

桃園市立中壢高商 109 學年度第 1 學期第 16 ~ 18 週 (12/14~12/31) 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。

※班級海報繪製請準時繳交，也請準時上傳班會照片，逾時未交或品質太差者，班級學藝股長記警告一次。
※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【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

1.12/18 (星期五):

(1)第五節：班級活動：

討論主題：環境教育

討論內容：臺灣西海岸因過度人工設施導致海岸線逐年退縮，沙洲缺口逐漸擴大，造成生態破壞、居住的環境被壓縮等情況，因此越顯沙洲潟湖復育及保護工作之迫切，而解決此問題最直接、永續的方法，即為海岸造林工作。

請觀看以下影片後進行討論：2019 慈心海岸種樹 種情義同護慈

<https://www.youtube.com/watch?v=BBCLA5NE89I>

①在造林的過程中，我們會碰到哪些問題？應該怎麼解決呢？

②觀賞完影片後，在大家的努力之下，可以幫助到哪些人、事、物呢？

(2)第六、七節：社團 5

2.12/25 (星期五):

(1)第五節：班級活動：

討論主題：特殊教育

討論內容：請觀看以下影片後進行討論：

我不是怪物！妥瑞男靠 1 張紙翻轉偏見

<https://www.youtube.com/watch?v=FHRIW8dO-LQ>

全台最懶惰的 Youtuber，連站起來都懶！ | chairman 椅人

<https://www.youtube.com/watch?v=fR7w5d96iUw&t=43s>

①兩個個案給我們新的省思與啟發，就你的觀察，他們兩個有哪些異同？

②如果有一天，你碰到類似的狀況，會怎麼抉擇自己的人生態度？

(2)第六、七節：一、二年級彈性學習時間 7

3.110/1/1 (星期五)：元旦放假一天

(二)海報出刊日期，請學藝股長準時繳交：

編號	週次	出刊日期	特刊主題	班級	班級
8	十六	12/16 (三)	「環境教育-愛護環境從你我做起」 海報特刊	高一 3	高二 3
				高一 4	高二 4

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，敘嘉獎乙次，得併公服時數 4 小時或改過銷過，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 [109 學年度-班級海報上傳](#)，完成表單即可。



(三)學測包高中活動訂於 109 年 12 月 18 日(星期五)中午舉辦，共計 162 名學生參加，活動時間表供參。

時間	活動內容	主持人	地點	備註
12:00~12:30	發放各班包高中禮盒	訓育組長		
12:45~12:50	三年級學測考生至志道大樓 6F 集合	訓育組長	6F 講義堂	
12:50~13:00	考場注意事項說明	實研組長	6F 講義堂	
13:00~13:10	校長給予考生祝福、愛的勉勵 家長會長贈與學生祈福卡	校長/ 家長會長	6F 講義堂	
13:10~13:20	全體學測考生宣誓	訓育組長	6F 講義堂	
13:20~14:00	校長、主任與三年級導師帶領三年級學測 考生到土地公廟祈求學測考試順利高分 13:20 ~ 13:40 631 + 632 自然+職科 13:40 ~ 14:00 633 + 634 社會	校長	土地公廟	
14:00~	各班同學回學校至許願亭掛上祈福卡後回 教室			

(四)12/4 (五)、12/18(五)分別於資訊大樓資四及資五進行畢冊編輯課程。

(五)12/19(六)辦理「美姿美儀研習」，參加成員為本校親善大使及有興趣之學生。

(六)12/28(一)、12/29(二)為 109 高二公訓，參加同學之集合時間及地點以 12/22 開完行前會公佈之時間地點為主；未參加同學至行政大樓 2 樓第一會議室自習。

(七)110/1/8(星期五)，週記抽查。請學藝股長於 1/8 下午 13:00 前將「班級週記抽查紀錄單」及抽查週記交至學務處訓育組，未準時繳交，學藝股長愛校服務乙次。(週記請依抽查座號順號上到下疊放)；「班級週記抽查紀錄單」將於 1/7 置於教官室之班級櫃，請學藝股長至教官室班級櫃領取。

