

臺北市立第一女子高級中學 110 學年度第 1 學期

第 2 週班級活動通告

110.9.10

◎訓育組：

一、高一彈性學習微課程事項：

1. 高一彈性學習 S1-1 微課程大綱選課結果暨班長名單已公告於校網。
2. 高一彈性學習準備週 9 月 15 日的規劃如下，視訊直播的連結或頻道將於 9/14（二）公告，請班長準時登入，各班在教室收看。

	課程內容
第 5 節	【有庠創新論壇 線上公益講座】 國立臺灣大學凝態科學研究中心特聘研究員 林麗瓊 「給高中生的一封信——從探索未來，培養創新思維的能力」 視訊直播
第 6 節	【學務處】 微課程 課前宣導 視訊直播
第 7 節	【學務處】 原班自習 微課程班長幹部訓練 (地點：光復樓第二會議室)

二、訓育組主辦學藝競賽繳交報名表：

1. 110 學年度高二國語即席演講比賽，9/17（五）16:00 前。
2. 110 學年度高一閩南語情境式演說，9/17（五）16:00 前。

三、109 學年度第二學期之服務學習時數補登錄——繳交截止日 9/17（五）。

1. 時數登記表已發放到學務處之班級聯絡箱，請學藝股長於 9/13（一）前將班級同學之服務學習卡收齊送請導師核章。
2. 導師核章後，請學藝股長將班級同學之 109 學年度第二學期服務學習時數登錄於登記表，將登記表於 9/17（五）前交回學務處訓育組彙整。（服務學習卡請直接發還同學。）

3. 若尚未完成各學期至少 8 小時服務學習時數的同學，可於補行完成後，請導師於服務學習卡核章，再請同學將該卡繳交至學務處訓育組補登錄即可。

◎社團活動組：

- 一、請一、二年級學藝股長協助提醒同學務必於 9/12（日）前上網選社。選社時間截止系統即關閉。若錯過選社時間未填則由學務處協助分配社團或進行愛校學習。除班聯會、樂儀旗、綠衣使節、體育校隊外，所有一、二年級同學皆需上校務行政網輸入參加社團。
- 二、9/10 第七節為體驗社課時間，請同學每節選擇一個社團前往上課，將嚴格控管點名。請同學準時前往指定教室上課。
- 三、社團選社限制及體驗社課地點請詳見學校網頁公告。
- 四、社課時請同學將書包及所有貴重物品隨身攜帶保管，以免遺失。
- 五、110 年度臺北市五項藝術（含音樂、舞蹈、創意戲劇以及鄉土歌謠）比賽個人組報名時間由 110 年 9 月 2 日（星期四）至 9 月 13 日（星期一）止。團體組報名請至學務處登記參賽意願。比賽相關資訊可至官網：<https://www.tpcityart.tp.edu.tw/> 查詢。
- 六、110 學年度上學期國際交流新交流機會將於校網國際交流專區公告，感謝各位老師的支持與協助。

◎衛生組：（請班長務必將本頁傳閱衛生糾察、正副服務、環保）

- 一、健康中心已發下 COVID-19 疫苗意願書，全校各班請於 9/11（六）放學前收齊交回健康中心。
- 二、高一各班請儘速交抹布(約 20cm×20cm) 5 條至衛生組，鼓勵同學繳交回收再利用吸水材質布，如棉衣，毛巾等。【已交抹布：一仁、一愛一義、一勤、一毅、一射。】
- 三、防疫期間注意事項：
 1. 依據中央指揮中心防疫規定，室內室外應全程戴口罩。用餐取下口罩時，務必先放好用餐隔板。
 2. 停止跨班級或年級聚集共同飲食的場合（如班日活動），請調整為其他方式進行學姊妹情誼與學習交流。
 3. 請保持班級教室開窗通風，座位不緊靠，應有適當間距。
 4. 身處人潮擁擠處（如搭乘電梯），請戴口罩並減少交談。

5. 在校期間若遇身體不適，請返家休息，避免至健康中心臥床，以有效降低病菌傳染風險。
6. 打掃工作需加上使用稀釋漂白水消毒、補充洗手乳，範圍涵蓋外掃區及廁所。
7. 每日務必消毒常用區域，如桌椅面、電燈開關、門把、公用電腦的鍵盤滑鼠等。
8. 每次使用麥克風後，確實使用酒精消毒麥克風頭。

