

臺北市立第一女子高級中學 105 學年度第二學期 第一週班級活動通告 106.2.17

- * 下列各組宣布事項請班長務必逐條宣讀並張貼於公布欄。
- * 本週班會討論主題

友善校園由我做起，健康安全拒絕毒品

開學第一週(2/13-2/18)為「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」，重點為「防制校園霸凌」、「防制學生藥物濫用」及「防制學生參加不良組織（防制學生遭受不法組織網路賭博危害）」，並倡導「尊重他人，健康上網」之正向防杜網路霸凌作法；相關訊息請參考學務處/生輔組網頁，請同學與師長共同建構健康、和諧、友善之校園風氣，並納入班會討論記錄。

- * 本學期班級幹部訓練辦法及日程表，已公告於學校首頁，並於開學日發下紙本，請張貼於公布欄，並請全校各班班級幹部務必準時出席，無故缺席者，處以愛校服務二次。
- * 本學期班級綜合活動一覽表，已公告於學校首頁，並於開學日發下紙本，請張貼於公布欄並依時進行各項活動。
- * 下週三(2月22日)將舉行全校升旗，請同學依各班指定位置準時集合完畢。
- * 學務處已提供高三學生幹部（含獎懲記錄）證明書交由導師發放，以利同學申請大學使用，若同學收到後有特殊需求，可至學務處洽詢。
- * 班級優良學生推選名單請於2月24日（週五）放學前交至學務處學生活動組。

◎ 學生活動組：

- 一、105學年度第2學期「班級親師懇談會」訂於3月4日（週六）上午舉行。各班邀請函已發下，請班長將回條收齊後交給導師。各班級出席家長人數回條（黃色）請於2月22日放學前交至學務處學生活動組。
- 二、為求環保並保持同學精心布置，各班毋須拆除教室布置，請各班檢視布置狀況進行修整、維持，本學期教室布置檢核謹訂於2月23日（週四）～24日（週五）等2天進行，敬請各班於3月3日前完成所有維持作業。
- 三、105學年度全校集會司儀、司琴甄選辦法已於學校網頁公告，有意報名的同學請自行下載填寫報名表。
- 四、臺北市失業勞工子女105學年度第2學期就學補助訂於106年2月2日起至3

月31日止受理申請，申請方式請上學校網頁公告查詢。

- 五、高一詩文美讀比賽謹訂於4月13日（四）舉行，請各班務必推選1名同學參加。比賽報名表須經由國文老師及導師核章後，於2月21日（二）放學前繳交至學務處學生活動組；相關研習課程，將於2月24日（五）第6～7節時段於國文專科教室舉行，請各班參賽代表務必全程參與研習課程。

◎ 生輔組：（請班長逐項宣讀）

一、【宣導】：校園反霸凌多元反映管道

（一）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@gapps.fg.tp.edu.tw
- 學務處：(02)2381-5813
- 輔導室：(02)2314-0057
- 臺北市政府教育局「反霸凌保護專線」：(02)2725-2751 or 1999 轉 6444
- 教育部24小時投訴專線：0800-200-885
- 防制校園霸凌專區留言板反映，或於校園生活問卷中提出，或是向其他管道（好同學、好朋友）反映。

（二）開學第一週(2/13-2/18)為「友善校園週」，教官平日觀察發現，大多數同學都發揮互助、互愛的精神，尤其對於需要協助、幫忙的同學也會主動伸出援手；像將電梯讓給需要搭乘的師長、同學，即是一種友善的表現；午休時間或是經過行政及教師辦公區域時也會保持安靜，是同理的表現；衣物、飲料、垃圾不亂丟，並做好資源回收的工作，不造成他人或是地球的負擔也是一種同理、友善的表現；搭乘大眾運輸工具，不在車上喧嘩、吵鬧，並讓座給老弱婦孺或需要的人亦是同理、友善的表現，甚至當你上下公車向司機說聲「謝謝」也是種友善的表現；在校園中，大多數同學看到教官都會問好，但除了教官還有師長唷，妳有沒有問好呢？每天早上當你看到同學時都會主動、開心的向同學問早道好，就是友善的表現，讓我們一起共創友善校園。

（三）整體防制校園霸凌最重要的關鍵，就是鼓勵學生於發現或是遭受校園霸凌時，一定要勇敢說出來，家長及老師才能針對問題進行協助與輔導，尤其是旁觀學生的反映，更是彰顯校園正義的重要機制，讓學生瞭解「因為你的見義勇為，可以阻止同學遭受霸凌的傷害，並可以改善同學的偏差行為」。

(四) 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，我們可以怎麼做：

1. 不謾罵：不要與對方謾罵，也不要張貼讓對方不舒服的言論。
2. 請刪文：先以訊息通知對方，告訴對方你的感受，請對方刪除讓人不舒服的貼文。
3. 留證據：若告知對方刪文後仍未改善，即將讓人不舒服的內容截圖下來，留做證據，並與家長或老師討論如何處理。
4. 快阻斷：使用社群網站的「解除朋友關係」或「封鎖」功能，阻斷網路霸凌行為人與你的聯絡，避免繼續看到不舒服的貼文。
5. 尋求助：透過下列「多元反映管道」尋求協助，並得向 iWIN 網路內容防護機構(02)3393-1885、www.win.org.tw 提出申訴。

