

國立頭城家商 113 學年度第 2 學期

第 3 週班會宣導資料(114.02.26)

一、班會討論：

1. 主題：性教育宣導
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)

1、訓育組宣導事項：

- (1) 就學貸款於 2/27 (四) 截止申辦，已完成臺灣銀行各分行完成對保手續者請盡速繳交對保資料至訓育組，以免耽誤其他人撥款時間。
- (2) 提醒高三各班畢業紀念冊編輯同學，2/26(三)13:10-14:00 為第一次校稿時間，請至行政大樓 4F 電腦教室(一)上課。
- (3) 教育部高級中等學校學生新世紀領導人才第 24 期初階培育營，強化學生領導知能訓練，以培育青年領導人才及建立人才資料庫。請對營隊有興趣的一年級同學至訓育組報名！

2、衛生組宣導事項：

- (1) 請勿於洗手台、馬桶棄置垃圾(吸管)等物品，廚餘務必倒乾淨再清洗，避免洗手台堵塞！！
- (2) 新教學大樓設計各班教室皆有洗手台、拖把槽，麻煩各班自行維護整潔，另請同學至學務處領取肥皂及濾網供同學使用。

3、生輔組宣導事項：

- (1) 查獲持有或吸食電子菸皆函送衛生局，並進行校安通報，且依校規懲處，若想領回電子煙設備，需自行至宜蘭縣衛生局申請領回。
- (2) 同學填寫請假卡，請依照日期由上而下，完整填寫日期和節次。
- (3) 請同學定期查看出缺勤系統，若請假有出入部分，請盡速至生輔組核實資料。
- (4) 113 年 2 月 17 日聯合報刊載「網友性侵增，青少年受害最多」：
 - ① 根據統計，近期網友見面遭性侵人數大幅上升，被害人以國高中為大宗，且網友見面性侵與數位性暴力同時存在的比率高，應謹慎提防。
 - ② 為增加學生自我保護意識及防止被害，請加強宣導，以落實自我保護，並請協助學生建立網路安全意識。
 - ③ 倘發生性侵受害情況，不要封鎖或刪除對話紀錄，保留對方聯絡資訊，即時報警處理，由警方協助證據保全並通報網路內容防護機構處理移除下架，避免性隱私影像外流；也可以到「性影像處理中心」網站(網址：<https://twncii.win.org.tw/>)填寫申訴單，協助被害人與平台業者溝通移除違法影像。
- (5) 預防各項詐騙行為，個人證件請妥善保管，不要隨意在網路上填寫個人基本資料，才不會輕易將個人資料外洩，也請同學妥善保管個人物品，外出時請將教室門窗確實上鎖。
- (6) 近來交通安全事件頻傳，請同學務必遵守交通規則，勿無照騎乘機車，行人、行車通過路口切記停、看、聽，保障自身安全。

4、體育組宣導事項：

- (1) 班際羽球賽於本日 2/26 放學前報名截止，逾時不候。
- (2) 紙本報名表需有體育老師及導師簽名才算完成。

5、社團活動組宣導事項：

- (1) 本學期社團共計六次，日期如下：會後資料請張貼於班級公布：

次數	週次	日期	星期	時間
1	4	3/5	三	第 6 節 14:10~15:00
2	7	3/26		
3	8	4/2		
4	10	4/16		下課 10 分鐘 第 7 節 15:10~16:00
5	14	5/14		
6	18	6/11		

- (2) 各班社團確認單已於上周三確認(請張貼於各班公告)，下週三3/5為第一次社團時間，請同學務必準時至上課地點，並攜帶社團所需樂器或工具容器材料。需繳交材料費的社團，請同學繳費給社團指導老師並領取收據。
- (3) 本學期社團一欄表及社團上課地點有部分異動，以黃色兩份紙張更新公告，請班長留意說明及張貼於班上(舊資料請回收，謝謝)
異動社團上課地點有：
*氣球造型社至104班教室 *健康好吃社至106班教室 *仿真花藝創作社至204教室
*遙控飛行夢想社至演藝廳 *新媒體資訊研究社至(實習大樓)電腦四教室

6、健康中心宣導事項：

- (1) 已報名健康樂活動起來的同學，課程將於下週一(3/3 日)開始，活動時間為每週一至週五(週三除外)放學後(16:00-17:00)，請每日前往健康中心量測體重並控制飲食。
- (2) 有保險理賠需求的同學請至健康中心索取國泰人壽保險理賠申請書填寫，並備妥診斷證明書正本、收據正本或副本及家長存摺影本至健康中心申請。
- (3) 請有申請但尚未領取生理用品的同學，請於 2/27 日前攜帶證件(健保卡、身分證亦可)前往員生社冷飲部領取。
- (4) 本學期排定 3/10~3/21 日測量身高、體重及視力，排程表預計於 3/5 日發給各班。

7、營養師宣導事項： #蒟蒻 #低熱量 #水溶性膳食纖維 #飽足感 #儘早食用



🤔 蒟蒻怎麼做出來？

蒟蒻粉的主要原料來自**魔芋**，一種多年生的塊莖植物。製作過程取其地下莖，洗淨、去皮後切成片狀，以日曬或熱風乾燥方式進行乾燥脫水再粉碎後，以風力篩選方式將澱粉去除，即為**蒟蒻粉**。含有 8-10% 豐富的葡萄糖甘露聚糖，是一種水溶性多醣體，可形成膠狀物質，所以容易有飽足感。

💡 小叮嚀：

1. 未拆封的蒟蒻產品依標示可置於陰涼或冷藏保存，儘早食用確保蒟蒻的食用安全和最佳風味。
2. 爆紅零嘴「**魔芋爽**」本身不是一個健康的零食，主因是過度調味及鈉含量太高，購買食品仍須注意食品成分標示唷😊

資料來源：食藥署藥物食品安全週報、食用玩家-食藥署 FB

國立頭城家商 113 學年度第 2 學期

班會建議事項回覆表(第 2 週)

相關處室	建 議 事 項	回 覆
總務處	生輔組前無障礙坡道。(104)	1. 學校目前中庭景觀尚在施工中，學務處到新教學大樓間的通路僅為臨時性的便道（包含同學所提的臨時斜坡道）。 2. 經查該斜坡道尚非屬無障礙斜坡道，如果同學有使用需求建議可由另一側通路通行，以確保通行安全。 3. 俟新舊教學大樓間連通道工程完工後，將提供師生更加順暢、安全、無礙的通路。
內會 生輔組	午休時需在走廊執行公務的人員請保安靜，並注意腳步聲不要太大，以維持午休寧靜。(303)	已對評分人員加強宣導。並於集會時提醒大家午休時皆須動作輕巧、輕聲細語，來共同維護午休品質。



請導師於班上宣導並公布於公告欄，謝謝！

◎ **班會宣導資料，請於班會後張貼至班級公佈欄！** ◎