

國立頭城家商 111 學年度第 1 學期

第 2 週班會宣導資料(111.09.07)

一、班會討論：

1. 主題：反毒宣導
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)

★教務處註冊組宣導事項：

110 學年度的學習歷程資料，請高二、高三同學注意是否完成「勾選」作業。課程學習成果，至多可勾選 6 件；多元表現，至多可勾選 10 件。請把握勾選期限，截止日期為 111 年 9 月 7 日止。

1、訓育組宣導事項：

- (1) 臺灣銀行就學貸款整合服務網 <https://sloan.bot.com.tw/>，同學可於網上取得完整之申辦資訊，在線上填寫申請書，並提供預約對保功能，節省申辦時間。同學於線上填妥申請書後，仍須親赴臺灣銀行各分行完成對保手續，就學貸款於 9/30(五)前截止申辦，並繳交至學務處訓育組，未申請者請務必儘速辦理，若有疑義或不清楚之處，請洽訓育組。
- (2) 『行天宮急難救助』關懷扶助全國弱勢同學，涵蓋家庭急難、學生急難及醫療急難濟助，如有需要協助，請與導師討論後於學務處訓育組申請辦理。
- (3) 請各班將班級教室佈置學生名單於 9/7(三)放學前送回訓育組，並於 10/7(五)前佈置完畢，預計 10/11(二)起進行評分工作。
- (4) 高三各班畢聯會代表第一次會議於上週五(9/2) 12:35-13:05 召開完畢，301、304、305、306、307、311、315 班未參加，提醒各班往後仍有相關編輯課程及會議，務必準時參加，並請高三各班畢聯會代表加入群組，以免喪失班級權益。
- (5) 請各班於 9/7(三)放學前將本校校內學生美術比賽報名表送回訓育組，各班請至少送出三件作品(不分類)(綜合職能科除外)。作品收件截止日期為 9/23(五)，請報名同學準時繳交參賽作品。
- (6) 生活週記已發送給各班導師，生活週記本需使用一學年，煩請依序撰寫內容。本學期書寫 5 篇，讀書心得可折抵一篇。週記抽查日期：12/15(三)三年級、12/16(四)二年級、一年級，請同學配合導師安排時間書寫完畢。
- (7) 111 年度第八屆艋舺龍山寺盃全國書法比賽，報名截止日期 111/10/21(五)，獎金豐厚，有興趣的同學請洽學務處寫報名表。
- (8) 台新青少年基金會「志工菁英獎」徵件報名活動，對象為居住在臺灣地區，目前就讀國中、高中/高職、五專一至三年級熱心參與志工或公益活動的學生皆可報名。
附註一：台新金控及各子公司員工子女不得參加甄選。
附註二：凡曾獲選本獎項之得主不得再以相同獲獎事蹟報名；如有其他不同傑出事蹟者，則不在此限。

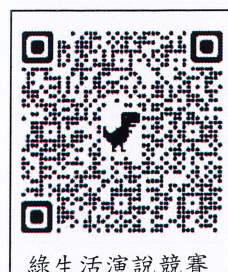
2、衛生組宣導事項：

- (1) 請各班於打掃時間內完成垃圾清倒與資源回收，打掃時間結束後，明日起(9/8)垃圾場與資源回收室將不再外借鑰匙。

- (2) 衛生組環保志工招募中，歡迎有意願同學至衛生組報名。
- (3) 校園全面禁菸、電子菸，違反者依菸害防制法處置。
- (4) 「2022 大家來爭光 健康好靈光-健康傳播素材徵選活動」徵選類別：
①平面類：單張、海報、手冊。②影音類：動畫、影片。
歡迎同學報名參加。相關資訊請連結 QR code。



- (5) 「全國高中小學推廣全民實踐綠生活演說競賽」：①競賽內容：以個人報名參賽。參賽者可透過「演」、「說」、「唱」、「跳」等各種創意方式，針對未來淨零綠生活模式提出多元、創新構想。②參賽時程：
A. 111/9/30 截止投稿收件。B. 111/10/25 前公布入選名單。
C. 111/11/19 進行實地演說決賽。相關資訊請連結 QR code。
- (6) 環保愛地球，從打掃開始。不亂丟垃圾，減少垃圾用量，用心打掃。



3、生輔組宣導事項(含教官室)：

- (1) 本週實施生活競賽評比，請班級踴躍爭取佳績：(三週生活競賽連續榮獲第一名之班級，全班嘉獎1次；前三名班級可至生輔組登記申請一週內擇1日穿著班服來校)。
- (2) 重申本學期請假卡持續沿用上學期格式，請同學依規定使用請假卡、附上請假證明辦理請假手續，並請妥善保管假卡，不慎遺失將予以「書面自省一罰寫」處分。
- (3) 111-1 學期「機車停車證」需重新辦理，需辦理的同學請自行利用時間至教官室洽詢鄭守智校安申請。
- (4) 騎自行車同學可申請自行車停車證貼紙，至教官室洽詢鄭守智校安，領取反光貼紙後，請將貼紙張貼於後輪擋泥板上，無擋泥板者可貼於椅背後方，教官室將不定時到自行車停車場巡查，違者將遷移他處予以管制。
- (5) 111-1 賃居生、校外工讀調查表、微電影比賽報名表，請於9/8(四)放學前交至教官室。
- (6) 招募人才：校旗隊、會旗手、升旗手、襄儀各5員，有意報名同學請找教官室佳蓁組長，歡迎新生踴躍報名。
- (7) 提醒各班推派一名同學擔任鑰匙管理員(請至總務處借用，於期末歸回)。
- (8) 提醒一年級繳交學生基本資料至教官室備查(確保資料填寫無誤，並於背面撰寫自傳)。