四、未完成上學期 109-1 寒假返校打掃同學請至衛生組登記補打掃，於第一次段考前以 1:4 次數進行補打掃工作（每次 30 分鐘）。第一次段考後未完成記警告。

五、暑假返校打掃：服務股長上網登記可以打掃的日期（中午 12:30-13:00），每日限登記 1 班。以班級為單位。

109-2 班級暑假返校打掃次數

109高一(現高二)	忠	愛	平	勤	樂	射	御						
暑假返校次數	1	1	1	1	1	1	3						
109高二(現高三)	忠	孝	仁	義	和	平	公	勤	良	御	書	數	
暑假返校次數	2	3	1	3	2	1	2	1	1	2	2	3	

六、下午彈性學習時間，維持現行打掃時間，建議各班事先協調在校上課同學打掃廁所及外掃區，教室只針對垃圾囤積扣分。

七、本學期從第 3 週（9/13）起開始「班級整潔競賽」，學期結算成績各年級前 3 及後 3 名，將減少及增加班級寒暑假返校打掃次數。

八、請檢查現有掃具（含教室、廁所），整齊排列並清楚貼上班級標示。損壞掃具移到資源回收場樓梯下。多餘掃具移到二手掃具區。評估所需領取之掃具，先至二手掃具區領取，不足再到衛生組領取。

九、各掃區請注意積水容器需倒扣。若發現容器積水已久，請將水倒至陽光直射處，勿倒入水溝或洗手台，才能有效消滅孑孓。環保局不定時將到校稽查，若發現班級掃區有積水致孑孓產生，環保局將對該班級開罰。請各班每周上網填「登革熱防治環境檢查填報」<https://goo.gl/4itOzh>



填報位址

1. 檢查範圍：各班內外掃區。
2. 負責填報人員：正副服務股長，或請其他幹部代理，不可漏填。
3. 填報時間：每周第一天上課，放學前填報完畢。



填報查詢

4. 為環保減紙，無法每次印紙本檢核表。若無法上網，請檢查後至衛生組回報。
5. 未填報記紅單。

積水檢查未回報 紅單 1 張	一忠、一孝、一義、一平、一公、一勤、一樂、 二仁、二信、二公、二禮、二射、二御、三信
-------------------	---

十、**正副環保股長**需輪值資源回收場(含每次大掃除)。請於打掃時間 5 分鐘內至回收場，找一書同學簽到。無法輪值可找人代理或換日期，未到者補輪值 2 次(或愛校 1 次)。全勤可登記公服時數(至衛生組拿公服條)。

環保股長	(正)二仁、二誠	請於 1 個月內完成。補值勤 2 次或愛校 1 次
------	----------	---------------------------

十一、請每節下課檢查紅單箱，以免未發現紅單致無法及時註銷。早上紅單需於中午 12:30 前補打掃後至衛生組註銷。下午紅單不予註銷，隔日未改善將重複開單。紅單滿 3 張，增加寒暑假返校打掃 1 次。下午紅單不放紅單箱，由網路查詢 <https://goo.gl/gmKZdf>



下午紅單

事由	班級	說明
9/1-7 紅單	一孝、一信、二義、二誠(2)	紅單一張。 滿 3 張增加返校打掃 1 次

◎生輔組：（請班長逐項宣讀）

一、因應教育局 110 年 8 月 18 日修訂「臺北市各級學校暨教育機構因應嚴重特殊傳染性肺炎防疫教育總指引」，其中有關基於防疫目的，家長為子女向學校請假者，申請請假以兩星期為核定週期，生輔組將公告防疫假請假規定：

(一) 防疫假需於請假日前一日 14:00 時前至生輔組公告 google 表單完成填寫，表單 QR CODE 為右圖，以便校方通知導師、任課老師及風紀股長，當日不受理防疫假申請。



(二) 防疫假一次為期兩週，申請後不受理取消，中途也不得入校上課，請老師及班上幹部注意。

(三) 請防疫假同學請依中央流行疫情指揮中心指引，居家學習。

(四) 若後續中央流行疫情指揮中心及本市教育局有新指引公告，將依公告內容，滾動式修正本校辦法。

二、【校園反霸凌多元反映管道宣導】

(一)「友善校園週」，本學期宣導主題：「凡走過必留下痕跡—健康上網最安心」，置重點於「防制學生藥物濫用」、「防制校園霸凌」及「杜絕復仇式色情」與「校園親密關係暴力事件防治及處理」及「瞭解與尊重身心障礙者」等教育宣導相關訊息請參考學務處/生輔組網頁，請同學與師長共同營造安全、溫馨、適性的學習環境，建構健康、和諧、友善之校園風氣，並納入班會討論記錄。