(五) 宣導標語

1. 健康禁毒、安全反黑（賭）、友善拒霸凌，共創美好校園！
2. 同學多一些關心，老師多一分關懷，家長多一點關愛，讓校園更多友善！
3. 拒絕校園霸凌，勇敢說出來！臺北市防制校園霸凌專線 1999 轉 6444！
4. 「友善校園由我做起，健康安全拒絕毒品」讓我們一起攜手反毒，健康幸福！

二、【宣導】：低收入戶、中低收入戶及家庭遭逢困境之同學請於 106 年 2 月 24 日前至學務處生輔組申請清寒午餐費補助，申請表(務必請導師及家長簽名)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)。

三、【重要】重申本校校園關閉時間，平日上學日為晚上 21：30 時，週六、日及國定假日為下午 17：30 時(含寒、暑假)，請同學務必遵守，未依規定離校者，將依本校學生獎懲規定實施懲處！

四、【宣導】家長如有意願訂閱學生到、離校簡訊服務者，請於 106 年 2 月 24 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、【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。

六、【提醒】依本校服裝儀容規範，上、放學及在校期間均須著校服；禁止隨意著便服或班（社）服（班服請於班際活動時穿著，社服請於社團時間或活動時穿著；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。

七、【提醒】上課鐘響，請同學立即返回教室或至上課地點就定位，鐘響後未返回教室或抵達上課處者，一律登記「遲到」；超過十分鐘者，登記「曠課」。朝會時，請同學務必提早於 07:48 前就位完畢，07:50 鐘響未抵達操場之同學，將登記「曠課」。為避免影響個人權益及維持團隊秩序及紀律，請同學務必確實遵守。

八、【提醒】申辦遠到證或因病免朝會的同學，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 106 年 2 月 24 日前交至生輔組辦理，逾時恕不補辦。(上學期已辦理者不需再申辦)

九、【宣導】本校各棟樓電梯可供搭乘量不敷全體同學使用，所以電梯的使用順序以「1. 師長、來賓、身心障礙、因傷病不良於行或身體不適者；2. 抬送熱食、廚餘、大量資源回收或大型垃圾者」。同學一起在綠園中，以友愛、友善的精神，發揮禮讓的美德，師長們期待各位同學不但是學習成果優異，更是關愛同學的優秀青年喔！咱們一起攜手共創「友善綠園、有愛綠園」吧！

十、【宣導】為保障個人資料的安全，如發現廠商入班、進入教學區推銷或請同學填寫基本資料時，請不要填寫，畢業校友亦不可入班向學妹推銷或傳教及填寫資料，如同學發現以上狀況，請立即向教官室反映。

十一、【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！

◎ 體育組：

一、課間操教學預計於 2/20(一)~2/22(三)日於活動中心進行。

二、校園 3 對 3 籃球及 4 對 4 排球報名截止日：106 年 3 月 1 日(三) 17：30 止。

106 年 3 月 2 日(四)12：10 抽籤。報名表及競賽規程於體育組部落格下載。

※體育組網頁及相關活動請至學校首頁---左側校內行政部落格---學務處體育組點選。

三、本學期課間操時間如下

星 期	一	二	三	四	五
早操 07:50		高三		高一	高二
課間操 10:00	高二	高一	高三	高二	高一

◎ 衛生組：(請班長務必將本頁傳閱衛生糾察、正副服務、環保)

- 一、未完成寒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、2/20(一)中午 12:10 召開環保股長幹部會議，地點為至善樓地下演講廳，場地禁止飲食。遲到或缺席者，愛校 2 次。
- 三、各班級請注意是否有紅單，俾利於規定時間內註銷紅單。未裝設紅單箱之班級將另外開紅單。
- 四、本學期從第 2 週(2/20)起開始「班級整潔競賽」，學期結算成績各年級前 3 及後 3 名，將減少及增加班級暑假返校打掃次數。
- 五、請檢查現有掃具(含教室、廁所)，並清楚貼上班級標示。損壞掃具先整齊收好，待操場完工後，移到明德樓後方鐵皮屋(每週二及大掃除日開放)。多餘掃具移到二手掃具區。評估所需領取之掃具，先至二手掃具區領取，不足再到衛生組領取。
- 六、3/4(六)親師懇談日，打掃班級 8:00-11:00 為「二平」，請服務股長 3/2(四)前至衛生組報到。
- 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 12:30 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
1/18 淨空加分 減紅單	一孝(6)愛(4)信(3)義(4)和(6)平(3)公(6)誠 (1)勤(1)毅(2)溫(5)良(2)讓(1)樂(2)書(1)	已計入上學期紅單 總數計算：減次數 於寒假，增加次數 於暑假。
	二孝(2)仁(2)信(1)義(1)平(2)公(2)誠(4)溫 (4)良(2)讓(1)樂(1)射(6)數(3)真(3)	
1/18 淨空扣分 加紅單	一忠(2)儉(2)射(2)御(1)數(1)真(3) 二愛(1)和(3)勤(1)恭(1)御(2)	
暑假返校打掃 增加次數	一忠、一儉、一射、一御、一真 二和、二御	增加一次
返校打掃次數 為負數	一公(-1)、一溫(-1) 二忠(-1)、二誠(-2)、二溫(-1)、二射(-1)、 二書(-2) 三義(-2)、三良(-1)、三儉(-1)、三樂(-1)、	可保留抵暑假返校 打掃； 或換成全班公服 1.5 小時；

