

# 多元歸中、走進未來 - 給家長和孩子的一封信

各位敬愛的家長：

再次感謝您，將孩子交給我們，讓我們有福氣與您一起陪伴孩子成長。

108 課綱上路了，您知道 108 課綱與九年一貫，會在孩子身上出現什麼不同嗎？九年一貫強調「帶得走的能力」；奠基於九年一貫希望成就孩子的，新課綱的上路，希望帶著每個孩子，在生活中發現自己的疑惑、由探索中找到解決的方向。讓學習走出教室，讓生活充滿可學習的素材與知識。最終，若孩子能夠養成終身學習的習慣，孩子將在未來找到自己的道路和亮點。

您也察覺到：您的孩子，正一日一日地在生理上、心理上細微地改變著嗎？

您知道孩子的未來想從事甚麼嗎？您和孩子認真地談過他們的興趣嗎？您與孩子都知道：在國中階段需要做些甚麼準備嗎？

現在的歸仁國中，因應 108 新課綱的課程架構、會考應考策略與思維引導、教師公開觀課以精進教學、孩子體適能的實際精進、硬體設備的升級、適性入學與生涯發展的深耕，都已上路並且成效漸現。我們都知道，學校的蛻變需要時間，但我們更需要家長支持學校、陪伴孩子，這會讓我們陪著孩子走得更好、學得更好。

誠摯謝謝您相信歸仁國中，將孩子託付給這所優質學府。歸仁國中以「活力」、「希望」、「創新」、「卓越」為方向，更以「有品歸中」、「樂活歸中」、「希望歸中」、「智慧歸中」為策略，期待讓孩子看見未來，也請一同樂享孩子的成就！

## 有品歸中

- 一、深化的品德教育，讓孩子成為有品的未來公民。
- 二、內化的尊重態度，讓孩子學會尊重自己和他人。
- 三、良好的生活教育，讓孩子習得好態度而受信賴。

## 樂活歸中

- 一、提升學生體適能，培養良好健全的體魄，以迎接未來的挑戰。
- 二、身心靈正向健康，本校具專業輔導師資，陪伴孩子面對問題。
- 三、生活之中尋美感，培養學生重視生活中情境，落實美感教育。

## 希望歸中

- 一、學術技職一樣好，協助學術性高的學生、培育適合技職的孩子。
- 二、因應十二年國教，協助家長更了解細節，帶領學生找自己方向。
- 三、多元發展揚長才，繼續精進多元性團隊，幫助孩子適性化成長。

## 智慧歸中

- 一、AI 校園展創意，持續建構 AI 校園，積極深耕行動學習。
- 二、教師知能現專業，推動領域專業對話，教學成長造福學子。
- 三、美力閱讀接國際，藉由閱讀深植學力，進而接軌國際教育。

親愛的家長們，我們的孩子即將邁入高齡化與快速變遷的「十二年國教時代」，孩子們需要「新素養」才能承擔社會責任與變遷需求：

**語文素養：**學生藉由聽說讀寫理解並運用與社會發展及價值相關的平面資訊，從中建構知識，並運用建構知識涵養參與學校與社會生活。

**數學素養：**藉鑑別、理解、運用數學知識，成為具建構和反思能力的公民。

**科學素養：**運用科學知識提出問題、作出實證導向結論，用以參與生活。

**數位素養：**瞭解、接觸、運用並整合現代科技載具進行問題解決與溝通。

**美學素養：**具備基本的互動、自省、與關懷，琢磨出自身的內涵。

親愛的家長們，歸仁國中已經準備好陪著孩子迎向生命中變化最劇烈的時光，您做好準備陪伴孩子面對未來挑戰了嗎？讓歸仁國中陪伴您與孩子，一起走過學習與成長，最關鍵的國中三年！

臺南市立歸仁國中校長 黃峻宏 敬上

歡迎與我聯繫 [tnhgh@tn.edu.tw](mailto:tnhgh@tn.edu.tw)

06-2301873@101

Line ID tnhgh

## 【校務交流線】

學校行政組織簡介：本校總機電話：2301873，下列括弧中為學校電話分機號碼

校 長：黃峻宏（101）

家長會長：謝宗宏

教務處主任：吳倬瑱（125）

教學組長：陳招宏（121） 註冊組長：陳采琳（123）

資訊組長：薛嘉育（201） 設備組長：陳龍星（123）

協助行政：黃斌斌（121）

學務處主任：何文鈞（131）

學生活動組長：連婉茜（135） 生教組長：粘淑鈴（133）

衛生組長：洪麒雙（134） 體育組長：蕭惠鴻（134）

協助行政：周志聖（133） 王旻虹（135）

輔導處主任：邱翊瑄（311）

輔導組長：許馨麟（141） 資料組長：楊凌宜（143）

特教組長：陳惠玲（146）

資源班導師：許嘉倫、鄭雅如、丁姿文（146 或 142）

總務處主任：陳秀敏（111）

出納組長：黃靜玫（112） 庶務組長：李惠容（115）

文書組長：李惠卿（221）

人事室主任：許麗霽（151）

會計室主任：林麗珍（161）

教師會理事長：魏曉梅（331）

合作社理事主席：王旻虹（135）

合作社經理：楊慈慧（351）



臺南市立歸仁國中109學年度教職員工各辦公室座位及分機號碼表

總機號碼		2301873		2301546		FAX-2304659					
		2301944		2301880							
各處室名稱	分機		分機		分機			專線	備註		
自動總機	400		401								
校長室	101	校長	102								
人事室	151	許麗雰	152		153	劉志堅			2		
專任教師室1F	271	蘇郁雯	葉欣華	黃貞蓉	王美惠	陳世勳	阮康瑞	許遠	25		
		莊舒閔	陳春旭	許慧晏	吳文秀	向敬鋁	江姿瑩				
	272	蔡雅媚	張修銘	鄭永祥	高馨玲	吳玉善	林睿筠				
		徐秀鈴	周佳瑩	賴玉蓮	陳淑嫻	王淑錦	辜郁翔				
教師會1F	273										
家長會辦公室	281										
圖書館	291										
福利社	300	戴淑秋	張秀梅					2390691	2		
2年級導師室-2F	261 262	楊惠瑤	林音蕙	陳俊騰	洪靜怡				12		
		鄭炳煌	李彩鳳	楊明燕	黃惠貞						
		郭芬玉	何美紅	黃憲茂	王建堯						
退休教職員聯誼室-2F	108										
電腦視聽室4F	201	薛嘉育	202	主控室					1		
大會議室5F	211		312	多功能表演教室							
教務處	125	吳倖瑛	121	陳招宏	黃斌斌	122	蘇俊臺	主任專線	2304215	6	
			123	陳采琳	陳龍星				3305181		
	100	印刷室	李志祥							1	
學務處	131	何文鈞	135	王旻虹	連婉茜	134	洪麒雙	蕭惠鴻	2392204	9	
			133	粘淑鈴	周志聖	132	邱敏惠	陳素美			
總務處	111	陳秀敏	112	黃靜玫	115	李惠容	116	倪靜如	主任專線	2306671	6
			113	黃美玲	114	鄭麗珍				3308190	
會計室	161	林麗珍	162						3308189	1	
健康中心	181	陳敬涵	191	劉軒伶						2	
文書檔案室	221	李惠卿								1	
輔導室1F	311	邱翊瑄	141	許馨麟	143	楊凌宜		主任專線	2396673	7	
	145	黃淳維	廖慧喬	陳紋萍	林家弘						
三年級導師室3F	231	沈佩儀	鄭鈞方	黃章銘	楊適謙	廖柏連				9	
	232	李明星	劉秀雅	陳映汝	張耿豪						
三年級導師室2F	241	李靜蘋	林純竹	林湘琪	黃意蘭					7	
	242	余惠婷	李宛真	李菁怡							
諮商室1F											
學習中心辦公室1F	142	林秀菁	許嘉倫	陳惠玲	丁姿文					7	
	146	鄭雅如	鄭維綸	陳富樺							
	148										
資源中心技藝班導師室 2F	312										
活動中心(童軍團部)	171	林莓羚	張修豪			372	棒球教練室		1		
〈篤行〉音樂教室	一樓	323	二樓	324	三樓	325					
格致專任教師室【含代理教師】	321	陳美珠	陳揚廣	羅珮禎	洪孟緯	翁宏傑			18		
	322	鄭素珍	邱素玉	呂心宜	顏莉玲	詹慧珠					
		劉穎蓉	吳美珠	魏曉梅	蕭惠禎	陳韋佑					
2年級導師室-2F-A	331	翁儷玲	洪鳳君	張殷璋					7		
	332	黃仕賢	莊素雲								
		黃韻如	鄭名海								
博學樓導師室-1F (1導+2導)	341	鄭綉蓉	陳鈞屏	林明德					7		
	342	楊婷喬	何靜怡								
		陳韋霖	劉秋芬								
1年級導師室-1F	351	陳永婷	林旻志	陳文英	楊慈慧				10		
	353	陳祈宏	蕭宛淑	黃耀南							
		林綠芳	郭家慧	胡雅玲							
司令台體育組	361								1		
傳達室	371	吳麗美	張仁鴻	簡清音					3		