4、體育組宣導事項：

- (1) 班際籃球賽將於下週二開始舉辦，賽程表將於9/8(四)13:00 公布於學務處外公告欄。
- (2) 請同學放學至運動場地運動結束後，將垃圾帶走，以維護環境整潔。

5、活動組宣導事項：

- (1) 本學期社團博覽會將於111/9/14(三)辦理，請各社團可提早準備相關內容，或洽學務處社團活動組。

6、健康中心宣導事項：

- (1) 請各班級有新增疾病史的同學盡快至健康中心回報，以利同學在校園內的安全。
- (2) 新生健康檢查當日因故未到同學請注意！配合教育部高中職生皆需完成新生體檢規定，請盡速前往醫院完成補檢，補檢報告請於9月底前繳交回健康中心。
- (3) 下週一開始進行高二高三定期健康檢查(高一不需檢查)，項目為：身高、體重、腰圍及視力，排程表如附件，請依排定時間於健康中心前走廊按座號前後次序靠兩側排隊，中間留走道。當日請勿缺席，若有請假者，請盡速至健康中心補檢。

- (4) 本學年學生團體保險期間為：111/8/1 至 112/7/31，為使家長充分了解學生團體保險給付內容，每位同學發放「學生團體保險家長通知書」，請家長詳閱後，於下方回條簽章，9/14(三)放學前交回健康中心，謝謝。
- (5) 同學於校內外發生意外事故時，扣除起賠金額後達 500 元以上者，可至健康中心辦理學生團體保險理賠，起賠金額介紹：

Q 什麼是「起賠金額」？

A. 指的是保險事故發生時，實際花費金額(扣除不保事項後)若未超過該項金額將不予給付。

舉例如下：

【案例一】傷害門診收據金額總額 2,000 元 (排除不保項目 (掛號費 400 元、診斷書費 150 元、救護車費 500 元)，其他醫療費用共 950 元 ($2,000 - 400 - 150 - 500 = 950$)，因已達「起賠金額」500 元，且在傷害門診保險金 5,000 元之限額內，故給付 950 元。 ($950 \geq 500$ 元)

7、營養師宣導事項：#3 蔬 2 果 #膳食纖維 #每餐水果拳頭大 #我的健康我負責



猜一猜：柚子熱量有多高

中秋節將至，一邊賞月一邊烤肉，還要吃柚子是每年必備行程😊

網路上誤傳柚子熱量很高，只要吃一顆柚子就很飽很飽，而且排便會很順很順，你知道柚子一顆真正的熱量是多少嗎？😊快來猜猜看!! 你猜對了嗎？

📢小叮嚀：柚子是水果類有甜份，但有豐富纖維質! 熱量絕對比炸薯條少很多❤

正確答案是 (A)，說明：半碗飯 140 卡、大薯一份 470 大卡、紅蘿蔔 2 根 100 卡

◎ 班會宣導資料，請於班會後張貼至班級公佈欄！ ◎

班會主題：反毒宣導

1. 主題：防制學生藥物濫用

2. 說明：

(1)混合式新興毒品正在年輕族群間流行，多為精美包裝及常為第三、四級毒品與藥物之隨機混合，且利用網路快速流通。新興混合式毒品除有精美包裝之特徵，易降低施用者對於毒品的警戒性外，新興混合式毒品多為二種以上作用相似或相反的物質混合，對身體的危害相當大甚至造成藥物使用過量，造成相當高的致死率。



(2)依成癮性、濫用性及危害性，毒品共可分為四級。

第一級	第二級	第三級	第四級
1. 海洛因	1. 安非他命	1. FM2	1. Alprazolam (蝴蝶片)
2. 嗎啡	2. MDMA (搖頭丸)	2. 小白板	2. Diazepam (安定、煩寧)
3. 鴉片	3. 大麻	3. 丁基原啡因	3. Lorazepam
4. 古柯鹼	4. LSD (搖腳丸、一粒沙)	4. Ketamine (愷他命)	4. Tramadol (特拉嗎竇)
	5. Psilocybine (西洛西賓)	5. Nimetazepam (一粒眠、K5、紅豆)	

(3)由於毒品趨向多樣化，販毒集團為了吸引青少年吸毒，以推陳出新的手法利用不同型態的零食、糖果滲混成為毒品偽裝物，更出現加入 PMMA 成份(俗稱「超級搖頭丸」)新興毒品，讓充滿好奇心的青少年因對毒品認識不清而誤食。「超級搖頭丸」歸屬第二級毒品，由於毒性較一般搖頭丸強 3 至 4 倍、作用時間慢，常在不知不覺中服用過量，或多次服用以致中毒死亡，致死率極高。原文網址：

<https://reurl.cc/pMaY8l>

(4)勇敢拒絕毒品誘惑，杜絕新興毒品危害，從你我開始。民眾倘有藥癮防制相關問題，請撥打 24 小時免費毒防諮詢專線:0800-770885(請請您幫幫我)。

(5)判斷染毒的可疑徵兆：



➤ 討論題綱：

- (1) 本週宣導主題為何？
- (2) 新興毒品在市面上所呈現樣式有哪些？
- (3) 我國對毒品分類為幾級？FM2 屬於哪一級毒品？
- (4) 免費毒防諮詢專線為何？
- (5) 判斷染毒的可疑徵兆為何？