

臺北市立第一女子高級中學 105 學年度第 1 學期

第二週班級活動通告 105.9.9

＊請班長務必逐條宣讀並張貼於公佈欄。

＊本週五第 6 節及週六第 6 節為班級活動。討論主題：「禁用一次性餐具」系列之一「生活中不使用塑膠是可能的嗎？」請導師協助班級討論，並詳實記錄於班級活動紀錄簿。

「禁用一次性餐具」政策說明：一次性及美耐皿餐具雖然方便，但環境難以「消化」，也有健康風險，臺北市各學校內已禁用，期望營造環保健康用餐習慣。熱食部不再提供一次性餐具，如需外帶餐飲請自備環保餐具與環保杯。希望全校力行健康、環保用餐四招：「向一次性餐具說拜拜」、「與美耐皿餐具分手」、「拒絕瓶裝水自備環保杯」、「外帶餐點自備環保餐具」。

討論導引：

請各班先在 youtube 觀看《我的非塑人生》<https://goo.gl/1UoX3o>（或用影片名稱搜尋），觀看後討論下列問題：

1. 班級每天產生的塑膠垃圾有多少？真的都是必要的嗎？
2. 如何減少班級的塑膠垃圾？
3. 我願意花時間尋找不使用一次性餐具外送餐飲的商家嗎？為什麼？
4. 我願意花多一些錢購買非塑膠產品，並且延長使用時間嗎？為什麼？
5. 我會自備購物袋、容器，拒絕使用一次性容器嗎？為什麼？
6. 我會主動拒絕商家提供塑膠袋、餐具等一次性塑膠用具嗎？為什麼？
7. 我會宣揚減塑理念並身體力行嗎？

＊本週五第 7 節及週六第 7 節時段為社團活動(體驗社課)，各社團請確實點名。

＊每日午休時間(12:40-13:10)，盡量營造安靜的休息環境，請同學確實配合實行。

◎學生活動組

一、班級教室主題布置工作請三個年級各班準時於 105 年 9 月 14 日(三)前完成所有布置作業。再次提醒布置勿超過布告欄框，並盡量使用環保材質。

二、請高二各班於 9 月 14 日(三)13:00 前交國語即席演講報名表至學生活動組。

三、105 學年度北一女文藝獎徵件將於 105 年 10 月 7 日(五)中午 12:30 截止，請同學踴躍投稿。徵文辦法已公告於學校網頁。

四、105 學年度校慶邀請卡設計比賽已公告於學校首頁，10 月 3 日(一)中午 13 時截稿，歡迎有興趣的同學參加。

五、113 屆校慶紀念品徵稿辦法已公告於學校首頁並發至各班，9 月 12 日(一)16:20 前截止收件，請同學踴躍投稿。

六、105 學年度第 1 學期就學貸款申請期間為 105 年 8 月 1 日至 105 年 9 月 30 日止，申請方式請上學校網頁公告查詢(關鍵字：就學貸款)。

七、臺北市失業勞工子女 105 學年度第 1 學期就學補助訂於 105 年 8 月 1 日起至 9 月 30 日止受理申請，申請方式請上學校網頁公告查詢。

八、105 學年度第 1 學期學校日訂於 105 年 9 月 24 日(六)上午舉行。

九、再次提醒：班會記錄簿(含班級活動通告)每週五第五節下課由學藝股長至學務處班級聯絡櫃取回；請務必每週詳實紀錄班會內容及議題討論，並經導師核章後，最遲請於當日放學前交回學務處班級聯絡櫃。

十、本學期高二、三各班優良學生名單，請各班填妥優良事蹟後於 9 月 14 日(三)放學前交至學生活動組。

◎課外活動組

一、招募 10/21-10/22 日本御茶水附屬高中來臺之 30 個接待家庭，邀請同學參與，目前剩下 20 個名額！

二、招募 10/15-10/24 芬蘭高中學生來臺交流之 6 個接待家庭，錄取名單將以電子郵件通知。

三、12/16 日本浦和女中來訪。

四、English corner 免費口說練習，於每個禮拜四 12:00-13:00 於菁園辦理，錄取同學已發郵件通知。

五、臺北市五項藝術(含音樂、美術、舞蹈、創意戲劇以及鄉土歌謠)比賽，於 105 年 9 月 1 日起陸續報名(因行政作業時間需要，各項報名務必在截止日前兩日完成報名並繳交相關資料，若有任何問題請洽學務處)。並請詳閱臺北市五項藝術網站說明。

