

# 桃園市立中壢高商 110 學年度第 2 學期第 10~12 週 (111/4/10~111/4/30) 班級通報

◎注意事項：班級通報一共 2 份，一份交給導師，另一份於班上公佈欄公告。本校網站：[首頁](#) > [行政單位](#) > [學務處](#) > [班級通報](#) 可查閱。

## 重要通知

因應新冠狀肺炎，請全校各班內外掃區均需保持每日打掃及消毒；並請勸導【戴口罩】【勤洗手】【不共食】【保持通風】【談話有禮貌距離】【每日誠實回報體溫】，謝謝大家。

(活動詳情，請見各組工作宣導)

## 一、訓育組：

### (一)班會討論議題

#### 1. 4/15 (五)：

##### (1)第五節：班級活動

討論主題：生命教育

討論內容：請欣賞以下影片，並討論問題。<https://youtu.be/tQs3DAK7VNk>

A. 你身邊有這樣自我認同低下的朋友嗎？和這樣的人相處，你的心情是什麼？你會對他做出了哪些協助的舉動呢？

B. 「貶低人的言語是很可怕的，就算你不是真心的，或是你認為只是個玩笑話，但長期下來，真的會毀了一個人。」如果遇到別人對你說了你不喜歡的言語，你應該怎麼做？

##### (2)第六、七節：社團活動(4)。

#### 2. 4/22 (五)：

##### (1)第五節：班級活動

討論主題：科學教育

討論內容：請欣賞以下影片，並討論問題。<https://youtu.be/-txj9mD0BaU>

A. 關於大屯火山會不會噴發這個問題，影片中的說明是否符合科學研究方法(觀察、發現問題、形成假說、實驗設計、收集結果、得到結論)，請舉例。

B. 根據影片顯示，若大屯火山噴發，住在桃園的我們會受到什麼樣的影響？

##### (2)第六、七節：社團活動(5)

#### 3. 4/29 (五)：

##### (1)第五節：班級活動

討論主題：法治教育

討論內容：請欣賞以下影片，並討論問題。<https://youtu.be/YEp0wl0Mols>

A. 若是你是私人收費停車場的管理員，你可以使用那些法律條款來處理？

B. 若是你是停車的車主，你可以使用那些法律條款來處理？

##### (2)第六、七節：一、二年級彈性學習課程(6)

### (二)海報出刊日期，請學藝股長準時繳交：

編號	出刊日期	特刊主題	班級	班級
6	4/27 (三)	「家庭教育-親子共同成長」海報特刊	國一 4	國二 4
			國一 5	國二 5

備註：

1. 指導老師請貴班導師擔任。

2. 請各班學藝負責該班海報製作幹事，得選聘班級 1~2 人協助。

3. 海報製作優良者，公服時數 4 小時，逾時未交或品質太差者，記警告乙次。

4. 海報格式為半開，創作形式不拘，海報背面右下角須冠上班級及製作同學姓名、座號、學號(含學藝至多三名)。

5. 可至學務處訓育組請領海報紙。

6. 最後請填表單 [110-2 班級海報上傳](#)，完成表單即可。

(三)配合桃園市 4/2(六)~4/15(五)校園大型活動、跨班交流等大型活動暫緩或延期辦理政策，原定 4/14(四)~4/15(五)高一公民訓練活動，延後辦理。

(四)4/20(三)~4/22(五)高二校外教學活動未參加的同學，請每日準時至圖書館一、二樓進行自習活動，座位表將於 4/18 公布於校網首頁，請同學按座位表入座，以免被記曠課。

(五)班級幹部若有更改，請學藝股長務必至學務處訓育組更改，以免造成未來幹部證明上傳錯誤之問題發生。

(六)園遊會工作時程(暫訂)

日期	工作時程說明
4月01日(五)	召開導師會議說明
4月11日(一)	發給高一高二各班園遊會企劃書表格
4月28日(四)	保證金、帳篷費繳交截止日
4月29日(五)	企劃書繳交截止日
5月02日(一)	抽籤決定日校32、綜職3、社團2、進修部2，共39個攤位。
5月13日(五)	校慶表演活動總彩排(司儀、親善大使請公假參與)
5月14日(六)	校慶活動日
5月16日(一)	補假
6月10日(五)	完成保證金退費、檢討會(6月導報)