反霸凌專線（以下資料可至本校首頁防制霸凌專區或生輔組查詢）：

·北一女中反霸凌投訴專線：(02)2361-0687

·北一女中反霸凌投訴信箱：officer@gapps.fg.tp.edu.tw

(二)請同學廣推防杜網路霸凌作法，尊重自己也尊重他人的網路素養，同時如果遭遇網路霸凌事件時，我們可以不謾罵，請對方刪除，若仍未改善，即將內容截圖留做證據，然後快阻斷並尋求助（iWIN 網路內容防護機構(02)3393-1885、www.win.org.tw 提出申訴）。

三、【校園安全篇】

為強化校園安全機制，防範肇生校安事件，完善校園整體安全維護，請同學需加強安全意識及被害預防觀念，並強化意外事件臨機應變能力與緊急求助技巧如下：

- (一)上學勿單獨太早到校，放學不要太晚離開校園，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。
- (二)應配合學校作息時間，課餘時避免獨自留在教室，不單獨上廁所，避免到校園偏僻的死角，確保自身安全。
- (三)課後社團及自習班級之教室應便於加強管控人員出入，在校遇陌生人或可疑人物，應立即通知教官室或師長。
- (四)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。
- (五)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。
- (六)重申本校校園關閉時間，平日上學日為晚上 21：30 時，週六、日及國定假日為下午 17：30 時(含寒、暑假)，請同學務必遵守，未按規定離校者，依本校學生獎懲規定實施懲處！

四、【服裝儀容規範宣導】

本校服裝儀容規範，上、放學及在校期間均須穿著校服；如需穿著班服可於班際活動

時穿著，如需穿著社服請於社團時間或相關活動時穿著，餘時間皆不可隨意穿著便服或班（社）服，進出校門口一律著校服；因應學生個人體質差異，天氣寒冷時，可於校服「內或外」加穿自己衣物添加保暖，惟不得單穿個人外套。

五、【藥物濫用防制】

請同學支持「防治藥物濫用運動」，共同拒毒、反毒，海報公布於教官室前，請經過教官室時，轉頭看看美麗的花朵吧！或上教育部網頁 <http://enc.moe.edu.tw/>。

六、【交通安全篇】

(一) 道路交通管理處罰條例：違規併排停車將處以二千四百元的罰款。

(二) 路邊停車時請勿怠速(車輛要熄火)，怠速超過三分鐘將依相關規定開罰。

(三)「分向限制線」(雙黃實線)用以劃分路面雙向車道，禁止車輛跨越行駛，並不得迴轉。依據道路交通管理處罰條例第 45 條第 3 款規定，汽車駕駛人，跨越分向線行駛者，處新臺幣六百元以上一千八百元以下罰鍰。

(四) 貴陽街靠學校側停車格（從側門至大門間停車格）上午 7-8 時僅供臨停下車，不得佔用，違規將請交通警察告發。

(五) 教官及警察於路口執勤都是為了同學安全，煩請家長配合，並給予支持與鼓勵。

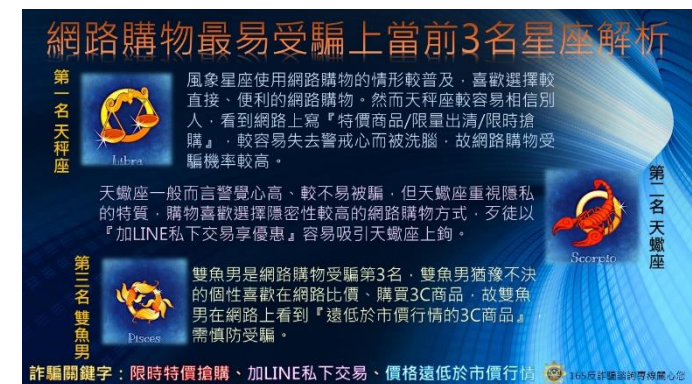
七、【反詐騙篇】

提醒大家，網路購物最易上當受騙的星座排行：第 1 名—天秤座、第 2 名—天蠍座、第 3 名—雙魚男！在家中網路購物，看到賣家要求「加 LINE 私下交易」、「特價商品、限量出清」或「遠低於市價行情的 3C 商品」，請大家千萬不要因為貪便宜的心態而落入詐騙陷阱，有問題請撥 165 反詐騙