## ◎教務處報告：

- 一、免試入學超額比序實施數年後，學術型學生的升學決勝最關鍵為會考分數。  
為提升學力，家長會委託教務處辦理的一二三年級週末菁英+三年級精進週末課程將於 9/19 開始；三年級晚自習預計於 10/5 正式開始，詳情請洽教務處專線 2304215。
- 二、第八節輔導課停課日期：開學第一天、段考第二天、週六補上彈性放假的課程、運動會、戶外教育。
- 三、109.10.28~30 舉辦二年級戶外教育-童軍露營，10/29 營火晚會預計 18:30 開始，歡迎家長到場參與感動時刻。
- 四、本學期定期評量之時間：  
第一次評量考：109.10.14~10.15；  
第二次評量考：109.12.1~12.2；  
第三次評量考：110.1.18~1.19  
三年級第一次複習考 109.9.8~9.9；三年級第二次複習考 109.12.23~12.24；
- 五、三年級寒輔時間：110.1.20(下午)~110.1.29，三年級菁英加上  
110.2.1~110.2.3
- 六、109 學年第二學期開學日：110.2.18，  
110 年二升三暑輔時間 110.7.19~110.8.13
- 七、依十二年國教「國民小學及國民中學學生成績評量準則」有關學科成績與畢業證書核發條件規定：  
(一)三年級：七大學習領域有四大學習領域以上，其各學習領域之畢業總平均成績，均達丙等以上，方可由學校發給畢業證書  
(二)一二年級：八大學習領域有四大學習領域以上，其各學習領域之畢業總平均成績，均達丙等以上，方可由學校發給畢業證書
- 八、本學期學習扶助(補救教學)課程於 9/28 起正式開課，上課時間為每週一至週四放學後第九節(17:00-17:45)。如果貴子弟在國英數三科任一科經篩選測驗後有學習扶助的需要，本課程經費為教育部全額補助完全免費，請善

加利用。

九、臺南區免試入學比序項目語言認證採計說明」，採計原則如下：

(一)語言認證原則採計「閩南語、客家語、原住民族語」以及「英語」，認證項目依教育局規定為主。

(二)採計語言認證項目之目的係為鼓勵學生自我精進，並增加機會，爰為收鼓勵之效，「閩南語、客家語、原住民族語」獲基礎級以上者均採計5分；「英語」採計標準參照 CEF 架構相當 A2 級以上者，採計5分。

(三)國中學生於報名該學年度免試入學，其提出之認證資料如非國中教育階段取得者，亦予採計5分。

請家長鼓勵貴子弟踴躍取得語言認證。

十、新課綱實施後國中教育會考的變革，教育部委託師大心測中心製作「國中教育會考」網頁(<https://cap.nace.edu.tw/>)，可供參閱。

(一)新課綱精神：

三面九向轉輪圖：  
將習得知識統整轉化為  
素養，可以面對生活情境  
的狀況並解決問題



(二)本校實際作為如下

1. 因應新課綱實施部分會考科目領域授課節數減少，領域內教師討論教學內容調整方向，以減少會考成績的衝擊為首要目標，避免影響學生升學。
2. 發展校本課程：除了積極準備課業，校長帶領師生熱情參與各項競賽活動，校園氣氛有活力，孩子健康滿分！此外，學習理解、尊重多元的文化，接收訊息時可辨別真偽，也是歸中孩子具備的關鍵能力！

## 學校願景

健康活力 歸中青年

尊重生命

熱愛生命

均衡  
發展

環境  
覺察

國際觀

## 學生圖像

自我探索 全球歸仁

認識自我

理解

熱愛生命

多元文化

邏輯推理  
判斷真偽

愛鄉  
愛台灣

國際  
視野

3. 仍持續於週六辦理新課綱與升學的講座，提供家長了解及溝通的機會。
4. 本校教師均具備素養導向並結合會考解題的教學能力。

## ◎學務處報告：

1. 學務處本年度學生參加之藝文團隊、體育競賽，成績優異。參閱下列【108學年度比賽佳績】。
2. 有關109年臺南區高中職免試入學超額比序相關規定請參閱備註【超額比序項目積分對照表】。
3. 學生進行校外服務前，必須至學務處進行核准。若同一地點進行多次服務，可在反思日誌上註記預定的時間或時段，每次服務時間範圍以兩個月為限，意即做滿兩個月的服務志工職只需交一張反思日誌。相關程序請參閱附件【參與校外志工服務學習活動辦法】。
4. 被家長載或騎腳踏車的同學上下學時請務必戴安全帽。走路的同学過馬路時應走斑馬線。請配合導護志工及糾察隊的指揮。另外騎腳踏車的同学在路口時一律採取兩段式左轉。
5. 未滿18歲不可吸菸，一旦發現吸菸除依校規處置外，並通報衛生局開罰，處新臺幣二千元以上一萬元以下罰鍰。
6. 有請假的同学務必於一週內填寫請假單完成請假手續，未依規定完成請假者會登記為曠課。
7. 同學之間嚴禁金錢上的借貸或往來，一經查獲屬實，立即通知家長並依校規嚴懲。
8. 學務處本學期活動
  - 10/16(五)：教室佈置比賽評分
  - 10/20(二)：尿液初篩
  - 10/22(四)~10/23(五)：一年級抽血健康檢查
  - 10/28(三)~10/30(五)：三年級畢業旅行
  - 11/19(四)：尿液補篩
  - 11/25(三)~11/26(四)理學健康檢查
  - 12/17(四)~12/18(五)：運動會
  - 12/28(一)~12/30(三)：體適能檢測
10. 學務處承辦之藝文團隊、體育競賽分數優異，可獲得免試入學超額比序之多元學習表現競賽成績之分數（滿分10分）。（如：市賽第一名得4分、第二名得3分、第三名得2分）（單一類別擇優加分，若參加不同類別的校隊則可分別加分）

### 【藝術團隊108比賽佳績】

1. 臺南市108年度國民中小學傳統藝術比賽國中組廣東獅優等，舞龍優等
2. 109年中華盃舞龍舞獅錦標賽規定舞龍-第二名
3. 109年中華盃舞龍舞獅錦標賽自選舞龍-第二名
4. 108年全國民俗體育競賽競技舞龍-甲等
5. 108年全國民俗體育競賽競速舞龍-特優
6. 109年桃園壽山巖觀音寺全國舞龍公開賽-第四名
7. 臺南市108學年度學生音樂比賽國中組直笛合奏—優等
8. 臺南市108學年度學生音樂比賽國中組合唱—優等
9. 臺南市108學年度學生舞蹈比賽榮獲古典舞特優、民俗舞特優

## 【體育團隊 108 比賽佳績】

台南市 108 年中等學校聯合運動大會國男組空手道第二量級第三名  
台南市 108 年中等學校聯合運動大會國男組空手道第五量級第二名  
台南市 108 年中等學校聯合運動大會國女組桌球單打第四名  
台南市 108 年中等學校聯合運動大會國男組桌球團體賽第四名  
台南市 108 年中等學校聯合運動大會國女組桌球雙打第七名  
台南市 108 年中等學校聯合運動大會國女組桌球單打第一名  
台南市 108 年中等學校聯合運動大會國男組羽球雙打第七名  
台南市 108 年中等學校聯合運動大會國女組羽球單打第八名  
台南市 108 年中等學校聯合運動大會國男組羽球團體第五名  
台南市 108 年中等學校聯合運動大會國女組田徑 400 公尺接力第六名  
台南市 108 年中等學校五人制足球錦標賽第一名  
108 年謝國城盃全國青少棒錦標賽(台南市區域選拔賽)第一名  
108 全國青少棒錦標賽 (台南市區域選拔賽)第二名  
台南市 108 年中小學羽球對抗賽國男團體第四名  
台南市 108 年中小學羽球對抗賽國女單打第五名  
108 年全國中等學校運動會空手道對打第五量級第五名  
107 學年度中學生足球聯賽第八名  
108 年華南金控盃全國青少棒錦標賽(台南市選拔賽)第三名  
台南市 108 年中小學巧固球對抗賽社會男子組雙網賽第四名  
台南市 108 年中小學八人制足球對抗賽第二名  
108 年中小學桌球對抗賽國女組單打第七名  
108 年中小學桌球對抗賽國女組單打第二名  
臺南市 108 年市長盃五人制足球賽第一名

臺南區免試入學超額比序項目積分對照表  
(109 學年度起入學高級中等學校學生適用之)

