

# 臺北市立第一女子高級中學 107 學年度第 1 學期 第一週班級活動通告 107.8.31

\*下列各組宣布事項請班長務必逐條宣讀並張貼於公布欄。

\*本週五第 6 節班級活動討論主題：**「健康尊重心存同理，友善校園與你同行」**開學第一週 107 年 8 月 30 日(四)起至 9 月 5 日(三)止，為「友善校園週」，本學期宣導主題：**「健康尊重心存同理，友善校園與你同行」**，置重點於「**防制學生藥物濫用**」、「**防制校園霸凌**」及「**杜絕復仇式色情**」與「**校園親密關係暴力事件防治及處理**」等相關訊息請參考學務處/生輔組網頁，請同學與師長共同營造安全、溫馨、適性的學習環境，建構健康、和諧、友善之校園風氣，並納入班會討論記錄。

\*班級幹部訓練日程請全校各班該幹部務必準時出席。無故缺席者，處以愛校服務二次。日程表已發至各班並公告學校首頁。

\*各班導師暨副導師名單已公告於學校首頁，於導師請假時，若有表件須讓導師簽章，可請副導師代為簽章。

\*朝會(升旗活動)原則上將於每週三舉行，若遇雨則暫停一次。9 月 12 日為本學期第一次朝會(升旗活動)。

\*高一各班同學欲交冷氣勸募基金回條者，請於 9 月 4 日(二)前統一收回交至家長會。

## ◎訓育組

一、107 學年度第 1 學期學校日訂於 107 年 9 月 15 日(六)上午舉行。

二、班級教室主題布置工作請各班準時於 107 年 9 月 11 日(二)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。

三、107 學年度校慶邀請卡設計比賽已公告於學校首頁，10 月 3 日(週三)中午 13 時截稿，歡迎有興趣的同學參加。

四、107 學年度第 1 學期就學貸款申請期間為 107 年 8 月 1 日起至 107 年 9 月 30 日止(不含例假日)，申請方式請上學校網頁公告查詢(關鍵字：就學貸款)。

五、臺北市失業勞工子女 107 學年度第 1 學期就學補助訂於 107 年 8 月 1 日起至 10 月 1 日止受理申請，申請方式請上學校網頁公告查詢。

六、請高二各班於 9 月 5 日(三)前交詩歌朗誦負責人研習報名表；9 月 11 日(二)13:00 前交國語即席演講報名表至訓育組。

七、請高一各班於 9 月 14 日(五)前交高一閩南語演講研習報名表至訓育組。

八、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。

## ◎社團活動組

一、請一、二年級學藝股長協助提醒同學務必於 8/30(四)至 9/9(日)上網選社。選社時間截止系統即關閉，之後不受理選社及轉社。除樂儀旗、綠衣使節、體育校隊外，所有一、二年級同學皆需上校務行政網輸入參加社團。

二、8/31、9/7 第七節為體驗社課時間，請同學每節選擇一個社團前往上課，將嚴格控管點名。請同學準時前往指定教室上課。

三、社團選社限制及體驗社課集合地點請詳見學校網頁公告。

四、社課時請同學將書包及所有貴重物品隨身攜帶保管，以免遺失。

五、善廣小迎新時間表：

	8/31(五)	9/3(一)	9/4(二)	9/6(四)	9/7(五)
中午 12:00-12:30	口琴社	流行 音樂社	躍羚國際 探索社	無	熱門 音樂社
下午 17:10-17:40	街舞社	鎖舞社	音樂 創作社	舞蹈社	無

六、107 年度臺北市五項藝術(含音樂、美術、舞蹈、創意戲劇以及鄉土歌謠)比賽個人組報名時間由 107 年 9 月 5 日起陸續報名至 9 月 18 日 24 時止。團體組報名請於 8 月 31 日下午至學務處登記參賽意願。比賽相關資訊可至官網：<http://www.tpcityart.tp.edu.tw/bin/home.php> 查詢。

七、本學期國際交流活動如下：

	活動名稱	活動日期	來訪/參加 學生人數	地點
1.	日本天王寺高校來訪	10/2(二)	120	至善二樓會議室
2.	日本御茶水女子大學附屬中學來訪	10/19(五)-10/20(六)	31	學珠 6 樓會議室
3.	德國文理中學來訪	10/29(一)-11/11(日)	10	光復第一會議室
4.	新加坡五校聯合交流團來訪	11/26(一)-12/11(二)	11	光復第一會議室
5.	日本浦和女子高校來訪	12/14(五)	200	學珠 6 樓會議室