諮詢專線。詳細報導請見東森新聞《網購有詐！內政部：天秤座、天蠍座、雙魚座最易受騙》<https://www.youtube.com/watch?v=NTWYOj2R7UE&feature=share>

八、【防制人口販運工作】

「落實人權平等，防制人口販運，檢舉專線：110、(02) 2381-7494」，內政部移民署「防制人口販運宣導專網」<http://www.immigration.gov.tw>，相關議題並可至學校網頁及跑馬燈公告事宜。



◎體育組：

- 一、體育組長幹部訓練已順利結束，未準時出席的同學，需愛校學習二次，於開學後一個月內執行完畢。
- 二、9月24日將宣布校慶大隊接力是否照常舉行，若照常舉行將於10月7日12:20活動中心進行大隊接力預賽抽籤，若班級代表未到則由體育組代抽。
- 三、10月7日將宣布校慶田賽、個人賽是否照常舉行。
- 四、游泳池暫不開放，將視疫情滾動式調整。
請同學確實遵守開放時間入池，非開放時間，禁止自行進入游泳，一經查證屬實記過處分，以維護游泳池安全。
- 五、注意！活動中心、地下室、游泳池嚴禁飲食，請大家配合維護環境整潔。
- 六、操場及跑道為合成橡膠及PU材質，請穿著運動鞋活動，並做好各項器材保護措施，以免損害場地。
- 七、請109下學期班際球賽獲獎未繳交明星球員名單的班級，盡速寄參賽球員名單（名單附件如電子檔）至 physical@gapps.fg.tp.edu.tw 體育組長信箱，主旨請打上：班際球賽_班級，以利獎狀製作。
備註：冠軍、亞軍各三人；季軍、殿軍各二人；第五、六名各一人。
- 八、防溺參與水上活動務必注意安全，請體育股長宣達防溺五步驟。

校園水域安全宣導

各位親愛的家長：

隨著天氣日漸炎熱，從事水域活動的機會增多，但也很遺憾地常發生溺水死亡事件，發生主要在於「非上課時間及週末、假日下午時段」、「自行結伴出遊」及「溪河流動水」頻率最高，暑假期間請家長和學校共同關心學生水域安全：

- ✓ 選擇合法地點
- ✓ 應有家長陪同
- ✓ 留意天氣變化
- ✓ 避免危險行為
- ✓ 學會水中自救
- ✓ 不穿泳衣褲

緊急聯絡電話：

1. 救災防護隊專線：119	2. 海巡服務專線：118
3. 報案專線：110	4. 行動電話急難救助專線：112

相關資訊網站：

- 教育部「學生水域運動安全網」
網址：<http://www.sports.wel.tw/>
- 內政部消防署防災知識網→登山防溺網
網址：http://www.nfa.gov.tw/info_k/
- 行政院災害防救委員會防救災數位學習網→水上活動注意事項
網址：<http://124.199.65.72/elearning/>

救溺五步

叫叫伸拋划 救溺先自保

- 叫：大聲呼救
- 叫：呼叫 119、118 110、112
- 伸：利用延伸物（竹竿、樹枝等）
- 拋：拋送漂浮物（球、繩、瓶等）
- 划：利用大型浮具划過去（船、浮木、救生圈、救生浮標、保麗龍等）

教育部 關心您

體育課防疫宣導



Tipei First Girls High School

體育組長 林儀靜 老師

體育器材消毒



- 下課勤洗手(洗手20秒)
- 清潔消毒室內運動場地
- 各班消毒器材(陽光曝曬法---器材放置操場跑道旁)
- 各班酒精消毒(活動中心門口、器材室門把上、大韻律門口)



★ 注意事項

1. 不跨班或跨校練習。
2. 適當運動以增加學生身體免疫力。
3. 室外體育課程，應保持防疫所需之適當社交距離（室外1公尺、室內1.5公尺），落實防疫措施。
4. 上課期間不觸碰口鼻。
5. 減少活動中彼此間身體接觸、或短距離身體與身體之接觸。