比序項目		積分換算					最高	備註
1.	志願序	第1志願序學校 10分	第2志願序學校 9分	第3志願序學校 8分	第4志願序學校 7分	第5志願序學校 6分	10分	<p>學生參考國中學生生涯輔導紀錄手冊之生涯發展規劃書，選填志願。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>每一志願序至多可選填3校為一群組，其志願序積分相同。</li> <li>同一志願序學校如有多科別，選填時視為同一志願序，其志願序積分相同。</li> <li>同一學校第2次選填，視為不同志願序。</li> <li>第6志願序(含)後志願選填以單科為單位，以5分計。</li> </ol>
2.	競賽多元學習表現	國際第一名 10分	國際第二名 9分	國際第三名 8分	國際第四至八名 7分		最高採計50分	<ol style="list-style-type: none"> <li>限國中階段(七上至九上五學期)獲得之成績始採計。</li> <li>競賽項目：科學展覽、各學科能力競賽、語文類競賽、藝能類競賽、運動類競賽。</li> <li>同一性質或同一項目之競賽，僅擇優計分一次。</li> <li>本項最高10分。</li> </ol>
		全國第一名 7分	全國第二名 6分	全國第三名 5分	全國第四至八名 4分			
		縣市第一名 4分	縣市第二名 3分	縣市第三名 2分	縣市第四至八名 1分			
	獎勵紀錄	嘉獎/警告每支0.5分；小功/小過每支1.5分；大功/大過每支4.5分，最高採計15分。						
	服務學習	服務學習每小時0.3分，最高50小時採計15分						
	社團參與	最高採計15分。						
體適能	不適檢測者基本分6分。最高採計10分。							
語言認證	採計本土語(閩南語、客語、原住民語)及英語最高採計5分。「本土語」獲基礎級以上者均採計5分；「英語」採計標準參照CEF架構相當A2級(相當全民英檢初級)以上者，採計5分。 國中學生提出之認證資料如非國中教育階段取得者，亦予採計5分。							
3. 就近入學	符合10分	不符0分				10分		

4. 國中教育會考	精熟 每科6分	基礎 每科4分	待加強 每科2分		30分	將各科三等四標示，總積點 36 點 A++ =7 點 A+ =6 點 A =5 點 B++ =4 點 B+ =3 點 B =2 點 C =1 點 寫作最高分為 1 點
參考總分					100分	

同分比序順序： 1. 總積分 2. 志願序 3. 國中教育會考總積分 4. 多元學習表現總積分  
5. 國中教育會考總積點 6. 會考加註標示(含總標示及國、英、數、自、社分科標示) 7. 志願序內之學校序

## ◎輔導室報告：

### 一、輔導室編制：

(一) 主任：邱翊瑄【分機 311】、輔導組長：許警麟【分機 141】、資料組長：楊凌宜【分機 145】、特教組長：陳惠玲【分機 146】(學校總機:2301873)

(二) 專任輔導教師 3 人【分機 143】

(三) 資源班 3 班，特教老師 6 人。【分機 142】

◎輔導室專線：06-2396673

### 二、主要業務：

(一) 個別諮商：導師或任課教師可轉介或由學生主動申請。

(二) 團體輔導：小團體、班級輔導。

(三) 主題活動：性別平等教育、家庭教育、生命教育、生涯發展教育、適性輔導宣導、中介教育、親職教育、技藝教育。

(四) 測驗服務：智力測驗、賴氏人格測驗、多因素性向測驗、情境式職涯興趣測驗。

(五) 承辦國樂團相關業務，包括國樂團甄選、比賽、展演及成果發表會。

(六) 歸中校訊【每年出刊二期】。

(七) 特教(身心障礙資源班)服務、高中藝術才能班甄選報名。

(八) 109 學年度持續辦理資源式中介教育課程。

(九) 109 學年度技藝教育課程：抽離式【週一下午至合作職校上課】每學期 4 班

(上學期：食品、家政、設計、電機電子各 1 班；下學期：動力機械、食品、餐旅、醫護各 1 班)

(十) 109 學年度國二生涯試探體驗活動，分 2 梯次，實施時間 109/12/23、25(上午半天)。

### 三、109 學年度第 1 學期親職教育講座及活動：

(一) 109.9.12(六)上午辦理親職講座(如何提升孩子的專注力與學習成效)。

(二) 109.9.18(五)辦理班親會暨 12 年國教適性輔導宣導。

(三) 109.10.17(六)上午辦理「家庭有愛、青春飛揚」家長講座。

### 四、一年級校外教學於 109.11.8【週五】辦理。

### 五、輔導室業務宣導事項：

#### 1. 生涯發展教育：

本校生涯發展教育之推動是藉由各領域課程之融入、活動暨講座之辦理、測驗之實施及個人資料蒐集、彙整與整理【家長可透過學生輔導紀錄手冊、個人生涯檔案瞭解學生性向】。發放「技職全攻略」宣導手冊給一、二、三年級學生參閱，加深學生對於高職及五專 16 群科之瞭解。

#### 2. 生命教育宣導：

善用簡式健康量表(心情溫度計)，每週自我檢測(詳如下方說明)，關心自己亦關心周遭的親友。

**「簡式健康量表」** **五大評量每週自我檢測** **健康從「關心」開始**

人生總偶有遇到困頓時，有時一股說不上來的莫名心情，困在那裡，拿起心情溫度計！簡易的五個問題，幫助自己找出下一步；也分享給身邊親愛的家人、朋友養成習慣週週檢測，認識自己愛護他人，就從「關心」開始！

請仔細回想在最近一星期中(包括今天)，這些問題使您感到困擾或苦惱的程度然後圈選一個您認為最能代表您感覺的答覆。

	完全沒有	輕微	中等程度	厲害	非常厲害
1. 睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒	0	1	2	3	4
2. 感覺緊張不安	0	1	2	3	4
3. 覺得容易苦惱或動怒	0	1	2	3	4
4. 感覺憂鬱、心情低落	0	1	2	3	4
5. 覺得比不上別人	0	1	2	3	4
★ 有自殺的想法	0	1	2	3	4

1至5題之得分：0-5分身心適應狀況良好。  
總分得分：得分：6-9分輕度情緒困擾，建議給予情緒支持。  
得分：10-14分建議尋求心理諮詢或接受專業諮詢

得分：>15分重度情緒困擾，建議轉介精神科治療或接受專業諮詢。  
第六題(有無自殺意念) 單項評分：本題為附加題，若前五題總分小於6分，但本題評分為2分以上(中度程度)時，宜考慮轉介至精神科別。

**求助專線**

警察局 110      消防局 119      社會福利諮詢專線 1957  
生命線 1995      張老師 1980      婦幼保護專線 113  
法律扶助專線 06-2285550  
雲嘉南就業服務中心 06-2371218  
24小時安心專線 0800-788-995 (0800-請幫幫-救救我)  
衛生局心理諮詢預約專線 3352982 / 6377232  
天使專線\*台灣兒童少年自殺防治專線  
0800-555-911 (16:00~22:00全年無休)

開心時，好運連連  
要先開心，才能開運  
人笑，才會幸福



### 1. 生命教育相關網站：

網站名稱	網址：
教育部生命教育學習網	<a href="http://life.edu.tw/homepage/091/new_page_2.php">http://life.edu.tw/homepage/091/new_page_2.php</a>
生命教育全球資訊網	<a href="http://gigabyte.fxsh.tyc.edu.tw/life2000/">http://gigabyte.fxsh.tyc.edu.tw/life2000/</a>
財團法人台灣生命教育學會	<a href="http://210.60.194.100/tlea/">http://210.60.194.100/tlea/</a>
台灣教育資源網—生命教育資源	<a href="http://study.ncue.edu.tw/life.shtml">http://study.ncue.edu.tw/life.shtml</a>

網站的資訊提供相關知識、訊息，可以協助教師隨時獲得有關生命教育的最新訊息，讓教育學生的管道更為完整。

### 2. 家庭教育宣導：

- 家庭教育專線 412-8185
- 祖父母節：每年八月第四個星期日
- 臺南市家庭幸福日：【1】提倡幸福家庭價值【2】每年八月第二個星期日【3】每日約「幸福家庭」時間、每週上「幸福家庭」餐桌每月愛「幸福家庭」動力、每年慶「幸福家庭」日子。【4】全家幸福儲值天天有，建設「幸福家庭」需要你和我。
- 家庭教育中心：建構最需關懷家庭輔導網絡計畫-建構案，提昇家長親子教養知能服務。