(七)高三畢業典工作時程(暫訂)

日期	工作時程說明
5月17日(二)	各獎項學生名單審核會議(中午)
5月24日(二)	第一次彩排(僅得獎同學，上午第二節開始)
5月26日(四)	第二次彩排(僅得獎同學+表演同學，上午第二節開始)
5月31日(二)	總彩排(全校三年級，上午第二節開始)
6月01日(三)	畢業典禮
6月10日(五)	檢討會

(八)4/27(三)12:20~13:00 召開四月份學生代表大會，請各班學生代表準時繳交意見表並準時出席。

(九)兒童權利公約宣導影片，請同學自行觀賞影片，<https://youtu.be/Vr00E4pjQ0Q>，了解自身的權利。

**二、社團活動組：**

(一)4/13(三)12:20~13:00 於第一會議室舉辦第三次社長大會，請各社長準時出席。

(二)4/15、4/22(五)第六、七節為第四、五次社團活動時間，請4/22(五)未參加高二校外教學的同學準時前往社課地點，並請社團負責點名的幹部確實點名。

(三)各社團海報張貼及發放文宣等資料前，請至社團活動組進行登記及蓋章，並於時間結束後自行全數回收完畢。

(四)社團申請課後練習、校內外活動注意事項說明：

1. 申請課後練習或校內外活動，請於活動前一週前將活動申請表及家長同意書詳細填寫活動時間、地點，並完成核章流程後交至社團活動組。
2. 參加校外活動，請指導老師隨隊陪同，並全員辦理保險。
3. 學校配合 CDC 防疫措施作滾動式修正，如因疫情不得辦理活動時則取消活動申請。

**三、生輔組：**

(一)校訂服裝為制服(含運動服)、班服、科服，在校服內及外均可加穿保暖衣物，請各位同學務必穿著校訂服裝進入校門，另進入校園請出示學生證，以利教官及警衛識別。

(二)近期巡堂時發現部分班級教室門戶大開或未上鎖，造成財物遺失，請各班安全股長須確實將各班教室門窗上鎖，經巡堂發現未上鎖，將扣班上秩序成績；另勸導未改善者，將處分該班安全股長。

(三)依校規未滿18歲的同學不可騎機車上、放學；另18歲且具有駕照同學需騎機車通勤者，請主動向生輔組申請，騎乘時不得雙載，若有發現將依校規處分。

(四)重申請勿進入校園安全死角規定：頂樓(含樓梯)、地下室、資源回收場及變電箱為本校安全死角，且易造成危安事件，請同學勿無故逗留，經查獲者，依校規議處。

(五)111年5/9(一)-5/11(三)日為高一、二年級第2次段考，請注意下列事項：

1. 111年5/2(一)-5/6(五)日為考前衝刺週，當週「游藝館」中午及放學後不開放同學使用、「社團活動」全部暫停，段考結束後才開放。

2. 考試期間請同學確依考試時間作息，提早交卷時間仍為上課時間，非下課時間禁止於走廊、廁所喧鬧、操場打球影響其它同學考試權益，違者依校規處分。
  3. 書包及非考試用品，請集中放置於教室前、後方，勿放置於教室外以免遭竊。
- (六) 外食領取時間為每日中午 12:00~12:30，請有申請外食證同學於此段時間完成取餐，若非於上述時間取餐者，將取消外食證。
- (七) 同學若因公車、火車誤點或公車過站不停等狀況，導致無法準時到校，請務必於當天中午 12 點以前至教官室填寫上學遲到註銷登記簿，生輔組長將於每日 16 時前完成審核，請同學務必親自到教官室填寫並了解審核狀況(填寫注意事項請洽教官室)。