二、社團活動組：

(一)12/13(日)為樂旗隊參加桃園明倫宮節目三立節目開場表演，請參與之同學認真練習，為校爭光。

(二)12/18(五)第六、七節為第五次社團活動課。

(三)1/8 (五)為繳交社團評鑑資料時間，請各社團於放學 4 點前繳交至學務處社團活動組。請盡快準備各項社團評鑑資料，各社團指導老師及組長將依評鑑結果完成社員社團活動表現評量、社團幹部簽獎等。

三、生輔組：

(一)近期天氣變化大，請同學注意自身保暖，隨時攜帶雨具及添加衣物；另重申學校服儀規定：學生服式以學校律定樣式為準，學號須按規定繡製，學生在校內應穿著制服、校運動服、班服及科服，以全班統一為原則，由各班自訂每週班級服式。鞋子以全覆式鞋款(如皮鞋、運動鞋等)，上、放學遇雨天得著拖鞋進出校門，惟進校園後須換穿全覆式鞋款，校園內不開放著拖鞋。假日返校活動服裝應依服儀規定穿著。另每年 10 月至次年 3 月，若穿著學校外套仍無法保暖時，可增添保暖外套。

(二)11 月底開始辦理 109 學年度第 1 學期期末改過銷過申請，辦理期程起訖時間為 11 月 26 日至 12 月 28 日。申請表由各班風紀股長受理、統計完成後交由導師認證，並繳回生輔組彙整審查，審查合格之學生將核發愛校服務時數表及學生銷過改過勤學保證書，即可開始實施愛校服務。

(三)近期本校學生搭乘公車時發生遭民眾性騷擾事件，同學如在上學途中有遭騷擾或發現同學被騷擾之情形，請立即告知公車司機或教官協助處理。

(四)上、放學由家長接送或乘坐計程車者，請於新明路口上、下車，正門及側門道路口須保持淨空，並落實「校園人車分道」，以維護同學安全；另請同學過馬路時務必行走於行人穿越道上。

(五)嚴禁同學於非下課時間至便利商店購買東西及逗留，遭教官及糾察隊人員登記者，依校規處分。

(六)教室區為共用場所，請同學盡量將個人物品帶回家以免遺失。離開教室上外堂課請安全股長確實將門窗關鎖好，以免遭人入侵或物品遺失，未關鎖門窗者將記警告處分。貴重財物請勿帶至學校，大筆代收現金可借放至總務處出納組。

(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)。

(八)學校重要事項及同學權益說明，須靠各班級幹部轉達，請同學要注意校園廣播通知，爾後凡廣播集合未到之班級幹部**一律愛校服務 2 小時**，累犯者依規定記警告乙次，各班同學間要相互告知，以方便各處室訊息傳遞。

(九)重申外食訂購規定：

1.個人申請的外食證，僅供每日中午用餐時間使用，請同學務必攜帶個人申請的外食證，於時間內在大門口領取午餐(切勿在警衛室取餐，影響交通動線，**違反者記愛校服務乙次**)。外食證僅供本人使用，若幫忙代訂、轉借他人使用或一證多人使用，經查獲一律取消外食證，並依外食證申請規定記外食證持有人警告乙次，其餘訂購同學依校規懲處。申請訂購外食的同學，請注意時間，並於每日 12:35 前將午餐吃完，避免影響同學午休。

2.另班級或社團有訂購外食的需求，請務必至教官室領取團體外食訂購單，經導師、生輔組長、主任教官、學務主任審核通過後，依申請單方可訂購外食，取餐地點為警衛室(請務必將申請單送交警衛室)，沒有申請的班級，一律不可訂購外食。

3.請同學了解，外食證的申請，皆經過家長同意，若讓沒有申請外食證的同學訂購外食，產生後續的食安問題，該由誰來負責呢？近期教官室將會加強查察同學是否依規定訂購外食，請同學了解相關規定，切勿以身試法，也請同學要學習知法並且守法的觀念。

