

臺北市立第一女子高級中學 110 學年度第一學期 第 3 週班級活動通告 110.09.17

◎訓育組

一、高一彈性學習微課程事項

1. 110 學年度 S1-1 微課程上課時間為：9/22、9/29、10/6、10/20、10/27、11/3
2. 上課地點將於 9/17 公告於校網，請同學注意。
3. 科目代碼為「U」的同學屬於五校微課程系列，在這六週皆採 google meet 視訊方式在校內進行遠距學習，請自備學習工具（手機或筆電或平板皆可，必備耳麥），至指定教室上課。
4. 微課程需跨班，請同學務必在課程前後主動進行使用處的消毒，也請以「固定座位」為原則。其他防疫事宜請參看校網公告或掃右旁 QRcode 參考，共同遵守。



二、請學藝股長注意：訓育組主辦高二國語即席演講比賽、高一閩南語情境式演說報名表及 109 學年度第二學期之服務學習時數補登錄截止日為 9/17(五)。

三、班聯會、畢聯會活動宣達(校網皆有公告相關訊息)

建北特約商店企畫	校慶紀念品徵稿 (9/17 截稿)	高三團拍公告

◎社團活動組：

- 一、本學期線上選社時間已截止。期初轉社時間為 9/13(一)至 9/27(一)，請欲轉社的同學至學務處領取紙本轉社單。之後不開放學期中轉社。
- 二、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。
- 三、全國學生音樂比賽將於 10 月中下旬舉行高中職女聲合唱組初賽，合唱團今年將擴大招生，邀請有意願且非合唱團正地社社員之高一高二同學參加本次徵選。錄取後將與合唱團團員一同訓練並參與全國學生音樂比賽，訓練時間從 9/24 起每週三、週五 16:20~18:30 至初賽結束為止。(詳細資訊請見校網連結)。
- 四、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。



◎生輔組：※高一新生才要填

- 一、本問卷調查對象為 110 學年度入學之高一學生，針對制服採購滿意度調查，不涉及個人隱私，並將調查結果納入 111 學年新生制服規格制定之考量，請同學能確實回答題目，俾利讓本校制服更進步、更舒適。另提醒同學在班聯會或合作社購買的物品，如黑皮鞋、後背包…等，非為本次調查之項目（請向合作社或班聯會反映，勿帶入本次問卷意見，謝謝）。

※學號請務必填寫清楚，本校學號為 9 碼，須正確填寫
※本問卷調查最後截止時間為 110 年 9 月 28 日(五)22:00 時



二、【校園防災篇】：

- (一)本校 110 年國家防災日複合式災害避難掩護演練訂於 9 月 17 日(星期五)上午 9 時 21 分配合全國同步實施地震避難掩護演練。
- (二)演練時配合中央氣象局強震預警系統之模擬地震訊息，學校內以廣播器發布警報實施演練，請各班授課老師及班長協助各班同學，於聽聞廣播警報時，立即演練就地掩護階段，要求同學做好抗震保命三步驟「趴下、掩護、穩住」之動作。
- (三)現在地震稍歇，本學期因防疫措施暫不實施疏散演練，請全校教、職、員、生仍需注意以「不推、不跑、不語」為疏散演練安全前提，並以辦公室及班級為單位，以隨手可得具備緩衝保護功能的物品保護頭頸部，並迅速至疏散集合地點集合實施點名。

三、【友善校園篇】：一個動作、一句話語，每個人的感受皆可能有所不同，妳的動作或許熱情，妳的話語或許關心，但不同的人所接收到的訊息皆有所不同，感受亦有所不同，亦容易造成誤會與誤解，友善的校園，是彼此互相照護與體諒，勿因事小而忽之，導致彼此友誼的裂痕。

四、【學生請假規則宣導】：109 學年度第 2 學期(含)以前各學期，未完成請假手續者「已無法銷假」；請同學確遵本校學生請假規則，依時完成銷、請假程序，勿造成自我遺憾。

五、【春暉藥物濫用防治反毒篇】：請同學支持「防治藥物濫用」，隨著網路科技發展，新興毒品不斷推陳出新，網路上更是充斥著各種毒品誘惑與非法販賣訊息，不時地引誘民眾好奇嚐試或誤食；為維護國人身心健康，藥物濫用防制一直為我國重要業務及關注之公共衛生議題。