#### 【友善校園宣導事項】

- (一) 桃園市政府教育局為加強師生交通安全觀念以維護生命安全，宣導面向如下：
1. 騎乘 YouBike 請登錄會員確認投保傷害險、配戴安全帽及切勿逆向行駛：請加強宣導騎乘 YouBike 前登錄會員確認投保本市免費公共自行車傷害險，並宣導騎乘自行車務必配戴安全帽及切勿逆向行駛。
  2. 大型車視野死角-遠離內輪差：
    - (1) 內輪差是因車輛轉彎時，後輪會向內偏移，應與大型車保持距離，等紅燈時應退至人行道，或遠離轉彎車輛的內側。
    - (2) 機車騎士或是行人靠近於大型車旁，會以為對方駕駛可以看得見自己，一旦闖入大型車視線死角就容易發生事故。
  3. 切勿無照駕駛汽機車。
  4. 乘坐機車、騎乘自行車應配戴安全帽，搭乘汽車應繫妥安全帶：
    - (1) 根據法令規定，未依規定戴安全帽者，處新臺幣五百元罰鍰。
    - (2) 根據醫學統計，騎乘機車發生車禍者，每 10 人即有 9 人因未戴安全帽腦部重創。
    - (3) 年齡逾四歲至十二歲以下或體重逾十八公斤至三十六公斤以下之兒童，應坐於汽車後座並依規定使用安全帶。
  5. 行進間切勿低頭使用手機：行人在步行中、穿越道路時、立足或等待紅綠燈時，必須保持防衛他人或車輛可能危害自己的警戒狀態，以維護自身安全。
  6. 交通安全五守則：例如穿著鮮豔服裝、書包提袋配戴反光條等。
  7. 相關教材資源如下：
    - (1) 本市免費公共自行車傷害保險宣傳海報及影片各 1 份：<https://reurl.cc/yg2XND>。
    - (2) 本市 E 路平安網站/教材(含交通安全五守則)：<http://traffic.tyc.cloud/sources.php>。
    - (3) 168 交通安全入口網/教材文宣：<https://reurl.cc/OMy93>。
    - (4) 機車危險感知教育平台：<https://hpt.thb.gov.tw/videtest>。
- (二) 鑒於本市近日發生學生騎乘公共自行車遭遇交通事故，未投保公共自行車傷害保險之憾事，請同學騎乘 YouBike 前登錄會員確認投保免費傷害險。旨揭宣導資料請至雲端(網址：<https://reurl.cc/KxoAXm>)下載使用。
- (三) 網路旅程·不留傷痕—防治數位性別暴力：數位科技的快速發展，帶給人們生活上許多便利，卻也讓部分有心人士利用網路的匿名性以及快速、廣泛傳播等特性，而得以施行欺騙、脅迫、暴力等不當罪行，造成許多受害者難以抹滅的傷痛。為防護學生不受數位性別暴力傷害，並且學習自我保護，為避免數位性別暴力「五不、四要」很重要。
- 「五不」包括—
1. 不違反意願：不可強迫他人拍攝或傳送影像。
  2. 不聽從自拍：不要聽從引誘拍攝自己的影像。
  3. 不倉促傳訊：傳送訊息及影像前應再三確認。
  4. 不轉寄私照：收到他人私密照，轉傳即違法。
  5. 不取笑被害：取笑或檢討被害人是更大的傷害。
- 「四要」則包括—
1. 要告訴師長：比起獨自面對，師長可提供更多協助。
  2. 要截圖存證：有明確的證據，才能有效將歹徒繩之以法。
  3. 要記得報警：不只為了自己，也能避免更多無辜者受害。
  4. 要檢舉對方：就算是假帳號，也可讓管理者依規定處理。

(四)防溺宣導：救溺五步-救人先自保

1. 叫-大聲呼救
2. 叫-呼叫 119、118、110、112
3. 伸-利用延伸物
4. 拋-拋送漂浮物
5. 划-利用大型浮具划過去

(五)請同學切勿邊行走邊滑手機，以維自身安全。

#### 四、衛生組：

天文學家卡爾·薩根於 1990 年，NASA 太空探測器「航海家 1 號 (voyager 1)」飛出太陽系之際，傳回最後一張太陽系家族的合影後云：「我們自欺欺人地認定人類在宇宙中的特權地位，這一切都被這個白光中的小點（太陽系中的地球大小）推翻了。」

