



暨大附中 111 學年度第 1 學期第 18 週生活輔導週報

壹、本週學務主題：恪遵學校生活常規。

貳、勵志小語：美麗的藍圖，落在懶漢手裡，也不過是一頁廢紙。

參、交通警語：交通規則人人守，意外事故不再有。

肆、春暉專案宣導：拉愷一時，尿布一世；英雄不吸毒。

伍、法律專題宣導：不要有毀謗他人言語，尤其是網路留言，凡走過必留下痕跡。

陸、防詐騙宣導：網路購物要小心，低價商品莫貪心！

柒、反霸凌宣導：當別人侵犯我們時，我們有權利說不。

捌、防震、溺水、用電安全、一氧化碳宣導：地震來時勿慌張，做好躲避要領保性命(蹲下、掩護、穩住 3 個要領)；保持居家環境通風，以避免一氧化碳中毒；不到危險地域及無救生員環境戲水；電的方便大家看的見，電的危險大家看不到，夏令期間請多加留意用電安全。

玖、防疫宣導：肥皂洗手殺菌好(正確洗手步驟-濕、搓、沖、捧、擦)。

拾、網路賭博防制宣導：若發現疑似網路賭博網站，請協助截取畫面及網址，提供學務處生輔組協處。

拾壹、宣導暨請同學配合事項：

一、本周五下午(五、六節) 高一、高二實施週會，高三自習課。

二、生活秩序 第 17 週 各 年 級 獲 嘉 班 級 如 下：
305. 310. 303. 307. 309. 201. 202. 203. 204. 104. 108. 110

三、班級生活秩序競賽評分委員：(第十四週段考暫停評分)

第十八週-207 呂士昌 208 邱毓馨 209 林湘淇 107 黃盈甄 108 涂云瑜 110 潘詩瑾。

第十九週-210 邱秉成 201 黃舒婷 202 張莊璇 107 廖燕萍 101 莊子瑤 102 羅珏臨。

午休評分(1235 分前至學務處)週一至週五均實施。

四、秩序評分有異議或疑問，為何被扣分之班級，請於 3 個工作日內至生輔組查詢釐清，逾時將不協助辦理；另班級靠走道之門或窗，於中午午休時請留一處能通視班級全班狀況，俾利評分委員能遂行其工作，亦能減少開關門或窗影響該班休息。

五、上學期間入校後不得再次離開學校，若需離校請完成外出單簽核。

六、學校重大集會如週會、講座、升旗請務必遵守學校服儀規定(制服/運動服)，學校尚未開放便服穿著，下雨天同學可穿拖鞋進校門，到校後換穿布鞋，進校門後於公共場合一律穿布鞋，嚴禁穿拖鞋校內走動，違規者中午於中庭實施站立反省，站立反省未到依規定實施正向輔導措施。

七、上下學請同學統一由大門進出，騎乘機車、電動車及腳踏車統一由側門進出，進入校門後請下車用步行牽車的方式至停車棚停車，請同學務必配合。

八、8 時-17 時學校作息時間，不得訂購外食(foodpanda、UberEATS)，違規者中午於中庭實施站力反省。

九、學期開始嚴禁同學上課期間使用行動裝置(除經授課老師同意外)，手機保管盒由各班統一保管運用，若有損壞追究班級責任並依原價(\$2500 元)賠償。

十、內政部消防署建置「消防防災 e 點通」手機應用程式，即日起已開放下載使用。

- 十一、教育部函轉持續落實洗錢防制宣導，謹慎使用支付平台，杜絕洗錢不濫用。
- 十二、國民健康署持續宣導青少年酒害防制政策，不喝酒並延後喝酒年齡最健康。
- 十三、上課期間因故離開教室或未上課時，請事先告訴班上幹部未上課原因(如：輔導室約談、學務處約談、公假等)，如有突發狀況副班長立即回報導師、教官協助處；另近期有發現少數班級副班長線上點名未確實登載，違規者依校規嚴懲。
- 十四、請同學恪遵嚴守兩性相處分際，勿有不當及逾越行為肇生。
- 十五、同學勿於公開社群平台(IG、FB、LINE)有不當留言、侵犯他人隱私圖片及影片上傳散佈等情事，避免衍生不必要之糾紛。
- 十六、請同學勿任意把玩或購買非適用年齡之遊戲用槍。
- 十七、同學對於校內教職員記予之懲處，若有異議不服者，可逕向輔導室提出反映。
- 十八、校園內外抽菸者經查屬實，依校規嚴懲，並函文縣府衛生局開罰。
- 十九、非該班上同學，請勿擅自進入他人教室，亦不可隨意動他人物品。
- 二十、請同學妥善保管自身財物及貴重物品，凡有偷竊行為者，一律通知家長到校函送警局辦理。
- 二十一、當別人侵犯我們時，我們有權力說不。被霸凌，立即止，找老師。

學校霸凌防制信箱：lifecocaching@pshs.ntct.edu.tw 校安專線-(049-2913543)

- 二十二、請所有提早到校之同學不准去其他班級，請勿逗留在其他班級。
- 二十三、請搭乘大眾運輸工具上下課同學，請務必戴口罩。
- 二十四、各班中午時間裝盛團膳請配戴口罩，勿交談、勿共食、勿分食。
- 二十五、請各班風紀股長於每周一中午12點20分至學務處旁中庭集合，無法到的請律定代理人前來，多次(3次以上)未到警告乙次處分。

**上述宣導資料請風紀股長落實宣導使全班同學均能知悉
暨大附中學生學務處**

111.12.26 日



交通生活安全小叮嚀

機車考照將變得不一樣囉！



107年12月1日起，初考領機車駕照請習將在筆試前進行，並增加30分鐘防禦駕駛課程！



講習共有120分鐘，藉此加強新手防禦駕駛的正確觀念！



交通安全入口網

飲酒過量 有害健康

急性酒精中毒

短時間內飲酒過量而產生立即的反應，如心跳加速、情緒不穩、中樞神經系統抑制、昏迷等，甚至危及生命。

慢性疾病及增加罹癌風險

長期過量飲酒會導致各種器官的疾病或症狀，如代謝症候群、肝病、心血管疾病、神經功能障礙等，並增加口腔癌、食道癌、肝癌等罹癌風險。

孕婦族群不飲酒

增加胎兒患有胎兒酒精類群障礙的風險，影響生長發育、中樞神經系統、語言與溝通障礙等。

青少年、年輕族群不飲酒

影響腦部發育、心理健康、神經認知，甚至增加對酒精的依賴及其他物質濫用，也可能發生危險行為。

⚠️ 50%國人患有酒精不耐症，如喝酒容易臉紅、心跳加快、頭暈、嘔吐等酒後反應，代表身體無法代謝致癌物乙醯，更需要減少飲酒量！

成人飲酒，男性每日不超過2杯，女性不超過1杯，每次飲酒若超過6杯即是**暴飲**唷！(每杯相當於10g酒精量)

不喝酒族群不建議開始喝酒！

50.8%
衛生福利部 國民健康署
本圖表由食品健康資訊室製

簽名處：

101	102	103	104	105
106	107	108	109	110
201	202	203	204	205
206	207	208	209	210
301	302	303	304	305
306	307	308	309	310