二支(完全沒有能量的同學除外)；全校第二~六名之全班記嘉獎一支(完全沒有能量的同學除外)，於世界閱讀日記獎。</p> <p>3. 國中部個人成績全校前十名同學、高中部個人成績全校前五名，頒發獎狀及精美禮物一份給予精美禮物一份。</p> <p>※班級獎項於每學年上學期第八周周一起至下學期 3 月 31 日結算。個人獎項於每年 3 月 31 日結算，以上獎項於世界閱讀日頒發。</p>	全體同學	全學年
其他閱讀推廣活動	依據專案經費辦理	全體師生	視專案計畫時間而訂，請密切注意圖書館各項活動公告。
影印機	使用方式：個人購卡，自助式影印。 紙張限 A4、B4 尺寸	全體同學	開放時間：下課時間 費用：120 元(押卡費 20 元可退)
<u>多元學習表現系統</u>	<u>帳號密碼查詢</u> ，固定於 <u>每週一下午到圖書館找資訊組張立承組長</u> 。	<u>國中部</u>	<u>每週一下午的下課時間</u>