

113 學年第 2 學期

臺南市立金城國中



班親會手冊



目 錄

1. 實施計畫·····	02
2. 校長報告·····	03
3. 教務處報告·····	04
4. 學務處報告·····	13
5. 總務處報告·····	52
6. 輔導室報告·····	74
7. 親職講座講師介紹及講綱·····	83

臺南市立金城國中 113 學年度第 2 學期班級親師座談會暨親職教育講座實施計畫

一、依據：

(一) 臺南市公私立國民中小學學生家長會設置辦法辦理。

(二) 家庭教育法第十二條。

二、目的：

(一) 提倡家長參與班級教學活動之規劃與推展。

(二) 提供家長教養子女的資訊，以強化父母職能。

(三) 加強與社區的互動，增進對本校的瞭解。

(四) 親師生共同合作參與學生的生涯發展教育。

三、指導單位：臺南市政府教育局

四、承辦單位：本校輔導室

五、協辦單位：本校教務處、總務處、學務處、家長會

六、實施時間：中華民國 114 年 2 月 22 日（星期六）上午 8:00~12:00

七、實施地點：活動中心、各班級教室。

八、參加對象：本校全體學生家長、本校家長志工團、全校教職員工。

九、實施方式：舉辦親職教育演講、班級親師懇談、衛生、健康、安全教育宣導。

十、活動內容：

日期	時間	活動項目	活動內容	主持人	地點
二月二十二日星期六	08:00~08:20	報到	報到、各項宣導	各組長 教師與志工	3 樓活動中心
	08:20~11:00	校長致詞 宣導活動 適性輔導 親職教育	1. 校務報告 2. 適性輔導宣導 3. 親職講座- 「從牛奶過期談親子關係與溝通」 -謝水乾校長	蔡明昌校長	3 樓活動中心
	11:00~12:00	班親會暨 親師懇談	召開班親會 親師溝通與互動	各班導師 相關任課教師	各班教室
	12:00~	賦歸 場地整理	環境整理	衛生組、導師及 各班服務同學	校園

※為響應環保，煩請與會人員自備環保杯

※校內無停車位，建議步行或騎乘機車；汽車可停南島路或校園週邊停車格

校長報告：

各位敬愛的家長您好：

非常感謝大家能夠參與本學期班親會，共同探討如何協助解決學生在各方面的遭遇的問題，為孩子開創多元學習的教育機會。

九年級學生將面臨人生第一次升學考試，關於十二年國教升學制度及管道，皆已確定，簡章已公布，歡迎有任何問題可和導師或學校行政人員聯繫。相關資料可至臺南市十二年國教資訊網查閱(<http://l2basic.tn.edu.tw/>)。

今年會考日期 5/17 (六)、5/18 (日)，目前考試趨勢，除各科的基本知識外，會著重素養導向命題，學校針對會考有一系列的衝刺規畫，希望家長掌握時間，協助督促同學再加把勁，雖然考試分數不是一切，但對現階段九年級的學生，分數的提升意味著升學高中職會有更多自主選擇的機會，而不是被動地被選擇。而七、八年級學生，學校針對十二年國教亦有完善的規劃，請家長注重在校多元學習表現（競賽、社團參與、服務學習及體適能、獎懲）。尚未達成目標時，鼓勵努力去完成，不輕易放棄。本校長期推展國際教育，進行實體國際交流活動，固定有互訪活動，再請鼓勵學生參加並擔任接待家庭，進行國際交流，以拓展學生視野。

期盼學生在學校與家庭的攜手合作努力下，能讓學生安心學習、積極成長，真誠地歡迎您提供任何寶貴意見。最後，感謝各位家長的對學校的支持及協助。

敬祝

家庭幸福安康

萬事順心如意

校長蔡明昌 敬上 114.02.22

小叮嚀：

在親師會中，家長如果詢問老師對孩子的看法，有可能會聽到跟爸媽們想像不一樣的答案。有老師提醒，父母在否定之前，請先聽聽老師的觀察。因為小孩在家與在學校時，言行舉止是不同的。孩子在家裡說學校的事情時，可能對老師言語的理解有誤，甚至也可能只避重就輕的說了單方面的故事。

如果家長聽到孩子轉述的老師言論有問題，與其直接質疑老師，請客氣的先跟老師說「我只有聽到小孩的說法，也可能這並不完全或有偏誤」，再詢問想要追根究底的事情。如果家長對學校或老師的要求、作法不以為然，與其對著孩子批評學校或老師，不妨主動跟學校或老師溝通。這才有可能解決問題，而且至少也教了孩子尊重別人。

教務處工作報告：

敬愛的家長，您好：

- 一、本校掌握教育趨勢，讓孩子透過多元社團自我探索，找到優勢能力發揮的舞台，在各項競賽上大放異彩，更紮實進行體適能的練習，在多元智能的開發之下，金城學子著實允文允武，優質卓越。
- 二、依據本校深耕閱讀規劃，透過校本閱讀課程、班級箱書及圖書館舉辦相關講座與活動，本學期更邀請政大書城，於會考後入校辦理書展為期一週，以建立學生閱讀習慣、提升閱讀素養；在此進一步鼓勵各位家長安排固定親子共讀時間，透過家庭一同閱讀，促進親子間想法交流，情感增溫外更提升孩子的閱讀實力。
- 三、九年級的同學，5/17、5/18 將參加十二年國教的教育會考，檢驗國中階段的學習成果，請各位家長們鼓勵孩子們在老師的引導與陪伴下好好規劃自己的學習，統整所學知識並加以應用，讓我們的孩子都能考上心目中的第一志願。

四、九年級升學進路日程表如下，供家長掌握，陪伴優質的金城學子成長：

1. 2/17(一)~3/03(一)：藝才班(美術、音樂、舞蹈)術科測驗報名
2. 3/03(一)~3/04(二)：「高職」特招甄選入學校內報名(惠請導師協助收件)
3. 3/06(四)：國中教育會考學校集體報名
4. 4/04(五)12:00~4/8(二)17:00：第二次高中職免試入學志願[試]選填
5. 4/12(六)：「高職特招甄選入學」術科測驗
6. 5/08(四)~5/12(一)：技優生甄審入學上網選志願(限有參加技藝學程學生)
7. 5/12(一)~5/14(三)：五專優先免試入學校內報名
8. 5/17(六)~5/18(日)：國中教育會考
9. 5/19(一)~5/29(四)：南區五專聯合免試入學校內報名
10. 6/06(五)：領國中教育會考成績單
11. 6/09(一)：畢業典禮(下午)
- ※12. 6/20(五)12:00~6/24(二)17:00：高中職免試入學志願選填(正式)
註：6/20(五)~6/22(日)：請畢業生在家自行選填；6/24(二)可到學校選志願
- ※13. 6/25(三)：畢業生與家長一同返校簽[志願表](惠請導師協助)
14. 7/08(二) 11:00：高中職免試入學放榜
15. 7/09(三)：南區五專聯合免試入學現場登記分發報到

五、十二年國教宣導：

1. 「免試、多元入學、一次分發到位」

2. 114 年臺南區高中職免試入學超額比序項目積分對照表

比序項目		積分1	積分2	積分3	積分4	積分5	最高分數	備註		
1. 志願序	志願序	第1志願學校 12分	第2志願學校 11分	第3志願學校 10分	第4志願學校 9分	第5志願學校 8分	12分	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。 1. 每一志願序至多可選填 3 校為一群組，其志願序積分相同。 2. 同一志願學校如有多科別，選填時視為同一志願序，其志願序積分相同。 3. 同一學校第二次選填，視為不同志願學校。 4. 第 6 志願後(含第 6 志願)志願選填以單科為單位，以 7 分計。		
		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	1 限國中階段(七上至九上五學期)獲得之成績始採計。 2. 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。 3. 同一性質或同一項目之競賽，僅擇優計分一次。 4. 本項最高10分。		
2. 多元學習表現	競賽成績	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 1.由國中依學生表現計算之。								
		社團參與 2. 獎勵紀錄至體適能等四項均以原始分數計分，獎勵紀錄、服務學習、社團各單項最高採計15分。								
3. 就近入學	服務學習	3. 體適能最高採計10分，語言認證最高採計5分。								
	體適能									
4. 國中教育會考	語言認證	符合 10分	不符0分				10分	多元學習表現採計前五學期，七上至九下開學前一日。		
		會考分數五科加上寫作測驗總積分為36分，每一科A++(7分)、A+(6分)、A(5分)、B++(4分)、B+(3分)、B(2分)、C(1分)。寫作測驗6級分1分、5級分0.8分、4級分0.6分、3級分0.4分、2級分0.2分、1級分0.1分、0級分0分。								
參考總積分							108分			

同分比序順序依序比較之：(1)總積分(2)志願序(3)多元學習表現總積分(4)**國中教育會考總積分**

(5)會考加註標示(含總標示及國英數自社分科標示)(6)志願序內之學校序及科別序。

說明：

1、114 年志願序(12 分)

第一志願校	第二志願校	第三志願校	第四志願校	第五志願校	其他志願校
12	11	10	9	8	7

2、多元學習表現

(1)競賽成績(10 分)

◎分為國際性、全國性、縣市性(以競賽採計一覽表為主)

◎團體賽分數折半計算。

◎同一性質或同一項目之競賽，僅擇優計分一次

(2)獎勵紀錄(15 分)

◎功過相抵後，無懲處紀錄者給予基本分 3 分。

◎嘉獎 0.5 分、小功 1.5 分、大功 4.5 分。

◎警告-0.5 分、小過-1.5 分、大過-4.5 分。

(3)社團參與(15 分)

◎每學期滿 16 小時(節)以上，並經教師評核通過者給 3 分。

◎技藝課程亦列為社團採計

(4)服務學習(15 分)

◎總時數以 30 小時計，每小時 0.3 分。

◎分成三類：校內服務、學校與校外機構合作、校外服務(教育局之服務學習機構一覽表)

◎校外服務學習需事先經家長同意後，向學校申請登記參加後，始得採計。

(5)體適能(10 分)

四項均未達門檻	任兩項達門檻	兩項達 50	兩項達 75	兩項達 85
4	6	8	9	10

(6) 語言認證(5 分)

「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。

(以上 摘自臺南市教育局 12 年國教資訊網 <http://12basic.tn.edu.tw/>)

3、會考時程及計分說明：

(1)時程

114 年 5 月 17 日（六）		114 年 5 月 18 日（日）	
⌚08:20- 08:30	考試說明	⌚08:20-08:30	考試說明
⌚08:30-⌚09:40	社 會	⌚08:30-⌚09:40	自 然
09:40- 10:20	休息	09:40- 10:20	休息
⌚10:20- 10:30	考試說明	⌚10:20- 10:30	考試說明
⌚10:30-⌚11:50	數 學	⌚10:30-⌚11:30	英語（閱讀）
11:50- 13:40	午休	11:30- 12:00	休息
⌚13:40- 13:50	考試說明	⌚12:00- 12:05	考試說明
⌚13:50-⌚15:00	國 文	⌚12:05-⌚12:30	英語（聽力）
15:00- 15:40	休息		
⌚15:40- 15:50	考試說明		
⌚15:50-⌚16:40	寫作測驗		

(2)成績計算

• 表現等級:三等級

- 「精熟」：精通熟習該科目國中階段所學習的知識與能力
- 「基礎」：具備該科目國中階段之基本學力
- 「待加強」：尚未具備該科目國中教育階段之基本學力
- 寫作測驗的評分等級為一至六級分

• 等級加註標示:四標示(A⁺、A⁺⁺、B⁺、B⁺⁺)

指在精熟(A)及基礎(B)等級中，針對該等級前 50%，分別加註標示

- A⁺⁺(精熟等級前 25%)、
- A⁺(精熟等級前 26%~50%)、
- B⁺⁺(基礎等級前 25%)、
- B⁺(基礎等級前 26%~50%)。

六、多元學習表現查詢系統登入及 Open ID 密碼重設（詳見附件）

七、學校自學平台:AILEAD365、翰林雲端學院—非常完整的影音教學及練習題目自學平台，已建置帳號，學生可看教學影片、自行出卷練習（詳見附件）。

八、本校行事曆已建置 google 日曆，若有需要可加入運用。

專此謝謝您對金城國中的大力支持，並祝事事圓滿如意！

教務處 敬上

多元學習表現查詢系統登入及 Open ID 密碼重設

「多元學習表現查詢系統」提供「個人獎懲紀錄」、「幹部紀錄」、「社團紀錄」、「服務學習紀錄」、「體適能紀錄」等資料查詢提供本市國中、小「在學學生」進行使用。

※請同學務必記住帳號及密碼。※

「多元學習表現」查詢方式如下：

步驟 1：於學校首頁**學生專區**點選**學習表現**

查詢系統頁面

步驟 2：點選**登入**



步驟 3：輸入學生 OPEN ID 帳號、密碼

步驟 4：

登入後即可查閱個人獎懲、服務等項目



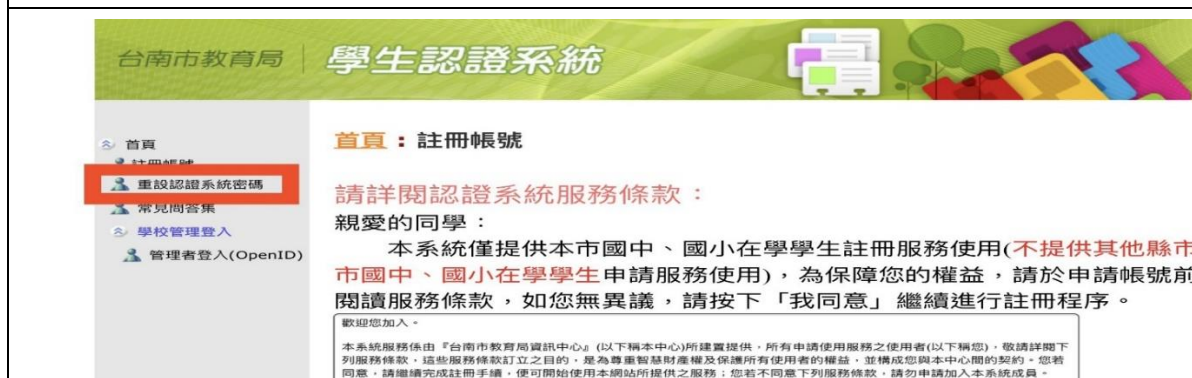
多元學習帳號 Open ID 密碼重設

忘記密碼可自行至學校網站首頁→學生專區→學生認證系統，自行重設密碼。
密碼重設步驟如下：

一、至學校網站首頁→學生專區→學生認證系



二、點選→重設認證系統密碼



三、請從 1 開始填入相關資料至 6，即可重新設定密碼

常見問答集
學校管理登入
管理者登入(OpenID)

◎ 請選擇「就讀學校」： 1

◎ 請輸入「身分證號」： 2

◎ 請輸入「出生年月日」（共 7 碼）3 例如：民國99年1月1日出生者，請輸入：「0990101」)

◎ 請輸入「年級班級座號」（共 5 碼）4 (例如：1年2班3號，請輸入：「10203」)