(十)為杜絕校園霸凌事件於校園發生，桃園市政府成立反霸凌專線「0800-775-889」(24 小時均提供服務)，提供多元申訴管道，或是遭受校園霸凌時，除向學校相關單位即時反映時，亦可透過此專線向本局提出或尋求協助。此外，此霸凌專線也利家長及教師針對霸凌問題進行詢問，以營造安全、溫馨、適性的友善校園環境。

(十一)提醒與進修部共用教室班級的同學，請於每日 17:30 時前離開教室；貴重及私人物品請記得帶走，離開教室時桌面保持乾淨，相互尊重，營造彼此良好的學習環境。

(十二)提醒騎腳踏車及電動機車(無牌照)及摩托車到校的同學，請務必到教官室申請，並至總務處繳交停車費，車輛請停放在學校車棚(騎腳踏車及電動機車(無牌照)請停放在腳踏車棚)。經勸導卻未申請的同學，將依校規處分。另滿 18 歲且有駕照的同學，要騎機車到校，請務必至教官室申請，違者將依校規處分。

(十三)教育部體育署為教導學生尊重並了解自己與他人、平等看待性別差異，並保護自己免受性別不平等對待，進而遠離性侵害、性騷擾或性霸凌的威脅，特編製手冊，提供各校老師學生使用，本案《校園性騷擾、性侵害及性霸凌-學生體育活動參與中學篇》手冊及《校園性騷擾、性侵害及性霸凌防治繪本-學生體育活動參與小學篇》已置於「體育署首頁」(網址：<https://www.sa.gov.tw/>)之「研究統計及出版品」-「其他出版品」項下，請逕行下載參考與運用。另為落實校園安全管理，請同學避免獨處及過早到校，避免單獨滯留教室，以確保自身安全，倘在校遇陌生人或可疑人物，應立即通知師長。

(十四)反毒宣教：

新興毒品不斷翻新，結合各種花樣的包裝，如偽裝成巧克力、糖果、咖啡包、梅錠等零食，甚至用 3C 產品 LOGO 或流行話題設計包裝圖案。請記得來路不明、成分不明的東西千萬不要碰，一不注意就有可能被誘騙染毒，請同學做到以下幾點：

1.不接受他人事先為你開封或調製好的飲料，同時不讓飲料離開視線。

2.不吃來路不明或標榜「神奇效果」的產品或藥品或飲料。

3.不接受陌生人免費試用或兜售的即溶包及飲料等。

4.要注意即溶包封口是否有撕開、切割(剪)再重新加熱封裝或膠帶黏貼等情形。

(十五)桃園市政府教育局交通安全宣導:

1.我看得見您，您看得見我！

(1)穿著鮮豔的衣服

(2)從直線路段、行穿線穿越道路

2.謹守安全空間

(1)不做沒有把握的交通行為

(2)一旦猶豫，就說「不」，例如過馬路

3.利他用路觀

(1)勿做危害他人之交通行為

(2)不隨意變換車道

4.防衛兼顧的安全用路行為

(1)預防製造事故，如精神不濟、嗑感冒藥及情緒激動時，避免外出

(2)免於受害，如避免綠燈即迅速起步

5.交通安全五大運動

(1)車頭朝外停車

(2)乘客責任

(3)下車時向公車及計程車司機說「謝謝」

(4)對禮讓行人的車輛駕駛揮手點頭致謝

(5)保護長者及婦孺安全地穿越路口

(十六)防範一氧化碳中毒宣導:



(十七)因應近期刊事案件，教育部為防範校園肇生重大校安事件，重申強化校園安全檢核機制，落實各項校安應變措施，並特別注意外籍生校內外之安全，完善校園整體安全維護相關事宜及宣導事項如下，亦請各位老師協助宣導:

