

臺北市立第一女子高級中學 105 學年度第二學期 第十一週班級活動通告 106.4.28

*下列各組宣布事項請班長務必逐條宣讀並張貼於公布欄。

*本週班級活動高一為實彈射擊活動。高二為班級活動，討論題目：

高二校外教學晚會各班表演節目等校外教學相關事宜。

*上週末交班級活動記錄簿的班級：二愛、信、義、和、平、射，三和、溫、儉、書。未寫：二樂，三仁、愛、恭、讓。主題未討論：二忠、孝、仁、勤、毅、儉、讓、數、真，三忠、孝、信、義、公、誠、勤、禮、御、真。

請以上班級補齊內容。

*5月份全校朝會升旗為5月3日（全校參加）、5月4日（僅高三參加）、5月17日（僅高一、高二參加）。

◎學生活動組：

一、請高二校外教學逾期未繳費的同學注意，5月2日下週二16:00前，請持繳費單、現金至總務處出納組繳錢，未能於此時補繳費者，請務必至學生活動組說明，若逾時未繳交費用及未提出說明者，將喪失參加權利，校外教學三天皆需按照規定到校自習。

二、第75屆學生畢業典禮籌備會（簡稱「畢籌會」）人才招募中，歡迎高三準大學生踴躍參加。5月1日（一）12:10將於至善樓演講廳召開第一次籌備會，若來不及填寫報名表者，歡迎當天前來報名。當天將有上屆主席及幹部回校經驗傳承，請大家務必把握機會。若因大學尚未放榜仍未決定參加者，歡迎在畢籌會運作期間隨時報名加入。

三、5月5日（下週五）班聯會正副主席選舉投票，請各班依照班聯會表定時間，輪流帶至投票所（各樓層）投票。詳細規劃與內容將由班聯會發通知給各班並公告於學校首頁。

◎課外活動組：

一、本學期赴日教育旅行錄取名單已公告於學校網頁，請同學記得收信。

二、德國文理中學互訪交流9位學生錄取名單，將於近日公告，請同學記得收信。

◎衛生組：（請班長務必將本頁傳閱衛生糾察、正副服務、環保）

一、5/1（一）中午 12:10-13:50 召開服務股長期中會議，地點為至善樓2樓會議室，可攜帶午餐。正副股長一人出席即可，無人出席班級，2人均需愛校1次。

二、第10週（4月17日至21日）整潔競賽成績：

班級排名	高一	高二	高三
金牌第一名	一射	二仁	三良
銀牌第二名	一平	二樂	三溫
銅牌第三名	一公	二書	三平
倒數第一名	一毅	二信	三真
倒數第二名	一愛	二毅	三孝
倒數第三名	一樂	二數	三讓

● 各班成績排名及獎狀每週四前公告於學務處公佈欄。

● 恭喜前三名的班級，獎狀可於週三下午至學務處聯絡箱取回。

三、【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12:30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。紅單滿3張，增加寒暑假返校打掃1次。下午紅單不放紅單箱，由網路查詢 <https://goo.gl/gmKZdf>。



事由	班級	方式
4/20-26 紅單	一愛、一信、一平、一毅、二和、二真、三溫、三良	紅單滿3張，增加返校打掃一次
4/21 教室淨空加減紅單	減紅單：二溫(-2)、二良(-3)、二恭(-3)、二讓(-6)、二禮(-1)、二樂(-6)、二射(-6)、二御(-6)、二書(-6)、二數(-5) 加紅單：二儉(+1)、二真(+1)	
以上班級累計已達3次	一愛(3)、二和(7)、二真(3)	

四、全校同學若發現廁所設備損壞(漏水、堵塞)，請通知衛生組或該掃區班級報修，並停止使用，以便及時處理。

五、廁所禁止丟如廁以外的垃圾，若發現有同學違反規定，請直接提醒同學，或記下班級後，通知衛生組。

六、請各班每周上網填「登革熱防治環境檢查填報」

<https://goo.gl/XA48M1>



1. 檢查範圍：各班內外掃區。
2. 負責填報人員：正副服務股長，或請其他幹部代理，不可漏填。
3. 填報時間：每週一(放假順延)，放學前填報完畢。
4. 5/5 宣導期之前，每周準時回報可加分；5/8 開始，未填報記紅單。
5. 4/24(一)完成填報班級：三仁、三溫、三良、三射、三御、三書、二義、二平、二公、二毅、二良、二儉、二禮、二御、一孝、一和、一誠、一溫、一良、一恭、一禮、一樂、一真

七、**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)一良(2 次)、一禮、一御、一數、一真 (副)二仁	請於 1 個月內完成補值勤
	(正)二真(2 次)、一忠(2 次)	已逾期 1 個月，請於 5/5 前完成愛校
環保股長 輪值未到	(正)一禮、一樂(5 次)、一御、一書(2 次)、一數、一真(5 次) (副)二忠、二孝(2 次)、二愛(2 次)	請於 1 個月內完成補值勤
	(正)二樂(4 次)	已逾期 1 個月，請儘快完成愛校

