

國立頭城家商 111 學年度第 1 學期

第 18 週班會宣導資料(111.12.28)



一、班會討論：

1. 主題：法律常識會考

2. 說明：今日班會時間將舉行法律常識會考，為鼓勵同學認識校規，並落實法律知識教育，使同學能熟諳法律基本知識，敬請各班導師協助進行法律常識會考，並於班會時間後，將答案卡和試卷一併繳回訓育組，以利後續作業，謝謝！

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) 今日行法律會考答案卡請同學務必確實劃記年級、班級與座號，以利讀卡作業。特別提醒班級及座號在 9 以下的數字，請在答案卡上的班級與座號『十』記得畫『0』。
- (2) 今日 14:10 舉辦歲末聯歡活動「唱響青春. 舞動未來」，請全校同學完成法律常識會考後，儘速前往勤毅樓三樓就位。
- (3) 111 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 1/3(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。
- (4) 學產基金...

2、生輔組宣導事項(含教官室)：

- (1) 第 17 週生活競賽評比績優班級：

整潔：第一名：202	第二名：108	第三名：301
秩序：第一名：108、308	第二名：從缺	第三名：103、107
服儀：第一名：107、315	第二名：從缺	第三名：103

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，請班長於隔周二集合時將獎牌繳回。

- (2) 請同學務必留意自身交通安全，穿越馬路請走斑馬線，並不要一邊使用手機一邊行走，請注意周遭車輛、留意交通號誌，避免發生危險。

3、衛生組宣導事項：

- (1) 學期即將進入尾聲，請持續保持校園環境整潔。
- (2) 一月份由二年級的衛生與環保股長負責環境整潔評分工作，請負責的同學於下週一開始，每日中午至衛生組簽到評分。
- (3) 衛生與環保股長擔任評分員學期末將提報獎勵，累計超過 3 次未簽到評分者，記警告 1 次。

4、體育組宣導事項：

- (1) 班際排球賽目前已經辦理部分賽事，其餘賽程，最遲於 112/1/3(二)開始舉辦，請同學密切注意學務處外公告欄，或是無聲廣播系統。

5、社團活動組

- (1) 今日下午於勤毅樓 3 樓歲末聯歡活動，請同學於班會課提早 5 分鐘(13:55)提早入場，節目預計 14:10 準時開始，仍請同學遵守秩序，欣賞由班聯會、友校及各社團精心策劃之節目，節目表隨班會資料發送各班。
- (2) 請高三同學填寫校外教學(畢旅)食行調查表，因上次填寫後後續太多異動，請同學填寫最後確認版，12/30(五)前務必繳回。本次畢旅日期為 2/14-2/17，日期非常緊湊，排房作業要等大家確定最後參加人數後才能動工，感謝！
- (3) 下學期社團轉社申請將於 112/1/5~112/1/9 開放申請，開放轉入社團有吉他社、空手道社、匹克球、甜心飲品烘焙社、一淇鈎鈎手、巧手飾戴社、紓壓植感手作社、氣球造型社、在地飲食文化社、社區服務社、簡單收納社共計 36 名(各社 1-6 名)，詳細轉社申請辦法請見學務處旁公告，或洽學務處社團活動組。

6、健康中心宣導事項：

- (1) 已完成接種新冠疫苗的同學，如若出現過敏反應、胸悶、胸痛、喘不過氣、劇烈頭痛等症狀，務必就醫治療並通報導師及健康中心知曉。
- (2) Covid-19 疫苗接種紀錄卡(小黃卡)的接種劑次欄位已使用完畢，健康中心將全數發還給同學自行保管，請各班派 1 名代表至健康中心簽領全班的疫苗小黃卡。
- (3) 大葉大學護理學系於 112/2/2(四)將舉辦「基本救命術(BLS)證照班」，報名費用：700 元。有興趣同學可循以下連結進行報名，簡章資訊：<https://dyu.edu.tw/bls>。

7、營養師宣導事項： #成癮行為 #手搖杯 #含糖飲料 #我的健康我負責



資料來源：潮健康、台北市衛生局社區心理健康中心

你是否也曾經出現過下列情形呢？

- 沒來杯手搖杯飲料，就覺得今天沒樂趣
 - 一起床就急著看看手機裡的網頁跟訊息
 - 剛把訊息傳出去，就急著等待對方回覆
- 如果你常出現這些行為，是否曾想要停止卻停不下來呢？或許你已經出現「成癮」的傾向囉！

天天訂手搖杯不喝不行，一定要喝含糖飲料，不喝就難受，算是成癮行為嗎？

心理師說明「成癮行為」在心理學有嚴格定義，必須具備四種特徵：不用不行(強迫性)、越用越多(耐受性)、不用會痛苦(戒斷性)、會影響正常生活(傷害性)。

◎ 班會宣導資料，請於班會後張貼至班級公佈欄！ ◎