

# 桃園市立中壢高商 113 學年度第 1 學期第 10~12 週 (10/27~11/16) 班級通報

本校網站：[首頁](#) > [行政單位](#) > [學務處](#) > [班級通報](#)可查閱。

※班級海報繪製請準時繳交，也請準時上傳班會照片，逾時未交或品質太差者，班級學藝股長記警告一次。

(活動詳情，請見各組工作宣導)

## 一、訓育組：欲不可早，少年戒之在色。心不可縱，君子收攝心身。

### (一)班會討論議題

#### 1. 11/1 (五)：

(1) 第五、六節：社團 4——提早於 13:10 開始，請各社團成員準時到各區集合。結束後回各班打掃以便集合。

(2) 第七節：月會。練運動會入場暨退場。請全校導師陪同各班同學 15:05 至操場集合演練。

#### 2. 11/8 (五)：113 學年度運動大會。

#### 3. 11/17 (五)：

##### (1)第五節：班級活動

討論主題：健康促進 [鼻妹回憶錄]百百種台灣店家觀察 Part1

<https://www.youtube.com/watch?v=ecMQ8NRQGe0>

討論內容：

Q1 如影片中介紹的店家，你有看過類似的嗎？有使用過嗎？

Q2：若要以「飲身健康」來論，你覺得哪樣的店值得去呢？

##### (2)第六、七節：社團 5

### (二)海報出刊日期，請學藝股長準時繳交：

編號	出刊日期	特刊主題	班級	班級
5	11/14 (四)	「XY 與 XX？從奧運看性別尊重」 性別平等教育海報特刊	國一 2	國二 2
			國一 3	國二 3

備註：

1. 指導老師請貴班導師擔任。
2. 請各班學藝負責該班海報製作幹事，得選聘班級 1~2 人協助。
3. 海報製作優良者，敘嘉獎乙次，得併公服時數 4 小時或改過銷過，逾時未交或品質太差者，記警告乙次。
4. 海報格式為半開，創作形式不拘，海報背面右下角須冠上班級及製作同學姓名、座號、學號(含學藝至多三名)。
5. 可至學務處訓育組請領海報紙。
6. 最後請填表單 113 學年度-班級海報上傳，完成表單即可。(網址可找學藝群組記事本)



(三) 11/15(五)高三拍攝團體照，故當天未到不予補拍(視同「贈品數量有限，送完為止」的概念。)

沙龍照，請畢代通知任課教師隨班。有欲邀請的老師或拍攝用具、排列位置，請早準備。

(四)11 月份學生代表大會定於 11/20(三)中午召開。請各班班代 12:20 前至第一會議室報到。

(五)第三次導師會議於 11/22 日舉行。

## 二、社團活動組：

(一)星期五第六節為高三的社團課(高三綜職除外)，請高三班長上課前至活動組領取「高三社團老師簽到簿」，紙本點名紀錄表的日期、班級務必填寫，並課後繳回。

(二)11/1、11/15(五)第六、七節為高一、二第 4、5 次社團活動課，請同學準時到上課地點集合，勿隨意在外遊盪，下課前完成教室環境恢復，如未符合規定經規勸兩次之社團，除扣社團分數外，並停止課後活動兩週。

(三)社團活動組提醒各社團及同學，請勿在非申請社團活動時間至學校練社或逗留，如發現非經許可留校或以社團練社名義在校內校外逗留晚回家，除依校規處分外，該社團終止練社一個月，請各位同學及社團共同遵守學校規定並加強留意自身安全。

(四)社團活動申請須在活動前一週完成，並附上社團活動申請表、人員清冊及家長同意書；如為假日的活動另至教官室填寫假日返校申請表，未依程序申請不得參與活動。

### 三、生輔組：每個規則與事件都有不同的視角及期待，多聽多討論，轉個角度，視野就會不一樣！

(一)校園進出刷卡已開始執行，目前刷卡率平均為 85%，請入校未刷卡的同學務必配合。待宣導期過後，即開始實施簡訊通知之制度。

1. 9:10 未刷卡者，統一寄送郵件給導師及寄送簡訊給家長。

2. 依個別家庭需求購買進、出校簡訊通知者，則於刷卡後三分鐘內將簡訊發送給家長。

(二)最近氣候變化較大，請同學加強自主管理，如有身體不適等症狀，盡速就醫診治。

(三)近期發現有學生與校外友人約於校園內，造成學校門禁管制疏漏恐造成校園危安，在此宣導除重大活動公告開放外，平日校園不對外開放。若有洽公需求應於警衛室登記，並佩戴相關識別證。

