

壹、

週次	日期	活動內容	討論題綱與內容	
			討論題綱	討論內容與活動要項
10	4 月 19 日	班會	樂讀時光	現代詩人臧克家指出：讀一本好書，像交了一個益友。 1. 與班上同學分享自己喜歡的一本讀物。 2. 我們該如何培養並增進閱讀能力與習慣？ 3. 如何提升班級閱讀風氣？
11	4 月 26 日	班會	生涯規劃	高二、三討論： 1. 對於未來職業的選擇，你的目標為何？考慮的重心是什麼(興趣、待遇、親人...)? 2. 學校或工作哪項是你優先選擇並感興趣的？為什麼？ 3. 在競爭激烈的職場環境要如何應對？ 4. 如何規劃未來的路？ 高一討論：5/04 校慶園遊會 1. 討論班級校慶園遊會攤位主題？銷售商品？ 2. 注意營收與成本、安全性以及善後處理。 3. 園遊會當天工作分配。
12	5 月 3 日	班會	情緒管理	1. 請舉例說明情緒如何影響個人行為表現？ 2. 如何面對自己的情緒？有什麼方法可以紓解負面情緒？ 3. 情緒與壓力如何才能取得平衡？

貳、宣 導 事 項：

一、教 學 組：

- (一)、4 月 29 日~5 月 3 日為證照抵免成績申請期間，有需要的同學請上網詳閱實習處公告，並依規定完成申請。需準備證照正本供查驗，一證只可抵一次，一次只可抵一科，抵免後，該科目學期成績以 60 分登記。
- (二)、4 月 27~28 日為 113 學年度四技二專統一入學測驗考試日，提醒高三同學保持平常心，拿出平時累積的實力，必定能成功追分。
- (三)、4 月 29~30 日為高三期末考，請同學提早作好準備，切勿抱持僥倖心態，應事先作好複習並準時到校考試，希望各位同學都能順利拿到好成績。
- (四)、段考期間注意事項：
 - (1)個人物品必須放置於教室前後或無人座位，桌面與抽屜只可置放考試所需文具，其餘個人物品皆不可置放於個人座位，違者扣該科成績 10 分。
 - (2)手機及其他電子產品務必關機且放在包包裡，應試期間時不得發出聲響或影響試場秩序，違者扣該科成績 10 分。
 - (3)每日第一節考試開始 10 分鐘後，不可再進入教室參加考試；第二節(含)以後節次考試，鐘聲響後未於教室就位，且未逾 10 分鐘者，扣該科成績 5 分。考試 30 分鐘後，始可交卷離開教室，並保持安靜，勿停留在走廊喧嘩。
 - (4)考試結束後，務必將所有題目卷、答案卷、答案卡交給監考老師。
 - (5)各班考試結束且監考老師離開教室後，才可開始進行打掃工作。
 - (6)答案卡劃記請特別注意個人資料之完整，若因個人疏忽導致電腦無法判讀而需人工閱卷者，則扣該科總分 10 分。
 - (7)請各位同學務必詳讀段考試場規則，違反規定者，依校規處理。
- (五)、段考期間請同學提早到校準備以及吃晚餐，考試中請勿用餐。若來不及用餐，待交卷後到適當場合用餐。此外，提前交卷的同學離場後請保持安靜，勿在試場周圍發生聲響或討論試卷內容，若有交談之需求，請到較遠的場所，或降低交談音量，避免對考試中的同學造成影響。
- (六)、各位同學若有任何學籍資料的異動或錯誤(例如居住地址、電話)，請至進修部辦公室找美珍小姐修改，務必確保資料正確無誤，以免影響個人權益。
- (七)、目前約至學期上課日的一半，請同學多檢視自己的出席狀況，避免自己因缺課達 3 分之 1 造成學期成績 0 分。非必要事由，請盡量到校上課，考試前臨時抱佛腳的效果是不及平日慢慢累積實力的。

【背面尚有資料】

二、學務組：

- (一)、04/26(五)舉行高三包高中活動。當天 17:00 由校長帶領主任、學務組長、高三導師與高三學生代表(高三每班一至三人)至土地公廟祭拜祈福；18:00 於第一會議室由校長主持，帶領主任、各組組長、高三導師及高二班聯會代表送上包高中禮盒，給予高三學生勉勵。
- (二)、參加 5/22~5/24 羽球比賽各隊，請於 05/02(四)18:00 派一人至行政辦公室抽籤，抽籤會議未出席者由學務組代抽賽程，不得異議。