日本天王寺高校及御茶水女高交流活動開放報名成為交流學伴，請有興趣的同學至校網國際交流區報名。

八、English corner 免費口說練習。時間：9 月 20 日開始每個禮



拜四 12:10-13:00。地點為中正地下室集思教室。請有興趣的同學至校網國際交流區報名。

### ◎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(8月30日至9月5日)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，甚至當妳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？每天早上當妳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) 杜絕「復仇式色情」(色情報復)：

1. 由於網路的發達與普及，訊息傳播快速且不受限於地理空間，人們可以突破時空的限制，快速取得資訊，也讓許多的問題出現了前所未有的情況，許多的行為因為網路的散播，不僅讓事情的嚴重程度倍增，甚至連性質也會有所改變。
2. 復仇式色情，又稱色情報復，係指未經過當事人同意而散布讓他人觀看當事

人的私密影像、照片，甚而以此威脅當事人，常發生於親密關係(伴侶)，涉及身體自主權、名譽等侵害，亦可能導致嚴重後果。

3. 本校將強化同學法治教育(性別與法律學生手冊—復仇式色情防治案例，已放置於本校網頁，請自行下載觀看)、性別平等教育及自我保護措施，包括兩性交往及身體自主權等自我概念養成，自己對情感關係的自我肯定，並瞭解相關法令規範與行為責任。

(五) 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。

(六) 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！本校防制校園霸凌專線 2361-0687！
4. 「性別平等手牽手，校園友善齊步走」讓我們一起攜手友善，健康幸福！

(七) 「學生危安事件預防與應變系列微電影」心得寫作比賽

為有效落實學校之校園安全教育，教育局拍攝「學生危安事件預防與應變 9 大主題系列微電影」，確實提升校園安全相關預防與應變作為，達到危安防範目的，落實執行校園安全任務推廣工作，本校舉辦「觀後心得寫作比賽」，請高一各班繳交 10 篇心得，高二及高三同學自由參加，請於 9 月 7 日前繳交給各班「輔導教官」，鼓勵師生討論分享並撰寫心得。微電影網址：[goo.gl/cvEoE8](http://goo.gl/cvEoE8)

QR Code：



- 二、【宣導】：低收入戶、中低收入戶及家庭遭逢困境之同學請於 107 年 9 月 7 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 107 年 9 月 7 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】：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、【宣導】本校「學生作息規定」第四條：學生每日宜於 07:50 前到校。第一節上課時間為 08:05，上課鐘響，請同學立即返回教室或至上課地點就定位，上課鐘響後未到教室者即登記「遲到」，超過 10 分鐘者登記「曠課」。遲到學生依「學生獎懲規定」第九條第十一項：無正當理由經常遲到每學期累計滿十次者，記警告 1 次(可累計)。
- 八、【提醒】每周三為本校「朝會」，請同學於 07:48 前就位完畢，07:50 鐘響未抵達操場之同學，登記「曠課」，於每學期無故未到或曠課者，累積 3 次者記警告乙次。若需申辦遠到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(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 107 年 9 月 7 日前交至生輔組辦理，逾時恕不補辦。
- 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】請同學支持「藥物濫用防制」，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！

◎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、9/15(六)學校日打掃班級為「二忠」，打掃時間 9:00-10:30，請服務股長 9:00 前至衛生組報到。
- 三、9/3(一)中午 12:10 召開環保股長幹部會議，地點為學珠樓 6 樓演講廳，場地禁止飲食。遲到或缺席者，愛校 2 次。
- 四、9/4(二)中午 12:10 召開衛生糾察幹部會議，地點為光復樓第二會議室。遲到或缺席者，愛校 2 次。
- 五、9/17(一)中午 12:10 召開環保班日說明會，地點為光復樓第二會議室。請各班負責外食訂購的同學出席，出席可公服 1 小時。
- 六、本學期從第 3 週(9/10)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。
- 七、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。
- 八、請檢查現有掃具(含教室、廁所)，並清楚貼上班級標示。損壞掃具移到明德樓後方鐵皮屋(每周二及大掃除日開放)。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。
- 九、高一各班請儘速交抹布(約 25cm×25cm) 5 條至衛生組，鼓勵同學繳交回收再利用吸水材質布，如棉衣，毛巾等。
- 十、各班副體育股長請每日查詢空氣品質(AQI)，在空氣品質為「普通」以下時，請戴上口罩、關閉門窗，並提醒戶外教學老師，是否減少戶外活動時間。環保署空氣品質即時監測網：<http://goo.gl/RmGaqR> (可由 QR code 進入)，或手機下載環保署「環境即時通 app」。