	三射(-5)、三書(-2)		或全班抵愛校 3 次
2/13-16 紅單	無！	紅單集滿 3 張，增加返校打掃一次	
大掃除檢核表 未交	全交！	紅單 1 張	

- 八、**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(至本週三)：

服務股長輪值未到	二忠、二孝	請於 1 個月內 完成補值勤
環保股長輪值未到	二忠(2 次)、二仁(4 次)、二愛(3 次)、二信(3 次)	

- 九、**廚餘不可倒馬桶！！**因為廚餘裡有「油脂」！油脂不僅會讓水管阻塞，還會造成水肥大量堆積在化糞池內，孳生蟑螂蚊蟲等病媒，形成居家衛生健康的死角。很多人都會貪圖方便將廚餘丟進馬桶，造成馬桶被油脂阻塞的情形越來越常見！
- 十、【環境教育】請同學隨時注意空氣品質。呼吸道較敏感同學，在空氣品質為「普通」以下時，請減少戶外活動，戴上口罩、關閉門窗。環保署空氣品質即時監測網：<http://goo.gl/RmGaqR>（或由 QR code 進入），或手機下載環保署「環境即時通 app」。



- 十一、【傳染病防治】**新型 A 型流感**為早期出現發燒、咳嗽及呼吸短促等急性呼吸道感染症狀，嚴重者可能併發肺炎、急性呼吸窘迫症候群、敗血性休克及多重器官衰竭而死亡。**流感**為急性病毒性呼吸道疾病，常引起發燒、頭痛、肌肉痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛以及咳嗽等，但通常均在 2-7 天內會康復。**病毒性腸胃炎**最常見的是輪狀病毒、諾羅病毒及腺病毒。主要症狀為水瀉、嘔吐，並可能伴隨頭痛、發燒、腹部痙攣、胃痛、噁心、肌肉酸痛等症狀。平時注意教室環境的衛生清潔及通風。如有生病情形，不要勉強到校上課；請假在家休養時亦應記得戴口罩及勤洗手，以免傳染他人。相關資訊可至疾病管制署全球資訊網(<http://www.cdc.gov.tw>)首頁，或撥打民眾疫情通報及諮詢免付費專線 1922(0800-001922)洽詢。

- 十二、【健康中心】
- (一) 高一牙科檢查和尿液報告異常者，請盡速交回就醫回條，另血液及胸部 X 光異常者，則須於 5 月 8 日繳交就醫回條，以維護身體健康。
- (二) 第二學期各年級期初需安排身高體重、視力檢查，請各班副體育股長先至健康中心登記受檢日期，若視力已於寒假先行就醫回診者，可先行交回健康中心避免回條遺失。

◎課外活動組：

一、2 月 13 日～2 月 17 日辦理轉社，請於 2 月 17 日中午 13:00 前至學務處辦理。

二、本學期預計辦理國際交流相關活動如下表，活動精彩可期，歡迎同學及老師一同參與國際交流！

項目	來訪/出訪時間	活動細流及報名處
日本天王寺高校來訪 (30 生 2 師)	3/17(五)14:00-17:00 15:20-16:10 進行社團交流，並預計招募至少 6 位臺生分組帶 30 位日生在 3/19(日)遊覽臺北。以個人為單位至學校首頁報名，招滿為止。	
日本北野高校來訪 (5 男 12 女 2 師)	3/27(一)14:00-17:00 15:20-16:10 進行入班交流。以班級為單位，並徵得任課老師的同意，至學校首頁報名。預計邀請 3 個班級。	
牛津大學合唱團來訪 (30 人，預計招滿至 150 人)	3/31(五) 14:00-16:00 以個人為單位至學校首頁報名，招滿為止。	
芬蘭赫爾辛基中學及瑞典語學校與百齡高中、中山女高、內湖高中出訪 (7 生)	4/7(五)-4/16(日)，出訪學生已於上學期徵選完畢。	
預告：赴日教育旅行出訪 (48 人)	5/21(日)-5/26(五)以個人為單位至學校首頁報名，招滿為止。	
預告：德國文理中學互訪交流 (暫訂 5 人)	7 月出訪/10 月回訪	