三、教官室：

- (一)、本校為無菸校園：
依據菸害防制法，校園內全面禁煙(包含電子菸，我國仍屬違禁藥品)，請同學確實遵守法規，勿在校園內各場所吸煙，如遭發現，將依校規記小過乙次處分；或依相關法規逕送衛生局裁罰 2000-10000 元。
- (二)、什麼是加熱式菸品?會影響健康?
加熱式菸品(俗稱加熱菸)是將填裝之菸草柱進行加熱後產生菸霧。雖然原理構造不同於電子煙，但根據多國研究顯示，兩者同樣都含有多種致癌和毒性物質，且也有吸食成癮、二(三)手菸問題。
加熱菸聚合物濾材(polymer-film filter)部分，在加熱使用過程中，攝氏 90°C 左右就會釋出急毒性與高毒性物質「甲醛氰醇(formaldehyde cyanohydrin)」，且由於加熱式菸品設備的使用性質，可能會導致吸食的間隔減少，因此可能增加用戶對尼古丁和其他有害化學物質的攝入量。
- (三)、交通安全：
提醒學生上、放學時，勿站立逗留於校門旁，避免因視線死角或燈光昏暗而發生事故；開車及騎乘機車者亦減速慢行、注意安全。
- (四)、請銷假事宜：
教官室每兩週均會發放缺曠獎懲統計表，請同學確實核對，或自行登入學校網頁查看，如有問題可隨時向教官室反映處理。
- (五)、網路交易：
請同學切勿在網路或同儕間購買來路不明之商品，避免因品質、價格等因素，造成金錢糾紛。
- (六)、校園防震避難宣導：
 1. 地震發生時首要保護自己，學生在教室內時，任課老師應立即引導學生趴下躲進桌子下方，以手緊握桌腳，進行就地避難。如在走廊遭遇地震，應立刻遠離窗戶，並蹲低身體，以物品保護頭部。若於樓梯時，則應緊握扶手採低姿勢蹲低，避免摔落樓梯。
地震搖晃暫停止後，應立即以背包或書本保護頭部，以不推、不跑、不語等三不原則，由教職人員引導快速移動至操場等空曠地區避難並進行點名。
 2. 特殊需求學生應事先指定適當人員協助避難疏散；演練當時，聽廣播避難由引導人員協助避難疏散。
 3. 以班級為單位在指定位置集合(集合地點在空曠場所時，不需再用物品護頭)。
- (七)、服儀宣導：
同學上學進校門，穿著校服進校門以便警衛先生校園安全識別，如天冷穿著便服外套，請於便服內或外加穿校服。

四、衛教工作：

衛生教育主題——腸胃炎

致病原：

可以引起腸胃炎的致病原包括細菌、病毒和寄生蟲等，常引起細菌性腸胃炎的致病菌有腸炎弧菌、沙門氏桿菌、病原性大腸桿菌、金黃色葡萄球菌、仙人掌桿菌及霍亂弧菌等。其它傳播力較強且症狀較嚴重，但在臺灣已較少見的桿菌性痢疾、霍亂、傷寒、副傷寒與腸道出血性大腸桿菌等疾病已列為法定傳染病，於本網站中介紹。

傳染方式：

通常是透過受病菌污染的手，或進食受污染的食物、飲品而感染，亦可經由空氣中的飛沫傳播。人與人之間糞口傳染途徑也很重要，特別是在照護腹瀉病人時，如嬰兒或糞便失禁的成人，容易造成傳染。

臨床症狀：

常見的症狀包括腹瀉、噁心、嘔吐、腹痛、發燒、頭痛及虛弱等，有時會伴隨血便或膿便，但是不一定所有的症狀都會同時發生。

患者的年齡、個人健康狀況、感染之致病菌，以及吃了多少被污染的食物量等因素，均會影響症狀及其嚴重程度。抵抗力特別弱的人症狀會比較嚴重，甚至可能會導致死亡。症狀通常會持續1天或2天，有些會持續7至10天。

預防方法：

- (一) 預防食品中毒五要原則：1. 要洗手：調理食品前後都需澈底洗淨雙手，有傷口要先包紮。2. 要新鮮：食材要新鮮衛生，用水也必須乾淨無虞。3. 要生熟食分開：用不同器具處理生熟食，避免交互污染。4. 要澈底加熱：食品中心溫度超過70°C，細菌才容易被消滅。5. 要注意保存溫度：保存溫度低於7°C，才能抑制細菌生長，室溫下不宜久置。
- (二) 一般防治措施：1. 烹調食物前、餐前或便後應確實洗手，小心處理食物。2. 食物應以保鮮膜包裹存放冰箱，再次食用前應加熱煮熟。3. 沙拉及冷盤之保存應特別謹慎。4. 被蒼蠅沾染、過期或腐敗等不潔食物，均應丟棄，切勿食用。5. 牛奶和奶製品應滅菌後再食用。食物要完全煮熟，尤其是雞蛋、家禽肉類、生鮮海產及魚貝類等。6. 水塔應經常清洗及消毒，旅行或野營時，用水應煮沸消毒。7. 確實撲滅並阻隔蒼蠅等病媒，垃圾桶應加蓋並定時清除。8. 如有嘔吐、腹瀉或發燒等症狀，應儘速就醫，並避免處理食物，以防傳播他人。

潛伏期：

一般潛伏期為數小時至5天。

五、輔導室：



©liz climo 譯：神奇鯊魚

thelittleworldofliz.com

六、導師的話：