

國立頭城家商 110 學年度第 1 學期

第 16 週班會宣導資料(110.12.15)



一、班會討論：

1. 主題：傳染病防治
2. 說明：詳後附資料
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)

1、訓育組宣導事項：

- (1) 今日第 6、7 節為美容、流行服飾科畢業成果展，請全校同學完成班級打掃工作後，儘速前往勤毅樓三樓就位。
- (2) 110 學年度第 1 學期服務學習時數調查表已發放，請本學期有參與服務學習的同學填寫服務次數及時數並簽名確認，再將服務學習卡交給班長收齊並請導師初審核對後簽章，於 1/4(二)放學前交回訓育組登錄。請同學務必將服務學習卡一併送至訓育組。
- (3) 110 學年度文藝季得獎名單如下：

國立頭城家商110學年度文藝季得獎名單

類別 名次	文學類新詩組		文學類散文組		文學類小說組		攝影類		漫畫類	
	班級	姓名	班級	姓名	班級	姓名	班級	姓名	班級	姓名
1		從缺	311	何欣容		從缺	303	林玟錦	205	陳怡靜
2		從缺	205	朱姿穎		從缺	206	周書廷	205	四月
3	301	林柏誠	215	簡于婷	205	四月	205	朱姿穎		從缺
佳作	202	楊芮恩			205	四月	202	吳韻煊	202	吳紋心
佳作					205	李佳蓁	202	曾庭筠		
佳作							205	朱姿穎		

- (4) 304、305、314 班級沙龍照補拍時間為 12/21(二)，請以上班級提早準備。
- (5) 本週為本學期週記抽查，抽查日期如下：12/15(三)：三年級，12/16(四)：二年級，12/17(五)：一年級，抽查篇數為 5 篇，讀書心得可抵 1 篇，請尚未繳交知各班學藝股長於導師批閱後收齊，於時間內交至訓育組。

2、生輔組宣導事項(含教官室)：

- (1) 第 15 週生活競賽評比績優班級：

整潔：第一名：302 班 第二名：208 班 第三名：307 班
秩序：第一名：202 班 第二名：205、214 班 第三名：從缺
服儀：第一名：309 班 第二名：205、214、307 班 第三名：從缺

生活競賽前三名班級，可至生輔組申請一週內擇 1 日穿著班服來校。

- (2) 提醒同學請假時間務必再三確認時間，以避免填錯日期，影響自身權益，並養成每週上校務系統查看獎懲、缺曠紀錄的習慣，注意請假時限，切勿逾時請假。
- (3) 持續宣導 111/1/5(三)召開校內獎懲會議，因缺曠超過 42 節或滿三大過同學，屆時將請參加獎懲的同學及家長出席，請務必留意自身出缺席及獎懲紀錄。

3、衛生組宣導事項：

- (1) 今日 12/15 是美容科與流行服飾科的畢業聯展，請同學們認真打掃校園環境，給家長與外賓們留下良好印象。
- (2) 疫情仍未解除，持續保持防疫措施與良好的衛生習慣。

4、體育組宣導事項：

- (1) 班際排球賽已於 12/07(二)開始舉辦，每日賽程將視天候狀況進行調整，請參賽班級密切注意電子公告。

5、健康中心宣導事項：

- (1) 下週確定施打 BNT 新冠疫苗同學的健保卡，最遲請於 12/22(三)前收齊，按照座號排放交至健康中心統一存放，醫院行政人員當日將提早到校為同學進行健保卡過卡登記相關作業。
- (2) 請各班協助核對班級 BNT 造冊名單是否無誤，接種當日將依名冊進行施打。
- (3) BNT 新冠疫苗預計於 12/24 接種，「學生接種評估暨意願書」需由家長親筆簽名(需簽全名含家長身份證字號)。少部分缺交同學務必盡速繳交。
- (4) 已接種過第二劑新冠疫苗或第一劑新冠疫苗接種未滿十二週同學請勿報名。
- (5) 這次對你來說是施打新冠疫苗第一劑的同學，請至健康中心分開報名，以利醫療院所提前準備疫苗接種小黃卡相關作業。
- (6) 本次不開放 18 歲以下同學進行疫苗混打。
- (7) 提醒有保險理賠需求的同學，自我檢視就醫收據上的金額扣除診斷證明書及掛號費後，有達 500 元以上者，可備妥診斷證明書正本、收據正本或副本(影本請蓋醫院關防章)及家長存摺影本(滿 20 歲方可使用學生本人存摺)，至健康中心索取理賠申請書開始進行理賠作業。
- (8) 新生健康檢查複診回條尚未繳交的班級及個人，請就醫完畢及家長簽名後盡速繳回健康中心。
- (9) 111 年本校與頭城順源牙醫診所簽有「口腔保健特約醫療合約」，享有教職員工生醫療費用減免及相關醫療服務，可多加利用，詳情可至學校網站「最新公告」查看。