依聯合國毒品暨犯罪辦公室(UNODC)公布 2019 年「世界毒品報告書(World Drug Report)」顯示，2017 年全球平均約有 2.71 億人口(占有 15 至 64 歲人口的 5.5%)過去一年曾使用過非法藥物。在國內，依 2018 年「藥物濫用案件暨檢驗統計資料」年報顯示，各機關(構)通報藥物濫用個案計約 3.6 萬人

次，首次濫用藥物年齡依序為 20-29 歲(占 44.7%)、30-39 歲(占 24.2%)、19 歲以下(占 22.0%)，40 歲以下者超過九成，多數集中在青壯年人口。

衛福部食品藥物管理署定期更新本指引，提供國人最新藥物濫用防制資訊與現況，如近年所關注之「恰特草」、「卡痛葉」等植物係毒品非草藥，在國內已分別被列為第二、三級毒品，其具有成癮性，且曬乾後貌似茶葉，更易使人忽略其危害，故提醒民眾提高警覺注意防範，以免觸法。喚起國人對反毒議題之重視。此外，為有效控制新興濫用藥物氾濫問題。

六、【校門篇】：

(一)本校大門位處重慶南路及貴陽街之交接路口，經常車輛由重慶南路右轉貴陽街，回直接斜向貼近本校門口轉彎，故本校大門前方路面不適宜停等各式車輛，避免發生交通危害事件。並依據「道路交通安全規則」第 111 條第 1 項第 2 款規定：「交岔路口 10 公尺內不得臨時停車。」，係考量交岔路口多為汽、機車轉彎通行之處，若許停車，勢必影響不特定汽機車駕駛人於交岔路口轉彎通行時前懸視線死角之安全判斷，妨礙車輛之進出及轉彎，對交通之往來順暢顯有影響，乃法律明示禁止停車之方式。

(二)請同學提醒家長開車接送時注意，也請同學在過馬路時加快速，體諒開車、騎車之用路人，用同理心站在對方立場設想，營造友善的用路環境。

七、【提醒】同學搭乘大眾運輸工具時，請主動讓座給老弱婦孺並遵守候車禮儀；且勿在車廂內大聲喧嘩、飲食，以免影響其他乘客。「我為人人，人人為我」，請做個尊重他人及體諒他人的小綠綠。

八、【反詐騙宣導篇】

1. 詐騙集團常假冒各種名義，如客服人員或公務部門實施詐騙，165 反詐騙專線呼籲，接獲不明來電或異常不合理的情形應多加查證，以免受騙財損。

2. 防詐騙!接獲可疑來電，請立即撥打「165」專線查證。



◎衛生組(請班長務必將本頁傳閱衛生糾察、正副服務、環保)

一、9月24日(五)全校學生實施 Covid-19 疫苗施打，注射前晚應有充足睡眠且避免在空腹及脫水的情況下接種疫苗；疫苗接種當日，需攜帶**健保卡**。

二、高一各班請儘速交抹布(約 20cm×20cm) 5 條至衛生組，鼓勵同學繳交家中回收再利用的吸水材質布，如棉衣，毛巾等。【未交抹布】：一孝、一信、一溫、一良、一讓、一樂、一書、一數。】

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 班或 20 人。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、下午彈性學習及社團活動時段，維持現行打掃時間，請各班事先協調同學打掃廁所及外掃區。

七、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>

1. 檢查範圍：各班內外掃區。



填報位址

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。

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。



填報查詢

5. 未填報記紅單。

積水檢查未回報紅單 1 張	一和、一勤、一書、二和、二勤、三和、三讓、三御
---------------	-------------------------

八、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)二誠(2)、二平、二良(2)、二恭、二勤	請於 1 個月內完成。補值勤 2 次或愛校 1 次
------	-------------------------	---------------------------

九、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
9/8-14 紅單	一讓、二仁、二溫、二良、二御	紅單一張。 滿 3 張增加返校打掃 1 次

◎體育組

- 9月23日(四)12:10 課間操第一次練習，請有參與的班級派三位同學出席。
- 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。

3. 10月7日將宣布校慶田賽、個人賽是否照常舉行。

4. 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。

5. 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。

6. 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。

7. 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。

8. 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」、「自行结伴出遊」及「高河流水戲水」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. 救災防護報案專線：119
2. 海巡服務專線：118
3. 報案專線：110
4. 行動電話急救專線：112

相關資訊網站：
1. 教育部「學生水域運動安全網」
網址：<http://www.sports.arLtw/>
2. 內政部消防署防災知識網-登山防溺網
網址：http://www.nfa.gov.tw/nfa_A/
3. 行政院災害防救委員會防災數位學習網-水上運動注意事項
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、救生圈)
- 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