(四)上、放學有家長接送或乘坐計程車者，請於新明路口上、下車，正門及側門道路口須保持淨空，並落實「校園人車分道」，以維護同學安全；正門開放至 08:10 分，請同學勿於側門逗留；另請同學過馬路時務必行走於行人穿越道上。

(五)同學若因公車、火車誤點或公車過站不停等狀況，導致無法準時到校，請務必申請證明並於當天中午 12 點以前至教官室填寫上學遲到註銷登記簿，生輔組長將於每日 16 時前完成審核，請同學務必親自到教官室填寫並了解審核狀況(填寫注意事項請洽教官室)。

(六)非下課時間請勿至便利商店購買東西及逗留(尤其午休!)，遭校安老師及特勤隊人員登記者，依校規處分。

(七)提醒與進修部共用教室班級的同學，請於每日 17:30 時前離開教室；貴重及私人物品請記得帶走，離開教室時桌面保持乾淨，相互尊重，營造彼此良好的學習環境。

(八)請同學勿攜帶與學習無關之物品到校，以維護同學之間就學環境之安全。

(九)反詐騙宣導

1. 近來常有各校學生參與虛擬貨幣、推銷、直銷等投資行為，請同學審慎思考其正當性以及對於生活的影響，有關虛擬貨幣或直銷業之相關安全資訊，可逕行至行政院公平交易委員會網站查詢 ([www.ftc.gov.tw](http://www.ftc.gov.tw))。

2. 鼓勵家長及學校師生可透過手機下載「警政服務 APP」或上網查詢內政部警政署「165 全民防騙網」(<http://165.npa.gov.tw/#/>)、內政部警政署刑事警察局全球資訊網(<https://cib.npa.gov.tw/ch/index>)，及加入內政部警政署 165 防騙宣導 LINE 好友等相關資訊管道，獲取最新詐騙手法知識及相關反詐騙諮詢服務，以避免成為詐騙受害者。

(十)為杜絕校園霸凌事件，桃園市政府成立反霸凌專線「0800-775-889」(24 小時均提供服務)，提供多元申訴管道，遭受校園霸凌時，除向學校相關單位即時反映時，亦可透過此專線向教育局提出或尋求協助。此外，此霸凌專線也利家長及教師針對霸凌問題進行詢問，以營造安全、溫馨、適性的友善校園環境。

(十一)反毒宣教：新興毒品不斷翻新，結合各種花樣的包裝，如偽裝成巧克力、糖果、咖啡包、梅錠等零食，甚至用 3C 產品 LOGO 或流行話題設計包裝圖案，請記得來路不明、成分不明的東西千萬不要碰，一不留意就有可能被誘騙染毒，請同學做到以下幾點：

1. 不接受朋友事先為你開封或調製好的飲料，同時不讓飲料離開視線。

2. 不吃來路不明或標榜「神奇效果」的產品或藥品或飲料。

3. 不接受陌生人免費試用或兜售的即溶包及飲料等。

4. 要注意即溶包封口是否有撕開、切割(剪)再重新加熱封裝或膠帶黏貼等情形。

(十二)性別平等宣導：防治數位/網路性別暴力-「五不四要」

「不違反意願、不聽從自拍、不倉促傳訊、不轉寄私照、不取笑被害」，以及「要告訴師長、要截圖存證、要記得報警、要檢舉對方」防護原則，不要成為網路性暴力的加害者及受害者，保護自己、尊重他人。