6、營養師宣導事項： #熱量 #甜湯 #精緻糖 #我的健康我負責

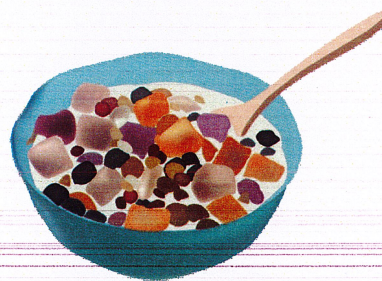
寒冷的天氣，真的少不了熱呼呼的燒仙草，燒仙草可以選配料 你都選哪些呢？🍡

⚠️燒仙草配料中，大多都是「澱粉」，粉條、芋圓、紅豆、綠豆、花豆、地瓜、芋頭、薏仁… 都是澱粉！若當點心吃，記得飯就要少吃… (做代換)，燒仙草也可能會利用澱粉下去勾芡，製造出濃稠的口感。

✅小叮嚀：

1. 偶而享用就好。
2. 選仙草多一點，也可以直接享用原味燒仙草。
3. 減少高糖配料跟奶精。
4. 跟家人共享一碗。

這些方法都是吃甜點、減糖、減熱量的好方法喔！😊



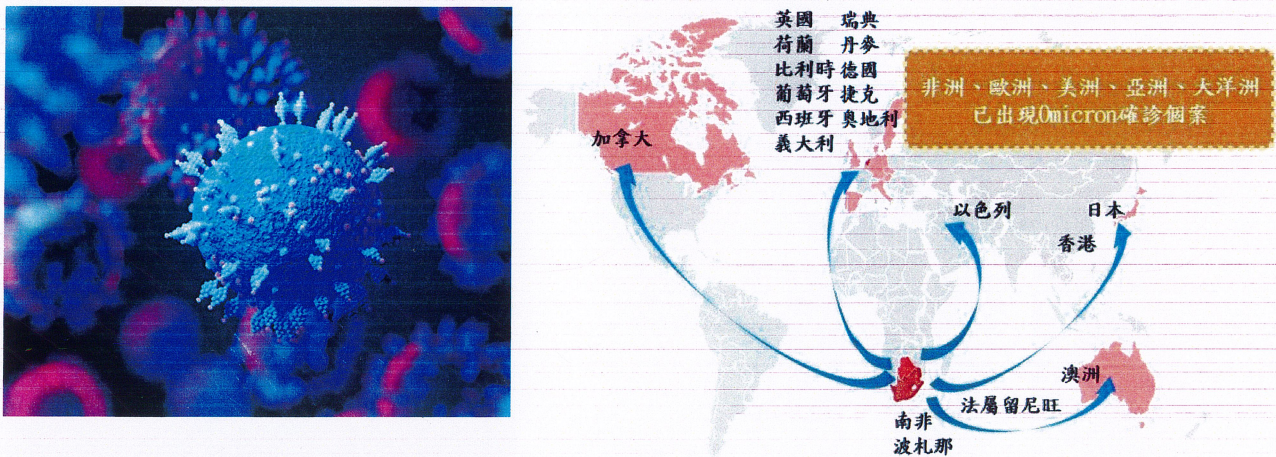
◎ 班會宣導資料，請於班會後張貼至班級公佈欄！ ◎

Omicron 新冠變種病毒知多少？

從已瞭解的有限證據，Omicron 這一變種病毒威力將很驚人。病毒一個月前(11 月 12 日)才在南非首都普力托利亞的醫院被發現，短短兩天即出現確診病例；病毒迄今一個月，即透過航空器攻進歐亞大陸、美澳等諸多國，目前台灣已有 3 例境外移入病例。