↑
年級以 7、8、9 代表

請打V ⇨ 5 ☐ 我不是機器人

6

AILEAD365 線上學習平台的操作說明（學生版）

金城國中 AILEAD365 線上學習平台登入連結及操作說明影片已放至校網-線上學習專區。

一、網址 <https://kcjhkm.ailead365.com/auth/login>

二、登入帳號：OpenID（例：stxxxxxx）

密碼：學號（例：108xxx）。

三、建議使用 google 瀏覽器登入。

四、不受限載具（手機、平板、筆電、桌上型電腦）都可登入使用喔！

1、金城國中網頁-線上學習中心

金城國中-線上學習專區



2、登入個人帳號、密碼後即可開始使用



翰林學院的操作說明（學生版）~有各家版本

金城國中 翰林雲端學院 線上學習平台登入連結及操作說明影片已放至校網-線上學習專區。

一、網址 <https://jcjhtn.teamslite.com.tw/login.html>

二、(1)請先以 OpenID 的帳號及密碼登入網站

(2)接著進行系統的帳號綁定，請再一次輸入「OpenID 帳號」（例如 stxxxxxx）密碼：學號

三、建議使用 google 瀏覽器登入。

四、不受限載具（手機、平板、筆電、桌上型電腦）都可登入使用喔！

1、翰林學院-線上學習中心 有各家版本



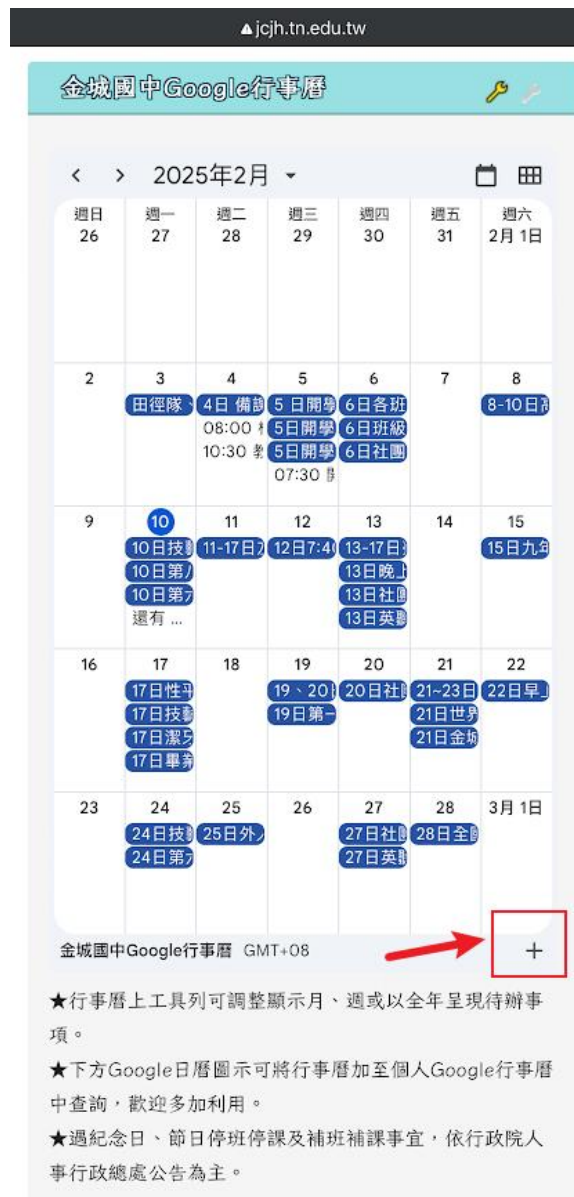
2、登入個人 OpenID 帳號、密碼後，進行帳號密碼的綁定(第一次需要設定，之後不用) 帳號為：個人 OpenID 密碼：個人學號(都是數字)



金城國中 Google 行事曆

各位家長可以進入「金城國中」首頁 <https://www.jcjh.tn.edu.tw>，加入金城國中的 Google 行事曆，以掌握學校行事，步驟如下：

(1) 進入金城國中首頁，找到 Google 行事曆頁面，尋找並按下「+」



(2) 選擇一個自己常用的 Google 帳號，即可自動新增顯示「金城國中學校行事曆」。



學務處工作報告：

工作重點：友善校園、自律有禮、整潔寧靜、親師共融

一、友善校園：

學生品德教育，以存好心、說好話、做好事 三好活動及推動做人有品德，做事有品質，生活有品味三品活動為核心，培養學生具有思辨、反省及實踐品德的能力，營造友善健康校園。

二、培養自律有禮學習環境：

- (一)輔導強化學生自治能力。
- (二)開闢榮譽榜，獎勵優良事蹟，發揮典範學習功能。
- (三)辦理生活教育榮譽競賽冠軍頒獎及獎勵學生表現。

三、建構整潔寧靜校園：

- (一)推動節能減碳、垃圾分類回收
- (二)師生共同維護生活環境整潔
- (三)養成愛物、惜物共構有品味寧靜校園生活環境。

四、親師共融-用心關懷+用愛守護：

- (一)推動學校+家長+學生共融一家訪制。
- (二)以校規法治矯正為輔、關懷為主以導正偏差行為。
- (三)家長會提供完整輔助機能。
- (四)推動性別平等教育。

五、其它：

學生一般生活輔導細則、學生獎懲實施要點、申訴案件實施規定、校園防治規定請參閱學生手冊。

學生活動組報告：

一、社團課程：

在免試入學的比例日益提高的狀況下，社團活動、服務學習種類項目、獎懲次數、出缺席記錄……等等，對孩子愈來愈重要。

- (一)社團為正式課程，社團老師上課一定點名，部分孩子以為點不到沒關係，導致該節課曠課，學校已宣導正確觀念，也敬請家長協助留意。
- (二)部分社團因需要材料、教材，故需酌收費用。使用的材料做成的成品，最後會讓孩子帶回家紀念。

(三)由於社團牽涉到師資來源，學校盡可能安排較多樣化的社團提供學生選擇，但因為場地空間限制或避免同一社團人數過多影響學習品質，需限制班級學生分散報名。

另外，為增進學習品質，避免孩子對學習養壞胃口，社團的選填皆以一年為主，以培養及學習的耐力與意志力，若在學習過程中有其他特殊需求，將由學生活動組評估後，輔導協助轉換社團，期望各位家長能鼓勵孩子多培養正向思維，培養因應未來多元化變動社會的能力。

二、志願服務：

十二年國教的升學制度已正式上路多年，懇請家長協助孩子一同來努力，特別是志願服務時數佔有重要的地位，請多鼓勵孩子多多參加衛生糾察、交通導護糾察、淨灘等校內服務性質公差，或是校外其他相關服務學習活動，於平常生活中累積服務，建立正確的服務觀念，而非在短時間為了衝時數，而使孩子對服務產生厭惡感，因此，學校會透過課程與活動，來建立孩子正確的服務觀念，懇請家長與學校共同營造良好的學習環境

生教組報告：

一、**交通安全宣導事項**：感謝家長們的配合，在晴天的狀況下，放學均能在 15~20 分中內人潮疏散完畢。但仍有美中不足、需要共同修正及配合之處：

汽車接送：

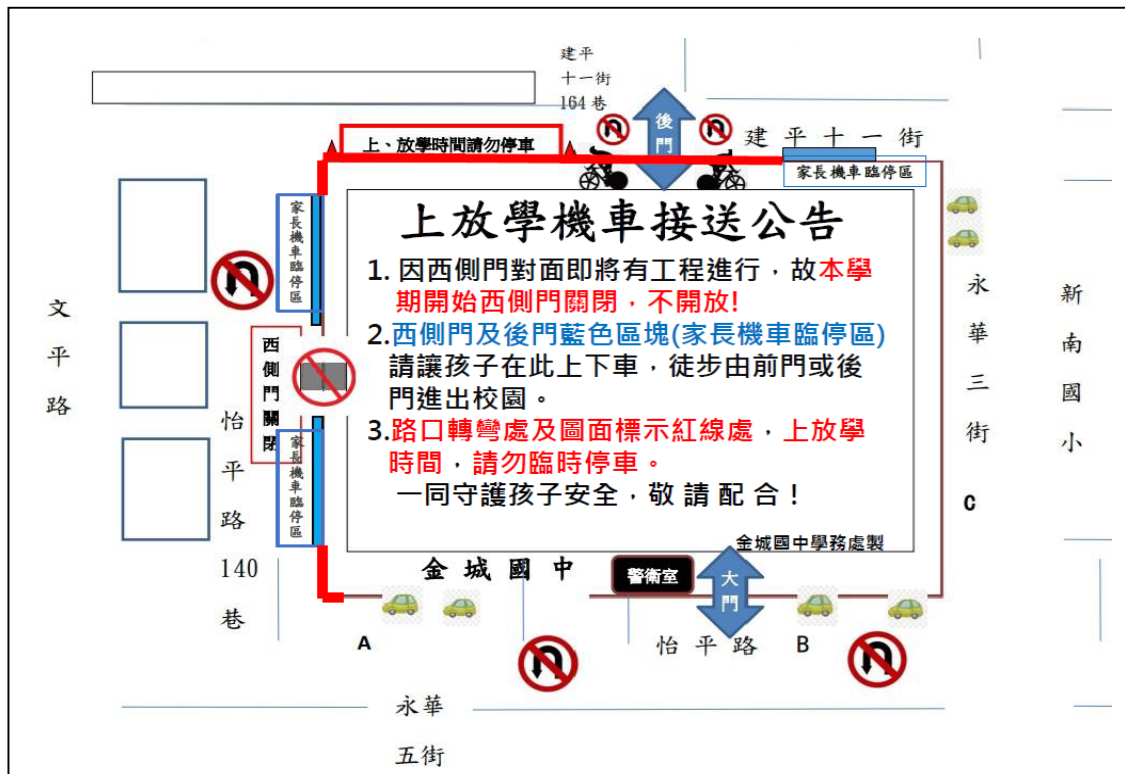
- (一) 汽車請在大門兩側停車格上下車或與孩子約定較遠的集合點接送。請勿於校門口前上下車，或到西側門上下車，以免影響行車及行人動線和安全。
另外，已向停管處成功申請：學期中的週一～週五的放學期間於本校周圍(怡平路及永華三街)智慧型收費柱停車格可免費停車 30 分鐘，以方便家長汽車接送；孩子上車後，請儘速離校，以方便其他家長能接送。
- (二) 汽車請勿在大門前或二側的雙黃線迴轉，或於路邊併排停車，以免阻塞車流及造成危險狀況。
- (三) 雨天時，如趕時間接送，可約在離校遠一點之處上下車，或晚廿分鐘接送，以避開車潮。直行時若遇大塞車，可轉入巷子(永華五街)；汽車請勿轉入怡平路 140 巷(晨間廚房旁的巷子)，以免造成巷內壅塞。

機車接送：

- (一)騎乘機車時，請家長及孩子們為了生命安全，請記得**戴上安全帽並扣好**。
- (二)請機車接送的家長務必**停放西側門畫有藍色區塊(家長機車臨停區)**(怡平路140巷，晨間廚房旁的巷內)，或後門畫有藍色區塊(家長機車臨停區)。機車請勿於大門旁或後門旁(畫紅線處)及路口轉彎處停車等待學生。

您的一份耐心，是對孩子最好的身教！

上放學家長汽、機車接送地點：



騎乘腳踏車：

- (一)腳踏車違規(裝設火箭筒、雙載、未戴安全帽、不守交通規則等)依校規記警告處份。
- (二)腳踏車停放於校外容易有失竊風險，並可能因而與校外人士聚集或牽連等複雜情形，請家長多留意孩子是否確實停放於校內車棚。學務人員會不定期抽查校內及學校周邊環境。
- (三)本校車棚為開放空間，停放後請將單車上鎖；若有因故請假回家，也請將單車牽回家或寄放學務處，勿隔夜停放，以免失竊。

二、出缺勤宣導事項：

- (一)上學請於**7:30 前進教室**，少數同學於7:25仍滯留於校門周邊早餐店買早餐，請提醒孩子提早出門(以7:30鐘聲為準)。
- (二)請假規則請家長留意。

事假：需事前辦理，若遇臨時突發情況，得由家長或監護人於當日來函或打電話報備，並於返校一日內補辦請假手續，逾時不予補假。

病假：當日上課若有不適狀況，得請病假返家休息，唯須由家長或監護人親自接送，並於返校三日內補辦請假手續，逾時不予補假。另外，若病假達三日（含）以上者，須檢附合格醫師診斷書或看病證明，方可予以補假。

- (三)當日在校無故缺席者，不得以任何理由請假，一律以曠課計(含升旗、午休及打掃活動)。
- (四)學務處針對學生出缺席狀況，每週各班級會發放週勤惰表，提供班上同學確認請假手續是否已完成。
- (五)放學後請注意孩子的行蹤，確保孩子盡早回家，以避免在外流連、結交損友，影響求學。

三、服裝儀容：

- (一)請注意孩子的穿著是否合宜，孩子上學穿著以學校服裝為主。
- (二)對於髮式，學校依教育部規範採取較開放模式，但須以**整齊、清爽，不染、不燙**為原則。愛美是人的本性，但國中求學的孩子若每天花一個多小時在護髮、吹頭髮，隨時(走路、吃飯、看電視、讀書、上課、補習…)帶著梳子梳頭髮，相信在家庭生活、課業及學校活動的表現亦無法相對盡情發揮。**染、燙部分可能危害學生髮質及頭皮。**

四、校園違禁物品：

- (一)因有學生違規、遺失等情況(上課開機使用、手機遺失、遭盜打…)。為維護校園安全及良好讀書環境，規範上課期間手機須關機、關鬧鐘並集中保管，違者依校規懲處。
- (二)如查獲法定違禁品(如槍砲彈藥..等)除聯絡家長外，亦須通知警政單位處理。
- (三)上課當中如看小說、使用手機、玩棋(牌)…等等，視同上課期間使用違禁品，需代為保管，並請家長領回。
- (四)瓦斯罐(含汽笛)、打火機、棍棒(如甩棍)、香菸(含電子煙)、含酒精飲料…等等為校園中違禁品，不論上課或下課，均視為違禁品，除代為保管外，視情節嚴重性以校規處分。
- (五)手機使用需向學務處申請，但僅限放學後使用。上課期間有緊急事件須聯絡，請聯絡導師或學校導師室電話 06-2975816（轉分機 134、135、136）或學務處(轉分機 131、132)或學務處專線 06-2974347。

五、反霸凌宣導：因應新聞事件報導，為提供較為完整資訊，本項每年仍需提出給各位家長參考

(一)霸凌者的特質(比較可能由以下狀況者施暴，請多加關注)

資料來源：教育部推動反霸凌安全學校手冊

- A. 賃居校外者 B. 中輟生 C. 個性較衝動，有暴力傾向者
- D. 單親家庭者 E. 孤兒及隔代教養者 F. 生活作息較不正常者
- G. 有抽菸、喝酒、嚼食檳榔習慣者 H. 有違反管制藥品防治條例者
- I. 行為偏差遭校規處分者 J. 言行經常出現不當者 K. 患有憂鬱症、躁鬱症等精神疾病者 L. 曾參加不良組織者
- M. 於 PUB、KTV、卡拉 OK、啤酒屋、舞廳、電動玩具店等場所工作者

(二)我如何知道孩子是否受到霸凌？如有以下情況請家長要多留意

- A. 平常在校較弱小、朋友少、易被排擠、不發聲、與同學溝通不良者為高危險群。
- B. 與平時的言行舉止異常者。
- C. 突然需要較多錢或有偷竊情況發生。

(三)什麼樣子叫做霸凌？

- A. 肢體霸凌（毆打身體、搶奪財物、…） B. 關係霸凌（排擠孤立、操弄人際、…） C. 語言霸凌（出言恐嚇、嘲笑侮辱、…） D. 網路霸凌（散佈謠言或不雅照片、…） E. 反擊霸凌（受凌反擊、「魚吃蝦米」、…）
- F. 性霸凌（校園性侵害或性騷擾）

(四)我如何尋求協助？

- A. 學校裡面的導師、學務人員、輔導老師…等等。 B. 臺南市反霸凌申訴專線 06-295-9023 C. 教育部反霸凌申訴專線 1953

六、防災教育宣導：因台灣位處地震帶，已過強震週期又許久未有地震，居安思危，項目繁多，故僅針對地震及一氧化碳中毒之預防來說明，提供給家長們參考。

(一)每學期的第三週為防災教育週，本校訂於 114 年 3 月 4 日上午 7:50 進行預演。

(二)地震因應：發現有地震時，第一時間的動作是保護自己的頭部，注意頭頂是否有易落物。俟地震稍停，再視情況進行逃生。靠近門邊及電源的人員，如有時間，請先將門打開、電源關閉。

(三)地震就地掩護避難三步驟為：趴下、掩護、穩住



(四)一氧化碳中毒之預防—天氣寒冷時，若常緊閉門窗，又將家中瓦斯打開（廚房、浴室），容易導致燃燒不完全，致生一氧化碳(CO)中毒。一氧化碳無色無味，須特別小心提防。

