

桃園市立中壢高商 114 學年度第 1 學期第 16~18 週 (12/14~1/3) 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。

一、訓育組：訓：法則、典則。《書經·胤征》：「聖有謨訓，明徵定保。」育：培養。《詩經·小雅·蓼莪》：「拊我畜我，長我育我。」——訓育者，依法則培養也。

(一)班會討論議題

1. 12/19 (五)：

高三

時間	活動	備註
12:30~14:00	高三各班畢冊編輯課程	和平三樓電 2 教室
第五節	高三班會	導師運用
14:00~14:15	高三打掃時間	各班內外掃區
第六、七節	正常上課	各班教室
16:00~	放學	第八節課班為 17:00

高一高二

時間	活動	備註
12:30~15:40	高一高二大跳繩暨耶誕溫馨活動	游藝館
15:40~16:00	高一高二打掃時間	各班內外掃區
16:00~	放學	第八節課班為 17:00

2. 12/26 (五)：

(1)第五節：班級活動

討論主題：科技教育

1. 用 Google Gemini 秒生簡報！AI 簡報神器教學全攻略

<https://www.youtube.com/watch?v=Iel5edG73uQ>

2. 期末團膳午餐滿意度調查表以班級為單位，由總務股長調查後協助填寫。網址如下：<https://reurl.cc/vKaqko>，填寫之團膳廠商以當週負責廠商為主。

(商經及國貿班級為-松晟；資處及綜職、綜高為-裕民田)

問題：

A. 你學會如何建立簡報及正確發出指令了嗎？有什麼地方可以使用呢？

B. 有完成團膳午餐調查表了嗎？有無設計上的回饋呢？

綜高三年級四個班進行「包高中活動」(技高報名者欲參加需先向班導告知，依出席補公假)於 12:40 游藝館集合完畢；並請於祈福後完成團膳調查單回覆。

(2)學測包高中活動訂於 12/26(五)中午舉辦，計 162 名學生報名，活動時間表供參。

時 間	活 動 內 容	主持人	地點
12:00~12:30	發放各班包高中禮盒、領取祈福卡	訓育組長	學務處
12:40~12:50	三年級學測考生至游藝館集合	訓育組長	游藝館
12:50~13:00	考場注意事項說明	試務組長	游藝館
13:00~13:10	校長、家長會長給予考生祝福、愛的勉勵	校長/家長會長	游藝館

13:10~13:20	全體學測考生宣誓	訓育組長	游藝館
13:20~14:00	校長、家長會長與三年級導師帶領三年級學測考生到土地公廟祈求學測考試順利高分 13:20 ~ 13:40 631+632+技高他班 13:40 ~ 14:00 633+634	校長/家長會長	土地公廟
14:00~	各班同學回學校至許願亭掛上祈福卡後回教室	各班導師	

(2)第六、七節：簡報王大賽（高一高二全體參加）

高一、高二打掃後請至游藝館集合進行比賽。

3.1/2（五）：

第三次學生代表大會/12:20 圖書館一樓。自備午餐，準時出席。

(1)第五節：班級活動

討論主題：環境教育—棲地—荒野保護協會

討論內容：請欣賞影片後，討論問題。

<https://www.youtube.com/watch?v=4735suklicc>

問題：

A. 就你所知，棲地的定義是什麼？為什麼重要？

B. 本片中提到哪些縣市的棲地？保護哪些動植物？請舉一縣市即可。

(2)第六、七節：社團 6。

(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
7	12/23 (二)	「生命出口的微光」 特殊教育海報特刊	國一 2	國二 2
			國一 3	國二 3
8	1/9 (四)	「魔鬼藏在細節裡」 科技資訊、網路安全海報特刊	國一 4	國二 4
			國一 5	國二 5

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 114 學年度-班級海報上傳，完成表單即可。

(四)114 學年度高二校外教學路線投票統計：因方案不同，依票數最高的乙案為提出標案之項目。

招標進行中。

(五)高一公訓同意書近期發放調查參與者。

(六)畢業紀念冊製作進度時程暫定如下，請高三各班畢冊編輯出席，公假依出席簽名補簽。

115/3/30 截稿送印。(115 年度部分為暫定)

日期	內容	備註
114.12.19	第一次課程教學	12:30-14:10/電二教室（綜職 6 頁外，其他購買過半班級均 8 頁）
115.2.25	畢編繳交初稿 (電子)	建議：購買同學一人至少 1-2 張生活照+團體照，方便剪輯。 (畫質需達標) 沙龍照及團體照可多提供。 花邊背景、構圖。師長留言等需備妥