1.請同學上學勿單獨太早到校，放學不要太晚離開校園，務必儘量結伴同行或由家人陪同，絕不行經漆黑小巷或人煙罕至的地方及進出危險場所。

2.同學應配合學校作息時間，課餘時避免單獨留在教室，不單獨上廁所，避免單獨到校園偏僻的死角，確保自身安全。

3.課後社團及課後照顧班或自習班級之教室應集中配置，減少放學後樓層出入口動線，便於加強管控人員出入，在校遇陌生人或可疑人物，應立即通知師長。

4.遇陌生人問路，可熱心告知，但不必親自引導前往，應隨時注意自身安全，切勿聽信他人的要求，交金錢或隨同離校。

5.在校外發現陌生人跟隨，應快速跑至較多人的地方或周邊最近愛心(便利)商店，並大聲喊叫，吸引其他人的注意，尋求協助。

(十八)依據教育部 108 年 11 月 26 日教育局桃教體字第 1080105461 號來函，現已將新興菸品(含電子煙)納入菸害防制法規範，電子菸對身體的危害更大，請同學務必保重身體，勿以身試法。

(十九)教育部重申防範網路簽賭歪風進入校園，影響學生身心發展。網路賭博，因簽賭的時候，不需要實際的金錢，會讓少年對簽賭金額沒有現實感，而投注他們無法承擔的金額。常見少年一段時間簽賭後，積欠了數十萬元，甚至百萬元以上的賭債。雖說賭債非債，但是，簽賭集團自然可以透過他們的討債方式，追索少年所欠下的賭債。請同學為了家人及自身安全，切勿嘗試網路簽賭。

(廿)為避免同學吃到冷便當，各班蒸飯同學請以班級為單位，於每日 10:00 前放置該班分配區域，並確實扣上門扣，超過時間未放入便當之同學請主動聯絡教官室，勿再放進蒸飯箱內，避免影響飯箱溫度，另蒸飯箱式的各式開關，非總務處人員請勿動。

(廿一)近期屢有發現有學生在選修課或社團課程時未於規定時間到指定教室上課或是翹課情形，請各位同學務必準時至各指定教室就位，違者依校規懲處。

(廿二)請同學注意禮節，在路上遇到師長，請記得問早、道好；進入各辦公室，請喊「報告」，多說請、謝謝、對不起！**有禮貌的孩子，做事事半功倍，也會讓你更有氣質喔！**同學可以試著這麼說：

1.老師好，我是 ooo，並說明來意。

2.老師好，我是 ooo，需要 ooo 的協助。

四、衛生組：衛生組 - 地科：地球是目前已知的存有生命的最多的星球，這一切都歸功於地球的保護傘——大氣圈。大氣圈是包圍地球的大氣層，構成成分由氮、氧、氫、氖、氬、水汽、二氧化

碳、臭氧等氣體組成。氣體幾乎沒有多少重量，有了地球引力，大氣才被地球牢牢的吸引住。大氣也是太陽光的過濾網，將陽光中的有害物質過濾；最重要的是調節地球的溫度——如果沒有大氣層，地球的溫度降會有巨大的變幅！大氣是地球存在不可或缺的條件。愛惜地球，減少廢氣排放，是我們必做的事。

原文網址：<https://kknews.cc/zh-tw/science/zx2mlpa.html>

【宣達事項】

- (一)垃圾與回收分類的工作需全校師生員工的協助配合。外掃區垃圾桶及廁所放置的垃圾桶，常發現因一時之便而亂丟瓶罐、便當以及食物垃圾袋，各辦公室亦然，造成打掃班級的困擾。希望同學一起配合做好回收與垃圾不亂丟。
- (二)近天氣不穩定，日夜溫差大，請同學注意自身健康狀況，並養成勤洗手的衛生習慣；有流感症狀的同學，請務必戴上口罩，並注意咳嗽禮節。
- (三)高三留讀同學需購買外食者，請做好善後工作，用餐後請將餐盒清洗乾淨後置於自己班級內，將洗滌之洗手台維持清潔，廚餘需指派專人當天處理。
- (四)請服務與衛生股長要落實每週內外掃至少清一次蜘蛛網的工作，並確實負起校園打掃的監督工作。若有不確實督導且甚至不管的現象，將來遇到此等事件，將嚴格要求股長，並給予適當的懲處。
- (五)掃具領取/更換的時間為每月第一及第三個週五（可見學務處行事曆板），凡標誌的週五中午 12:30 可來換領掃具。
- (六)需要銷過或塗銷小白單的同學，歡迎至衛生組洽詢，在銷過時也可為壢商的整潔盡一份心力。
- (七)打掃電腦教室的班級，請確實進入打掃，電腦教室白板溝槽與地板為重點打掃區域。
- (八)請負責打掃廁所班級之股長在清潔劑或肥皂用完後，攜空瓶到衛生組補充或領取肥皂。
- (九)打掃廁所的班級請務必早上將每間的垃圾收集後，無論數量多少宜連同一般垃圾立即傾倒，勿存放在工具間等待下午打掃才一起倒，以確保環境衛生。建議：多在日常中收集用過小塑膠袋做垃圾袋用。
- (十)近期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。