防範 一氧化碳中毒 開窗保持流通

要保持環境的通風

要注意平時的檢修

要使用安全的熱水器品牌

遵守五要原則

要選擇正確的熱水器型式

室內	室外

要注意安全的安裝

合格技術士

臺北市政府消防局 www.119.gov.taipei

廣告

七、反毒宣導：



依托咪酯 喪屍菸彈

依托咪酯在醫療上為靜脈注射液(無色無味)，卻被不法分子加在電子菸的菸油裡販賣、供人施用。旁人聞起來會有**焦臭味**(類似汽車輪胎燒焦味道)。

身體危害

吸食會造成手抖、全身發抖、僵直、肌肉無力、站不穩，甚至是永久性神經損害及呼吸中止等症狀。

行政院公告依托咪酯改列第二級毒品，自113年11月27日生效！

吸食上頭電子菸既毒又違法

一般電子菸	摻雜大麻毒品	上頭電子菸
		
僅行政罰鍰 最高1萬元	3年以下有期徒刑	內含 依托咪酯 已列為三級毒品 處新臺幣1萬元以上 5萬元以下罰鍰

NARCINON 那可寧新生活戒毒機構

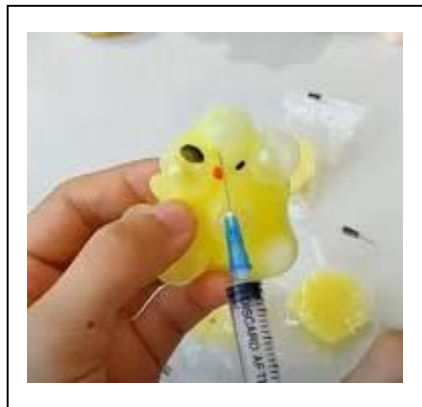
隨著網購的普及，毒電子菸的取得變得前所未有的簡單。網絡平台上，各種包裝精美、宣傳誘惑的毒電子菸產品層出不窮，價格也相對低廉。青少年們只需點擊幾下，便能輕鬆購買，請家長多留意家中孩子在日常生活中的行為變化及金錢的使用。如果發現孩子在交友或日常行為中有異常，應該及早尋求協助。

八、安全教育宣導

(一)近期坊間販售「穿雲箭」一物，其發射力道具有殺傷力，經改裝後可射出金屬子彈，經內政部警政署刑事警察局鑑定屬槍砲彈藥刀械管制條例第4條第1項第1款後段「具殺傷力之其他可發射金屬或子彈之槍枝」，如經查獲販售系爭商品之賣家或買主，應依槍砲彈藥刀械管制條例相關規定追處，請家長們協助留意孩子所使用物品，勿讓孩子購買，以免觸法。共同守護孩子安全。



(二)「空氣針」一物，或被稱為「擠痘痘玩具」，它類似打針遊戲，玩具會附上針筒以及軟膠公仔，透過針筒將空氣打入公仔後，公仔會鼓脹出大泡泡，之後可以將泡泡擠掉，玩具模擬了擠痘痘的手感，但卻暗藏害命風險，嚴重恐令人致命。為免於校園中衍生傷害自己或他人身體危險疑慮，請家長協助審慎留意勿讓孩子購買，以維護孩子身心健康及安全。



營養午餐：

1. 本校營養午餐由新南國小午餐廚房供餐，每月 940 元，不足月者單日 43 元計，退費時以一日 34 元計(扣人事成本)。若有特殊原因無力支付午餐費者及相關退費規定，請聯絡導師或午餐執秘。
2. 菜單由營養師依據教育部訂「學校午餐食物內容及營養基準」照年齡營養需求來設計。菜單資訊公告於學校首頁，亦可至「校園食材登錄平臺」觀看詳細資訊。

3. 依據學校衛生法第 23 條規定，學校供應其食材應優先採用中央農業主管機關認證之在地優良農業產品，並禁止使用含基因改造生鮮食材及其初級加工品。學校供應膳食食材，如有使用豬肉、牛肉之生鮮食材，一律採用國內在地食材。本校採用檢驗合格之肉品，均附有證明。請家長放心。

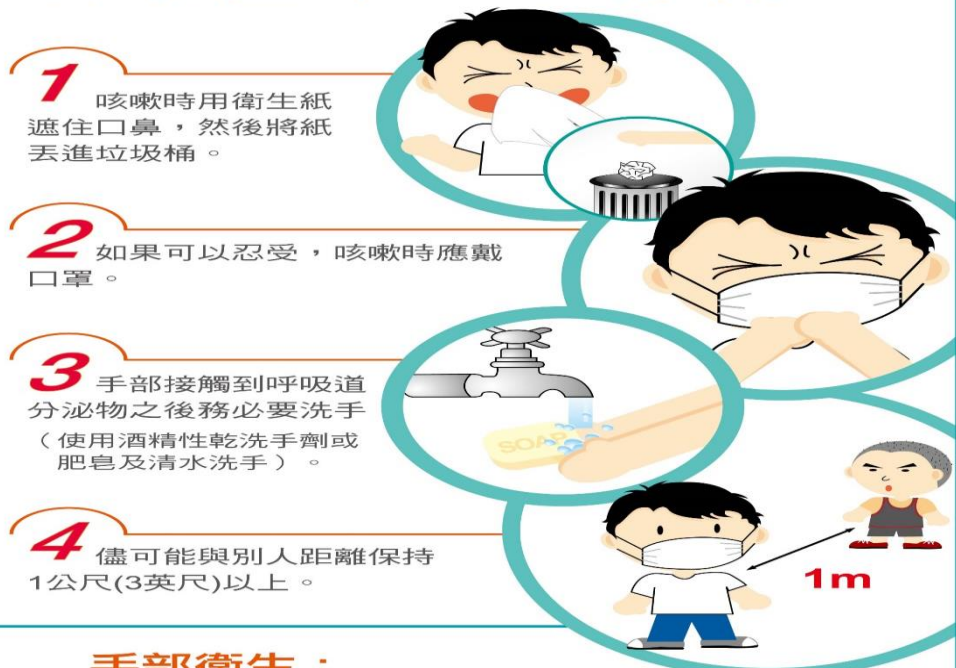
衛生組報告：

親愛的家長，感謝您參加本校班親會，為了維護孩子的健康安全，以下事項煩請您協助：

- 一、請幫孩子準備口罩。在空氣品質不佳，以及傳染病流行時，孩子可以戴上口罩，自我保護。
- 二、請注意孩子使用電子產品的時間，以免對視力及睡眠健康產生不良影響。
- 三、請共同創造無菸檯家庭，因為二手菸會使得孩子的健康產生多種影響，例如容易咳嗽或打噴嚏、罹患氣喘。家長抽菸嚼檯，也更容易讓孩子接近菸檯，成為終生接觸者。校園環境週邊及人行道為禁菸區，因此在接送孩子的等待時間請勿吸菸，敬請配合。
- 四、請一同維護校園周邊環境整潔，無論是在校園或四周人行道休憩、運動及遛狗的民眾，勿留下菸蒂垃圾及狗大便，您善意的作法將是孩子最好的榜樣。
- 五、請幫孩子準備環保袋及不銹鋼或玻璃吸管，指導孩子落實垃圾減量及做好回收。每日一次性的早餐塑膠袋、飲料杯袋是最大的垃圾源，減少一次性垃圾的使用，也能遠離塑化劑，防止環境荷爾蒙對孩子的影響。
- 六、生病不上學，發燒不上課。請在出門前為孩子監測體溫。

咳嗽禮節與手部衛生

防範流感，請落實咳嗽禮節與手部衛生



手部衛生：

- ✓ 拱手取代握手
- ✓ 咳嗽用手帕掩口鼻
- ✓ 用肥皂勤洗手
- ✓ 雙手不碰觸眼口鼻

廣告



衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC



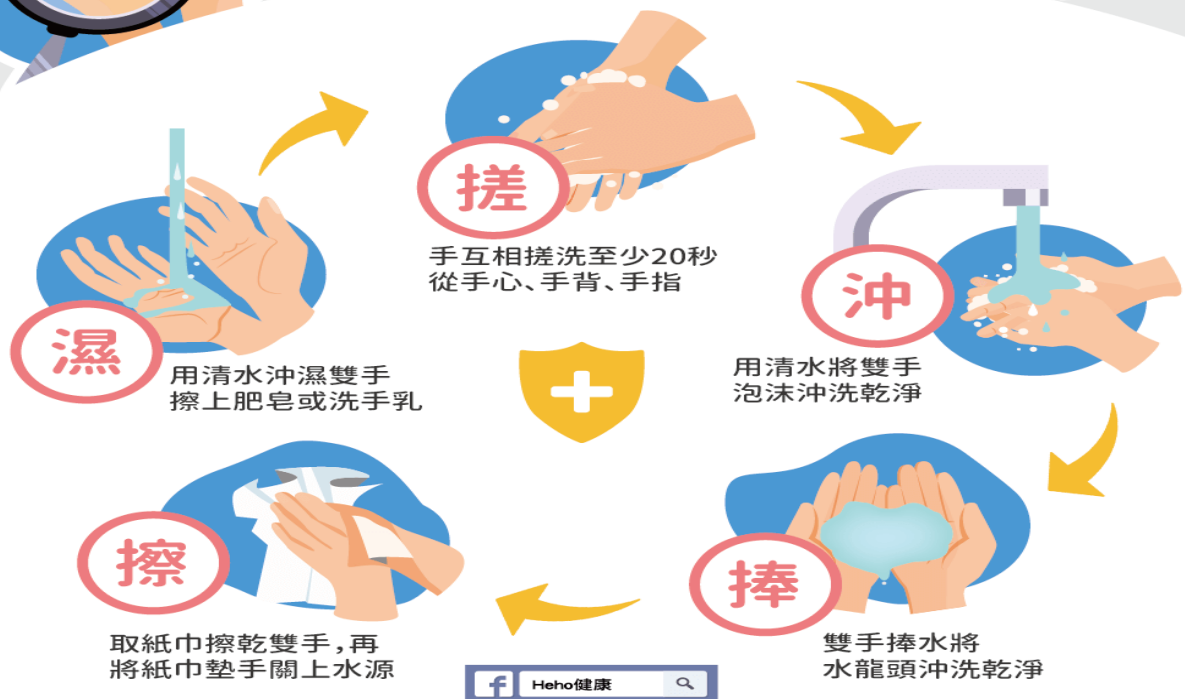
www.cdc.gov.tw



1922防疫達人
www.facebook.com/TWCDC

疫情通報及關懷專線：☎1922

對抗細菌、病毒 ✨ 正確洗手5步驟有效防禦!



你今天洗了嗎? 洗手的5時機!

衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC 告

看病前後

如廁後

擤鼻涕後

進食前

抱小孩前



二、 健康促進學校中心議題宣導

(一) 性教育（愛滋病）防制：

愛滋病全名是“後天免疫不全症候群”（Acquired Immune Deficiency Syndrome），簡稱 AIDS，由致命的病毒“人類免疫缺乏病毒”（HIV）（Human Immunodeficiency Virus）所引起，就是 HIV，俗稱愛滋病病毒，會破壞人體的免疫系統，使人的免疫力下降，容易感染其他疾病，HIV 侵佔人體的模式就如同損壞一個國家的軍事要地，讓身體無法招架。

“HIV 感染者”與“愛滋病病人”是不同的，HIV 感染者是指身體感染了 HIV，但未發病，無任何症狀或體徵，因此外表是看不出來的，但仍可能不知不覺將愛滋病病毒傳染給他人。而“愛滋病病人”指的是原先為 HIV 感染者，但當人體免疫功能被破壞到一定程度，出現明顯的症狀和體徵時則為愛滋病病人。此時大多數的病患是處於就醫或住院階段。現今長期順從服藥者是可以治癒的。

HIV 可以通過性接觸、共用針具或輸入被病毒污染的血液或血液製品而傳播；此外，受病毒感染的懷孕婦女透過懷孕、生產或餵哺母乳時也可以將病毒傳染給胎兒或初生嬰兒。所以除非有“性”或“血液”的接觸，否則 HIV 是不會藉著咳嗽、共用器具，擁抱，蚊子叮咬等方式傳染的。

(二) 健康體位：

攝取含糖飲料易攝取過多熱量，造成過重及肥胖，肥胖兒童有 42-63% 的機率變成肥胖成人，肥胖青少年變成肥胖成人的機率更高，達 70-80%，且世界衛生組織指出，肥胖者罹患糖尿病、血脂異常、代謝症候群、高血壓、冠狀動脈心臟病等危險性，為體重正常者 3 倍。為維護孩童健康，請家長協助鼓勵家中孩童多喝水、吃蔬果、做運動，應避免以高鹽、高油脂及含糖飲料食物作為鼓勵孩子之行為，以培養孩童健康生活習慣。

(三) 視力保健：

眼睛是靈魂之窗，是每個人與外界溝通的重要橋樑，更是學生學習的重要器官，如何做好視力保健是非常重要的課題。現代人長期處於高壓力環境，加上長時間的使用電腦、上 fb 等，使得用眼過度，衍生出許多眼睛問題，為守護靈魂之窗，應瞭解正確的視力保健常識。

「護眼行動六招式」秘笈：

第 1 招：眼睛休息不忘記

- 每天和假日都要有戶外活動時間。
- 看電視要遵守3010原則，每30分鐘休息10分鐘，每天總時數應少於1小時。
- 下課務必走出教室外活動或讓眼睛望遠休息至少10分鐘。
- 早睡早起，充分休息。

第 2 招：均衡飲食要做到

- 多攝取維生素 A、B、C 群及深綠色蔬菜、水果。
- 日常飲食種類多樣化、不偏食、不暴飲暴食。

第 3 招：閱讀習慣要養成

- 閱讀寫字每30-40分鐘應休息10分鐘。
- 看書或執筆寫字應保持35-40公分的距離。
- 不在搖晃的車上閱讀，也不要躺著看書。

第 4 招：讀書環境要注意

- 光線要充足，桌面照度至少350米燭光。
- 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。

第 5 招：執筆、坐姿要正確

- 書桌光線不直接照射眼睛，習慣用右手寫字者，檯燈放左前方，左撇子則反之。
- 姿勢端正，兩肩放輕鬆、腰打直、不歪頭、不趴著。
- 執筆由前3指來挺筆，並帶筆運行，後2指要穩定。

第 6 招：定期檢查要知道

- 滿4歲前應進行第一次視力檢查，每年固定1-2次視力檢查。
- 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。
遵照醫師指示配合矯治，並定期回診。

(四)用藥安全：

依據毒品危害防制條例規定，除了施用 3、4 級毒品需處以 1 萬元以上 5 萬元以下罰鍰並接受毒品危害講習，其餘 1 至 4 級毒品不管是施用、持有、轉讓、引誘他人施用、販賣、製造、運輸等，皆有刑責最重可判死刑或無期徒刑；1、2 級

毒品包括海洛英、安非他命、大麻、搖頭丸，3、4 級毒品包括 K 他命、FM2、喵喵。

台南市毒品危害防制中心提醒，青少年使用毒品有 5 大徵兆，包括 1. 情緒易怒不穩定，2. 鬼鬼祟祟、對長輩及親人迴避，3. 作息不正常、夜生活增加，或經常徹夜未歸，4. 身體有異味、目光呆滯、食慾不振、體重減輕，5. 金錢花費大，經常向家長、親友要錢。家長平時應多關心孩子的生活狀況，一旦發現孩子出現異常時，即可適時與孩子們溝通，避免孩子使用毒品。

(五)口腔衛生：

口腔保健是人體健康的重要組成部分。世界衛生組織曾指出，牙齒健康是指牙齒、牙周組織、口腔相鄰部分均無組織結構與功能異常，並制訂出口腔健康標準是：牙齒清潔，無齲洞、無痛疼感，牙齦顏色正常，無出血現象，由此可以看出口腔保健要健康是指具有良好的口腔衛生，健全的口腔功能及沒有口腔疾病。

保健方法：

- 1、牙菌斑會在我們進食後三分鐘開始長出，因此，當我們吃完東西後五分鐘內，刷牙的效果最好，若無法馬上刷牙亦可先喝水漱口。
- 2、使用牙線主要功能是把牙齒鄰近面（牙刷的刷毛構不到的面）的牙菌斑刮乾淨，因此牙刷和牙線其實是互補的。
- 3、定期口腔檢查是口腔保健中不可忽視的一環，一般來說，每三到六個月需固定到牙科作口腔檢查，而定期檢查不但可以在疾病發生初期及早矯治，防止病情惡化，並可尋問醫師相關衛教知識，以確保牙齒的健康。