我們的星球是宇宙無邊黑暗中一顆孤獨的塵埃，太陽系中的綠洲。So：珍惜唯一的地球！

#### 【宣達事項】

- (一)大考日近，圖書館夜讀人數增加，請確實做好垃圾分類工作，以免造成打掃班級困擾。也請學長姊以身作則，做好「時間管理」，讀書之餘，仍有按時打掃清潔的好示範。
- (二)各廁所仍發現馬桶、洗手槽多有非正常使用的髒亂，請勿將便當餐盒、早餐、飲料瓶罐與一般垃圾丟入便池，請同學發揮公德心，如廁後，保持廁所乾淨。
- (三)配合政府推動「限塑令」及積極做好環保，請確切落實垃圾減量。
  1. 內外掃區域的垃圾分類工作請各負責的班級平時即先做好(遇處室分類未足，衛生組將協助提醒)。包括容器清洗、餐盒套置、移除瓶口包裝與吸管等，鋁箔包與寶特瓶等壓扁，以加快傾倒速度。
  2. 週五下午容易因活動而影響打掃，請多加注意。
  3. 廁所及公共回收區分類需落實，有發現違規情況，衛生組可協助調閱監視器進行查證。
  4. 回收區域已裝設攝影機進行區域監控，以防不按規定丟棄與查證。未分類之垃圾，若查證出屬班級或個人所為，則舉報清潔隊，並由班級或個人自行負責。
- (四)打掃評分及細目：各班綠化股長需負起宣導職責，讓同學確認了解評分細目及內容。衛生及服務股長需清楚各班內、外掃區項目內容。除各掃區地面垃圾外，凡階面、灰塵、蛛網等，均需清潔。
- (五)請落實配合蜘蛛網清除、廚餘桶、垃圾桶的刷洗、各班的大門與門框等將依期視為衛生稽查重點。班級與外掃區之廚餘桶、垃圾桶請指派同學定期刷洗(廚餘桶建議每天刷，垃圾桶至少一週一次以上)，本學期列入重點督察項目。
- (六)下雨天請各班將內、外掃走廊和走道的積水清除並拖乾，以免同學踩踏髒汗或不慎滑倒。
- (七)請各班務必將內外掃區環境整理乾淨；若遇雨天，各室外掃區務必要派人清除人為垃圾。打掃好可自行拍照，並標註日期，以避免分數爭議。
- (八)校園內野貓排泄物造成打掃班級的困擾與清潔整理上的麻煩，並且也影響了校園衛生等問題，因此，請同學們確實配合勿在校園內餵食野貓。

#### 【活動宣導】

- (一)本年度持續推行「潔牙」活動，大家一起行動：正確刷牙，保護口腔。

#### 【注意空氣品質宣導】

- (一)配合空氣品質防護政策辦理，學務處門口張貼當日空氣品質狀態，一日兩次，遇紫爆應盡量避免室外活動。
- (二)同學可自行下載 APP 或上空品網站查詢，做好自我防護工作。

#### 【各型流感、腹瀉、腸病毒、非洲豬瘟、新冠肺炎等宣導】

本月為高峰期，學校強化處理作為及防治措施如下：

- (一)因應嚴重新冠肺炎，請做好個人健康管理，戴口罩及勤洗手，以免傳染。落實「生病不上班、不上課」，儘早就醫。
- (二)各班股長的工作除了有回報體溫外，也請留意用餐防疫規定、保持社交距離&通風等防疫措施之落實，每日早上派同學並自備容器至學務處領取漂白水(漂白水時效 24 小時)，清潔經常接觸的物品表面，如鍵盤、課桌椅、門把、公共區域的公共用品等。

- (三)避免接觸禽鳥類，勿用手直接撿拾禽鳥屍體；食用雞、鴨、鵝及蛋類要熟食。
- (四)日常生活應勤洗手、重衛生。同時注意環境的衛生清潔及通風。
- (五)若有多名同學同時生病發燒或感冒，應視狀況進行班級消毒。
- (六)凡有出國者，禁帶各類豬肉製品入海關，以免受罰。
- (七)自疫區返國及接觸過確診者，請配合政府公告進行自我管理。
- (八)請各班服務股長於每週五下午 14:10 前將該週新冠肺炎自我檢核表交至衛生組。