## 認識歸仁國中-學習中心(資源班)

<p><b>什麼是資源班？</b></p>	<p>根據學生的能力及特殊需要來擬定及實施個別化教育方案，使學生在普通班團體學習外亦能獲得適當資源的輔導及幫助。所以資源班是一個讓同學變得更棒，更能肯定自己的地方，以便幫助每一位學生都能找到適合他的學習方法。</p>
<p><b>主要服務對象？</b></p>	<p>主要在服務有特殊教育需求的學生(學業成就顯著有困難及其他適應困難之身心障礙學生，可因資源班之教學輔導、調整評量方式、提供協助等等，而使其在學習、認知、情緒或其他社會行為發展各方面獲得助益。</p>
<p><b>怎麼進資源班？</b></p>	<p>先由導師、輔導教師、普通班教師或相關人員與家長溝通協調後轉介，經校內與教育局心評小組或醫院身心科進行各項心理與教育評量，並蒐集相關資料，由校內特殊教育推行委員會初評後，提請本市「特殊教育學生鑑定及就學輔導委員會」審查之。</p>
<p><b>什麼時候到資源班上課？</b></p>	<p>資源班是指在校大部狀分時間在普通班級上課，抽出部分時間或利用課外時間，到資源班接受彈性化、個別化及功能性教學。  <b>抽離式：</b>利用原班級上課時間到資源班上課。  <b>外加式：</b>利用自修課時間、午休時間或其它空堂時間，到資源班上課。</p>
<p><b>資源班學什麼？</b></p>	<p>對學生而言有學習困難的科目：改編成較易了解的課程，或另外設計適合學生課程(和原班不同)。基本上，資源班課程有別於普通班，課程內容沒有固定課本、科目或年級的限制，而是針對每一學生的程度量身設計，非常彈性。</p>
<p><b>資源班的特色</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 只有部份時間到資源班接受特教老師小組教學輔導。</li> <li>2. 上課內容依據學生需要設計，應用各種教學資源。如：學習單、教具操作、電腦、教學軟體等等。</li> <li>3. 提供作業調整與評量方式標準建議。</li> <li>4. 提供個案認輔教師、個案輔導會議。</li> <li>5. 提供特教福利申請與特殊升學管道(12 年適性安置輔導)。</li> </ol>
<p><b>歸仁國中學學習中心 師資陣容</b></p>	<p>共 7 位合格特教教師，包含 7 位正式教師。          特教組長:陳惠玲老師、導師特教老師:丁姿文老師、鄭雅如老師、許嘉倫老師、專任特教老師:陳富樺老師、鄭維倫老師、林秀菁老師。</p>

**開設課程**

國文、英文、數學、生活管理、職業教育、社交技巧、適應體育等等

## ◎總務處工作報告

- 一、感謝宗宏會長及所有委員、家長過去一年來的支持與協助，家長會的支持是各項校務推動的動力，有親師的共同付出，讓歸中校務發展更加傑出；誠摯歡迎更多家長加入家長會，敬請有意願加入者歡迎洽詢總務處秀敏主任。(聯絡電話 2301873#111 或 2306671)
- 二、感謝靜芳團長所帶領的所有志工夥伴們過去一年來的付出與協助，讓一切活動順利圓滿，期待更多的家長加入歸中志工團的行列，未來在玉華團長的帶領下持續守護孩子們上放學的交通安全，為孩子的午餐衛生健康把關，營造舒適閱讀環境提升孩子們的閱讀素養閱讀悅讀樂讀，樂於學習。
- 三、本校營養午餐每週營養午餐菜單及實際照片公布於本校網站**首頁/「營養午餐專區」**，有關午餐之相關訊息亦於該網站公告，歡迎瀏覽賜教。
- 四、有關校內**災防教育、空氣品質AQI、住宅用警報器的安裝及防範一氧化碳中毒**相關資訊建置於學校**首頁/訪視與評鑑/歸仁國中防災教育網**，歡迎家長撥冗瀏覽查詢，或可至內政部消防署全球資訊網/防災知識/防災宣導參閱。**家庭學校雙管齊下作好防災工作**，讓我們的孩子安心學習開心成長。網址：  
<http://www.nfa.gov.tw/main/Unit.aspx?ID=&MenuID=513&ListID=349>
- 五、有關防災士，請參閱下列附件或上網參閱<http://pdmcb.nfa.gov.tw/dp/intro>
- 六、出納組收費項目說明如下：
  1. 代收代辦費(家長會費、學生平安保險費、教科書書籍費)、第八節課業輔導費、戶外教育活動費(一年級一日遊、二年級童軍露營、三年級畢業旅行)、新生制服運動服；暑期學藝活動費；寒假學藝活動費、畢業紀念冊等繳費單，目前係使用臺灣銀行的「學雜費入口網站」平台，會委由導師轉交給班上學生，請家長於期限內至7-11、OK、萊爾富、全家、臺銀臨櫃、信用卡語音、ATM等繳費窗口繳費，繳費完成後請保存第一聯學生收執聯繳費收據，並繳回**第二聯學校收執聯繳費收據**給導師(小白單不要繳)。若是透過信用卡、ATM等方式繳費者，請將原發繳費單繳回即可，不用另印收據。
  2. 營養午餐費係用家長提供郵局帳戶扣款。
- 七、代收代辦費減免如下(學生家長要提供相關證明者，方可辦理減免):
  1. 家長會費：低收入戶、中低收入戶者全免；若『親』兄弟姐妹在學校就讀者，只收低年級的家長會費，高年級的家長會費免收。
  2. 學生平安保險費：低收入戶、原住民、學生本人或學生父母親持有重度或極重度殘障手冊者全免。
  3. 教科書書籍費：低收入戶、中低收入戶、原住民、學生本人或學生父母親持有身心障障手冊者全免。
- 八、第八節課業輔導費、暑期學藝活動費、寒假學藝活動費(學生家長要提供相關證明者，方可辦理減免)：低收入戶、學生本人持有身心障障手冊者全免；

中低收入戶、類中低戶者半免。

九、戶外教育活動費、畢業紀念冊、新生制服運動服：減免依決標契約內容而定。

十、營養午餐費：減免依市政府公文內容而定。



# 認識防災士

## Disaster Relief Volunteer



防災士。防災季



### 什麼是防災士？

以「自助、互助、合作」為原則，培育防災士成為民間自主防救災工作之種子。



### 如何成為防災士？

參訓人員需完成2日基本及進階課程，並經學科及術科測驗合格後，始能取得內政部認證合格。

### 防災士可以做什麼？

#### 災前



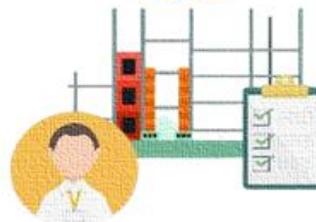
協助家庭、社區及工作場所推動防災活動。

#### 災時



避難疏散、災情查通報等災害應變措施。

#### 災後



參與避難收容及災民照顧，並協助地方政府組織復原重建。

**防災重於救災，離災優於防災**

臺南市政府消防局

# 【重要事項、議題宣導】

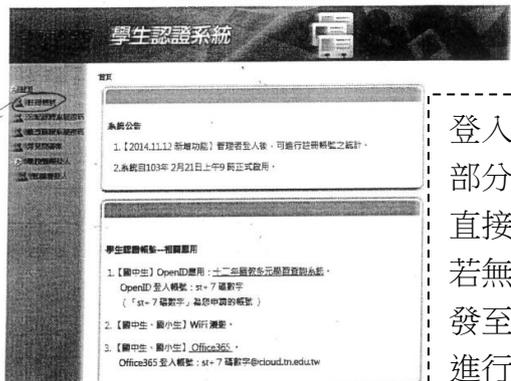
## 如何查詢十二年國教「多元學習表現」分數？

步驟 1 至台南市「學生認證系統」進行帳號登入

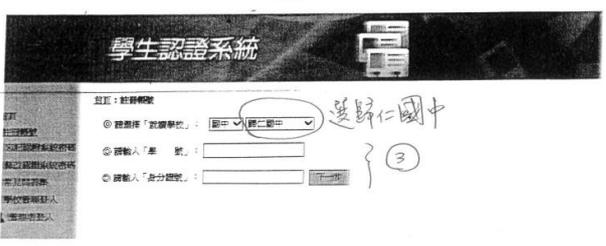
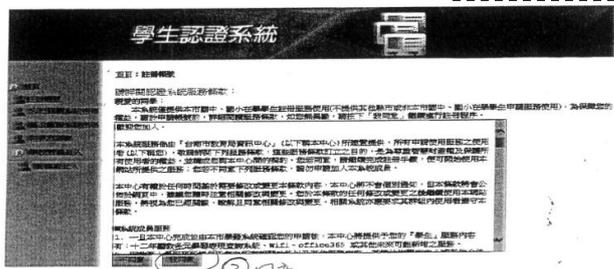
網址為 <https://estdpassport.tn.edu.tw/> 首次申請帳號，請點選「註冊帳號」，通過後即可使用該帳號。



歸中校網：學生認證系統



登入帳號：st+7 碼數字  
部分國小曾幫學生申請，故需直接延用國小的帳號與密碼。  
若無，則須重新註冊。(帳號已發至各班導師，新生可向導師進行確認)



**步驟 2** 進入「十二年國教—多元學習表現查詢系統」，進行多項個人學

習資料查詢，網址 <http://jhquery.tn.edu.tw/>



全部項目都可  
隨時查詢

歡迎使用多元學習表現查詢系統，本系統提供：

1. 台南市國中「在學學生」進行個人資料查詢。若您尚未申請帳號，請至「[學生認證系統](#)」進行帳號申請。

學生已申請過帳號，但忘記帳號密碼者：請找學校「[資訊組長](#)」確認身分後，由資訊組長協助「[查詢帳號](#)」及「[重設密碼](#)」。

2. 台南市國中「導師」進行班級學生資料查詢。

操作相關查詢時，請先登入。



目前狀態：使用者尚未登入，請點選上方登入鈕！

系統諮詢：✉(06)2130669 | Copyright © 2014 臺南市教育局資訊中心 All Rights Reserved.