(六)菸害防制：

青少年電子煙使用倍增！家長留意 4 個跡象

根據國民健康署 112 年青少年吸菸行為調查顯示，國中學生電子煙使用率由 107 年 1.9%(男生 2.8%，女生 1.0%)上升至 112 年 3.2%(男生 3.7%，女生 2.5%)；高中職學生由 107 年 3.4%(男生 4.7%，女生 1.8%)竄升至 112 年 6.3%(男生 7.2%，女生 4.9%)，青少年使用電子煙的情形在 5 年間快速倍增，推估超過 5.4 萬名青少年正在使用電子煙。《菸害防制法》修法將電子煙列為類菸品全面禁止攜帶、使用、販售後。民眾雖對電子煙危害有了更高的警覺與防範，然而電子煙業

者為了躲避查緝，常以糖果、甜點、擴香精油或電子煙主機皮套…等取代電子煙產品照，或用「電子果汁」、「維他命棒」、「提神紓壓電子香氛」等代號或功效進行網路販售，這仍會導致青少年網購時誤觸電子煙的風險。

面對各類地下行銷手法層出不窮，家長仍應替孩子們多加留意平時網購消費習慣，避免染上菸癮又傷身。要如何知道家中孩子們是否有使用電子煙？國民健康署提醒各位家長可以留意孩子是否有以下情形，就有可能正在使用電子煙：

- (1)不明的裝置-孩子書包、床鋪、衣櫃、身上藏有不明用途的電子產品或充電器(電子煙)、金屬線圈(電子煙組件)、裝不明液體瓶罐(煙油瓶)或液體匣(煙彈)。
- (2)不明的氣味-孩子房內、衣物及身上有他們難以解釋的甜味及水果味。
- (3)不明的花費-孩子零用錢或打工收入消耗快速，或有不明用途的網購。
- (4)驟變的行為-孩子情緒及行為發生變化、或頻感頭痛噁心(電子煙油的尼古丁會影響大腦系統導致行為衝動、學習困難、暴躁易怒、焦慮不安、情緒起伏…等)。

(七)傳染病宣導(禽流感、登革熱、腸病毒、流感……等)：

禽流感請記住：「要熟食」「遠禽鳥」「重衛生」

1、「要熟食」：禽肉及蛋品均要熟食。

2、「遠禽鳥」：

(1)不要到禽流感流行的養禽場、農場及鳥園參觀，也不要餵食禽鳥，若校內有飼養禽鳥，建議由專人餵養；飼餵時應配戴口罩及手套，並確實作好清潔及消毒作業，並避免學幼童接觸禽鳥。

(2)不要購買或飼養來路不明之禽鳥。

3、「重衛生」：

(1)勤洗手：接觸禽鳥肉類、排泄物及生雞蛋後要以肥皂洗手；學校應檢視提供足夠洗手設施，洗手臺須備有肥皂、洗手乳等清潔用品。

(2)戴口罩：咳嗽戴口罩，避免傳染他人。

(3)掩口鼻：打噴嚏時要用衛生紙或手帕遮住口鼻。

(4)生病少外出：生病要看醫師，不上班、不上學，並儘量在家休息。



認識登革熱

病原體



登革病毒

Dengue virus (黃熱病毒科/屬)

分為I、II、III、IV四種
型別，在臺灣皆流行過

傳染途徑



藉帶病毒病媒蚊叮咬
而感染，不會人傳人

病媒



埃及斑蚊(室內)

兩條彎曲白線
嘉義以南各縣市



白線斑蚊(戶外)

一條白色縱紋
全島皆有分布

白天活動



臺南市政府衛生局

Department of Health, Tainan City Government

圖片來源:疾病管制署



預防登革熱

落實居家整潔

使用防蚊液

- 含DEET(待乙妥)
- 衛福部核準產品

裝設紗門窗



經常巡檢



清除積水



刷洗容器



容器減量



常見孳生源



瓶瓶罐罐



水桶



保麗龍



輪胎



花瓶



馬桶水箱



洗衣槽



冰箱底盤



飲水機水盤



屋頂天溝

清除病媒蚊孳生源遠離登革熱!



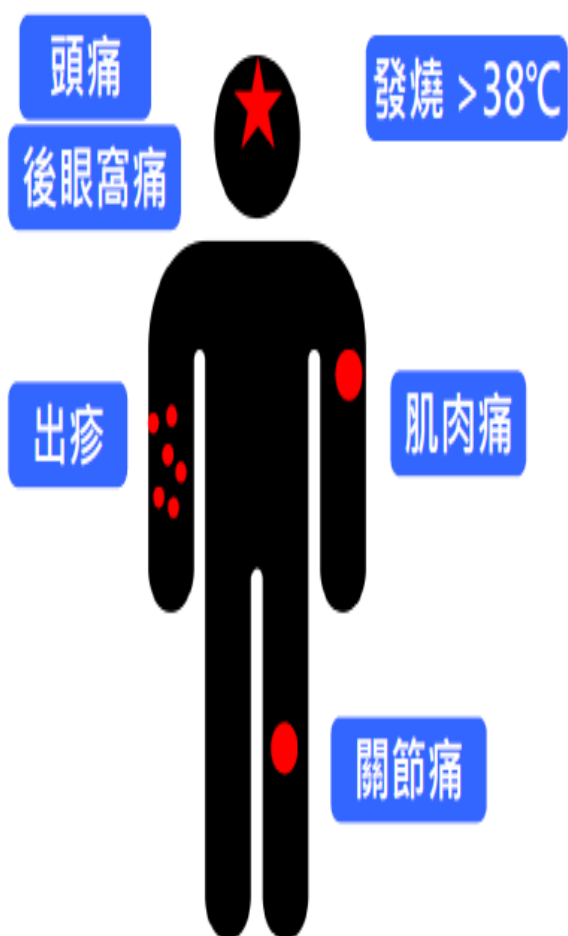
臺南市政府衛生局
Department of Health, Tainan City Government

圖片來源:疾病管制署



登革熱的症狀

一般症狀



警示徵象



民眾如有上面症狀務必及早就醫!



臺南市政府衛生局

Department of Health, Tainan City Government

腸病毒傳染途徑

- ▶ 傳染途徑
- ▶ 糞口傳染：糞口、水、手部污染(公衛問題：環境汙染)
- ▶ 飛沫傳染：病人的口鼻分泌物、飛沫、咳嗽、打噴嚏
- ▶ 接觸傳染：皮膚水泡潰瘍
- ▶ 潛伏期：**2至10天**（平均**3至5天**）



腸病毒患者之處理與照護要點

- 絕大多數症狀輕微，**7 到 10 天自然痊癒**。
- 無特殊之治療方法，醫師大多給予對抗症狀之**支持性療法**，疑似重症患者給予**免疫球蛋白**。
- 小心處理病患之排泄物(糞便、口鼻分泌物)，且處理完畢須立即洗手。
- 多補充水分，多休息，**學童儘量請假在家休息**，以避免傳染給同學。
- 對家中之第二個病患要特別小心，其所接受的病毒量往往較高，嚴重程度可能提高。
- 特別注意腸病毒重症前兆病徵，如嗜睡、持續性嘔吐、**肌躍型抽搐**等。

預防罹患腸病毒方法

1. **勤洗手**，養成良好的個人衛生習慣。
2. **均衡飲食、適度運動及充足睡眠**，以提昇免疫力。
3. 生病時，應儘速就醫，請假在家多休息。
4. 新生兒可多餵食母乳，以提高抵抗力。
5. 注意居家環境的衛生清潔及通風。
6. 兒童玩具（尤其是帶毛玩具）經常清洗、消毒。
7. 幼童之照顧者或接觸者應特別注意個人衛生。
8. 儘量不要與疑似病患接觸，尤其是孕婦、新生兒及幼童。
9. 流行期間，避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所。

腸病毒 不是幼童的專利

—— 沒有好習慣，人人都有難 避免互感染，你要這樣做 ——

- | | | | | | |
|---|---|---------------------|---|--|---------------------------|
| 1 |  | 肥皂勤洗手，
擦乾後再走 | 2 |  | 正常作息，
增強個人免疫力。 |
| 3 |  | 生病在家休息，
不成為傳染源 | 4 |  | 新生兒可多餵食
母乳，以提高抵
抗力。 |
| 5 |  | 注意居家環境的
衛生清潔及通風。 | 6 |  | 兒童玩具(尤其是
帶毛玩具) 經常清洗 |

(105)奇美陳郁慧_腸病毒簡介與防治

衛生福利部疾病管制署 廣告
TAIWAN CDC

戰勝結核病

YES! I CAN END TB

● 結核病可能的症狀 ●

我咳咳咳 / 我怎麼了 / 我不太餓

✓ 咳嗽兩週有痰 ✓ 胸痛 ✓ 食慾不振 體重減輕

結核病患者配合治療可大幅降低未來發病風險
接觸者或高風險族群則請盡早接受評估
保護自身及親友健康



衛生福利部疾病管制署 廣告
TAIWAN CDC

無核人生養成計

健康快樂 YOU AND ME

◆ 公共場所佩戴口罩 ◆ 保持室內通風
◆ 做好咳嗽禮節 ◆ 嬰幼兒接種卡介苗



Q.茲卡病毒如何傳播？



- ✓ 主要是被帶有茲卡病毒的病媒蚊叮咬而感染，臺灣可傳播茲卡病毒的病媒蚊為**埃及斑蚊**及**白線斑蚊**。
- ✓ 病媒蚊對於叮咬對象並無**選擇性**，任何人都有可能會被叮咬後感染。



埃及斑蚊

喜歡棲息於室內的人工容器或是人為所造成積水的地方



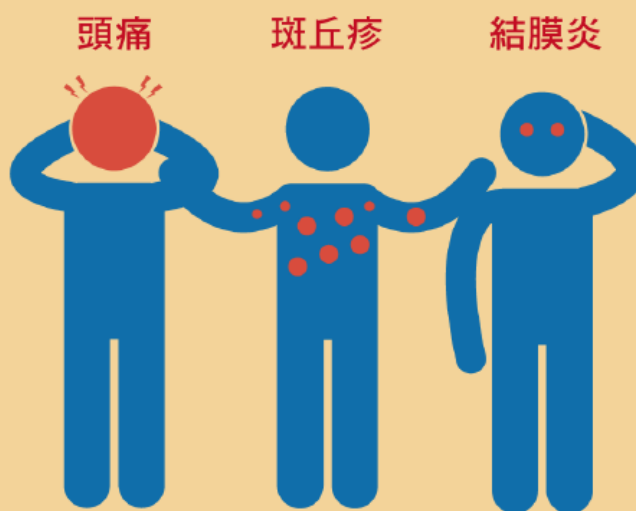
白線斑蚊

比較喜歡棲息於室外

廣

- ✓ 感染到茲卡病毒約為**3至7天（最長達12天）**開始出現**典型症狀**，但約有75%的人無明顯症狀。

典型症狀



廣

Q.目前哪些地方有茲卡病毒流行？



- ✓ 主要集中於**中南美洲及加勒比海地區**，歐洲及美加地區亦有零星境外移入病例發生。



Q.如果近期曾前往流行地區，返國後該注意些什麼？



- ✓ 如在流行地區旅遊期間或返國**2週內**，有出現發燒，皮疹，關節痛和結膜炎等相關症狀，應儘速就醫，並告知醫師旅遊史。





禽畜肉類產品 不只是豬肉! 所有畜肉類都受到管制! 偶蹄類 豬、牛、羊、鹿 奇蹄類 馬、驢 禽類 雞、鴨、鵝、火雞	生鮮植物產品 只要是生鮮未經加工或具有發芽能力 任意帶回臺灣,都會罰款! 蔬菜類 生菜沙拉、香茅 花果類 鮮花、水果 根莖類 人參、地瓜、蓮藕 植株類 多肉植物、空氣鳳梨
肉類加工製品 這些都有肉! 從國外帶回臺灣最高要罰 100 萬! 肉乾、肉腸、火腿、培根、炸豬皮 肉粽、含肉湯圓 含肉糕餅、三明治、肉鬆蛋捲、月餅 寵物凍乾、牛皮骨	有發芽能力的植物產品 看起來乾燥的植物產品, 其實還是有發芽、生根的潛力 辛香料類 蔥薑蒜、種子香料 豆類種子 花生、黑豆、綠豆 其他種子 藜麥、奇亞子、亞麻子
其他動物產品 不只是肉! 其他動物產品也要小心啊! 鮮奶、生蛋、半熟蛋 內臟類、血糕、血腸 未適當加工的骨骸、角、毛皮、羽毛	其他相關產品 具有夾帶 病蟲害風險 的產品, 不能從國外帶回來,需要大家多多注意! 活體昆蟲 生鮮菇類 栽培介質 有機肥料 土壤 木材

● 品項繁雜無法一一詳列,若有需要可以查詢《入境旅客攜帶常見動植物或其產品檢疫規定參考表》,或撥 0800-039-131 服務專線



AQI指標之活動建議

AQI

- 民眾可參考AQI活動建議，規劃適切的日常生活作息，例如當AQI指標達101至150(橘色)，敏感族群需開始注意戶外活動及身體情況，一般民眾則在AQI達151至200(紅色)，開始注意戶外活動強度，並採取適當的自我防護。

AQI	0 ~ 50	51 ~ 100	101 ~ 150	151-200	201-300	301-500
對健康的影響 [代表顏色]	良好 [綠] Good	普通 [黃] Moderate	對敏感族群不健康 [橘] Unhealthy for Sensitive Groups	對所有族群不健康 [紅] Unhealthy	非常不健康 [紫] Very Unhealthy	危害 [褐紅] Hazardous
一般民眾	正常戶外活動。	正常戶外活動。	1. 一般民眾如果有不適如眼痛、咳嗽或喉嚨痛等， <u>應該考慮減少戶外活動。</u> 2. 學生仍可進行戶外活動，但 <u>建議減少長時間劇烈運動。</u>	1. 一般民眾如果有不適如眼痛、咳嗽或喉嚨痛等， <u>應減少體力消耗，特別是減少戶外活動。</u> 2. 學生應避免長時間劇烈運動，進行其他戶外活動時 <u>應增加休息時間。</u>	1. 一般民眾應減少戶外活動。 2. 學生應立即停止戶外活動，並將課程調整於室內進行。	1. 一般民眾應避免戶外活動，室內應緊閉門窗，必要外出應配戴口罩等防護用具。 2. 學生應立即停止戶外活動，並將課程調整於室內進行。
活動建議						
敏感族群	正常戶外活動。	極特殊敏感族群建議注意可能產生的咳嗽或呼吸急促症狀，但仍可正常戶外活動。	1. 有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人， <u>建議減少體力消耗活動及戶外活動，必要外出應配戴口罩。</u> 2. 具有氣喘的人可能需增加使用吸入劑的頻率。	1. 有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人， <u>建議留在室內並減少體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。</u> 2. 具有氣喘的人可能需增加使用吸入劑的頻率。	1. 有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人應留在室內並減少體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2. 具有氣喘的人應增加使用吸入劑的頻率。	1. 有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人應留在室內並避免體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2. 具有氣喘的人應增加使用吸入劑的頻率。

秋冬季節為空氣品質不佳的時期，請幫孩子準備口罩，以減少吸入的細懸浮微粒。上課時若因為空氣品質不佳而造成身體不舒服，請孩子務必主動告知上課老師自我的身體狀況，讓老師彈性調整上課的活動方式。



反菸拒檳 — 共同創造無菸檳家庭

【拒菸】世界衛生組織指出，菸草每年使 800 多萬人失去生命，其中有 700 多萬人緣於直接使用菸草，有大約 120 萬人屬於接觸二手菸霧的非吸菸者，整體而言，平均不到 5 秒就有 1 人因菸害死亡。在臺灣，每年約有 2 萬 5,000 名死於吸菸及近 3,000 名死於二手菸害，平均不到 20 分鐘就有 1 人因菸害而失去生命。

【戒檳】檳榔是導致口腔癌發生的主要危險因子，台灣每年約有 8 千人罹患口腔癌，死亡人數約有 3 千多人，而男性患者中，高達 7 成都有嚼檳榔的行為。許多民眾認為，「吃檳榔，把汁吐掉，就不會得癌症」、「檳榔是水果，吃了沒事」、「吃特幼、菁仔、自家種的檳榔就不會有事」、「口腔發生紅、白斑等癌前病變，戒檳榔就好，病變就會消失」等迷思觀念，國民健康署提醒國人，檳榔本身為第一級致癌物，為了您的健康，請不要嚼食檳榔。