六、9/10 前高一、高二同學請務必至數位校園完成線上選社。

七、各社團位置平面圖已隨班會通告發至高一及高二班級，煩請張貼於各班佈告欄。

◎生活輔導組（請班長逐項宣讀）

一、【宣導】：校園反霸凌多元反映管道

「友善校園週」，本學期宣導主題：「友善校園由我做起，健康安全拒絕毒品」。
反霸凌專線(以下資料可至本校首頁防制霸凌專區或生輔組查詢)：

• 北一女中反霸凌投訴專線：(02)2361-0687

• 北一女中反霸凌投訴信箱：officer@fg.tp.edu.tw

二、【宣導】：請同學廣推「尊重他人，健康上網」之正向防杜網路霸凌作法，宣導尊重自己也尊重他人的網路素養，同時如果遭遇網路霸凌事件時，我們可以不謾罵，請對方刪除，若仍未改善，即將內容截圖留做證據，然後快阻斷並尋求助(iWIN 網路內容防護機構(02)3393-1885、www.win.org.tw 提出申訴)。

三、【宣導】：低收入戶、中低收入戶及家庭遭逢困境之同學請於 105 年 9 月 14 日前至學務處生輔組申請清寒午餐費補助，申請表及領據格式可至學校首頁下載(繳交時請將個人郵局存簿影本附上)。

四、【宣導】家長如有意願訂閱學生到、離校簡訊服務者，請於 105 年 9 月 10 日前填妥意願書回條，送交學務處生輔組彙整。(回條請至學務處領取)

五、【宣導】：欲申辦遠到證或因病免朝會之同學，請自行至學校首頁/學務處/生輔組/申請表下載區下載附件填寫，需附證明(如:1 吋照片、戶籍謄本或戶口名簿影本)，送交導師、輔導教官簽章後，於 105 年 9 月 10 日前交至生輔組辦理，逾時恕不補辦。(104 學年度已逾時效，皆需重新申辦)

六、【提醒】：早上 07:30 至 08:05 時請同學保持教室肅靜；中午 12:40 至 13:00 請全校各班將教室電燈關閉，保持安靜，除節能減碳外，亦讓同學可以好好休息，走廊同學亦請降低音量，以尊重教室內休息的同學。

七、【提醒】：依本校服儀規定，上、放學及在校期間均須著校服；禁止隨意著便服或班（社）服（班服請於班際活動或班際競賽時穿著，以彰顯班級特色；社服請於社團時間或經申請社團活動穿著，餘時間皆不可穿著，進出校門口一律著校服）；因應學生個人體質差異，天氣寒冷時，可於運動外套「內或外」加穿自己衣物添加保暖，惟不得單穿個人外套。近期許多同學無視服儀規範，穿著拖鞋或打赤腳於校園中，除了會導致自身安全之虞，並已違犯規範，請同學一起遵守。

八、【宣導】：請同學支持「紫錐花運動」，共同拒毒、反毒，海報公布於教官室前，請經過教官室時，轉頭看看美麗的花朵吧！

九、【春暉宣導】：「春暉五反」主要以宣導防制學生藥物濫用、消除菸害、預防愛滋病感染、拒絕酗酒、拒嚼食檳榔等觀念為宗旨，每週三早自習時間會在光復樓第二會議室實施春暉宣教，以期將友善校園及反毒之概念由下扎根。視每週到課之狀況，於學期末給予實際之公服時數，以彰顯春暉之功效，學期中並會帶領有興趣之同學參加各項有關春暉或紫錐花運動之活動課程，以達寓教於樂之目標(詳細說明請洽教官室)。

十、【人身安全宣導】：同學於上放學時間盡量避免落單，若遭遇陌生可疑人接近，或攻擊威脅有危險時，應即高呼求救，馬上撥打 110 求助，並儘快到人多的場所，或到派出所、便利商店…等地求助。切勿為了抄近路省時間，而足經黑暗、荒僻的小巷或荒涼公園、街道；行路要機敏，不要心不在焉，注意超過你的可疑人物，可攜帶會發出聲音的哨子或警報器放在衣袋中，以供遭到威脅時，嚇阻侵襲者。

◎衛生組(請班長務必將本頁傳閱衛生糾察、正副服務、環保)

