

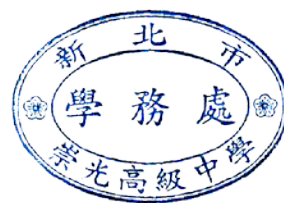
新北市崇光中學一〇九學年度第二學期第八週班會通報宣導事宜

※為節能減碳，本通報每班乙份張貼於各班公佈欄或自行掃描右方 QR-Code 上網查閱。 110.04.09



訓育組

- 一、04/12(一)下午2:50打掃時間進行模範生頒獎，請全校各班模範生整理好服裝儀容準時到校長室集合。
- 二、04/12(一)高國一及高三班級學藝股長於第三節下課時間，至學務處窗台領取「班級活動紀錄簿」進行班級活動課議題，依當週(生命教育)計畫討論與分享，並於週二中午前，將「班級活動紀錄簿」填寫完成，請導師簽名後交至學務處訓育組。
- 三、04/12(一)週會時間進行高國二教育旅行行前說明會，請班長於 11 點前將同學帶至 3 樓禮堂集合。
- 四、校刊社於崇光青年校刊中設有專頁，介紹各班級及社團的報導，希望各班級及各社團社長繳交一段介紹，字數約 150~250 字並附上一張照片(照片檔另附)，尚未交件的班級請派班上一位專責的同學及社團社長於 04/16 前將檔案傳送至 cksm54ckgsh@gmail.com。
- 五、下週 04/14-04/16(三-五)辦理高國二年級教育旅行，請同學帶著愉悅的心情、學習的態度並平平安安出門快快樂樂回家，未參加的同學請依上課時間至學校自習或完成辦理請假手續。
- 六、①第三十屆師大盃全國大專院校象棋錦標賽 ②新北市政府社會局辦理「新北市 110 年度青年志工服務超人集點挑戰賽」活動 ③致理科大辦理「109 學年度高中職學生自治研習營」④新北市政府衛生局辦理「110 年度新北市失智友善天使校園徵文比賽」。以上活動請上校網最新消息瀏覽查看。



生輔組高中部

- 一、本校辦理 109 學年度第 2 學期校園生活問卷普測調查，請所有同學於 110 年 4 月 23 日(五)前，運用資訊課時機完成線上填報。※特別提醒同學切莫以玩笑心態胡亂作答，徒增不必要的困擾。校網>首頁>最新消息>https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScgELIYQUK0z-FJxqaz6ghRkyMmBQ_12Rrj5ouBcIa0z6ftg/viewform。
- 二、近日發現仍有少數同學穿著運動短褲進出校門，重申規定：運動短褲最初設置初衷，係考量同學於校內體育課時方便活動，然短褲並非學生服裝儀容規定所律定之制式服裝，因此不得違反規定，任意穿著短褲進出校門，甚至於校外逕自穿脫長(短)褲，傷害學校整體榮譽甚鉅，請同學務必潔身自愛，遵守規範。
- 三、疫情尚未達到明顯趨緩的情況，請學生搭乘電梯一定要戴好口罩，未戴口罩者將予以登記懲處；搭乘電梯應遵守「依先後順序排隊等候」、「先出後進，右進右出(面朝電梯門的方向)」原則出入電梯。
- 四、各類請假務必遵時完成手續，逾期者視情節予以輔導管教；逾期一個月(含假日計算)記警告以上處分或以曠課論。開學至今已逾一個月，尚未完成請假手續者請盡速完成。
- 五、落實「舉止端莊、言語溫和、心地光明、氣度恢宏」：尊師重道應落實於日常生活中，請同學謹記進出辦公室要有禮節，遇到師長要主動問早道好，與老師相處應注意師生間的分際，莫直呼師長名字。
- 六、國中部刷卡率達 100% 的班級，榮譽章一個 國三勇、國三義、國三平、國二仁、國一和，請於 04 月 14 日(週三)午休前，將榮譽卡填寫新年級、新座號，依座號排序，並註明登記榮譽章日期(請填好 110 年 04 月 14 日)，以班級為單位送至生教組登記榮譽章。未依規定的班級，視為放棄登記榮譽章的機會。另，導師亦可視學生個別實際表現狀況，決定是否予以登記榮譽章。

03/22~03/26 國中部刷卡率	
國三智	99.50%
國三仁	99.49%
國三勇	100.00%
國三義	100.00%
國三和	95.67%
國三平	100.00%
國三誠	99.00%
國二智	99.04%
國二仁	100.00%
國二勇	98.23%
國二義	98.26%
國二和	98.12%
國二平	99.49%
國二誠	99.51%
國一智	94.81%
國一仁	95.75%
國一勇	97.20%
國一信	98.46%
國一義	97.05%
國一和	100.00%
國一平	98.53%
國一誠	92.15%

體衛組

- 一、近日季節轉換，天氣多變，若同學有感冒症狀，務必就醫或在家休息，到校後仍需戴好口罩，不可任意脫下和同學嘻笑玩鬧，以免散播病毒，造成更多人感染。
- 二、近日廁所遭同學隨意丟棄廚餘及一般垃圾並已查獲，請同學潔身自愛勿以身試法，造成自己與他人的困擾。
- 三、同學至福利社購買食物後，請回到教室後再食用，勿在教室以外地方飲食及邊走邊吃，避免造成食物污染、垃圾掉落造成的髒亂及食用時未注意安全等意外發生，如發現將銷除榮譽章 5 個。
- 四、110 年全國運動會主持人全國海選 <https://web.ckgsh.ntpc.edu.tw/nss/s/main/p/homepagenews1>；2020-2021 環境關懷設計競賽得獎作品巡迴展覽活動資訊 <https://www.epadesign.tw/>；有興趣同學請自行上網查詢。