⇒抽菸、嚼檳榔、喝酒罹患口腔癌的機率是一般人的 123 倍，為了您的健康，請遠離菸酒檳榔！

吸菸危害

- (1)吸菸導致皮膚老化
- (2)菸癮困你一生
- (3)吸菸會導致性功能障礙
- (4)菸害導致胎兒異常及早產
- (5)吸菸引發自己與家人中風和心臟病
- (6)二手菸引發兒童肺炎、中耳炎、癌症
- (7)吸菸影響口腔衛生



為了保護兒童與青少年的健康，免受菸品的危害，師長與家長需要了解兩大菸害防制的議題：無菸的家、新類型尼古丁產品。

使用任何菸(煙)品，或是吸入二手菸、三手菸都會影響健康。吸菸及二手菸容易引發癌症、心臟病、中風及慢性肺部疾病，而殘留於環境中的三手菸會造成兒童認知能力的缺陷，增加嬰幼兒哮喘發作機率。另外，準媽媽在懷孕期間吸菸，也會導致胎兒暴露在菸品的有害物質當中，其中尼古丁會提高孕婦血中鉛濃度，經由胎盤傳給胎兒並造成血管收縮，讓胎兒氧氣供給量減少，影響其智力發展與成長發育。幼兒無法靠自己遠離菸害，愛他(她)，請給孩子一個無菸的家。

近年來亦有外型酷炫的電子煙、加熱菸等產品出現在市面上，並透過各式網路平台吸引青少年使用，菸(煙)商甚至以減害、無害作為訴求，但歐盟檢驗已發現電子煙含有超過 41 種有害物質，容易引起肺部發炎、過敏與產生氣喘，並增加心肌梗塞的風險；美國在 2019 年至 2020 年，因使用電子煙而造成嚴重肺傷害的案例，已有 2,807 例，甚至有 68 人因此死亡；台灣亦於 2020 年起，陸續發現數例電子煙肺傷害的高度可能個案。而加熱菸是以菸草製成，與傳統紙菸一樣，除含尼古丁易讓人成癮外，也含有焦油等有毒及致癌物質。請師長、家長們一起幫助青少年遠離成癮。

台南市政府衛生局戮力推動菸害防制及無菸環境計畫，鼓勵民眾戒菸，如需戒菸者，可以撥打免付費戒菸諮詢專線 0800-636363，或至台南市衛生局戒菸服務網頁，就近洽詢提供戒菸服務之醫療院所及社區藥局。戒癮服務專線：02-2809-9595。

請家長多加了解上列所述菸癮對孩子的危害，並願意成為無菸癮家庭，
一同預防兒童、青少年嘗試吸菸、嚼癮！

你不能不知道的

2023

 **菸害防制法修正**
7大必看重點整理

經費由國民健康署運用菸品健康福利捐支應

HPA 衛生福利部 國民健康署 廣告

菸害防制法修法 7大重點整理

- 1 全面禁止電子煙
- 2 指定菸品增訂健康風險評估審查機制
- 3 禁菸公共場所再擴增！
- 4 禁菸年齡提高至20歲
- 5 菸盒警示圖文面積拉高至5成
- 6 菸品不得使用公告禁用之添加物
- 7 加重罰責！



HPA 衛生福利部 國民健康署 廣告 經費由國民健康署運用菸品健康福利捐支應

1

重點 1

全面禁止電子煙

① 什麼是類菸品？

指以菸品原料以外之物料，或以改變菸品原料物理性態之物料製成，得使人模仿菸品使用之尼古丁或非尼古丁之電子或非電子傳送組合物及其他相類產品。

② 所以類菸品的未來？

全面禁止電子煙等類菸品，不得製造、輸入、販賣、供應、展示、廣告及使用，**違者重罰**！請注意，使用者也會受罰！

重點 2

指定菸品增訂健康風險 評估審查機制

① 指定菸品及其必要組合元件，應經健康風險評估審查通過，始可製造、輸入、販售

② 必要組合元件核定通過後管制：

- 禁止以自動販賣機、電子購物等不能辨別購買年齡之方式販售
- 禁止促銷或廣告
- 營業場所不得免費供應
- 不得供應予未滿20歲之人



重點 3

禁菸公共場所 再擴大！



重點 4

未滿20歲禁止吸菸 直接拉高至20歲

- 1 18-20歲是成為規律吸菸者的關鍵時期！
- 2 78.3%吸菸者在20歲前第1次吸菸
- 3 各國(如美國、新加坡、日本、泰國…等)紛紛將禁菸年齡提高至20歲或未滿21歲



重點 5

菸盒警示圖文面積 拉高至5成

- 1 菸盒**健康警示圖文**比率宜大，始達到**警示之功效**
- 2 全球近7成國家菸盒包裝標示警示圖文面積 $\geq 50\%$
- 3 讓兒童青少年等使用者**理解菸品的危害**



重點 6

菸品不得 使用公告禁用之添加物

- 1 菸品以**加味設計**，刻意降低吸菸者的不適感，**增加吸引力誘使人使用**
- 2 每10位吸菸的青少年有4位使用加味菸，且以女生居多
- 3 避免誘使吸菸者產生愉悅感或誤以為較不具危害，或使兒童及青少年因好奇而接觸菸品



加重罰責！

包含電子煙在內的各式類菸品
或未經健康風險評估審查通過
之指定菸品（如加熱菸）

違法行為

處罰（罰鍰）

製造、輸入	處1000萬元~5,000萬元
製造、輸入廣告 接受傳播或刊載	處40萬元~200萬元
販賣、展示者應	處20萬元~100萬元
供應	處1萬元~25萬元
使用	處2千元~1萬元



衛生福利部
國民健康署

廣告

經費由國民健康署運用菸品健康福利捐支應

臺南市金城國中推動廢乾電池、光碟、筆電、手機回收活動實施辦法

一、依據：

本校學務工作實施計畫。

二、目的：

1. 落實資源回收，再創廢棄物的利用價值。
2. 落實廢乾電池、光碟、筆電、手機及手機座充/旅充/行充回收工作於日常生活中，提高廢電池、光碟、筆電、手機及手機座充/旅充/行充回收率，以降低環境污染。

三、參加對象：

本校七年級至九年級。

四、活動登入期限：

每學期開學至第三次段考前實施(九年級至上學期第三次段考前 114/01/03(五)為止)

五、活動辦法：

親愛的，我把「它」餵飽了~~廢乾電池、光碟、筆電、手機及手機座充/旅充/行充回收

(一) 實施辦法：

1. 各班請自行準備紙箱或塑膠桶當做回收桶使用，進行廢乾電池、光碟、筆電、手機及手機座充/旅充/行充之回收。
2. 鼓勵同學將家中廢棄不用之乾電池、光碟、筆電、手機及手機座充/旅充/行充送到班級的回收桶。
3. 每週一、三、五第一節至第三節下課，同學自行將收集之廢乾電池、光碟等回收物送到學務處，交由衛生組長秤重、並記錄之。
4. 個人獎勵部份：以下 5 種回收物品，任一種累計至規定數量，記嘉獎一次；
(1) 電池 1 公斤 (2) 光碟 50 片 (3) 筆電 1 台 (4) 手機 2 支 (5) 手機座充/旅充 2 組 (6) 行動電源 1 組。(此活動個人敘獎上限為 10 支嘉獎)

(二) 注意事項：

1. 筆電、手機回收前請先自行刪除資料及個人資料。
2. 手機座充/旅充/行充回收，必須包含完整的電源線。
3. 光碟超過 50 片時，請以 50 片為一單位先行整理好。

六、本計畫經校長核定後實施，修正後亦同。

登革熱防治家長通知單

親愛的家長您好：

學校為了給師生們一個安全且舒適的學習環境，在登革熱防治上，我們做了以下的努力，希望您也一同協助孩子注意以下事項，透過親師生的共同努力，讓孩子可以健康安全地成長。

在防治登革熱加強校園環境衛生管理，清除積水容器，消除登革熱病媒蚊孳生源，及加強登革熱防制教育及宣導方面。面對防治因應措施，以下事項仍需您配合與協助，俾共同守護師生健康：

- (一) 學生如有發燒、頭痛、肌肉痛、關節痛、皮膚出疹等疑似登革熱症狀者，請不要到校上課，落實「生病在家休息，不上課」之防疫原則。就醫診治後，請與導師保持聯繫並回報就診結果。
- (二) 若經衛生單位通報為確診者，將核予彈性病假並不列入出缺勤紀錄。
- (三) 避免被蚊子叮咬，建議孩子穿著長袖衣褲及出門前先噴防蚊液或貼防蚊貼片（學校各班級也備有防蚊液、防蚊貼片供學生在校使用；考量每位學生之體質不同，建議自備防蚊液或防蚊貼片）。
- (四) 隨時保持廢棄容器清除，及室內外雜物清除，以免蚊子藏匿。
- (五) 積水之處將水盡速排乾，樹洞、石穴等用泥土、沙子填滿。
- (六) 檢查家中紗門紗窗、水溝蓋上之紗網若有破洞則盡速修補。
- (七) 若經通報為確診者，居家期間如有線上遠距教學需求者，請先與導師聯繫。



敬請家長協助配合以上事項，造成您不便之處，亦請您包涵與體諒！

臺南市金城國中傳染病防治 家長宣導單

親愛的家長：

孩子都是我們的心肝寶貝，健康快樂成長的學習很重要。為避免傳染病疫情在校園蔓延對學童健康造成威脅，校內積極配合做好各項防疫措施的工作，也要求學生做好個人衛生。除此之外，也希望家長在家務必協助孩子做好防治的工作。

一、依校園安全及災害事件通報作業要點，需進行通報之疾病事件：

- 法定傳染病：嚴重急性呼吸道症候群、狂犬病、登革熱、德國麻疹、結核病、腸病毒、流感、水痘、**新冠肺炎**。
- 一般易造成群聚感染疾病：紅眼症、病毒性腸胃炎、細菌性腸胃炎、頭蝨感染症、疥瘡感染症等。
- 常見傳染病居家自主管理日數：（到校後再通知返家，自次日開始計算）
腸病毒：7天，**登革熱：7天**，**水痘：至少7天**直到結痂脫落或醫師診斷不再有傳染力，流感、腸胃炎、**新冠肺炎**確診者在未使用退燒藥物下，至退燒後至少24小時才能返回上課，落實「生病不上班、不上課」原則。

二、預防傳染病感染的方法：

- （一）養成定時定量喝水習慣，每日喝足 1500CC。
- （二）發燒學生應「立即帶口罩，返家並就醫」。
- （三）加強個人衛生：勤洗手！指甲縫、掌心最髒，落實 5 步驟（濕、搓、沖、捧、擦）與 5 時機（餐前、上廁所前、後、進班、離校前）。
- （四）書包內應攜帶手帕、衛生紙及 3-5 個乾淨口罩（備用）。
- （五）加強「呼吸道衛生與咳嗽禮節」：
 1. 有咳嗽等呼吸道症狀時應戴口罩，口罩沾到分泌物時，應立即更換。
 2. 打噴嚏時，使用面紙或手帕遮住口鼻或用衣袖代替，避免病毒傳播。
 3. 如有呼吸道症狀，與他人交談時，儘可能保持 1 公尺以上距離。
 4. 手部接觸到呼吸道分泌物時，要立即澈底清潔雙手。
- （六）避免與他人共食或共用個人物品，如餐具和毛巾。
- （七）家中如需使用「漂白水」消毒，請務必稀釋並避免噴到身體：
 - 環境：10 公升的水+100 cc漂白水
 - 廁所：10 公升的水+200 cc漂白水。
 - 嘔吐物：10 公升的水+1000 cc漂白水。



三、請家長協助及配合：

學生於上學前如有不舒服或發燒（額溫>37.5 度或耳溫>38 度）的情況，為落實生病不上課原則，請來電向導師請假；因應疫情，若聯絡不上導師亦可致電學務處

(06-2974347) 請假並就醫。生病就醫後，請主動向導師回報就醫診斷，以利學校掌握疫情。

若症狀已緩解，沒有發燒但仍有感冒症狀，上課期間請戴口罩，以免再度感染，或傳染他人。提醒您！學生書包內可放置 1-2 個乾淨口罩，以備不時之需。

附件

臺南市金城國中視力保健 家長宣導單

一、視力篩檢及矯治的目的：

視力篩檢的目的，是藉由簡單的檢查來找出視力不良的學童，然後轉介給專業的眼科醫師，做進一步的確定和診治。

學童視力不良的可能原因有下列幾項，須要由醫師來判別。

1. 屈光異常(造成視力不良的屈光異常，包括近視、遠視、散光)~最常見
2. 弱視、
3. 白內障、
4. 視網膜剝離，視網膜發育不全，視網膜出血、
5. 視神經發育不全，視神經炎、
6. 青光眼、
7. 外傷、
8. 腫瘤、
9. 大腦性盲。

所以視力篩檢達不到合格標準並不等於近視！另外所謂的假性近視，是由於長時間看近距離的物體，睫狀肌過度收縮、無法放鬆，導致水晶體變厚、屈光力增強，造成暫時的近視狀態。這種狀態是可逆的，但如果置之不理，繼續長時間的近距離工作，久而久之眼球就可能開始拉長，變成真的近視。

當您的孩子收到視力不良回條，希望您能帶孩子到眼科進一步檢查，了解視力不良的原因，如果確定是真性近視，請注意孩子近視度數增加的速度(每學期增加 ≤ 50 度/眼)，及是否有出現合併症。

提醒您！近視度數600度以上稱為高度近視，容易發生一些嚴重的併發症，例如視網膜病變、黃斑部病變、青光眼、早發性白內障等併發症，最後導致失明。

二、提供近視眼睛保養方法：

- (一)從事近距離用眼工作，多讓眼睛適度休息，休息時間最好每 30 至 40 分鐘，休息 5 至 10 分鐘，讓眼睛調節肌肉放鬆。
- (二)維持良好用眼習慣，尤其閱讀、寫字時姿勢要端正，不要低頭與趴著寫字。

(三)用眼時桌燈與室內燈要同時開啟，不要在晃動車內閱讀。

(四)多攝取抗氧化功能的食物，尤其含有葉黃素。

(五)每週固定時間運動，多看大自然綠色植物，讓眼睛放鬆。

(六)、選擇學生眼鏡應注意事項

1. 學生眼鏡應有足夠的視線領域：

眼鏡鏡框的功能即是將鏡片固定在眼睛前，由於學生活動範圍很廣。所以盡量不要選擇會產生陰影及視線死角的鏡框，但也要避免選擇太大的鏡框或太長的掛耳，但要確定眼鏡是勾住耳朵，鏡框以舒適、安全、堅固耐用為主。

2. 選擇學生眼鏡需注意重量：

選擇學生用眼鏡，首先要考慮的是眼鏡施於學生鼻子的重量。一般而言，學生用眼鏡在 13 公克至 19 公克之間最為適合。因為再加上鏡片重量，對於學生脆弱的鼻樑是否適合是值得注意的。另外孩子的鼻樑較扁，眼鏡容易溜下來，所以可選用矽質鼻墊將鏡框墊高。

(七)、眼鏡的保養及使用方法

1. 小螺絲鬆了或掉了，不可自行用黏膠或鐵絲夾子來修護，應送請眼鏡技師們處理才好。

2. 教導學生使用雙手將眼鏡取下，而不要用一隻手。眼鏡取下以後要放入保護盒中，而不要隨便擺放，更不可讓眼鏡鏡面摩擦到桌面或粗糙的平面。

3. 清洗時使用自來水或肥皂，洗後用軟性紙巾擦乾而不可用粗糙紙巾或毛巾。若眼鏡無法很正的戴上，一定要到眼鏡行調整，以免使度數增加太快。

4. 放置眼鏡時：鏡片的凸面不要朝下放，與戴時相反的方向折好使鏡片朝上放，如不用時，儘量放入眼鏡盒內。

(八)配戴隱形眼鏡最好經眼科醫師正確建議使用，不宜逾時或重複配戴，以免感染靈魂之窗，如有不適，應立即就醫。

讓我們一起來為孩子的視力保健努力

餐後潔牙活動

大家一起來

維持良好的口腔保健是您能為牙齒與牙齦

所做的最重要一件事情，健康的牙齒不只讓人

覺得神采奕奕，同時也可以讓您進食與說話時

都能順暢無礙。良好的口腔保健，對您整體的身心健康非常重要。



只要維護自己的口腔衛生，做好餐後潔牙即可獲得嘉獎鼓勵！

● 個人獎勵

每天都有刷	4 分
3 週(含)以上	3 分
2 週(含)以上	2 分
1 週(含)以上	1 分
集滿 5 分記嘉獎 1 支！ 第二學期~為 2/17（一）開始—6/13（五） 請假算有刷請註記(假), 長假則不算	