(十三)請同學注意，全時段教室內無論有無同學留下，一律請將教室的窗簾拉開(至少留一扇窗可以看到教室情況)，以利巡堂老師了解班級情況。

(十四)請班上同學落實門禁管理，班級上室外課，應確實將門窗(含氣窗)關妥後上鎖，窗戶加扣窗扣，請學生注意個人財務安全，加強校園防護。

#### 四、衛生組：廁所請勿丟「廚餘、寶特瓶、飲料杯等」不該在廁所出現的垃圾，你懂的~you know~

##### 【宣達事項】

- (一)廚餘處理：近日水槽及瀝籃多次出現廚餘尤其泡麵渣，不僅造成水管阻塞，也造成打掃同學的困擾，在此呼籲同學務必隨手清理，其他同學們則可多留意並向衛生組通報可疑人士，校方已同步加裝了監視器，希望還給同學清新的環境。
- (二)回收處理：資收室的放置空間有限，近日資源回收垃圾量激增，請同學盡量減塑。也請丟紙盒、鋁箔包或「保特瓶(塑膠類、微波餐盒)」，務必請倒乾淨+清洗+去吸管套+去塑膠膜、「踩扁」後再丟。確實分類、踩扁回收垃圾之優良班級，將不定期由現場學務處師長實施整潔加分獎勵。
- (三)近期有班級登記大掃除，請繼續保持積極，做好環境整潔及維護。並提醒：大掃除需達標才會加分。(並需在時間內完成，通知衛生組檢查，若未達標可酌予扣分)
- (四)請各班衛生及服務股長確實督促同學進行內外打掃工作，有不配合或不按時打掃者，請通知導師或衛生組，學校將視情況依校規處分。注意：1. 資源回收或分類(請配合資收規定)、2. 教室及辦公處室前有植栽的需定時照顧、3. 樓梯間/牆角/窗戶有蜘蛛網請定時清除 4. 班級及各辦公室紙類回收請確實送達至資源回收室，廚餘每日必倒乾淨。
- (五)打掃時，請注意安全。另請負責打掃班級能開始妥善分配人力進駐打掃，並在打掃中學習規劃、合作能力。若有至學務處借用「吹葉機」、「推車」也請務必注意使用安全，勿嬉戲破壞公物。
- (六)資收區開放時間除因部分活動會廣播改、公告改時外，其餘均配合下午打掃時段，請參照上一期班會通報；落葉請務必裝袋綁緊再丟子車，除避免紛飛髒亂也可避免垃圾桶傾倒時造成灰塵吸入體內及眼睛，請配合打掃班級開放時間(資收：423)。掃具領取在開放日(本校學期行事曆的單數周)的週五中午12:35，請留意。
- (七)請衛生/服務股長每日於整潔競賽網頁查詢每日的優缺。標記「0」為提醒，請盡速改善以免該掃區加重扣分。若有疑義，請3天內親自至衛生組查詢，建議打掃完，班上同學也可自行拍照做為比對。(若需查詢扣分照片可找班級的綠化股長)
- (八)請同學發揮公德心，體諒打掃同學的辛勞。如廁時對準馬桶、小便斗以維持廁所潔淨，勿將異物丟入馬桶、便斗中；勿將泡麵飯渣等異物任意傾倒在飲水機或洗手台，導致骯髒和堵塞；勿將非廁所垃圾(如寶特瓶、飲料杯、餐盒等)丟棄於廁所垃圾桶、鞋櫃與校園角落，勿將垃圾任意棄置於操場或游藝館廁所內。上述行為如經查獲或檢舉證實，將依校規重罰。衛生局常會派人不定督導學校環境衛生。請同學確實做好分類工作。
- (九)學校每天只有15分鐘打掃時間，請負責股長協調打掃人力，並提醒同學認真打掃，互助合作一起為乾淨優雅的壟商環境而努力。近日天氣多變，掃地時間如遇大雨，室外無遮蔽掃區以撿拾「人工垃圾」為優先；風雨後，外掃區須特別留意清除「積水」及堆積落葉，並將細樹枝裝桶倒進垃圾子車(大型樹枝移至資收區綠網旁)，以避免滋生蚊蟲。

##### 【健康中心宣達】

- (一)113學年度學生團體保險家長通知書回條逾時未繳回同學，請於10/31(四)下午4時前自行補繳至健康中心。
- (二)一年級新生健康檢查需複檢及矯治同學，請同學自行前往鄰近醫療院所複檢，並於健康檢查複檢及矯治回條下方家長親簽全名，整張單於12/10(二)前繳給各班服務股長。
- (三)二、三年級學期初檢查，視力不良(依據教育部規定學生視力預防保健觀念，雙眼裸視未達0.9(含)以上，每半年需前往眼科檢查)同學，逾期未繳回同學，請於11/8(五)下午4時前自行補繳至健康中心。
- (四)、流感疫苗校園集中接種10/28(一)當日因故無法完成接種疫苗同學，請於10/29(二)起到健康中心登記申發「補接種通知單」，再持補接種單及健保卡至轄區衛生所/合約醫療院所接種疫苗。