		使用手稿請完成掃描回傳。師長同學姓名需本人核對正確
115.3.6	第二次課程教學	12:30-14:00 (暫) + 初稿(紙本)審查、評講(暫) -3/11 回送修改版本
115.3.23	二稿(電子)	廠商送二校稿、各班對修正版再確認
115.3.30	總稿	完稿送印確認

(七) 學校活動紀錄照片在：「校園系統」常用系統「校園數位相簿」裡保存。

二、社團活動組：

- (一) 請高三注意，週五的第六節為高三社團課，請負責的幹部上課前務必至活動組領取「高三社團老師簽到簿」，並課後繳回。
- (二) 期末線上加退選申請表於 12/15(一)公告校網，申請線上加退選時間為 115/1/5(一)~1/6(二)，請留意申請期限。
- (三) 12/19(五)14:10~15:10 高一、二校內社團聖誕溫馨表演。
- (四) 115/1/2(五)、1/23(五)第六、七節為高一、二的社團活動課，請同學準時到社課地點集合，勿隨意在外遊盪。

三、生輔組：當我們能試著在意別人的在意，這是讓世界變得更美好舒適的魔法。

- (一) 重申本校服儀規範暨檢查實施規定
 1. 鞋式：全覆式鞋款(如皮鞋、運動鞋等)，上、放學遇雨天得著輕便鞋 式進出校門，惟考量校內行走活動安全，校園內應著全覆式鞋款，不開放著拖鞋(洞洞鞋)。
 2. 學生得因天冷於規定服式內、外增添個人保暖衣物，請至少著一件校服、運動服、班服或是校服。
- (二) 校園生活安全宣導：
 - (1) 近期肇生球類打破玻璃事件，重申本校未有棒球場地，勿於校內投(打)棒球，以維校園安全。
 - (2) 基於交通安全考量，請於 7:40~8:10、16:00~17:15 均需從學校正門進出校園，請同學周知。
 - (3) 上、放學期間，請選擇行走行人專用道，以維護自身安全。
- (三) 為避免同學吃到冷便當，各班蒸飯同學請以班級為單位，於每日 10:00 前放置該班分配區域，並確實扣上門扣，超過時間未放入便當之同學請主動聯絡教官室，勿再放進蒸飯箱內，避免影響飯箱溫度，另蒸飯箱式的各式開關，非總務處人員請勿動。
- (四) 遇有發現有學生外堂課(選修課、或社團課程、電腦、體育...)時未將門窗關鎖情形，請各位同學務必於離開班級教室時，將門窗上鎖。
- (五) 上、放學由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；另請同學過馬路時務必行走於行人穿越道上。。
- (六) 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，請務必於當天中午 12 點以前至校安中心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，請同學務必親自到校安中心填寫並了解審核狀況(填寫注意事項請洽教官室)。
- (七) 為杜絕校園霸凌事件於校園發生，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，或是遭受校園霸凌時，除向學校相關單位即時反映時，亦可透過此專線向本局提出或尋求協助。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。
- (八) 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，一不注意就有可能被誘騙染毒，請同學做到以下幾點：
 1. 不接受他人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。

(九)桃園市政府 12 月份交通安全宣導：

1. 戴好安全帽，遵守交通規則保命最重要。
2. 別讓超速逞快，造成終生遺憾悔不當初。
3. 開車不喝酒，酒駕零容忍切勿心存僥倖。
4. 安全帶繫好，生命有保障。
5. 走斑馬線，不任意穿越道路才能保平安。
6. 放下手機停看聽，專心行走別當低頭族。
7. 保持安全距離，注意路口平安回家去。
8. 專心不分心，疲勞駕駛上路是行人殺手。
9. 過馬路慢點，多看左右來車安全最可靠。
10. 清晨與夜間，穿著亮色衣物提高能見度。

(十)教育部為防範校園肇生重大校安事件，重申強化校園安全檢核機制，落實各項校安應變措施，並特別注意外籍生校內外之安全，完善校園整體安全維護相關事宜及宣導事項如下，亦請各位老師協助宣導：

1. 請同學上學勿單獨太早到校，放學不要太晚離開校園，務必儘量結伴同行或由家人陪同，絕不行經漆黑小巷或人煙罕至的地方及進出危險場所。
2. 同學應配合學校作息時間，課餘時避免單獨留在教室，不單獨上廁所，避免單獨到校園偏僻的死角，確保自身安全。
3. 課後社團及課後照顧班或自習班級之教室應集中配置，減少放學後樓層出入口動線，便於加強管控人員出入，在校遇陌生人或可疑人物，應立即通知師長。
4. 遇陌生人問路，可熱心告知，但不必親自引導前往，應隨時注意自身安全，切勿聽信他人的要求，交金錢或隨同離校。
5. 在校外發現陌生人跟隨，應快速跑至較多人的地方或周邊最近愛心(便利)商店，並大聲喊叫，吸引其他人的注意，尋求協助。