- 每位同學請自備牙刷及使用 1000ppm 以上之含氟牙膏，在用完午餐後進行潔牙活動，並隨時保持洗手台之整潔。
- 餐後潔牙建議坐在座位刷牙，可參考牙醫師公會推-督導式潔牙
<https://www.youtube.com/watch?v=wfvE834sdso> 或是永康國中
<https://www.youtube.com/watch?v=jNE6LguHDig> 的方式。

健康從“齒”開始！



導因：暴露於高溫環境中，如熱天短時間的運動或長久暴露於熱環境裡，造成體液流失過度，加上沒有適時補充適量水分與鹽分，進而造成身體脫水，以及鈉鉀等離子的散失造成血容積過少，血液濃縮，接著會發生嘔吐或腹瀉。



嚴重後果：發生脫水、急性腎臟衰竭、心律不整、橫紋肌溶解症、肝臟損傷、休克、抽筋、昏迷，甚至死亡等狀況。

預防：定時及不定時補充水分與鹽分，水分補充原則：

- 1、運動前 30 分鐘應先補充 250-500ml 的水。
- 2、每小時定時喝水，在口渴前即應補充水份。
- 3、運動中每 20 分鐘補充 100-200ml 的水份，每 10-15 分鐘補充一次。
4. 每小時不要超過 800ml。

發生後的處置：移動患者到陰涼的地方，並除去其身上過多、有束縛衣物，給予溫水擦拭或風扇冷卻；若清醒，可給予少許清涼的飲料。



金城國中健康中心關心您

總務處工作報告：

一、為保障各位同學的權益，註冊費減免之申請，請依照學校各業務單位的申

請時程辦理，以利繳費單之製作，並於繳費期限截止前繳交完畢，感謝您的配合。

二、各項收費及減免標準

(一) 註冊費金額依同學身份別(低收入、原住民、身障人士子女、身障學生、清寒學生等)而有不同，請同學依學校公告之申請流程辦理。承辦之單位總表如下

附件一

項次	減免類別	證明文件	主辦單位
1	中低收入戶、低收入戶	於學務處登記，統一發文各行政區查詢	學務處
2	身障人士子女	家長身障手冊及戶口名簿	特教組
3	身障學生	身障手冊	特教組
4	營養午餐(午餐費減免)	除低收、中低收或領有社政單位開立經濟弱勢需扶助之核定文件外，尚有其他突發因素或是家庭訪視確定清寒無力支付午餐費之學生，由導師開立證明書	午餐執秘 (二樓導辦)
5	原住民學生	戶口名簿	註冊組
6	輔導費減免	依 1. 所述身份別證明 (教務處所擬實施計劃)	註冊組
7	一般生同一家長	申請表及戶口名簿 (家長會費一戶繳一份即可)	家長會 (學務處)
8	代收代辦費	除低收、中低收之學生外，導師家訪認定家境貧困或家庭突遭變故者	設備組

註冊費用減免標準

(二) 午餐費：每學期繳交 2 次，一次併入註冊費繳費單，一次於學期中另外製作繳費單送導師轉交學生。

(三) 輔導費、寒暑假學藝活動：依教務處資料製作繳費通知單交導師轉發學生。

三、各項應繳費用，若要使用信用卡繳款，需於繳款期限內繳交。繳費期限請參照繳款單備註欄。

四、繳費單如有遺失可依下列步驟逕行印製或線上繳費，詳細步驟請參閱

附件二

1. 臺灣銀行學雜費入口網進入→



2. 學生登入→



3. 輸入身分證字號及學號（出生年月日空白、不必輸入）



4. 在銷帳結果欄顯示「未銷帳」，表示尚未繳款

臺灣銀行 學雜費入口網 BANK OF TAIWAN

察看學生繳費資料 BANK OF TAIWAN 登入帳號: 1030358

學生基本資料

學號:	1030358
姓名:	蔡*洲
身分證字號:	D1*****62
電子郵件:	
帳號:	

代收類別	學年	學期	部別	代收費用別	應繳金額	銷帳結果	是否已過繳費期限	是否開放列印	查詢資料
4439	104	第二學期	國中部	暑輔	2,000	未銷帳	已過繳費期限(105/07/10)	開放列印	確定
4439	104	第二學期	國中部	午餐費	1,650	已銷帳	已過繳費期限(105/05/10)	開放列印	確定
4439	104	第二學期	國中部	課後輔導費	2,000	已銷帳	已過繳費期限(105/04/10)	開放列印	確定
4439	104	第二學期	國中部	註冊費	2,987	已銷帳	已過繳費期限(105/03/06)	開放列印	確定
4439	104	第一學期	國中部	課後輔導費	2,000	已銷帳	已過繳費期限(104/11/10)	開放列印	確定
4439	104	第一學期	國中部	午餐費	2,144	已銷帳	已過繳費期限(104/10/31)	開放列印	確定
4439	104	第一學期	國中部	註冊費	2,449	已銷帳	已過繳費期限(104/09/20)	開放列印	確定

頁次: 1 總頁次: 1 到第 1 頁

點一下
確定

5. 產生繳費單

臺灣銀行 學雜費入口網 BANK OF TAIWAN

身分註記三: 身分註記四: 身分註記五: 身分註記六: 學分數: 0 上課時數: 0 補單註記:

收入科目	繳費金額	收入科目	繳費金額
105暑期輔導費	2000		

繳費/銷帳記錄

繳費金額合計: 2000	銷帳編號: 4439604126000108
ATM繳費金額: 同繳費金額合計	ATM銷帳編號: 同上欄
郵局繳費金額: 2006	郵局銷帳編號: 4439934126000108
超商繳費金額: 2000	超商銷帳編號: 4439604126000108
銷帳註記:	代收方式:
代收銀行/分行:	代收日:
代收時間:	入帳日:

網路信用卡繳費 網路銀行繳費 網路ATM繳費 學雜費線上繳費說明 離開

產生繳費單(PDF檔)

無法產生pdf檔時請按此

點一下
產生
繳費單


臺灣銀行

學雜費入口網
 BANK OF TAIWAN



身分註記三：		身分註記四：	
身分註記五：		身分註記六：	
學分數：	0	上課時數：	0
補單註記：			

收入科目	繳費金額	收入科目	繳費金額
105暑期輔導費			

繳費金額合計：2000
 ATM繳費金額：同繳費金額合計
 郵局繳費金額：2006
 超商繳費金額：2000
 銷帳註記：
 代收銀行／分行：
 代收時間：

代收方式：
 代收日：
 入帳日：

[學雜費線上繳費說明](#)

無法產生pdf檔時請按此

網頁訊息
 ? 此繳費單已超過繳費期限，是否仍要列印?

點一下
產生
繳費單

五、防災宣導：平時做好減災預防工作，災時採取有效因應措施，方能保障學

童與自身的安全，相關資料請參閱附件三

插頭篇

- 拔除插頭最忌手潮濕，更勿只拉電線，須牢固握住插頭部份再拔除。
- 切勿利用分叉或多口插座，同時使用多項電氣。
- 使用蓋板，蓋板的功用就是防止灰塵或液體的侵入，避免造成電線的接觸不良和短路。
- 110 和220 電壓的插座規格，在外形上就有很大的差異，以避免電源的誤用。

插頭篇

風扇啟動緩慢或使用時有異音，可能風扇軸承已過熱變形，須立即拔掉電源停止使用

• 插頭累積塵埃容易結合水分，使原本分開的兩極行成通路，造成積污導電現象而短路



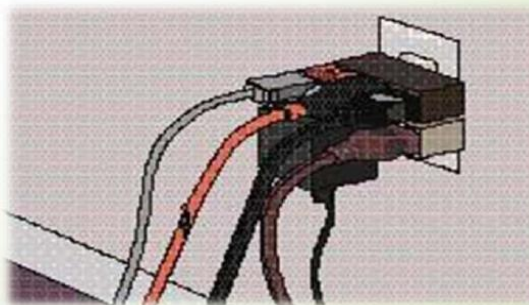
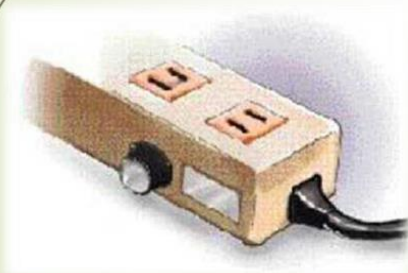
▶ 常用插座種類



▶ 延長線及電線篇

延長線應具保險絲
安全裝置或過負荷
保護裝置且經商檢
局檢驗合格之產品。

使用老舊、破損之電線會造成
短路、漏電或感電等危險，應
立即更新，且不可將多項插頭
接於同一插座上



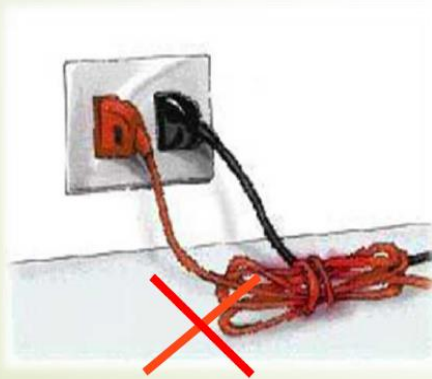
▶ 延長線及電線篇

不可用釘子、騎馬釘或訂書針將延長線或電線固定

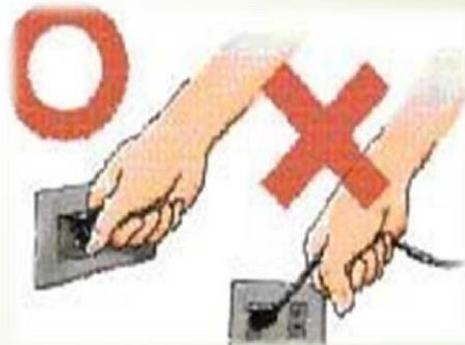


延長線及電線篇

使用延長線時，應注意不可將其綑綁；由於電線經綑綁後，熱量很難流通，因此溫度升高而將塑膠融解，造成電線短路著火。



拔下電線插頭時，應手握插頭取下，不可僅拉電線，而造成電線內部銅線斷裂。

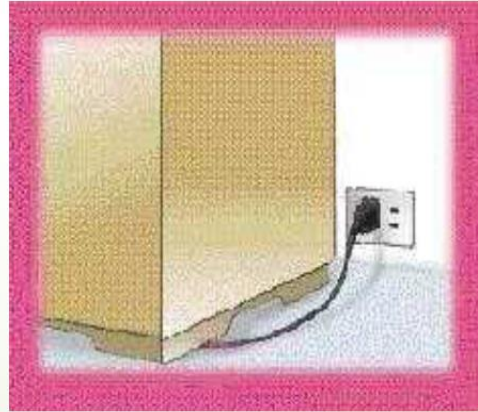


▶ 延長線及電線篇

延長線避免放置爐具上方，
因爐火高溫將塑膠融解，
造成銅線短路著火



電線不可壓在設備或重
物下方，以避免發生損
壞產生危險。



▶ 延長線上使用分插頭



地震災害

天然災害



地震災害



第一節 地震災害

地震發生的原因可分為構造性地震、火山地震與衝擊性地震(例如：隕石撞擊)等三種，台灣地區最常見的地震型態為構造性地震，這是由於台灣位於歐亞大陸板塊與菲律賓海板塊交界處，屬環太平洋地震帶，因為歐亞大陸板塊與菲律賓海板塊的推擠造成台灣地區多地震之環境特性。由於歐亞大陸板塊與菲律賓海板塊在台灣下方交會撞擊，且菲律賓海板塊不斷朝向歐亞大陸板塊下方擠壓，產生巨大的能量，當能量釋放時便造成地震。

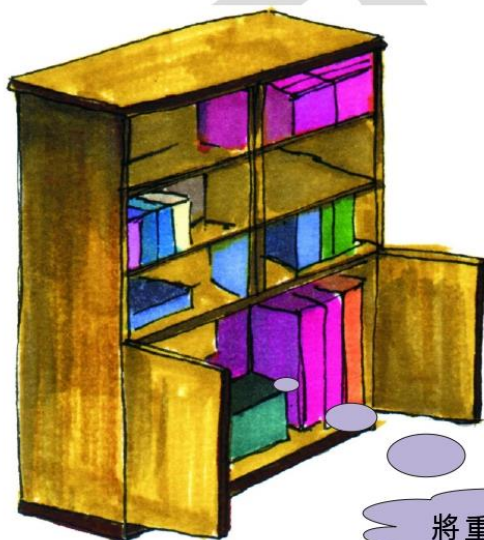


地震減災方法

- ◎準備避難維生包(內含飲用水、乾糧等)，可以在地震災害中維繫生命所需。
- J 固定危險家具以避免在地震中劇烈搖晃倒塌，而使人員受傷。
- ◎將重物收納於儲物櫃的底層將有助於減低地震時造成的搖晃現象。
- ◎定期檢查瓦斯、水、電管線之安全可以確保在地震時管線不會輕易鬆脫或是斷裂，造成火災之發生。
- ◎定期進行防災演練等。



準備飲水、手電筒、乾糧等



將重物收納於底層

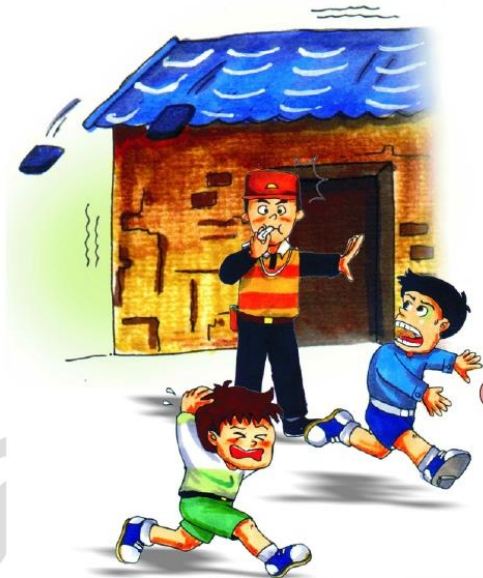


固定危險家具

地震災害

天然災害

定期檢查瓦斯、水電管路



進行防災演練



地震災害



地震災害

天然災害

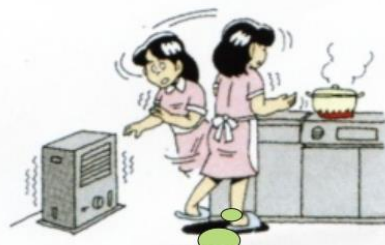


地震災害



地震逃生守則

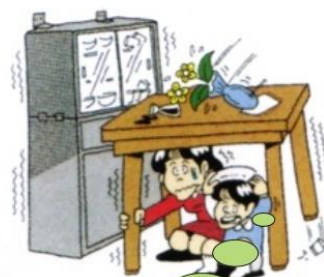
- ☺地震發生時千萬不要緊張，若在室內則先確實切斷所有水、電、瓦斯等能源開關，嚴防火災災害發生。
- ☺打開所有逃生通道，避免門窗因地震力擠壓變形妨礙逃生。
- ☺迅速找到適當地點或是庇護體躲藏，例如堅固的桌、椅旁邊或是牆角。移動時須注意地面之玻璃碎片與可能墜落之吊燈等飾品。
- ☺不要慌張往室外逃難，此刻最容易遭墜落物品砸傷。



從容滅火、切斷
瓦斯與電源



打開門窗避免變形
無法開啟，阻礙逃生



躲藏於堅固家具之下



注意地面的玻璃碎片
以及可能之墜落物



勿匆忙逃出室外

地震災害

天然災害



室外篇

- ☺同樣要保持鎮定不要慌張，先觀察頭頂上方是否有招牌或是花盆等物品墜落。
- ☺尋找空曠地點前往避難。
- ☺千萬不可停留在建築物、陸橋、電線桿等有倒塌之虞之構造物旁。