## 學務處貼心小提醒

學生的「獎懲紀錄」、「缺曠課請假紀錄」、「服務學習紀錄」、「體適能」等多元學習總分，隨時都可以上網查詢唷！

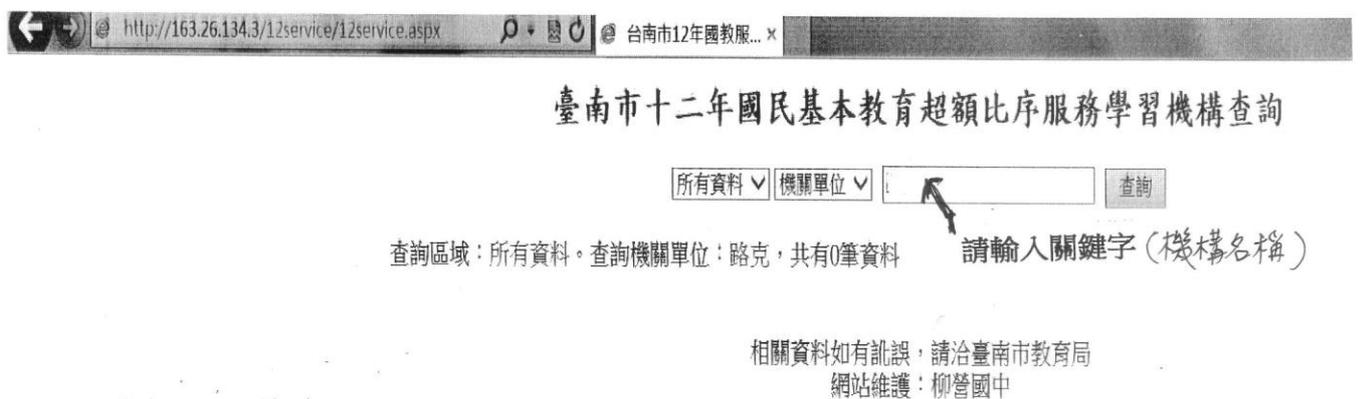


## 如何參與校外志工服務學習活動？

**步驟 1** 請學生至學務處領回「反思學習單」填寫服務學習基本資料並請家長簽名。

**步驟 2** 家長簽名後請送回學務處認可核章（務必先由學校核可）

**步驟 3** 準時前往服務地點進行服務學習活動。



The screenshot shows a web browser window with the URL <http://163.26.134.3/12service/12service.aspx>. The page title is "臺南市十二年國民基本教育超額比序服務學習機構查詢". Below the title, there are two dropdown menus: "所有資料" (All Data) and "機關單位" (Institution/Unit). To the right of these is a search input field with a cursor and a "查詢" (Search) button. Below the search field, the text reads "查詢區域：所有資料。查詢機關單位：路克，共有0筆資料" and "請輸入關鍵字(機構名稱)". At the bottom, there is a notice: "相關資料如有訛誤，請洽臺南市教育局 網站維護：柳營國中".

### 網址

<http://163.26.134.3/12service/12service.aspx>

108學年度的國三生五個學期滿50小時即可拿到「服務學習」項目滿分(15分)喔！請家長提醒同學盡早完成。(一、二年級參考)



## 水域安全宣導公告

各位親愛的家長：

隨著天氣日漸炎熱，學生從事水域活動的頻率漸增，而學生不幸發生溺水死亡事件，究其原因多為「未選擇安全水域戲水」及「自恃會游泳而從事跳水或嬉鬧不經意推同伴下水等危險行為」，面對即將到來的暑假假期，請家長們務必提醒您的子女於假期從事水域活動時，應留意「水上安全應從入水前開始」，讓我們一起來為孩子的安全把關。

針對孩子暑期戲水安全的問題，家長應注意下列事項：

- 一、選擇安全地點、到符合標準的游泳池(設有救生員)戲水游泳。
- 二、切勿前往未設救生員之開放水域戲水游泳。
- 二、戲水游泳時，應注意安全並避免危險行為。
- 三、應有家長陪同、隨時留意學童狀況。
- 四、學會水中自救。
- 五、留意天氣變化。
- 六、穿著合適服裝、不穿吸水衣褲。

有關暑期防溺緊急聯絡電話資料如下：

- 一、救災防護報案專線：119
- 二、海巡服務專線：118
- 三、報案專線：110
- 四、行動電話急難救助專線：112

「**生命無價**」！教育部再次呼籲並提醒家長，多一份關心，多一

點叮嚀，切勿輕忽任何可能發生的危險，避免溺水事件悲劇再次發生，讓

我們共同守護學生生命安全！

# 登革熱注意事項

## 壹、傳染途徑：

- 一、登革熱之病媒蚊為埃及班蚊和白線斑蚊。
- 二、病毒必須藉由病媒蚊叮咬能從人傳給人。
- 三、病媒蚊叮咬登革熱病患（從開始發燒的前一天直到退燒具有傳染力）8至15天後，則具有終生傳染病毒的能力。
- 四、重複感染不同型的登革病毒（登革病毒依其抗原性分為1、2、3、4型。）可引起出血性登革熱。

## 貳、發病症狀：

今年登革熱不同以往是非典型的第二型，千萬不可輕忽。典型登革熱的潛伏期約為3至8天（最長可達14天）。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、關節痛及紅疹但是最近發現的病例症狀常是腸胃道症狀（噁心、嘔吐、腹瀉表現），不一定發燒，請務必提高警覺，盡速就醫。

## 參、就診醫院：

成大、奇美二大醫學中心及部立台南醫院、柳營奇美醫院均已開設登革熱門診。

## 肆、預防方式：

- 一、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，把不用的花瓶、容器等倒放。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防蚊液（膏）。
- 二、清除孳生源四大訣竅—澈底落實「巡、倒、清、刷」：
  1. 「巡」—經常並且仔細巡檢居家室內、外可能積水的容器。
  2. 「倒」—將積水倒掉，不要的器物予以分類或倒放。
  3. 「清」—減少容器，留下的器具也都應該澈底清潔。
  4. 「刷」—去除斑蚊蟲卵，收拾或倒置勿再積水養蚊。

## 臺南市家庭教育中心的 8185 諮詢專線

全國家庭教育諮詢專線 4128185 是本中心為協助民眾面對各類家庭相關議題（如：親子溝通、子女教養、婚前交往、情緒調適...等），輔導志工將提供民眾同理支持、情緒紓發及社會資源轉介等，讓您獲得關懷與指引。

除了國定假日外，歡迎您來電，家庭教育中心 4128185 諮詢專線關心您：

### 一、服務方式：

(一)電話諮詢：請於服務時段撥打 412-8185；手機請撥打 02-4128185

(二)面談服務：請透過行政專線(06-3129926)預約可面談之時段，再由中心安排志工老師進行面談

### 二、服務時段

週一至週五：上午 9:00-12:00、下午 2:00-5:00、晚上 6:00-9:00

週六：上午 9:00-12:00、下午 2:00-5:00



★全國家庭教育諮詢專線★  
**412-8185** 幫一幫我

歡迎撥打專線

家庭教育齊努力 4128185 幫助您  
當您與孩子有了衝突  
當您與伴侶意見相左  
當您的家庭生活受挫沮喪  
有這樣一個地方，它會完全接納與關懷  
當您期待學習，獲得更和諧的家庭生活

家庭教育中心 伴您共同成長

★服務內容★  
夫妻相處 婆媳關係 親子溝通 子女教養  
婚前交往 情緒調適 家庭資源 生活適應

家庭教育諮詢專線 412-8185  
手機請撥 02-4128185

★服務時間★  
週一至週五 上午9:00-12:00 下午2:00-5:00 晚上6:00-9:00  
週六 上午9:00-12:00 下午2:00-5:00

教育部關心您

## 性別 Q & A (家長篇)

Q1：電視上常常提到的全國「113」全國婦幼專線可以提供哪些服務呢？它和警察局的「110」又有什麼不同？

「113」和「110」雖然同樣是性侵害事件的通報受理窗口。但為爭取時效性，當你正面臨性侵害事件或知道他人正遭受性侵害的「立即危險」時，請您立刻撥打「110」向警方求助，警察將隨即到場協助。

若對於是否遭受性侵害或已不幸遭受性侵害，您亦可撥打「113」或「110」諮詢或求助，警察或縣市政府家庭暴力暨性侵害防治中心的社工員都會竭力協助你。

### ★ 知識便利貼 ★

「113」是指「一個窗口」、「一人受理」、「三種案件」（家庭暴力、兒童青少年保護、性侵害）。只要發現疑似虐待兒童、管教過當、性侵害或是家庭暴力情況，都可以透過 113 婦幼保護專線通報。當暴力情形緊急，也可以撥打 110 報警處理。

