

國立頭城家商 110 學年度第 1 學期

第 7 週班會宣導資料(110.10.15)



一、班會討論：

1. 主題：動物保護面面觀
2. 說明：請見 13:15 分電視轉播及書面附資料
3. 討論題綱：詳後附資料

二、主席宣佈事項：(請主席在會議中宣佈)

★輔導室宣導事項：

- (1) 本周六(10/16)為親職教育座談會，請有報名參加的高一學生，提醒家長來參加喔!(地點在行政大樓五樓會議室，9:00-9:10 報到)。
- (2) 頭城家扶基金會辦理社區猜歌活動，只要你是居住或是就讀在頭城礁溪的國高中生，都可以報名喔!採個人賽，第一名有禮券 1000 元，請搜尋頭城家扶中心 FB。

★教務處註冊組宣導事項：

請高二、高三同學注意，109-2 學習歷程平臺「勾選」作業截止日期為 110 年 10 月 15 日(星期五)截止。請尚未完成勾選作業的同學，把握時間登入勾選。課程學習成果至多勾選 6 件，多元表現至多勾選 10 件。未勾選者，不會提交教育部中央資料庫，將無法作為未來升學備審資料使用，請同學把握自身權益

1、訓育組宣導事項：

- (1) 第 13 屆全國法規資料庫法規知識王網路闖關競賽活動，請同學踴躍參加，參賽就可來抽獎，比賽得獎獎金優渥!
初賽：自 110/8/20 起至 110/10/25 止。
題型：以生活上常見之法律實例出題，採選擇題方式進行網路闖關。
活動網址：<https://compete.law.moj.gov.tw>。
- (2) 鼓勵宜蘭縣青少年文藝創作，激發對生命及故鄉之深刻體認與書寫，提倡蘭陽文學閱讀與創作風氣。「2121 第五屆林燈文學獎」開始收件，即日起到 12/30(五)止，有興趣的同學至學務處訓育組了解詳情。

2、衛生組宣導事項：

- (1) 2 場陶藝研習活動分別 10/16(六)、10/30(六)自上午 09:00~17:00 止，為本校與華梵大學文創系辦理工作坊，主題為：「陶藝創作設計思考」、「容器注漿製作」，還有名額，歡迎同學直接至衛生組報名。(如附件)

3、生輔組宣導事項(含教官室)：

- (1) 第 6 週生活競賽評比績優班級：

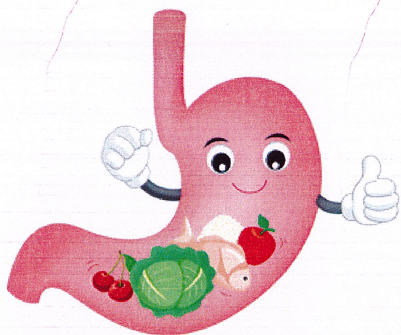
整潔：第一名：302 班	第二名：202 班	第三名：208 班
秩序：第一名：309 班	第二名：303 班	第三名：202 班
服儀：第一名：309 班	第二名：303 班	第三名：203 班

生活競賽前三名班級，可至生輔組申請一日穿著班服到校。
- (2) 下雨天注意交通安全，同學穿鞋套或雨鞋可避免地面濕滑，並防止鞋子潮濕。
- (3) 校內如有產生任何同學間的糾紛，請多利用到教官室實施調解，勿私自尋仇以免觸犯法律留下紀錄，影響自身前途。

4、體育組宣導事項：

- (1) 請同學注射疫苗後，密切注意自身身體狀況，以合適的強度進行運動。

5、營養師宣導事項： #特定味覺飽足感 #甜點 #我的健康我負責



🎯吃甜點總有「第二個胃」？減少食物種類可改善
明明已經吃飽了，卻還能在飯後持續享受各式甜食。科學證實，當換成不同種類食物時，大腦就會重新喚起你想吃的慾望。吃飽飯後，總還能吃一塊布朗尼，挖一碗哈根達斯。甜點像是裝在第二個胃裡？

🎯再好吃的東西，吃多了都會膩，會想換換口味吃些不一樣的食物，這種現象叫「特定味覺飽足感」(sensory specific satiety)。研究顯示，如果一餐我們只能吃一兩種食物，很快就會膩了，不太可能吃過量。但一餐裡面

的食物種類越多，人們吃下肚的熱量也就越高。在吃下食物後，視覺、嗅覺、味覺甚至觸覺會傳到大腦的額葉，產生愉悅的神經訊號。但隨著同一種食物越吃越多，訊號強度會衰減，代表大腦喜歡這個食物的程度在減退。這時候換吃不同味道的食物，例如從鹹食換成甜食，額葉的訊號就會重新被啟動，這就是「甜點胃現象」的由來。

🎯小叮嚀：只要是嶄新的味覺，都會「打開人的第二個胃」。因此減重者減少每餐菜餚種類，就能控制食慾喲❤
資料來源：三采文化《一分鐘健瘦身教室2》

6、活動組宣導事項：

- (1)本學年度設定社團社長加入群組，請未加入群組的社長協助加入，方便學務處社團活動組聯繫。目前尚有桌球社、舞獅社、街舞社、排球A、餐飲服務社、校刊社、桌遊社、生命啟發社、電影欣賞社、電腦繪圖社、籃球社及羽球社社長未加入，請協助掃描Qrcode加入，感謝!
- (2)下次社團為11/10(三)，為社費繳交截止日，請未繳交社費之同學可利用下課時間至學務處社團活動組繳交。
(需繳社費之社團:熱舞社、韓舞社、街舞社、馬術社、電腦繪圖社)