地震災害



注意頭頂有無物品掉落



前往空曠的地方



避開可能倒塌之結構物，如圍牆等

地震災害

天然災害



地震災害

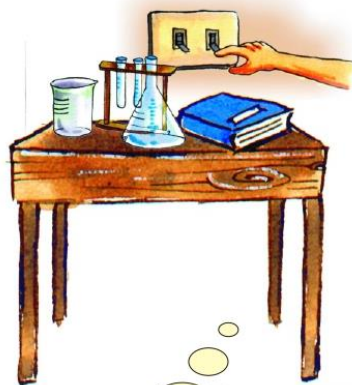


學校篇

- ☺如在教室應迅速躲避於桌子下方或是旁邊，背向窗戶防範遭玻璃碎片割傷，並用書包保護頭部。
- ☺保持鎮定遵守老師指揮、不要慌張地上下樓梯，切忌慌亂衝出教室而發生遭墜落物品砸傷的意外。
- ☺在實驗室時，確實將正在使用中之電源、瓦斯、自來水開關關閉，遠離實驗室中存放化學藥劑的地點。
- ☺在操場時則保持留在原地並遠離建築物。
- ☺無論身在學校何處都應依據平日防震演習規劃，進行人員疏散與避難，方可確保安全。



迅速躲在桌子下方，背向窗戶，避免被玻璃碎片砸傷，並用書包保護頭部



关掉水、電、瓦斯之開關，並遠離化學藥劑儲放地點



留在操場遠離建築物

地震災害

天然災害



地震過後之復建

- ◎地震過後需持續注意餘震發生的情形，如果週遭有人員受傷應給予必要的幫助。
- ◎檢查房屋結構、瓦斯、水電管線及開關有無損壞情形，並向權責單位報告。
- ◎打開收音機或電視，收聽收看緊急情況指示及災情報導，並聽從救災指揮人員的指示進行疏散。
- ◎疏散時盡量穿著皮鞋皮靴，避免遭尖銳物品割傷，且選擇樓梯作為疏散路線。
- ◎疏散前確實關閉瓦斯、水電管線開關，防範火災等二次災害發生。
- ◎地震過後應避免到山區、海灘或是港口等地區，以防山崩、落石或是海嘯發生造成意外的傷亡。



守望相助，給受傷人員必要的幫助



聽取災情，遵守指揮



疏散前確認關閉水、電、瓦斯等開關

檢查房屋結構、瓦斯、水電管線及開關

地震過後，應避免到山區、水邊等處



地震災害



資料來源：
本節部分圖片，摘自台南市消防局網頁
相關網站：
內政部消防署：<http://www.nfa.gov.tw>
台南市消防局：<http://www.tcf.d.gov.tw>
國家地震工程中心：<http://www.ncree.gov.tw/>
中央氣象局全球資訊網：<http://www.cwb.gov.tw/>
台灣地震數位知識庫：<http://kbt eg.ascc.net/>

颱風災害

第二節 颱風災害

台灣每年平均會遭受3至4個大小不一的颱風侵襲並形成災害。颱風是由熱帶海洋大氣內的擾動，在適當條件下逐漸發展而成，當熱帶性低壓中心附近平均風力增強至每秒17.2公尺時，我們稱之為颱風。此熱帶性低氣壓挾帶著自赤道附近吸收的能量，擁有驚人的破壞能力，常在夏、秋兩季帶來相當大的災情。因此在夏、秋兩個颱風季節裡，需格外注意氣象有無颱風訊息。

或是在平日生活中若發現有高雲、雷雨停止、能見度突然變得

良好、海、陸風區分不明顯、長浪、海鳴、驟雨忽停忽落、風向轉變、特殊晚霞與氣壓降低等現象，均為颱風即將來臨的可能前兆。

但在現今科學昌明，利用遙測技術颱風動態大致可以掌握，故仍應隨時注意氣象報導。



留意氣象報導，注意颱風動態



颱風災害



防颱準備工作

- ◎低窪處或是山區危險地區之居民應暫時遷移至安全地帶。
- ◎一般民眾需著手準備手電筒、蠟燭與乾糧等等…物資，使能渡過颱風侵襲的期間。
- ◎進行住處屋頂門窗的整修，加強固定好招牌、花盆等，防止發生墜落傷及他人。
- ◎庭院裡的樹木應予以修剪並加支架固定，避免樹木因強風侵襲而倒塌，進而損害其他物品或傷害他人。
- ◎另需檢查電路、瓦斯管線的狀況，防範火災發生。
- ◎倘若有電線斷落情形，不可以手觸摸，需聯絡電力公司進行處理。
- ◎加強排水溝清淤工作並且準備沙包，防範水災發生。
- ◎千萬不可在颱風來臨前夕或是颱風來臨時至水岸邊或是海邊工作、嬉戲、觀潮以及垂釣。
- ◎不要進入淹水地下室，以免發生觸電災害。
- ◎取消所有登山…等等戶外活動。



危險地區居民暫時疏散



準備蠟燭、手電筒等防颱物資

颱風災害

天然災害



固定招牌與
樹木等物



檢查水電、
瓦斯管線



暢通水溝，
準備沙包



不在水邊
嬉戲活動



遠離斷
落電線



取消所有
戶外活動



淹水地區有
觸電之可能

資料來源：
本節部分圖片摘自內政部消防署防颱宣導海報
相關網站：
內政部消防署：<http://www.nfa.gov.tw>
台南市消防局：<http://www.tcf.d.gov.tw>
花蓮縣網際網路防災地理資訊系統：
<http://140.116.181.104/hualien/MAIN.HTM>
中央氣象局全球資訊網：<http://www.cwb.gov.tw/>

水災災害

天然災害

第三節 水災災害

台灣地狹人稠，山高水急，溼季與旱季分隔明顯，降雨量多但集中在部分月份，故台灣旱季用水需藉由颱風侵襲時夾帶豐沛雨水獲得。由於豐沛的降雨集中在短暫的時間內，便提高發生水災的機率。近幾年更由於全球氣候異常，使降雨有時過於集中，釀成以往罕見的水患。

防範水災的方法

- ◎平常應多收看或收聽氣象報導，留意有無豪大雨特報或是颱風警報。
- ◎在豪大雨可能發生的時候應避免滯留低窪地區與地下室空間，以及出入山區、河床等危險地區工作或是嬉戲。
- ◎為預防淹水情況發生，平時即應保持生活週遭排水系統的通暢。
- ◎在大雨來臨前夕整備沙包等防範物資。
- ◎不要隨意進入淹水區域，避免發生觸電意外。
- ◎水災過後應聽從救災人員的指揮進行避難疏散工作，發揮合作精神共同清理家園進行復建工作。



收看氣象報導



下豪雨時不到山區、水邊等危險地區



隨時保持水溝暢通



水災災害



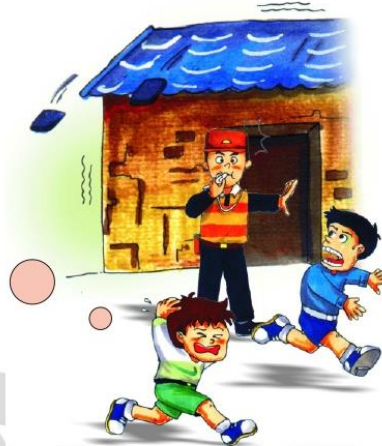
水災災害

天然災害



豪大雨來臨前
夕準備沙包，
嚴防水災侵犯

聽從救災人員指
揮，進行避難疏散



不要隨意進入淹
水區域，避免發
生感電意外



相關網站：
中央氣象局全球資訊網：<http://www.cwb.gov.tw>
經濟部水利署：<http://www.wra.gov.tw>



水災災害



火災災害

人為災害

三、人為災害

人為災害顧名思義可知造成災害的罪魁禍首是我們自己，正因如此，人為災害也可由於我們處處稍加留意便可避免。

常見的人為災害不外乎火災、交通事故、電器災害、瓦斯氣爆、燒燙傷、溺水以及校園事故等，以下分別介紹如後述章節。

第一節 火災災害

電視新聞經常播報有關火災的消息，輕微的造成財產損失，嚴重的會造成人的傷亡。

大部分火災均肇因於人的大意粗心與一些不正確的生活習慣，培養好的生活習慣並注意生活中的小細節都有助於避免火災的侵犯。

防範火災

- ❌ 不把玩打火機、火柴等危險的物品，一不小心都會引發火災。
- ❌ 點蚊香驅趕蚊蟲等有點燃火源的動作需格外當心，並不要將蚊香置放於易燃物品旁。
- ❌ 火箭炮、冲天砲等均為危險物品並已列管，切勿玩放造成危險。
- ❌ 揮發性油類容易引起火災，家中盡量不要存放。
- ❌ 家中應準備滅火器，並要學習如何正確操作，防範火災發生。



火災災害

人為災害



火警現場逃生

- ◎身處火警現場，要保持冷靜，一面報警，一面撲救，切勿驚慌失措，千萬不可僅顧逃生或搶救財物，而延誤報警。
- ◎撥一一九電話報警時，應將發生地點、如某街（路）某巷某弄某號幾樓及附近明顯標誌一併報出，以便消防人員迅速到達現場救災。
- ◎當火勢無法控制應迅速逃離現場，由於火災現場常伴隨濃煙，而濃煙的上升速度遠超過人爬樓梯的速度，所以應該盡量往地面樓層逃生。
- ◎濃煙少時以手或濕毛巾摀住口鼻，迅速離開火場，濃煙多時應放低身體趴在地面上逃生，鼻子位於地面上20公分以內有助於呼吸到僅存的新鮮空氣。
- ◎閉上眼睛以免濃煙刺激，用雙手的指頭作為眼睛，沿著牆壁前進尋找逃生路線。
- ◎若溫度不高可以大的透明塑膠袋(至少100公分長60公分寬)將整個頭罩住，以提供逃生時所需的氧氣。
- ◎當必須穿過火焰方可逃生時，可以將身上衣物或是毛巾、棉被等浸濕，包裹於身上穿越火焰。
- ◎若身上不幸被火舌波及，千萬不要緊張，應迅速將衣物脫掉並遵循坐、躺、滾來壓熄火焰。
- ◎逃生時若要穿越門扇，應先以手觸摸門板、門把檢視溫度，若是涼的，則可以開門；若是熱的，則應以背頂門板開一小縫隙，若發現火苗則應立即將門關上另擇逃生路線。



報警時要明確
說出火災地點



濃煙上升速度快，
故應往下逃生



逃離火場以溼
毛巾摀口鼻



撲滅火源，若無
法撲滅立即逃生

火災災害

人為災害



濃煙大時應趴
在地面逃生



穿越火焰應以浸
濕棉被等保護



穿越門扇時應
先檢查再通過

滅火器使用方法

- J 提起滅火器，拉開安全插梢。
- ☺ 試噴一下滅火器以確定滅火器有無損壞。
- ☺ 握住橡皮管朝向火苗，並壓下手壓柄左右移動撲滅火源。
- ☺ 撲滅後再用水冷卻餘燼。



握緊橡皮管
朝向火源

提起滅火器
拉開插銷



壓下把柄，左
右來回滅火

用水撲滅餘燼



火災災害

人為災害

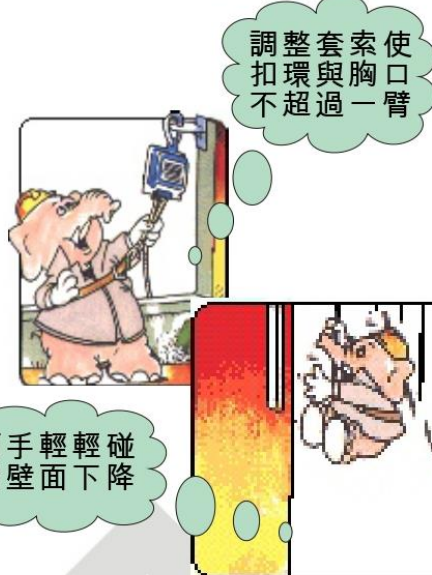
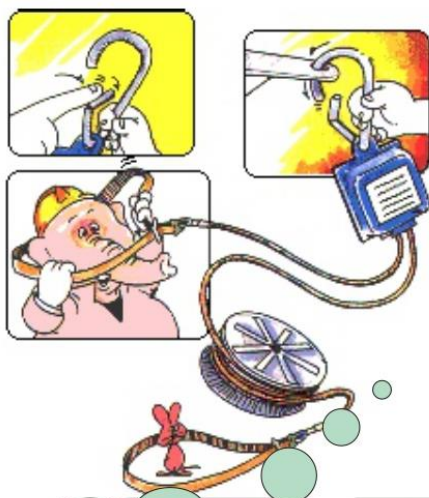


火災災害



緩降機使用方法

- ◎取出緩降機，打開掛鉤掛在固定架上，並將安全套索套至腋下。
- ◎調整安全套索，使調節器與胸口距離不超過一臂長。
- ◎拉緊調節器下兩繩索，增加安全性。
- ◎爬出窗外，並將面朝向牆壁。
- ◎鬆開雙手，並將手輕觸壁面，但千萬不可將手往上舉，這會使套索鬆脫。
- ◎到達地面後立即解開套索。
- ◎順勢將繩索拉至頂，供下一位使用。



取出緩降機並
將其掛設於固
定勾之上

來源資料：

本節滅火器與緩降機使用介紹圖片，摘自內政部消防署網站。

相關網站：

內政部消防署：<http://www.nfa.gov.tw>

台南市消防局：<http://www.tcfcd.gov.tw>

輔導室工作報告：

一、適性揚才

從孩子一落地，每位家長就投入了無數的心力，提供大量的教育資源，希望孩子健康成長、快樂學習，並能選擇最適合的發展方向，逐步實現自己的理想，E世代的孩子，在多元的學習環境中成長，許多刻板印象及陳規已逐一被打破，相較於以往，現在的孩子更勇於追求屬於自己的夢想，從許多研究及實例驗證，如果孩子可以清楚自己的興趣及能力，並且設定好未來發展的目標，就較能心無旁騖、不畏艱難、堅定的朝目標前進。因為所做的是個人所愛，所以能完全投入、充滿熱情與活力！在強調適性揚才、多元發展的時代，我們相信每個孩子都有個人揮灑的天地為鼓勵學生五育均衡發展、開展多元智能，讓每個學生都能發展自我優勢能力，達到適性揚才之目的。

台南市十二年國民基本教育資訊網

<http://12basic.tn.edu.tw/>



其中，免試入學可說是十二年國教最重要的改革。學生與家長若能揚棄過去獨尊智育的觀念，不再競逐明星學校，轉而以適性發展的方向來思考，選擇適合學生的學校，可望大幅減低往年分分計較的升學壓力。教育部為提供給所有國中畢業生以及家長們，瞭解升學高中、高職及五專的多種多元入學方式及流程，協助考生們順利找到理想學校就讀。以下網站供家長們參考，網站內容有各式入學管道的介紹，讓家長與孩子討論時能有適當的參考。

國中畢業生適性入學宣導網站

<https://shs.k12ea.gov.tw/site/adapt-k12ea>



「什麼關鍵能力 你可以不必怕被 AI 取代？」

<https://event.cw.com.tw/2018ibm/article/index2/article3.html>



二、家庭教育中心：

所謂家家有本難念的經，各位家長如有家庭或婚姻方面的困擾，如：夫妻溝通，子女教養，婆媳相處，男女朋友交往...等等，教育部整合全國家庭教育諮詢專線為單一碼「412-8185」（幫一幫我），無論何地之民眾僅需撥打此專線，即可自動轉接至所屬話區直轄市、縣市之家庭教育中心。

（一）服務方式：

1. 電話諮詢：請於服務時段撥打 412-8185；手機請撥打 02-4128185
2. 面談服務：請透過行政專線 06-3129926 或線上面談預約時段，再由中心安排志工老師進行面談

（二）服務範圍：

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、生活適應等各種家庭困擾。

（三）服務時段

周一至周五：上午 9:00-12:00、下午 2:00-5:00、晚上 6:00-9:00

周六：上午 9:00-12:00、下午 2:00-5:00

（四）為協助身障家庭提升家庭教育知能，113 年度開辦「諮詢 e 指通-開展心記憶」計畫服務方式如下：

1. 創建線上表單服務系統，運用資訊科技架構，提供有輔導需求之民眾多元管道回填表單，以利媒合中心服務。
2. 增設線上視訊面談服務，提供行動不便之民眾可預約安排，增加通用性家庭教育服務，以便利民眾使用輔導服務之機會。
3. 促進跨網絡合作家庭教育服務，例如依障別需求，於安排面談服務時，與相關單位媒合手語翻譯執行聽障語意聽打服務等。