Q2：網路色情到處可見，為了避免自己和別人受害，我可以透過什麼方式檢舉它呢？

網路內容各式廣告玲瓏滿目，裡頭更是充斥許多情色陷阱，例如援交、打工訊息刊登，稍不留意，自己可能就是下一個性侵害的受害者。為了避免更多的人遭受網路陷阱的迫害，你可以立即至終止童妓協會網路色情檢舉熱線，由該協會來為各位少年仔的網路安全把關喔！

Q3：我都忙於工作而不知自己心愛的子女日常生活情況，要如何預防自己的小孩透過網路接觸援交或色情資訊呢？

有幾個建議的辦法，可以先嘗試看看：

- 一、與孩子一起使用網路，由家長擔任守門員。
- 二、把家中電腦移到醒目、人員走動頻繁的地方，方便家長隨時注意孩子上網的動態。
- 三、至財團法人台灣網站分級推廣基金會下載並安裝台灣網站分級過濾系統。

四、購買具有防堵色情功能的軟體，或是申請防堵色情的帳號，hinet、seednet 均有，更多資訊可參考 web547 的防色術。

五、留意子女交友狀況及人際關係。所以，各位親愛的父母親，即使再忙也要抽空陪孩子喔!!國家未來棟樑還需要您們的栽培與呵護地成長呢!

Q4：我家裡有戀愛中的兒女，真擔心他們有身體進一步的接觸，我要制止他們談戀愛嗎？還是我該秉持什麼態度和他們溝通呢？

建議您平時就應該加強青少年的 EQ 教育，加強孩子的愛情 EQ，讓孩子能夠用比較健全的態度談情說愛，用負責的態度、誠摯的心，來面對自己和心愛的人。以下幾點原則，一併提供您參考：

一、應「謹守不鼓勵也不反對的態度」：不要給與過多的關注，表面上裝出一副不動聲色的樣子，但不同的場合則要把握機會好好的引導孩子學習如何與異性相處。

二、應「採取不批評的態度」：如果發現孩子交往的對象品性不是很好，此時最好先不要急著批評或責難，尤其對孩子說話要特別小心，避免出現負面的批評。建議最好能讓孩子「主動」去發現所交往對象的問題，而能協助其坦然面對，最後自己慧劍斬情絲。事實上，孩子對其所交往的對象，外界評價如何也是很清楚的，只是因為父母批評他、責難他，孩子為了面子或自尊，不肯承認自己錯了。所以，父母最好不要任意批評其所交往的對象，否則可能一錯再錯。

三、「不要隨意偷看孩子的信件或偷看孩子的日記」：青春期的孩子對於自己私密的事情，尤其是談情說愛，最不願意讓父母親知道。然而，父母因為關心，對家中孩子談戀愛，時常憂心忡忡，既然孩子不願意說出來，父母就偷看孩子的日記，或者偷聽他們的電話。這點萬萬不可。父母應反躬自省，為什麼孩子會事事隱瞞？到底是什麼因素使親子之間的溝通出現障礙？

面對家有談戀愛的青春期孩子，父母不應只是強硬地禁止，而是要協助孩子以行動來證明，結交異性朋友並不會使其功課因此退步，也不會發生越軌行為，其生活作息仍可保持正常。進一步則再教導孩子抱持學習的心態去拓展對自己、對異性、對感情與世界更深層的了解，使彼此更臻成熟。允許多一點時間去面對自己，確定自己的感情是「give love」，而不是「need love」，這就是成功的輔導。

Q5：我應該平時如何教我的孩子，才能讓他避免遭受性侵害啊？

性侵害案件的發生可能在任何的時間、任何地點，而且加害人與被害人也並非侷限於何種年齡、性別或教育程度者。以下幾種狀況，建議家長於平日活動應多加留意，並教導子女正確的自我保護觀念。

一、勿將孩子獨自留在家中：陌生歹徒恐怕趁著家長外出之際潛入家中，此時獨自在家的孩子在缺乏家人保護的狀況下，可說是陷於被害危險的情境！另外，孩子獨自在家也必須留意「熟人」的拜訪，畢竟缺乏家人的監控機制，「熟人」有可能變「狼人」！

二、獨自留在車上：家長與孩子一同外出經常獨留孩子在車上，殊不知即便是短站的一分鐘，您的孩子都有可能成為歹徒下手的目標物。許多家長或許會叮嚀孩子將車門上所，只是歹徒亦可能使用開鎖工具直接侵入車內！

三、各種作案方式，不可不當心：歹徒性侵害的手法經常利用以下幾種暴力形式，例如誘騙上當、生命威脅、飲料中下毒、製造假車禍、街道隨機擄人、尾隨跟蹤等，而且犯罪所利用的手法往往不是被害人奮力抵抗就可以掙脫的。

本文引自教育部性別平等教育資訊網

# 了解孩子

別讓他誤入歧

# 毒



## 家長看過來，小心！這些都是毒品！

毒品種類百百種，除了一到四級毒品外，現行氾濫的糖果包裝花樣炫麗，更易引發青少年誤食，且為混合性毒品，危害更加乘！

### 1級毒品

如海洛因、嗎啡、鴉片、古柯鹼等

### 2級毒品

如安非他命、搖頭丸、大麻、MDPV(浴鹽)等

### 3級毒品

如愷他命(K他命)、FM2、喵喵等

### 4級毒品

如5-MeO-DIPT(火狐狸)、佐配眠等

## 混合性新興毒品

市售改裝  
混合填充



破壞原貌再包裝  
有拆封痕跡

山寨品牌  
混合填充



包裝完整  
無拆封痕跡

可愛造型  
卡通圖樣



以特殊造型  
吸引青少年食用

糖衣外表  
零食外貌



以糖果樣式混淆  
引誘青少年誤食

## 家長請注意！您的孩子是否行為異常？

關心孩子，如何從孩子的行為察覺是否染毒？

進一步了解孩子染毒的原因。



## 提醒家長們，這些管道可以幫助您！

讓我們透過以下管道一同守護孩子的未來，  
保護孩子遠離毒害！



### 學校政府單位

#### 教育部

家庭教育中心諮詢專線：  
(02)412-8185

#### 學校資源

春暉小組輔導戒治：  
· 輔導課程  
· 尿液篩檢

#### 社政單位

各地方政府社會局(處)的協助資源：  
· 家庭親職教育  
· 社福資源提供



### 醫療輔導單位

#### 毒防中心

毒品危害防制中心的協助資源：  
· 諮詢服務  
· 輔導追蹤

#### 醫療單位

醫療單位的協助資源：  
· 門診及住院治療  
· 藥癮衛教及諮詢



### 警政單位

#### 警政單位

警政單位的協助資源：  
· 法律諮詢  
· 轉介服務

#### 少年輔導委員會

少輔會的協助資源：  
· 個案輔導及諮詢  
· 預防宣導

戒成專線

**0800-770-885**

(請請您，幫幫我)

教育部防制學生藥物濫用資訊網

教育部防制學生藥物濫用粉絲團

反毒大本營

教育部 關心您 廣告

資料來源：教育部、反毒大本營(<http://antidrug.moj.gov.tw/mp-4.html>)

## 【適性輔導心得分享】

### 《周幸旻 臺南高工 建築科》

從就讀國小起，我就對書法、繪畫、藝文方面的事物很感興趣，所以持續在校外學習相關的才藝。國二上學期，得知透過輔導室辦理的技藝教育宣導，得知國三有技藝教育課程時，我感到很興奮。因為當時的我對於未來是茫然的，不確定自己未來是要讀普通高中還是高職又或者是五專？學校開設了設計、食品群等技藝教育課程。我詢問了同學要不要一起去上課？他們都回答「不要」，這沒有伴一起去上課的情況，讓我很失望，只好回去與家人商量。爸媽了解我從小對技藝的喜愛及興趣，於是鼓勵我去參加技藝教育課程的實作試探，去尋找自己有興趣又可以學一技之長的技術。所以在家人與學校老師的建議、分析、鼓勵下，我選擇所愛-設計職群課程。

在沒有同班同學陪伴下，我毅然決然的參加了技藝教育課程。每周一次前往慈幼工商，接受全新的課程體驗，讓我獲益良多，不只讓我學到了基礎繪畫更學到了電腦繪圖的技巧...像是貼圖的製作、3D列印的排版、馬克杯的封面設計，還有體驗馬克杯熱壓轉印...好多好玩又有趣的課程。