◎健康中心：

- 一、健康中心預定於 5 月 2 日(週二)於活動中心前廣場辦理 106 年高三學生捐血活動，請報名參加同學依各班排定時間準時報到，捐血前一日請勿食用油膩食物、睡眠充足至少維持 6 小時以上，當日請勿空腹捐血，並務必攜帶身分證證件。
- 二、本學期全校視力檢查已完成，請本學期收到視力不良通知單同學至眼科醫療院(所)完成複檢及矯治以維護視力健康，並依規定期限內繳回視力就醫回條。

◎生輔組：(請班長逐項宣讀)

- 一、【校規宣導—學生獎懲規定】：請同學於各項考試時，確實依本校學生考試規則之規定辦理之，違反者依下列規定懲處；
(一)依學生獎懲規定第十條第(五)項「**試場違規情節輕微者。**」，記小過乙次。
(二)依學生獎懲規定第十一條第(七)項「**考試舞弊者。**」，記大過乙次。
(三)考試請假及申請補行考試相關規定，請詳閱「臺北市立第一女子高級中學定期考查申請補行考試實施要點」。

二、【高三同學期末考後請假事項宣導】：(高三限定版)

高三於 106 年 5 月 11、12 日期末考後依然正常上課，按規定到校，惟考量同學有特殊需求，援往例於期末考後(5 月 15 日至 6 月 2 日共計 12.5 天)學生可依需求辦理連續請「事假」專案申請，由家長提出事假申請並經由導師核章同意(5 月 26 日高三畢業典禮預演，下午不得請假)。請需要申請之同學，填妥申請單後交由班長收齊，並填寫彙整表後送導師核章，並於 5 月 1 日放學前送交導師、輔導教官、生輔組各一份，逾時不候。

三、【宣導】：**幸福一輩子·婦幼安全—「生命無價 永不輕言放棄」**

日前一名年僅 20 的歲妙齡女子與男友爭吵，酒後跑到住家頂樓跳樓自殺，留下傷心欲絕的父母親；根據統計，近年來自殺原因多為男女感情問題，尤其是以女性為多數。臺北市政府警察局婦幼警察隊表示，多數女性遇到感情問題時，較容易鑽牛角尖想不開，心理困擾因素程度也較高，因此，本隊提醒正陷在感情困擾中的女性朋友們，爭吵時若能給彼此多一點時間與空間，事後冷靜面對並找時機溝通，多些理性及寬容，或許就可避免許多無法挽回的悲劇，此時，

也更需要身旁親友的支持、陪伴及傾聽，父母及朋友適時的給與認同及理解最為重要，多多鼓勵說出心裡的困擾與不安，積極走出戶外多運動也是不錯的紓解的管道。

在人生的旅途中，難免會經歷許多挫折與無法掌握的變故，我們要堅信，只要活著，就有無限可能改變的機會，珍惜生命，愛惜自己，無論遇到甚麼困難，只要伸出雙手向外求援，就有希望，也可以撥打生命線 1995 或 110、119 請求協助，透過社會資源給予幫助與持續關懷，重新找回愛的自己。（引自臺北市警察局婦幼警察隊網站）

★本校校安中心專線：(02) 2361—0687 (24 小時)；

輔導室專線：(02) 2314—0057

三、【宣導】：友善校園有正義，拒絕霸凌無畏懼—「如何面對網路霸凌」

（內容取自亞洲大學心理系講座教授柯慧貞）

如何面對網路霸凌

- 1、不要陷入『都是我不對』的困境**
遭遇網路霸凌先抓住一個原則，不要把所有指責，都歸因於自己的不好，陷於「都是我不對」的困境中。
- 2、別用別人的錯懲罰自己**
在網路上攻擊的人，可能本身情緒控制不佳、無法理性看待事情，或是慣於誇大問題、自我中心等，不要用別人的錯誤，來懲罰自己。
- 3、關掉網路**
遇到網路霸凌，先試著關掉網路、脫離那個情境，到大自然走走、呼吸新鮮空氣，靜下心來思考，事情不見得如你想的那麼嚴重。
- 4、不要急著回應**
全國教師工會總聯合會專業發展中心執行長李雅菁建議，面對網路霸凌，不要急著回應，避免給對方更多可以再回擊和鑽牛角尖的話題資料。
- 5、寬恕**
如果可以，也試著「寬恕」對方。因為攻擊者發洩完後，可能也會知道自己太超過了。

◎體育組：

- 一、請高一高二獲得班際籃球排球前 6 名的班級，在 5 月 5 日（週五）放學前，將出賽的名單（最多 18 人）使用 excel 檔案，註明班級、座號、姓名，email 到體育組組長信箱：physical@gapps.ft.tg.edu.tw。