上述服務，可透過中心網站提出申請

(<https://web.tainan.gov.tw/family/cp.aspx?n=17225>)。

三、親師生溝通：

青春期的孩子有想法，但不見得擅於表達，請家長多耐著性子，聆聽孩子的心聲，也與老師聯繫了解孩子的校園生活，若有需要協助的地方，可以撥打輔導室的專線 06-2975816#150 諮詢。

四、114 年高中職實用技能學程承辦學校：國立新營高級工業職業學校

<https://www.hyivs.tn.edu.tw>

（一）報名：114 年 5 月 22-23 日

（二）放榜：114 年 6 月 13 日

五、志工團招募新血：

感謝志工團在團長邱明雄先生的帶領下協助校務推動，志工是學校的左右手，因為志工們的無私付出，與學校同心合作，讓學校校務順利圓滿推動。本學期編組有圖書館組、午餐事務組、交通導護組等，需不定期支援疫苗注射、健康檢查、班親會、校慶、交通導護等學校活動，因為你，我們相信，有愛最美，有你真好。歡迎加入志工團行列！

選修國中技藝教育課程說明

親愛的八年級同學：

如果你平時喜歡動手做東西並希望在九年級習得一技之長，那你就不能錯過技藝教育課程；如果你畢業後想往高職發展，並升讀三年免學費的高中職實用技能學程，那你更不能錯過國三的技藝教育課程。

什麼是技藝教育課程？

想學一技之長，想多了解或實際體驗技藝實作的同學，或對技藝學習有興趣且性向明確者，均可考慮技藝課程。課程中「理論課少，實作課程多」，可多做實務學習，加深對職類生涯的認識。八升九學生可依興趣選修「技藝教育課程」。「技藝教育課程」的特色是落實多元智慧與適性發展的教育理念，以幫助學生習得一技之長。

技藝教育課程的上課方式與時間？

- 上課時間：每週一下午第五節~第七節課，學生到高職上課。(表 1)

【表 1】抽離式技藝教育課程課程安排

方式 課程	抽離式技藝教育課程
技藝課程	每週 3 堂課
原時段校內課程	第五及第七節一般課程、第六節金城小公民(彈性課程)

那些學生適合選修技藝教育課程？

經過七、八年級生涯發展教育課程及試探後，對職業性向明確及對藝能課程或對技藝學習有興趣的學生可在九年級選修技藝教育課程。

技藝課程學些什麼？

「實作課程」佔大部分（約四分之三）；「理論課程」少（約四分之一）。

十五職群有哪些？

餐旅職群、食品職群、農業職群、家政職群、海事職群、水產職群、電機與電子職群、機械職群、動力機械職群、土木與建築職群、化工職群、設計職群、商業與管理職群、外語職群及藝術群等，本校會依據合作學校特色及社會趨勢選擇開辦職群。

技藝課程升學管道：

參加技藝學程升學進路多元，可依多元入學方案升讀高中、高職及五專。並可申請技優生入學或優先分發就讀實用技能班，可讓自己增加多種升學選擇。

學生要如何到合作高職上課呢？

由學校老師陪同學生搭乘專車到高職上課。

就讀技藝教育課程之學生，常規是否較不要求呢？

學校會遴選教師帶隊至合作高職，學生在外完全依照校規之要求，不會有較為寬鬆之情形。

參加技藝學程需要費用嗎？完全免費！

如何參加技藝課程？

1. 確認自己真的想就讀技藝課程後，請與家長和導師討論是否適合選讀技藝課程。

2. 準備以下資料

(1) 填妥生涯評核表(需導師簽名)、意願調查表(需家長、導師簽章，請導師在生涯評核表上給分)

(2) 欲申請的同學備齊生涯評核表、意願調查表，於規定時間交至輔導室，逾期不候。

附註：報名學生名單將由「技藝教育學生遴薦及輔導委員會」來遴選，遴選項目包含：各項性向測驗與職業興趣測驗、綜合活動領域表現、在校表現、教師推薦函等，評估申請同學的技藝傾向。

金城國中技藝教育課程

◆ 教育目標：

旨在加深學生生涯試探，培養學生自我探索、生涯探索、觀察模仿、模擬概念及實作技巧等五種核心能力，幫助學生未來生涯之發展。

換言之，學程之實施是為了達成下列目標：

- 一、 培養學生生涯發展之基本能力。
- 二、 由職群的實務學習中，加深對未來生涯之試探。
- 三、 培育人本情懷與統整能力。
- 四、 培養自我發展、創造思考及適應變遷的能力。
- 五、 建立正確的生涯價值觀及奠定生涯準備的基礎。

◆ 實施特色

國中技藝教育課程的實施，在於落實多元智慧與適性發展的教育理念。課程規劃之內涵說明如下：

- 一、 基於職業試探的理念，課程主要為試探性質，實作多於理論，使學生可多一些實務之學習，以加深對職業生涯的認識，並培養對工作倫理與職業道德的認識。
- 二、 技藝教育學程共規劃為 15 職群，每校視學生興趣與需求，學校應規劃開設 1 至 4 職群，提供技藝教育學生在上、下學期分別選修 1 至 2 職群；其選修相同職群者，則以加深加廣及實作課程為主
- 三、 技藝教育課程採抽離式上課者，學生每週以選修 3 節至 12 節為原則。

◆ 實施對象

具有技藝學習之能力、性向、興趣或學術傾向較不明顯之九年級（國三）學生。

◆ 實施方法

一、辦理模式

1. 每班招生人數以 12 至 30 名為原則，採抽離式上課。
2. 學生每學期選修 1 至 2 職群，第二學期避免重複選修相同職群為原則，若選修相同職群者，則應以加深加廣及實作課程為限。
3. 開班模式：
合作式：由國中與鄰近之國民中學、高級中等學校、技專校院、職業訓練中心或民間機構團體合作辦理，上課地點在合作單位內。

二、實施期間

於國民中學之 9 年級期間，學校可開授一年(二學期)之技藝教育學程課程，每一職群之上課以 17 週為原則。

三、 學生薦輔

1. 成立技藝教育學生遴薦及輔導委員會，薦輔學生選修技藝教育學程。

遴輔會置委員 7 人至 15 人，校長及輔導處（室）主任為當然委員，並分別兼任召集人及執行秘書。其餘委員由校長遴聘校內相關行政、教師、家長代表或合作學校/機構之單位代表擔任。

2. 參酌學生學習興趣與平日表現等，薦輔技藝表現優異或對技藝發展較具性向、興趣之九年級學生。

四、 師資遴聘

1. 以具有任教科目專長之教師或行業實務專家為限。
2. 已登記為合格教師且具任教科目相關實務經驗或實務研習者，得優先聘用。

五、 課程教材

15 職群課程綱要由教育部編製，教材可自編。

六、 未來進路

可優先升讀高中職實用技能學程，亦可參與多元入學方案，暢通其生涯進路。

七、 办理流程及時程

流程	項目名稱	工作內容	執行時間
一	分析學校或合作學校資源	1. 辦理方式：合作式 2. 師資、設備條件：開辦職群	2 月中旬前
二	學生選修意願調查	1. 宣導職群 2. 意願調查：告知安排授課時間 3. 薦輔會審核學生申請	3 月
三	擬定並陳報抽離式開辦計畫	1. 學校陳報縣市教育局申請 2. 縣市教育局核定結果函知各校	5 月中旬 7 月下旬
四	學生選修與編組		開學前
五	師資聘任	1. 合作學校/機構合格教師 2. 聘用具技藝專長教師	開學前
六	實施教學	1. 形成性評量 2. 總結性評量	上學期：9 月~1 月 下學期：2 月~6 月
七	進路輔導	輔導升讀實用技能學程等	下學期：6 月-8 月
八	檢討		

◆ 課程規劃

一、課程發展

1. 銜接六大議題中的生涯發展教育
2. 技藝教育學程由彈性時數及各領域選修時數中開設 3 或 6 節
3. 學程涵蓋十項基本能力

二、課程設計

1. 技藝教育課程採職群開設，由電機電子、機械、動力機械、化工、土木與建築、設計、餐旅、商業與管理、家政、農業、食品、水產、海事等十三職群開設二至四職群。
2. 每週選修三至五節，每學期三節選修一職群，全學年以三十四週為原則，每職群每學期授課五十一節。
3. 可與高職實用技能學程銜接。

◆ 學生進路

- 一、可優先升讀高中職實用技能學程。
- 二、可參與多元入學方案，就讀高中、高職及五專。
- 三、可依保甄相關辦法升讀各公私立高職。

◆ 未來展望

技藝教育學程的教學強調生活化，透過實務練習而後導向理論之學習，藉以激發學生的學習興趣、增進學習的自信心、開發內在的潛能，並滿足對技藝學習有興趣學生之學習需求，使具有任何性向的學生都有公平的就學機會，達成適性教育之理想。

高級中等學校實用技能學程介紹

◆ 教育目標

高中職實用技能學程是以學生為中心、學校為本位的教育，注重學生多元性向與適性發展，並配合學生的特質、結合學校師資、設備與社區資源，建置實務技能學習核心，發展學校特色的教育環境。高中職實用技能學程之課程設計是因應九年一貫課程及後期中等教育新課程實施，是延續國中技藝教育學程，為具有技藝傾向、就業意願和想學習一技之長的學生所設計的學習環境。

◆ 實施特色

- 一、實用技能學程以就業導向目標設計，可學得一技之長。
- 二、實用技能學程可享有三年免學費的優待。
- 三、輔導同學參加技能檢定，取得「技術士證照」。
- 四、修得1年段課程的學分數可獲頒「年段修業證書」；修滿150學分者可獲頒「畢業證書」。
- 五、實用技能學程畢(結)業後可就業、自行創業或升學。

◆ 實施方法

一、日間上課

每週授課節數35節。其課程包括部定一般科目、部定專業及實習科目、校定科目。3年段可修習總學分數為180~192學分。

二、夜間上課

每週授課節數25節。其課程包括部定一般科目、部定專業及實習科目、校定科目。3年段可修習總學分數為144學分。另外，職場經驗及技能證照得採計6~18學分，用以補足應修畢業學分。

◆ 課程規劃

實用技能學程目前共開設13職群51科供同學選讀，同學可依自己的興趣與性向選擇相關科別就讀，各職群包含之科別如下：

群別	現行科別
一、機械群	1. 機械板金科 2. 模具技術科 3. 機械加工科 4. 機械修護科 5. 鑄造技術科 *6. 電腦繪圖科 *7. 自行車技術科
二、動力機械群	1. 汽車修護科 2. 機車修護科 3. 塗裝技術科 *4. 自行車技術科
三、電機與電子群	1. 水電技術科 2. 家電技術科 3. 視聽電子科 4. 電機修護科 5. 微電腦修護科 6. 冷凍空調科
四、化工群	1. 化工技術科 2. 染整技術科
五、土木與建築群	1. 裝潢技術科 2. 營造技術科 *3. 電腦繪圖科
六、設計群	1. 金屬工藝科 2. 金石飾品加工科 *3. 廣告技術科

七、商業群	1. 商業事務科 2. 銷售事務科 3. 商用資訊科 4. 會計實務科 5. 文書處理科 *6. 廣告技術科
八、家政群	1. 女裝科 2. 美髮技術科 3. 美顏技術科 4. 飾品製作科
九、餐旅群	1. 中餐廚師科 2. 西餐廚師科 3. 旅遊事務科 4. 餐飲技術科
十、農業群	1. 農業技術科 2. 園藝技術科 3. 造園技術科 4. 寵物經營科 5. 畜產加工科 6. 茶葉技術科 7. 休閒農業科
十一、食品群	1. 烘焙食品科 2. 食品經營科 3. 水產食品加工科 4. 畜產食品加工科.
十二、水產群	1. 水產養殖技術科 2. 漁具製作科
十三、海事群	1. 船舶機電科 2. 海事資訊處理科

◆ 學生進路

一、參加技能檢定：

可參加各級技能檢定並逐步取得技術士證照：

1. 在校期間可參加丙級技術士技能檢定。
2. 畢(結)業後可參加勞委會辦理之乙級、甲級技術士技能檢定。

二、就業與創業：

實用技能學程畢(結)業學生可經由多重就業管道進入公民營企業或自行創業，管道列舉如下：

- | | |
|----------------|-------------------|
| 1. 就業服務中心 | 2. 青輔會 |
| 3. 職訓中心 | 4. 國家考試(普考、基層特考等) |
| 5. 專門職業及技術人員考試 | 6. 自行創業 |

三、就業與進修：

實用技能學程畢(結)業學生可同時就業與進修，進修管道列舉如下：

- | | |
|----------------|-------------------|
| 1. 二專夜間部、建教合作班 | 2. 大專校院進修、進修學士班 |
| 3. 進修補校 | 4. 空中大學、空中商專及空中行專 |

也可參加統一入學測驗或學科能力測驗，再經由多元入學管道選擇就讀大專校院如下：

- | | | |
|------------|---------|------------|
| 1. 二年制專科學校 | 2. 技術學院 | 3. 科技大學 |
| 4. 一般大學 | 5. 軍事校院 | 6. 警專、警察大學 |

★親職教育講座

講師介紹—謝水乾校長

講題：從牛奶過期談親子關係與溝通

講師：謝水乾（台南市紅瓦厝國小校長退休）

經任：中華醫事科技大學講師

2005第一屆「教育百人團」當選人

教育部親職教育講座推薦講師

宏達文教基金會特約講師

清涼音文化事業講師

2006台南縣校長領導卓越獎

2007國立彰化師大傑出校友

2008國立台南大學傑出校友

2009國立屏東教育大學傑出校友

學歷：屏東師專、台南大學教育行政碩士畢業、彰化師大輔導研究所結業

著作：溝通是最好的管教（復文出版社。高雄。2005）校長的童年（2006）

聽校長說故事（復文出版社2008）如何『贏』造孩子的未來（2015）

2025受邀到全國各級學校、社區、社團、機構巡迴演講主題：

※從品格教育談孩子基本能力培養

※如何『贏』造孩子的未來

※從牛奶過期談親子關係與溝通

※正向思考心情好

※做好情緒管理提升父母效能

※生命教育—從生命轉彎處談人生

※陪伴孩子悠游於快樂書海

※親師合作共創，親、師、生三贏教育

※從志工服務談健康人生

※優質教養、健康上網

※演講場次累計：2130場

一、前言：從牛奶過期談親子關係與溝通

二、孩子不快樂你知道嗎？

青少年的對話

三、孩子為什麼不快樂？

※青少年福利聯盟調查：

※中央研究院吳齊般的研究：

四、親子關係與溝通的問題何在？

(一) 社會變遷價值混亂：

(二) 家庭結構改變：

(三) 現代父母缺乏自我信念：

(四) 兩代成長時空上的落差：

五、如何建立良好親子關係？

(一) 適時適量的陪伴。

*主權要轉移：

*內容要調整：

*方式要更新：

(二) 勤互動、多關懷：同理與接納、主動關懷、聊天與傾聽、察言觀色、安慰鼓勵讚美

(三) 建立良好親子關係八字訣：隨便（變）問聽說不美觀（關）

六、親子溝通的藝術：

(一) 保持平等的立場：

(二) 了解對方的立場：

(三) 接納孩子的全部：

(四) 鼓勵孩子表達自己的感受：

(五) 耐心的傾聽：

(六) 適時的鼓勵與讚美：

(七) 選擇愉快的時空和氣氛：

(八) 建立良好的親子關係：

七、親子溝通的原則：

(一) 給孩子犯錯的機會

(二) 要中斷孩子所做之事之前，先讓他了解原因

(三) 不要以諷刺、嘲笑的方式來管教孩子

(四) 以幽默的方式接納子女，這樣才容易發現問題所在

(五) 要對話，不要訓話

(六) 提供孩子選擇機會，培養做決定的能力與責任

(七) 多稱讚你喜歡看到的正確行為，孩子的不良行為就會慢慢消失

八、結語

shui2000@gmail.com

0922835892