AQI	0~50	51~100	101~150	151-200	201-300	301-500
對健康的影響 [代表顏色]	良好 [綠]	普通 [黃]	對敏感族群 不健康[橘]	對所有族群不健康 [紅]	非常不健 康[紫]	危害 [褐紅]

活動建議	正常戶外活動	學生仍可進行戶外活動，但建議減少長時間劇烈運動。	學生應避免長時間劇烈運動，戶外活動應增加休息時間。	學生應立即停止戶外活動，並將課程調整於室內進行。
------	--------	--------------------------	---------------------------	--------------------------

十一、現階段為病媒蚊蓬勃孳生時期，為有效的杜絕登革熱疫情威脅，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。請各班每周上網填「登革熱防治環境檢查填報」

<https://goo.gl/4itOzh>

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：填報時間：每周第一天上課，放學前填報完畢。
4. 為環保減紙，無法每次印紙本檢核表，若無法上網填寫，請檢查後至衛生組回報。
5. 未填報記紅單：



積水檢查未回報	8/21 二平、二恭、二書	紅單 1 張
---------	---------------	--------

十二、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)：

暑 輔 輪 值 未 到	前任(106-2) 服務股長	(正)三公、三誠、三良 (副)三忠、三仁、三信、三義、三誠、三溫、三良、三真	請於 1 個月內 完成補 值勤 2 次或愛 校 1 次
	前任(106-2) 環保股長	(正)三忠、三信、三和、三平、三誠、三良、三禮、 三御、三書 (副)三忠、三仁、三和、三誠、三良、三御、三書、三真	

十三、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
暑輔紅單	三忠、三孝、三平、三射	紅單滿 3 張，增加返校打掃一次

### ◎體育組：

- 一、班級內尚有非個人體育器材(籃、排球、接力棒等)，請將器材歸還至體育組。
- 二、活動中心及地下室禁止飲食。
- 三、下雨天上體育課，進入活動中心前，請將雨傘置於活動中心門外。
- 四、參與水上活動務必注意安全，請體育股長宣達防溺五步驟，

## 校園水域安全宣導

## 救溺五步

各位親愛的家長：  
隨著天氣日漸炎熱，從事水域活動的機會增多，但也很遺憾常發生溺斃死亡事件，發生主要在於「非上課時間及週末、假日下午時段」、「自行結伴出遊」及「溪河流戲水」頻率最高，暑假期間請家長和學校共同關心學生水域安全：

- 選擇合法地點
- 應有家長陪同
- 留意天氣變化
- 避免危險行為
- 學會水中自救
- 不穿吸水衣褲

**緊急聯絡電話：**

1. 救災防護報案專線：119    2. 海巡服務專線：118  
3. 報案專線：110    4. 行動電話急難救助專線：112

**相關資訊網站：**

1. 教育部「學生水域運動安全網」  
網址：<http://www.sports.url.tw/>

2. 內政部消防署防災知識網—登山防溺篇  
網址：[http://www.nfa.gov.tw/nfa\\_k/](http://www.nfa.gov.tw/nfa_k/)

3. 行政院災害防救委員會救災救災數位學習網—水上活動注意事項  
網址：<http://124.199.65.72/elearning/>

**叫叫伸拋划 救溺先自保**

**叫** 大聲呼救

**叫** 呼叫 119、118、110、112

**伸** 利用延伸物 (竹竿、樹枝等)

**拋** 拋送漂浮物 (球、繩、瓶等)

**划** 利用大型浮具划過去 (船、浮木、救生圈、救生浮標、保麗龍等)

教育部 關心您