(十一)依據教育部 108 年 11 月 26 日教育局桃教體字第 1080105461 號來函，現已將新興菸品（含電子煙）納入菸害防制法規範，電子菸對身體的危害更大，請同學務必保重身體，勿以身試法。

「菸害防制法」修法重點宣導

1. 未滿 20 歲禁止吸菸。
2. 任何人任何地方，都不得製造、輸入、販賣、供應、展示、廣告及使用電子煙。
3. 擴大室內外公禁菸場所，大專院校、幼兒園、托嬰中心、居家式托育場所、酒吧及夜店。
4. 加重罰則：全面禁止電子菸及未經風險評估審查加熱煙。
 - ★製造或輸入業者可處 1000 萬～5000 萬元
 - ★販賣者可處 20 萬元～100 萬元。
 - ★供應者可處 1 萬元～25 萬元。
 - ★使用者可處 2000 元～1 萬元。

(十二)學校電梯請同學禮讓老師跟行動不便的人，把電梯留給有需要的師生使用。同學在等待電梯時，請排隊；若遇上課鐘響，則請儘速走樓梯進教室，不要等電梯以免遲到。

四、衛生組：「紙盒踩扁，好運連連；回收丟對，考試都對～」垃圾不亂丟，壟商你最優！

【宣達事項】

- (一)〔重大政策宣導〕：自 114/12/1 起，配合桃園市環保局政策，桃園市各級學校開始使用「專用垃圾袋」囉！敬請各班務必落實分類及垃圾減量。1. 先將一般垃圾桶「事先檢查無回收物&廚餘」後，再拿至資源回收區。2. 配合管理班級指示，倒入「桃園市專用垃圾袋」中，亦即從原



本丟入/倒入子車，改成倒入資收區設置的桃園市垃圾專用袋。3. 「落葉、樹枝」則依原有規定，使用可透視之特大垃圾袋「裝袋綁緊」後丟進子車即可。注意！落葉請勿混雜一般垃圾及回收物，否則會被退收喔！以上政策配合桃園市環保局規定，將逐步進行滾動式修正，懇請全校各班、處室同仁一起落實垃圾減量、分類確實喔！感謝配合！如圖示：

- (二)垃圾與回收分類的工作需全校師生員工的協助配合。外掃區垃圾桶及廁所放置的垃圾桶，常發現因一時之便而亂丟瓶罐、便當以及食物垃圾袋，各辦公室亦然，造成打掃班級的困擾。希望同學一起配合做好回收與垃圾不亂丟。回收物清洗、踩扁、倒乾淨、去吸管/套&塑膠膜。
- (三)請各班要落實每週內外掃區至少清 1-2 次蜘蛛網的工作，所需長掃把可至衛生組借用(特殊區域可領用)。
- (四)請負責打掃廁所班級之股長在清潔劑或肥皂用完後，攜空瓶到衛生組補充或領取肥皂。衛生組備有浴廁清潔劑、玻璃清潔劑、小蘇打粉及洗衣粉，歡迎自備容器來補充。洗手台亦可領取肥皂。
- (五)打掃廁所的班級請務必每天清空每間廁所的一般垃圾，無論數量多少宜立即傾倒，勿存放在工具間，以確保環境衛生。建議：多在日中收集用過的小塑膠袋做垃圾袋用。
- (六)使用專業教室(電腦教室等)請勿塞垃圾、放置垃圾在鞋櫃內及窗台/櫃上，請同學發揮公德心！
- (七)掃具(含清潔用品)領用時間為行事曆上「學期單數周週五」的午休時段，可在校網行事曆查詢日期。如有急迫需求者，需請老師來電告知。因經費有限，洗碗精及衛生紙僅供各辦公室使用，垃圾袋僅供廁所使用，以上物品無法提供各班級內掃使用。領用前，請幹部事先至學務處拿掃具領用表，進行盤點及預估所需領用物品及數量，請導師簽名，並於開放領用時間再至衛生組領取。
- (八)同學清洗餐碗或回收餐盒、瓶罐時，請先倒掉大型廚餘內容，再將廚餘濾水籃置於水龍頭下方或清洗時將汙水倒於籃中，以減少廚餘殘渣淤塞排水管的問題。負責清掃洗手台的班級請負起瀝水籃之清潔與保管工作。瀝水籃並非廚餘桶，請勿將廚餘倒到瀝水籃！亦請不要倒廚餘在洗手台內！
- (九)班級個人櫃請同學們愛護使用；個人櫃門面除了座號碼外，請勿擅自黏貼其他物品以免撕下時破壞門面。請同學將個人櫃門面保持乾淨並以原貌留給未來下一個班級使用。
- (十)請衛生股長、服務股長確實負起校園打掃的監督工作：若是同學打掃不力，可登記名單交給導師或衛生組處理；若為股長督導不確實或未認真管理，將嚴格要求股長並依校規處理。
- (十一)清洗拖把時請至拖把槽清洗，勿在一般洗手台清洗，並請使用後清理留下的殘餘物，隨時保持乾淨，避免拖把槽阻塞。
- (十二)有關衛生相關資料如有放置班級櫃，或傳訊息在群組，請負責的股長務必詳讀後轉達告知同學。未依規定回覆達 2 次將記負責股長小白單一張。