輔導處

- 一、衛生福利部心快活心理健康學習平台提供許多有關心理健康、職涯輔導、親職關係等相關訊息，歡迎教職員及學生、家長到下列網站查看。<https://wellbeing.mohw.gov.tw/nor/elearn/8/928/89>。
- 二、恭喜高三通過大學個人申請第二階段同學，下列幾項提醒請留意：(1)請同學務必至各校網站查看備審資料上傳規格及方式，尤其各大學若通知團體面試或大學參訪活動，請務必參加。(2)如果個人申請第一階段上榜的科系與自己期望有落差，可再思考是否要將剩餘時間花在準備備審資料及口試練習，可好好把握指考衝刺時間。
- 三、臺灣師範大學於 110 年 5 月 7 日(五)10 時至 16 時辦理「109 學年度大學博覽會」，新北市林口區仁愛路一段 2 號(林口校區)。
- 四、台灣大學學系簡介電子書 <http://reg.aca.ntu.edu.tw/azalea/>可線上瀏覽或打包下載後離線瀏覽，另台灣大學杜鵑花節線上學系博覽會影片亦可至 <https://www.youtube.com/c/ntutw/featured> 查看。
- 五、高三繁星錄取同學請盡速完成「繁星讀書經驗分享」問卷，將你的讀書經驗分享給學弟妹，讓大家能在高一二時學習得更有效率！若未完成，輔導處將不會核准期末在家自主學習之申請。
- 六、高三參加個人申請(含科大)第二階段的同學請於時限內完成下列二項：1.面試後盡速完成「個人申請面試經驗問卷」，網址同下；2.上傳備審資料到網站 <http://yhli3648h.weebly.com/> → 作業繳交與說明。請注意，未完成上列二項作業之同學，輔導處將不會核准期末在家自主學習之申請。

競賽成績

風 紀				整 潔			
第 5 週	第一名	第二名	第三名	第一名	第二名	第三名	優良
高中部	高二智	高二勇	高二平	高二平	高二智 高二仁	高一智 高一平	高三平
國中部	國三智 國三平	國三勇 國二勇 國二義 國二平		國二平 國三平	國三誠	國三智	國一和 國二仁

宣導專區

【安心文宣】各位教職員、同學大家好：在本次 110 年 4 月 2 日台鐵太魯閣列車出軌事件中，喚起了許多人內在的恐懼與不安，在遭逢像這樣重大的意外事件時，我們有時會出現一些特別的身心反應，覺得自己和平常不太一樣了。我們可以來想想，在面對恐懼或不確定時，可以如何陪伴自己和身旁的人。以下幾點建議，與大家分享：一、**勿重複觀看相關影片與相關新聞**：未來幾日媒體將不斷播放相關新聞，雖然我們心中不免會好奇與擔心，但過多的資訊容易引發不安與恐慌，因此請避免一再觀看相關新聞影片，減少因影像殘留腦海而引發的失眠不安。也請盡量不要討論相關細節，預防不當的聯想及恐慌。二、**情緒抒發**：「情緒無罪，表達因應要有方法」，面對與接納自身的情緒是重要的，不要否定或壓抑情緒，情緒需要的不是被解決，而是被了解。我們不討論事件的細節，但鼓勵可與信任的親友、老師、同學們分享目前的情緒和感覺，透過對話整理自己，可以花一些時間，聊聊對事件的理解與感受，如：「有沒有驚嚇到？」、「會不會覺得很可怕？」、「現在覺得還好嗎？」，彼此談談感受。三、**生活安定小撇步**：(1)恢復原來的生活作息，均衡飲食減少熬夜狀況，穩定與規律的節奏會感到安心與自在。(2)選擇隨身攜帶能夠安心的小物品，如十字架、平安符、祝福卡，以平穩心情。(3)將注意力轉移至平時的興趣或關心的事物上，和親友、好友們一起做一些讓心情放鬆、平靜的活動，例如，運動、畫畫、唱歌、舞蹈、閱讀等。這段時間，希望大家能多留意自我照顧，以最適合自己的方式來因應自己的感受與需求。這次的意外令人感到擔憂與不捨，我們的團結與彼此照顧是很重要的。如果你注意到自己或是身邊的同學需要協助，請記得讓師長及家人知道你們的情況。若超過一個月都無法消除負向感受，感覺持續焦慮、不安、緊張、恐懼等，且已造成作息與心情上影響，建議與家人和信任對象反映，必要時可尋求輔導處、心理諮商資源協助。

【防範一氧化碳中毒宣導】使用熱水器時，請保持環境通風，避免陽台違規使用、加裝門窗、紗窗不潔及晾曬大量衣物等情形，才能有效防範一氧化碳中毒。相關宣導資料已在學務處公布，請同學可逕至內政部消防署全球資訊網站 (<http://www.nfa.gov.tw/>) 防災知識/防災宣導下載/防範一氧化碳中毒篇)。**【健康小標語】**視力wonderful；人生beautiful。**【節能減碳十大無悔宣言】**隨手關燈拔插頭：隨手關燈關機、拔插頭；檢討採光需求，提升照明績效，減少多餘燈管數。