一、未完成暑假返校打掃同學請至衛生組領取補打掃單，於第一次段考前以 1:3 次數進行補打掃工作(每次 30 分鐘)。第一次段考後未完成次數以 1:4 進行補打掃。

二、9/24(六)學校日，打掃班級 8:00-11:00 為「三公、三愛」，11:00-12:30 為「三溫」，請服務股長當日 5 分鐘前至衛生組報到。

三、操場整修期間，大型垃圾區暫停開放，各班廢棄掃具請暫放教室，待操場開放後再移入明德樓後方(每周二及大掃除日開放)。

四、請懷抱著同理心和愛，來使用廁所：

1. 每間便間都有馬桶刷，請隨手刷掉自己造成的髒污，不要留給下一位使用者觀賞。
2. 棉棉要包好，不要黏住塑膠袋或彈開。
3. 垃圾太滿，可以用馬桶刷壓一下，不要讓垃圾滿地滾。
4. 便池不通請告訴下一個排隊的同學勿再使用，通知打掃班級報修及張貼故障標誌。
5. 絕對千萬不要把廚餘到在廁所任何一個地方，洗手台、垃圾桶、便池都受不了廚餘。
6. 莫忘初衷…，進廁所的目的不應該是丟垃圾、吃東西。

五、殘留食物殘渣之餐盒、飲料杯請先用衛生紙擦拭乾淨，勿直接於水槽清洗，以免造成堵塞。

六、**正副服務股長**需輪值垃圾處理區、**正副環保股長**需輪值資源回收場(含每次大掃除)。請於打掃時間 5 分鐘內簽到(**服務股長**至衛生組；**環保股長**至回收場，找一書同學簽到)。無法輪值可找人代理或換日期，未到者補輪值 2 次(或愛校 1 次)。全勤可登記公服時數(至衛生組拿公服條)。以下為值勤未到名單(至本周三)：

服務股長輪值未到	(正)二愛、二信、二和(2 次)、二平(3 次)、三平、三毅、三恭、三真 (副)三和、三平、三樂、三書	請於第一次期中考前完成補值勤或愛校
環保股長輪值未到	(正)二良(2 次)、二孝(2 次)、二義(3 次)、二誠(3 次)、二平、三義 (副)三和、三毅、三射、三書、三真	
衛生糾察輪值未到	三勤(3)、三溫(5)、三儉(3)、三禮(4)	

七、【服務】請每節下課檢查紅單箱，以免未發現紅單致無法及時註銷。早上紅單需於中午 12:40 前補打掃後至衛生組註銷。下午紅單不予註銷，隔日未改善將重複開單。下午紅單不放紅單箱，由網路查詢 <https://goo.gl/gmKZdf>。以下為 9/1-9/7 紅單：



事由	班級	方式
紅單	一勤、三公	紅單滿 3 張，增加返校打掃一次

八、【環境教育】105 年度環保知識挑戰擂臺賽：9 月 19 日(一)中午 12:10 於光復樓第二會議室舉辦校內初賽，前五名將代表本校參加台北市比賽，請上網報名 <http://goo.gl/pSffeH>



九、【環境衛生】現階段為病媒蚊蓬勃孳生時期，為有效的杜絕登革熱及茲卡病毒疫情威脅，各掃區請注意積水容器需倒扣。若發現容器積水已久，請將水倒至陽光直射處，勿倒入水溝或洗手台，才能有效消滅孑孓。環保局不定時將到校稽查，若發現班級掃區有積水致孑孓產生，環保局將對該班級開罰。

十、【健康中心】

1. 本學期已開始實施身高體重與視力篩檢，尚未登記施測日期者，請即刻至健康中心登記。
2. 已完成視力篩檢的同學，已發出視力不良回條或複檢與矯治追蹤回條，請同學務必於期限內完成矯治及家長簽章繳回，避免影響視力保健及學習效果。

◎體育組

1. 高一游泳比賽報名表繳交截止時間:105 年 9 月 13 日(二)12:30。
2. 高二、三游泳課期間勿穿拖鞋於游泳池內及校園間行走，違者依校規處理。
3. 體育課班級請著整齊體育服裝及運動鞋，勿穿著班服或非學校體育服上課。
4. 班級內尚有非個人體育器材(籃、排球等)，請將器材歸還至體育組。
5. 09/12(一)~09/14(三)於活動中心進行課間操教學。