7、健康中心宣導事項：

- (1)本學期學生團體保險已完成投保作業，請有理赔需求的同學至健康中心拿取理赔申請書及備妥相關資料，若有任何問題，歡迎至健康中心詢問。
- (2)高一新生健康檢查進行中，由於一年級重讀復學生不須健檢，請務必自行至健康中心完成身高、體重及視力檢查。
- (3)二、三年級尚未完成定期健康檢查的同學，請利用下課時間盡速前往健康中心完成補檢，未檢名單如下：

201 班 8 號 林○芙	209 班 22 號 游○靜	313 班 10 號 林○佑
201 班 11 號 陳○華	301 班 29 號 謝○揚	313 班 16 號 陳○螢
207 班 4 號 呂○倫	302 班 27 號 ○倩	314 班 9 號 林○君
207 班 6 號 李○慶	303 班 26 號 林○芸	314 班 10 號 林○彤
208 班 13 號 陳○軒	305 班 3 號 李○賢	315 班 5 號 李○薇
209 班 4 號 吳○妍	312 班 3 號 李○柔	315 班 19 號 闕○華
209 班 20 號 游○玲	313 班 5 號 李○廷	
- (4)各班級健檢藍卡請於背面家長簽完名後，盡快交回健康中心，以利教育部回報上傳。
- (5)健康中心不提供口服藥物及酸痛貼布，有需求者務必自行就醫看診，並依醫師處方籤服藥，請勿自行購買成藥服用。

◎ 班會宣導資料，請於班會後張貼至班級公佈欄！ ◎

班會主題：動物保護面面觀

前陣子人犬衝突頻傳，追車導致摔重傷或死亡、毒犬等相關新聞如湧泉般襲來，動保圈瀰漫著各種聲浪。檢討人、檢討政策、檢討浪犬，要求政府流浪犬全面結紮、要求流浪犬全面安樂死等各式公共政策提案陷入角力與爭執(陳信安，2019)。

在談源頭管理前，我們應積極去了解一地犬隻的組成，是野犬、放養家犬、還是棄養或走失犬？再來談其習性作息、生活範圍、食物來源，才能衡量該地犬隻族群與週遭環境的關聯等，進而正視每一地區所面臨的流浪犬隻問題何在，再決定以何種手段相互搭配來預防管理。

動保相關單位面對流浪犬隻政策時，「因地制宜」是不斷被提出的概念。全國各地面臨的流浪動物問題大不同，例：臺北市經常發生浪犬咬貓衝突通報；彰化、嘉義、臺南部分地區則頻繁發生犬隻聚集追人車、攻擊等事件。在台灣現況大多是鄉愿地通盤採取單一旦被視為仙丹解藥的餵養、結紮、放回策略，碰到問題犬隻、人犬衝突事件才予以精準捕捉（確認問題犬隻後捕捉安置）(陳信安，2019)。

自 1980 年起，某些動物保護團體開始在美國推廣 TNVR 的做法。TNVR 是指誘捕 (Trap)、絕育 (Neuter)、注射疫苗 (Vaccinate) 以及回置 (Return)，為現今世界各國處理流浪犬貓問題採取的主要手段之一。透過大規模、高密度的絕育行動，控制某個區域內流浪犬貓的繁殖速度，以人道、有效的方式達成源頭減量效果。近年來，TNVR 已於歐美（如葡萄牙、英國、羅馬尼亞、意大利、丹麥、法國、加拿大等）及亞洲（如台灣、日本、香港、澳門、尼泊爾、印度、泰國等）等地區廣泛使用（台灣之心愛護動物協會，2021）。



誘捕部分，根據官方的統計，從 1998 到 2015 年之間，每年平均至少有十萬隻流浪貓狗被捕捉進入公立收容所，意味著牠們不斷以驚人的速度繁殖。礙於民間團體的資源、人力有限，為了使 TNVR 計劃執行效益最大化，以趕上、甚至超越流浪貓狗的繁殖，因此通常會把能夠生育的母犬貓作為優先捕捉對象，並以絕

育率達到 70%以上為目標。在實務捕捉的過程，「誘捕籠」是最常使用的工具。只要於籠內外沿路放置食物，引誘貓狗進入籠內，當誘捕籠的機關被踩踏，籠子便會自動關起來。

絕育部分，為了更有效解決流浪動物衍生的問題，原則上會對母犬貓施作子宮卵巢摘除手術，對公犬貓則施作睪丸摘除手術。與單純把輸精管或輸卵管扎起的「結紮」手術不同，生殖器官摘除的好處是犬貓在絕育後便不再繼續發情及交配，從而避免一些困擾行為的發生，例如因為母犬／貓發情時吸引公犬／貓群聚、叫春、打鬥甚至攻擊人類的行為。另外，摘除子宮卵巢／睪丸後會減少生殖系統相關疾病，也可減少公犬貓為標示地盤而到處灑尿的行為。

TNVR 計畫與犬隻行為管理要做到有效控管、減少衝突，皆是門科學，在我們同意要解決流浪動物問題並兼顧動物福利時，更應以理性的態度來面對問題，而非僅淪於感性的「流浪動物已經很可憐了！」。

➤ 討論題綱：

1、如何配合 TNVR 計畫，做到有效控管犬貓問題？

2、請問下列關於動物保護之敘述，何者正確？

- A. 寵物無故侵害他人生命財產，飼主須負罰責
- B. 飼主不可以汽、機車牽引寵物
- C. 任何人不得宰殺犬、貓
- D. 以上皆是

3、《動物保護法》規定動物之飼主須年滿 20 歲。

- A. 0
- B. X

4. 全國動物收容管理系统網站提供寵物送養媒合服務。

- A. 0
- B. X

※希望透過班會探討，讓同學們從生活中學習觀察與思考，拓展個人對社會環境議題的認識，啟動良善行動的心。