這個課程讓我體驗到了多元學習的樂趣以及其重要性!雖然我的教育會考成績不是很理想，但是通過技優甄審入學的管道，讓我能夠

進到我夢寐以求的學校~臺南高工建築科，進行更深入的學習。開啟我人生的另一扇門，讓我未來的生涯發展可以更寬廣。

## 《林芷儀 家齊高中 餐飲管理科》

我在國二的時候參與了高職參訪及生涯試探實作課程活動，我上課是學習做警示燈，透過這次體驗，讓我了解了關於電機電子職群的學習內容，清楚了解自己未來不會選擇電機電子相關職群，這也是一種學習收穫。國二下，聽了輔導室老師的針對有意願參加技藝教育課程學生的說明會後，我決定報名參加技藝教育課程，那時的我什麼技能都沒有，只想著去食品烘焙課程中吃下午茶，我最印象深刻的是做披薩的那堂課，因為製作披薩的步驟很多，所以感覺特別難，當我把成品放入口中的那一刻，我覺得很有成就感，也很不可思議自己居然會做出這麼好吃的東西。

透過課堂的實作測試，我順利地成為代表學校參加臺南市技藝競賽的選手。比賽前我花了不少時間練習相關的技能，在這次全市技藝競賽中，我拿到烘焙組佳作的成績。這樣的成績讓我在多元表現積分中取得了對外競賽的積分，讓我順利錄取國立家齊高中的餐飲管理科，所以非常感謝高職的技藝課程老師的教導，還有輔導老師的協助分析選擇適合的升學進路，不僅讓我在技藝學程中學到一技之長，還考上心目中理想的學校-家齊高中，讓我開啟一段新的學習旅程。

## 【親子資訊站】

### 《家教是給孩子最好的禮物》

洪蘭

我去朋友家吃飯，看見她念小學二年級的女兒在飯桌上大聲的說：「媽媽，你笨死了，你炒的菜有夠難吃，我不要吃！」我很驚訝一個孩子怎麼可以這樣對媽媽說話，更驚訝的是朋友竟然沒有生氣，反而說：「哪一道菜？你說的是哪一道菜？」我看到孩子跋扈的樣子實在忍不住，便趁洗碗時告訴她孩子不能縱容，想不到她一肚子苦水說她也不願意如此，而是照書上所寫的在教育，因為有一本親子教養的書說：「當父母被子女批評時，不能覺得面子掛不住，甚至覺得不被尊重而生氣，導致親子之間不愉快的情緒。要了解這是孩子在表達心情，父母要耐心聆聽，寬心對待，不能露出憤怒的表情，不然會造成孩子的畏懼與不安。我看了真是哭笑不得，問我朋友她的普通常識到哪裡去了，怎麼會全盤接受這種似是而非的理論。」

孩子第一需要知道不可出口傷人，不可以用自己是一直話直話不懂得修飾——來做藉口而傷害到別人。朋友的女兒所說的那句話其實不是一孩子表達心情——，而是嚴重傷害到別人的自尊心，這種話連跟同學都不能說，更何況是自己的媽媽。孩子應該對父

母敬愛而不是友愛；有敬，父母的教誨才聽得進去。在一個家庭中，父母是主，孩子是從，主從的觀念連低等動物都有，而動物是有領域觀念的，在馬戲團中，馴獸師一定是先進入場地，動物再帶進來，因此動物會聽馴獸師的話，因為先來後到，客對主要讓三分。假如孩子認為父母是平輩，就難怪父母講的話孩子不聽了。

第二，孩子並沒有那麼脆弱，父母一生氣，孩子就崩潰。佛洛伊德所謂的童年創傷其實是指如性侵害或虐待等嚴重傷害，一般父母的教誨是不會留下人格烙印的，反而是不教他、溺愛他，以後出社會會吃大虧，因此父母賞罰要分明，改正要及時。很小的孩子做錯事，被罰他可以接受，不能接受的是被冤枉，而挫折對孩子來說不見得不好，有時反而是品格的鍛鍊。人生原本就充滿了挫折，孩子必須懂得如何把危機變轉機，將逆境扭轉過來。父母不可能跟著孩子一輩子，永遠保護著他，如果能藉各種機會訓練出孩子不屈不撓、再接再勵的人格，對他人生旅途上的幫助或許更大。

第三，不是所有正向的回饋都對孩子好，孩子固然需要鼓勵，但是不對的時候更需要告誡。孩子必須從日常生活中學會待人接物的方法，這種學習是個內隱的學習，這種記憶直接儲存在

神經連接的突觸上，即使將來得了失憶症，他的人格特質、生活習慣都沒有丟掉。孩子的安全感不是來自父母無所不在的呵護，而是當他需要父母時，父母能適時給他指引。

看到現在的孩子沒有禮貌，在電梯裡見到長輩不打招呼，在公車上不讓座，跟父母講話沒大沒小，真是令人感慨。家教是父母給孩子最好的禮物，教養與風度是打開社交場合大門的鑰匙，而「盡信書不如無書」，坊間有不少「親子教養」的書籍，品質令人擔心，做父母的實在不必戰戰兢兢，每天捧著書看當作「教戰手冊」。教育兒女不是要照食譜炒菜，因為每個孩子都不一樣，不可一板一眼照書教，請相信你自己的普通常識，如果孩子快樂，別人也快樂，你就做對了。

## 《不要偷看孩子的日記》

洪蘭

朋友國二的女兒本來很乖巧，放了學像小鳥一樣吱吱喳喳跟母親講個不停，現在突然放學不立刻回家，留在學校做功課，回來後洗過澡就不再出房門，母女倆面對面時眼睛也避免跟母親接觸。朋友慌了，暗中查訪，女兒的確有留在學校讀書，並沒有交男朋友，但是整個行為都不對勁，連星期天都說要去圖書館念書，她非常的憂心，跑來找我。行為突然改變當然是有原因的，我細問行為改變前後家中發生的事，朋友說什麼都沒有，唯一就是女兒在日記中用粗話罵了弟弟，她告誡她女孩子不可以講粗話。我問她怎麼知道女兒在日記中罵粗話，她理直氣壯的說：我看到的呀！不看怎麼會知道？我再問：她給妳看的嗎？她說：當然不是。我有一天清她房間，換床單時在枕頭底下看到她的日記，就拿起來看了一下，不過，她加強語氣說，她小時候寫的任何東西都給我看，以前學校發生什麼事也都告訴我，我們母女是沒有任何祕密的。

我望著她，感嘆天下的父母都沒感覺到孩子已經長大，還以為是襁褓中萬事依賴自己的寶寶，殊不知孩子一天天成長、一天天有自己獨立的人格時，她開始有一塊自己內心的世界，這個世

界如果被闖入，會有家被小偷侵入的感覺，說得嚴重些，就是心靈被侵犯。孩子吱吱喳喳說著學校的事情時，那是她願意分享的部分，但她逐漸會有一部分是保留給自己的，假如每次和父母說話都是愉快的回應，那麼孩子就願意多跟父母分享她的經驗；但是如果得到的是批評，幾次以後孩子就學會不再自討沒趣，會像蛤蜊一樣，一回家就把嘴閉上。

親子溝通管道的關閉我認為是最危險的事，這迫使孩子向外人求援，但孩子的同學都與他同年齡、同經驗，他們的主意多半是餽主意，結果一步錯就千步錯了。父母若想要跟孩子保持溝通管道的暢通，一定要記得他是獨立的個體，在他話沒說完之前，先不要打斷他，更不可不分青紅皂白就指責起來。我們自己也有這樣的經驗，當我們向別人訴苦時，如果對方是同情的態度，我們會越講越多；假如對方不耐煩的指責我們，下次我們再也不會找這個朋友講心事了。孩子若能從你身上得到幫助，他會來找你；如果從你身上得到的是責罵，以後一定不會來找你。至於日記裡寫的東西，父母其實不必太緊張，那原是宣洩的一個管道，在日記裡罵就等於是在心裡罵一樣，不應該會有人知道的；一旦日記不再是安全的宣洩場所，這個孩子會更苦悶。聰明的孩子很小就懂得把自己的祕密說給別人聽是件愚蠢的事，同學會背叛，好友

會背叛，連自己最親密的伴侶都會背叛(許多人離婚後就寫回憶錄，什麼私祕都抖出來)。我們從經驗中學會父母是最安全的傾吐對象。有人說中國的心理治療師很少，是因為我們家庭結構緊密，有家人可以傾訴，所以不必找受職業道德束縛的心理治療師，然而一旦父母不可信任，孩子會深深感到背叛的傷害。這孩子選擇逃避、不回家、不跟母親眼神接觸，因為她已無法正視母親而不質問：為什麼要偷看我的日記？

我的朋友不認為她是偷看，只是關心，但是很多孩子就是被這種關心逼出了家門。真正關心孩子是應該要尊重他、接受他、陪伴他，他心中有話自然會告訴你，請不要偷看孩子的日記。

## 臺南區高中、高職、綜合高中 一覽表(109 年畢業生適用)

(\* 本表為提供線上志願選填系統使用，不包含各高中職特色招生之科別及附設進修學校科別)