##### 【措施宣導】

- (一)近期有班級登記大掃除，請繼續保持積極，做好環境整潔及維護。並提醒：大掃除需達標才會加分。

各班大掃除，可從網路申請或取消，網址為校網首頁/行政單位/學務處/衛生組/填報申請/大掃除申請(<http://goo.gl/forms/oJVPdDPlwE>)，清掃完成後，請派人至衛生組回報，派人檢查(太晚則改為隔日早上)。大掃除未完全或未派人通報，則將視情節酌給予減分或是不加分。

### 【安全宣導】

- (一)近來風大，打掃時請留意大樹枝及椰子樹葉的掉落。
- (二)請勿拿掃具追打嬉戲，或濫用清潔用品，免生意外。

### 【環保宣導】

- (一)購物時所取得的中大型塑膠袋，可於學校或班級重複再利用。(如裝廁所內垃圾)
- (二)凡分配打掃外掃區的班級，只要是掃除落葉，請務必將落葉裝袋綁緊再丟進子車。細樹枝裝桶不裝袋，大型樹枝請搬移至資收區綠網旁(導師申請大掃除外掃區落葉量大班級，可在導師督導下使用子車)。

### 【注意空氣品質宣導】

- (一)配合空氣品質防護政策辦理，學務處門口張貼當日空氣品質狀態，一日兩次，遇超標現象，請視自身狀況配戴口罩;遇紫爆應盡量避免室外活動。
- (二)同學可自行下載 APP 或上空品網站查詢，做好自我防護工作。

### 【各型流感、腸病毒、新冠肺炎等宣導】高峰期學校強化處理作為及防治措施如下：

- (一)請做好個人自主健康管理，隨時觀察自身狀況，如有類流感症狀，請即刻戴口罩及就醫。如有生病情形，不要勉強到校；請假在家休養時應記得戴口罩及勤洗手，以免傳染。
- (二)疫情雖趨緩，仍需依照防疫指引加強定期清潔經常接觸的物品表面，如鍵盤、課桌椅、門把、公共區域的公共用品等。
- (三)日常生活應勤洗手、重衛生。同時注意環境的衛生清潔及通風。

### 【國家登革熱防疫措施】

- (一)請清除內外掃區有積水區域與容器，並請通報。
- (二)發現孳生區域，請通報衛生組進行了解與處理，防患未然。
- (三)配合國家登革熱防疫措施，請衛生股長以班級為單位，每週五上網填寫登革熱防疫自我檢核表。(每月至少須填報兩次)網址為:校網首頁/行政單位/學務處/衛生組/填報申請/登革熱防疫自我檢核表(學生用)點選鏈結。<https://reurl.cc/9rdZ8x>

### 【團膳宣導】

- (一)各班菜餚如有發現非菜單所載內容物，如：昆蟲、刷毛、頭髮、逾零點五公分長度之菜蟲，請將異物保留送到學務處團膳窗口，以便交給團膳廠商，讓廠商可以提供異物給食材供應商，改善食材處理流程，加強品管作業，提升更加的服務品質。
- (二)中午打餐時，請同學保持社交距離，並配戴口罩、手套，落實打餐不說話，快速打餐。
- (三)本校團膳廠商提供之豆奶為純豆研磨，若有些微沉澱及豆皮為正常現象，因純豆研磨天然健康，口感與市售之有糖豆奶不同，請同學們見諒並安心飲用。

### 五、體育組：

- (一)11/7-8 (四-五)將舉辦 113 學年度運動大會，相關時間與賽程表公告於校網。請依照賽程表(約賽前 30 分鐘)至游藝館 1 樓檢錄進行比賽。
- (二)有參加比賽的同學請於賽前確實熱身。
- (三)在休息區的同學，一起為運動場上同學加油，同時也請留意跑道上的賽事，不要影響到賽事的進行。
- (四)運動大會期間服儀規定：
  1. 入校須符合本校服儀規定，著學校運動服或班服、科服及學生會發行服裝，及全覆式鞋款。
  2. 進場時段前，得依表演內容調整服裝，但須於進場表演活動結束後 30 分鐘內更換回前述服裝。
  3. 競賽運動員得於競賽期間更換為合宜之運動服裝出賽。

4. 為確保運動安全並尊重運動大會賽事，檢錄及賽事進行期間需著運動服或合宜之運動服裝、鞋款出賽；不符合者經檢錄/檢查師長或裁判勸告後仍未改善者，禁止出賽；已出賽者取消比賽成績。