這兩年，世人都被新冠病毒嚇到了，雖然還不瞭解 Omicron 全貌，但都繃緊神經備戰，英國開始戴口罩，捷克布拉格有名的市集也喊停，封城是遲早的，各國都緊急豎立防火牆。

Omicron 病毒在世界分布情形



以下整理台大醫院感染科醫師林氏璧為 Omicron 公開發布的最新資訊重新整理：

1. Omicron 變異株為何讓科學家特別擔心？

目前已知此變異株的棘狀蛋白上有 32 個突變，集先前各種變異株的突變特徵於一身，初步在南非已經證實很快取代原本的 Delta 變成主流病毒株。

2. Omicron 傳播力比 Delta 更強嗎？

Omicron 新變異株最早在南非及波札那發現，相關病例數在南非東北的豪登省快速攀升，取代原本流行的 Delta 變異株，WHO 判斷已經符合了高關注變異株 (Variants of Concern, VOC) 其中一個定義：新冠的流行病學上產生了不利的改變，因此決定將 B.1.1.529 界定為高關注變異株，命名為 Omicron。這是第五株 VOC，加入了 Alpha、Beta、Gamma 和 Delta 變異株的行列，但之前的病毒沒有一個被界定為 VOC。而且 Omicron 是短短 14 天內就被界定為 VOC。

3. Omicron 會不會更容易重症？

南非初步報告以輕症為多，但從 11 月 12 日才在南非第一次偵測，且一開始以年輕人為多，也有些人是二次感染。之前不管是 Alpha 或是 Delta，都是大概兩個月以後才有比較多研究。

4. 新冠疫苗對 Omicron 還有用嗎？單株抗體，口服藥的效力呢？

現有新冠疫苗幾乎都是針對病毒的棘狀蛋白產生抗體，而 Omicron 變異株的棘狀蛋白上就有 32 個突變，令人擔心疫苗能夠產生的中和抗體是否會更低。南非 NICD 預估也許會有一些免疫逃逸，但疫苗應該對於「重症和死亡」還是可以提供高的防護力。就算現有疫苗完全失效，mRNA 的技術平台可很快地做出新疫苗。輝瑞／BNT 和莫德納疫苗六週的時間就可以改變 mRNA 序列做出新疫苗，輝瑞聲稱可以在 100 天內開始出貨。

5. 各國旅遊如何因應？

目前仍以入境限制為主。歐盟建議對非洲南部 7 國人士實施旅行限制。以色列、日本禁止所有外國旅客入境。台灣指揮中心將非洲南部 6 國：南非、波札那、納米比亞、賴索托、史瓦帝尼、辛巴威列重點高風險國家，11 月 29 日 0 時起自上述國家入境或轉機的旅客，須入住集中檢疫所並配合專案採檢。

6. 現有 PCR 可以偵測 Omicron 變種株嗎？

目前的 PCR 是可以檢測出此變異株，南非的幾個實驗室反應主要會檢驗的三段基因中，其中的 S 基因會檢測不到 Omicron（稱之為 S gene dropout 或 S gene target failure），這可以在完整定序之前較快速的辨識出這大概是 Omicron。

7. 台灣防疫需做什麼改變、防疫措施現況？

維持目前阻絕疫情於境外的策略。出外戴口罩，勤洗手，保持社交距離，注重室內通風。加強疫苗覆蓋率，春節檢疫專案維持「七加七」隔離方案。

➤ 討論題綱：

1. 新冠變種病毒 Omicron 傳染力是否更勝於 Delta 病毒？
2. 如果不幸感染新冠病毒有什麼需要注意的事呢？
3. 感染新冠病毒後是否可以終生免疫？
4. 打了疫苗後就一定不會感染嗎？