### 【公立高中】

國立臺南一中	國立臺南女中	國立臺南二中	國立家齊高中	國立南科國實中
國立新豐高中	國立南大附中	國立北門高中 (非就近入學區學校)	國立新營高中 (非就近入學區學校)	國立善化高中 (非就近入學區學校)
國立新化高中	國立後壁高中 (非就近入學區學校)	市立大灣高中	市立南寧高中	市立土城高中
市立永仁高中				

### 【私立高中】

私立德光高中	私立興國高中	私立港明高中	私立長榮女中	私立黎明高中
私立慈濟高中	私立鳳和高中	私立光華女中	私立長榮高中	私立明達高中
私立聖功女中	私立瀛海高中	私立六信高中	私立崑山高中	私立南光高中

### 【109 學年臺南區辦理綜合高中 學校暨開設學程一覽表】

國立新豐高中	學術社會、學術自然、應用英語、資訊應用、商業服務、廣告設計
國立南大附中	學術社會、學術自然、園藝與休閒、畜產保健、電腦製圖、營建技術、資訊應用、餐飲技術、食品加工
國立曾文農工	學術社會、學術自然、電子技術、機械技術、電機技術、化工技術、食品加工
私立光華高中	學術社會、學術自然、觀光餐飲、銀髮族活動管理、室內設計、時尚設計、電子商務

### 【109 學年公立高職-免試入學開設之科別】【不含特色招生科別】

學校名稱	開設科別
國立臺南高工	機械、鑄造、板金、汽車、電子、電機、資訊、建築、化工、製圖、土木、飛機修護
國立臺南高商	商業經營、國際貿易、會計事務、資料處理、廣告設計、觀光事業、應用外語(英文組)
國立家齊高中	餐飲管理、流行服飾
國立新營高中 (非就近入學區學校)	商業經營、資料處理、應用外語(英文組)、電子商務、流通管理
國立曾文家商	商業經營、資料處理、餐飲管理、幼兒保育、廣告設計、電子商務
國立臺南海事	電子、機電、商業經營、水產養殖、水產食品、輪機
國立新化高工	機械、電機、建築、化工、資訊、電子、資料處理
國立北門農工 (非就近入學區學校)	食品加工、造園、畜產保健、機械、電子、電機、電腦機械製圖、土木、電子商務

國立曾文農工	園藝、食品加工、畜產保健、機械、汽車、電機、電子、化工、電腦機械製圖、普通科(高中部)
國立新營高工 (非就近入學區學校)	機械、電機、資訊、模具、製圖、餐飲管理
國立白河商工 (非就近入學區學校)	機械、電機、土木、商業經營、資料處理、資訊、電腦機械製圖
國立後壁高中 (非就近入學區學校)	資訊、電機、建築、美工、廣告設計、室內空間設計、多媒體設計
國立玉井工商	電子、電機、化工、資料處理、廣告設計、餐飲管理、普通科(高中部)

**【109 學年私立高職-免試入學開設之科別】【不含特色招生科別】**

學校名稱	開設科別
私立長榮高中	資訊、電機、機電、美工、資料處理、國際貿易、廣告設計、觀光事業、應用外語(英文組)
私立長榮女中	時尚造型、餐飲管理
私立慈幼工商	汽車、資訊、電機、烘焙
私立亞洲餐旅職業學校	觀光事業、餐飲管理
私立光華高中	商業經營、餐飲管理、多媒體設計、幼兒保育、流行服飾
私立南英商工	電機空調、資料處理、餐飲管理、電影電視、應用日語、多媒體動畫
私立六信高中	時尚造型
私立陽明工商	汽車、資訊、商業經營、家具木工
私立新榮高中	汽車、資訊、餐飲管理、時尚造型
私立崑山高中	觀光事業、時尚造型、幼保、照顧服務
私立育德工家	餐飲管理、飛機修護、多媒體設計

**【109 學年高雄共同就學區-免試入學開設之科別】【不含特色招生科別】**

(本區學校提供之招生名額，請參閱臺南區 109 學年免試入學簡章)

學校名稱	開設科別
國立岡山高中	普通科
高雄市立路竹高中	普通科
國立旗山農工	農場經營、園藝、機械、汽車、生物產業機電、電機
國立岡山農工	生物產業機電、汽車、家政、機械、資訊
私立華德工家	汽車、資訊、餐飲管理、飛機修護、時尚造型、烘焙

## 【五專學制簡介】

五年制專科學校（簡稱五專）五專為我國培育中級技術人力的重要管道之一，重視適性且多元的啟發教育，並與一系列的實務課程結合，是企業甚為重視的人才培育學制。且五專為大專教育的一環，擁有大學規模的教育資源、自由的學風與多元的學習內容，是孕育具創意思考與務實致用能力人才的最佳搖籃。

五專主要教授應用科學與技術，修業五年，五年一貫的課程設計獨具特色，除一般理論課程之外，著重實習、實驗、實作演練及專題製作，鼓勵考取職場必備之專業證照，培養一技之長，使學生具備職場就業能力。

學生畢業後取得副學士學位，可直接就業，報考二技，插班大學或四技。在符合各校訂定的相關工作經驗或或最低工作年資等規定前提之下，畢業三年後可直接報考研究所碩士班。

\*五專教學重點特色如下：

### 一、大學設備與師資

五專學生不但由大學等級的師資授課，也擁有大學頂級的先進教學設備。這些擁有碩士或博士以上學位之高階大專教師，具有高比例的實務經驗及專業證照。此外因產學合作的推動，許多課程中亦加入業界師資共同教學，使學習更貼近實務技能並吸收產業最新知識，強化與職場銜接的實務能力。

### 二、鼓勵考取證照

五專學制徹底落實專業證照制度，幾乎所有科別皆有其對應之專業證照，這些證照除了證明學生們的專業能力，提升職場的競爭力外，有許多證照甚至是進入職場必備的入場券，這些專門的特殊領域，正適合五專教育帶領學生取得就業的門票。此外亦有多所學校設置乙級及丙級證照考場，提供學生學習專業技能的最佳求學環境。

### 三、重視專題製作

五專四、五年級皆有畢業專題製作課程，專題製作除了需整合在學期間所學，並可訓練學生思考、發揮創意、創作學習、系統整合、勇於突破、解決問題的能力，並培養同學團隊合作的精神。專題製作的成果對於學生們將來升學甚至是就業發展，都是極重要的參考指標。

教育部每年皆會舉辦「全國技專校院學生專題製作競賽成果展示」，鼓勵技專校院各學制學生報名參加，並公開展示得獎作品。在歷屆得獎作品中，都有許多亮眼的五專學生專題實作成果，表現不遜於四技及二技學生。

### 四、校外實習

五專高年級時安排學生進行校外實習課程，於學期中或寒暑假進行，讓學生提早進入職場實務訓練，體驗職場工作環境，增加學生於職場的適應力與競爭力，並且有機會了解產業界性質，確認自己的就業性向，進而提高就業率、就業穩定度、企業滿意度。透過這樣產學攜手合作的方式，將可促進產學人才培育之連貫性，培養學生務實致用的觀念與能力，達到技職教育的終極目標。

## 【五專入學管道】

### 一、五專優先免試入學聯合招生

為鼓勵就近入學、照顧弱勢學生，且使職業志向較強之學生提早就定位，教育部規劃辦理「五專優先免試入學」招生管道。五專優先免試入學全國一區辦理招生，限國中應屆畢業生報名，採「電腦選填志願分發」，考生可不限地區、學校、科組，至多可選擇 30 個五專招生科組志願。

積分採計項目可包含競賽、服務學習、技藝優良、弱勢身分、均衡學習、志願序、國中教育會考等 7 項。超額同分比序項目包含服務學習積分、技藝優良積分、弱勢身分積分、均衡學習積分、國中教育會考積分、國中教育會考寫作測驗級分數、國中教育會考各科 3 等級 4 標示（國文、英語、數學、自然、社會）、志願序積分、競賽積分、多元學習表現積分等共 14 項。依照學生積分及超額比序排序依序分發。

五專優先免試入學辦理時間在國中教育會考後、五專聯合免試入學報名與高級中等學校各就學區志願選填之前，適合目標明確，有意願就讀五專學校或科系之學生可以提早就定位。

### 二、北、中、南區五專聯合免試入學

五專聯合免試入學分為北、中、南 3 區辦理聯合招生，學生不限原就讀國中地點，皆可分別向北、中、南區聯合免試入學招生委員會報名，各區限擇報名 1 所該區五專招生學校。

五專免試入學各校錄取皆採「現場登記分發報到」方式辦理，若報名人數未超過招生學校科組招生名額，則可全額錄取；若超過該校招生名額，則依超額比序項目總積分高低依序錄取，超額比序項目以報名學生之：(1) 多元學習表現、(2) 技藝優良、(3) 弱勢身分、(4) 均衡學習、(5) 適性輔導、(6) 國中教育會考、(7) 招生學校自訂項目，共 7 大項為總積分採計項目，各校訂定以上各項目加權權重與同分比序項目順序，依此計算總積分與分發順位作為分發順序。