【措施宣導】

倒垃圾、資源回收要能迅速進行，需要大家日常做好分類工作，先在班級做好清洗、瀝乾及壓扁勿堆疊，請配合綠化股長宣導，減少回收空間。一般垃圾亦請先事先檢查無未分類垃圾及廚餘，才能加快倒垃圾速度。敬請配合！

【活動通報】

(一)進行校外參訪及活動之班級，離校前務必將垃圾打包及完成廚餘傾倒，以免招引蟑螂及老鼠。

(二)「eye 眼健康密碼：3010120」護眼行動

正確用眼習慣及增加戶外活動，以維護視力健康，共同達到近視延後發生、控度防盲的目標。相關訊息可參 <https://www.youtube.com/watch?v=hypUkou8zTM>。正確用眼觀念落實生活中，包含以下 5 要點：(1)用眼 30 分鐘，休息 10 分鐘(2)每天戶外活動 120 分鐘以上(3)均衡飲食天天五蔬果(4)早睡早起充分休息(5)每年定期檢查視力。

【安全宣導】

(一)請養成每日打掃的好習慣並請注意安全，不可爬高，更不可爬到窗戶的外牆。

(二)請勿拿掃具、吹葉機追打嬉戲，或濫用清潔用品，免生意外。

【環保宣導】

請同學盡量將外購附贈的塑膠袋重複使用，自備提袋更佳。中大型塑膠袋，可於學校或班級重複再利用（如裝廁所類垃圾）。

【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，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「環境即時通 APP」，於第一時間掌握空氣品質，做好自我防護工作。

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

(一)近天氣不穩定，日夜溫差大，請同學注意自身健康狀況，並養成勤洗手的衛生習慣。

(二)有流感症狀的同學，請務必戴上口罩，並注意咳嗽禮節。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。

(三)請注意環境的衛生清潔及通風，定期用稀釋漂白水 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。

(四)請各班每日早上可自備容器至衛生組領取漂白水進行消毒(漂白水時效 24 小時)。

(五)請各班服務股長於每月底週五下午 14:00 前將當月班級清潔配合表給導師簽名後，交至衛生組。

【國家登革熱防疫措施】

(一)各班自有植栽擺設者請勤於換水，並加強清除內外掃區有積水區域與容器，發現孳生區域，請通報衛生組進行了解與處理，防患未然。

(二)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。網址為：[學校網頁/行政單位/學務處/衛生組/登革熱防疫自我檢核表\(學生用\)](#)點選鏈結。

【團膳宣導】

(一)本學期「團膳滿意度調查表」以班級為單位填寫，請總務股長統計班上有參與團膳同學的滿意度再上網填寫表單，表單已於 12/5(五)開放，12/26(五)截止，請把握時間完成。

<https://reurl.cc/MMOmm4>

(二)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，請保留異物，將異物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。

(三)各班團膳如遇到飯及副菜餐量不足，請派班上同學帶餐桶到中廊補餐，並至學務處告知團膳窗口，也請總務股長務必在總務股長群組報上班級作為紀錄，讓學校可以再要求廠商後續加量，提高服務品質，減少同學奔走次數。※提醒：為了衛生管理，切勿持自己的餐碗到中廊進行個人補餐。

(四)請班上抬餐同學務必看清楚班級標籤再抬餐，以免誤拿其他班級的餐桶，耽誤其他班級的用餐時間。

【健康中心宣達事項】

(一)新生健康檢查複檢及矯治回條尚未完成複檢及家長簽名者，請同學儘速完成相關程序，並將資料補齊，親自送回健康中心。謝謝配合。

(二)有需要「公費流感疫苗的補接種通知單」同學，請自行到健康中心申請領取(隨到隨印發)。

五、體育組：

(一)12/20(五)高一大跳繩錦標賽，請高一、二各班同學定於 12:35 開始移動至游藝館集合。

(二)班際羽球錦標賽日期為:12/22(一)-24(三) 16:00 到 18:00 舉行，因採不限年級自由報名，比賽學生及志工由體育組統一申請公假。

(三)期末將近，請提早安排時間補游，避免最後一兩周中午游泳池過於擁擠。