#### 【國家登革熱防疫措施】

- (一)戶外課與打掃戶外的同學，請特別注意自身防護措施。衛生組有提供防蚊液，請依班級需求領用(有花圃等外掃區的班級優先)，依使用規定塗抹(噴灑)，請愛惜使用。
- (二)台灣登革熱尚無有效的疫苗或治療藥物，清除病媒蚊孳生源是最有效的防治措施。國教署與衛生局會派人來校督導，若發現有積水區域或有積水容器並經檢測有孑孓蹤跡，將立即開罰。目前已知廁所與辦公室內的植栽擺設、池塘水溝、樹洞、室外未清除乾淨之免洗碗與塑膠袋、回收區域廚餘等為檢查重點；各班自有植栽擺設者請勤於換水，班級掃區有以上相關項目者，請同學加強巡視及清理，並通報衛生組。
- (三)請清除內外掃區有積水區域與容器，並請通報。
- (四)發現孑孓孳生區域，請通報衛生組進行了解與處理，防患未然。
- (五)配合國家登革熱防疫措施，請**衛生股長**以班級為單位，**每週五**上網填寫登革熱防疫自我檢核表。網址為：[學校網頁/行政單位/學務處/衛生組/登革熱防疫自我檢核表\(學生用\)](#)點選鏈結。

#### 【團膳宣導】

- (一)各班菜餚如有發現非菜單所載內容物，如：昆蟲、刷毛、頭髮、逾零點五公分長度之菜蟲，請先將異物送到學務處團膳窗口並且保持原狀進行拍照，以便交給團膳廠商，讓他們可以提供異物給食材供應商，改善食材處理流程，加強品管作業，提升更加的服務品質。
- (二)中午打餐時，請同學確實保持社交距離，並配戴口罩，落實打餐不說話，快速打餐。用餐時，不併桌、不交談、不分食、不共食。
- (三)「惜食減量減廚餘，生食熟食必分置」：
  1. 廚餘分類再利用：本市為提高垃圾處理效能，自 111 年 1 月 1 日起為期 3 個月試辦推動「廚餘全面回收」，廚餘全回收政策將不再區分生、熟廚餘，而是區分可回收與不可回收廚餘。
    - (1)可回收廚餘：葉菜類、水果類、剩食類等生、熟食物及其殘渣。
    - (2)不可回收廚餘：蚌殼、蚶殼、榴槤殼、椰子殼、大骨、鳳梨冠芽、玉米芯、甘蔗皮、筊白筍殼、竹筍殼等硬質或柔韌的部分。
  2. 回收前，請配合注意事項：
    - (1)請惜食減量，吃多少煮多少或是吃多少點多少，食物不浪費，落實綠色飲食，減少廚餘產生量。
    - (2)落實垃圾分類，請勿將垃圾、資源回收物與雜物混入廚餘內。違反者將可依規定處 1,200~6,000 元罰款。以上，衛生組將持續宣導，也請大家協助更新廚餘回收新資訊。
- (四)團膳相關事項請至學校網頁下 行政單位\學務處\衛生組\學生團膳專區下查詢，有收費說明、每日菜單等文件，有任何疑問請於工作日早上 9:00~12:00 洽學務處團膳窗口。

#### 五、體育組：

- (一)4/25(一)08:10 為綜職科班際五人制足球錦標賽，請參賽班級提前進行規則學習與技術練習。
- (二)桃園市宣導室內外體育、音樂、表演藝術類課程及訓練恢復佩戴口罩，請師生於體育課程實施時全程戴口罩。
- (三)配合桃園市 4/2(六)-4/15(五)校園大型活動、跨班交流等大型活動暫緩或延期辦理等政策，原定 4/11(一)-4/14(四)班際籃球比賽，延後辦理。
- (四)目前 4/15(五)前游泳課暫緩實施，4/15 後依教育局體健科通知有無停課為準。另請同學無須對游泳課疫情傳播可能性恐慌，目前研究數據顯示游泳池是新冠病毒不利傳播環境，並且無透過游泳池傳播之病例先例，請同學確實遵守岸上戴口罩之習慣即可。