【措施宣導】

- (一)各班大掃除，可從網路申請或取消，網址為學校首頁\行政單位\學務處\衛生組\各項申請業務\中壢高商班級大掃除申請登記表(<http://goo.gl/forms/oJVPdDPlwE>)，清掃完成後，請派人至衛生組回報，派人檢查(太晚則改為隔日早上)。
- (二)資源回收要能迅速進行，需要大家日常做好分類工作，**先在班級做好壓扁**，請配合綠化股長宣導。
- (三)學校是知識追求之處、待人接物學習之地。替地球及共同的未來減少垃圾、做好整潔，減輕每個人的辛勞，從自己做起，留意：**垃圾不落地、垃圾不外留**。

【安全宣導】

- (一)請養成每日打掃的好習慣並**請注意安全**，不可爬高，更不可爬到窗戶的外牆。
- (二)養成「**大家不丟垃圾和動手撿垃圾**」的好習慣。維護乾淨舒適的壢商校園環境，需要您的協助與配合。
- (三)請勿拿掃具追打嬉戲，或濫用清潔用品，免生意外。並請珍惜掃具。放置整齊，避免風吹日曬雨打處，垃圾桶不積水，垃圾桶倒放，鐵器類小心用。

【環保宣導】

- (一)請同學盡量將外購附贈的塑膠袋**重複使用**，不要每天索取。自備提袋更佳。
- (二)購物時所取得的中大型塑膠袋，可於學校或班級重複再利用。(如裝廁所類垃圾)
- (三)若家中有閒置不用的麻布袋或米袋歡迎同學捐贈供學校使用，使資源充分利用。

【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，遇超標現象，請視自身狀況配戴口罩;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】 高峰期學校強化處理作為及防治措施如下：

- (一)請做好個人自主健康管理，隨時觀察自身狀況，如有類流感症狀，請即刻戴口罩及就醫。如有生病情形，不要勉強到校；請假在家休養時應記得戴口罩及勤洗手，以免傳染。
- (二)定期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，尤其切勿用手直接撿拾禽鳥屍體；食用雞、鴨、鵝及蛋類要熟食。
- (四)請日常生活應勤洗手、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 14 天自我管理。
- (八)請各班服務股長於每周一下午 16:00 前將前一週新冠肺炎自我檢核表交至衛生組。
- (九)請各班每日早上派同學並自備容器至衛生組領取漂白水(漂白水時效 24 小時)。

【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。衛生組有防蚊液提供，請依班級需求領用(有花園等外掃區的班級優先)，並需依使用規定塗抹(噴灑)，愛惜使用。
- (二)台灣登革熱疫情嚴峻，而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，若發現積水區域愛與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，請各班自有植栽擺設者請勤於換水，班級掃區有相關項目者，請同學加強巡視清理，有發現請立即通報衛生組。
- (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，請將異物送到學務處團膳窗口，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，請同學保持社交距離，並配戴口罩，落實打餐不說話，快速打餐。

五、體育組：

- (一)109 學年度第一學期游泳池中午開放補課及加強練習時間已經開放(段考期間及前一週暫停)，請同學午休自行請好事假，並於 12:20 換好泳裝找救生員登記，12:50 統一吹哨提醒同學上岸。為維護練習品質及泳池安全，未在 12:20 前登記及當天超過 50 人上限之後不得再下水(沒下水的同學需銷假回班午休)，提醒同學提早因應。
- (二)校園羽球排名賽於 12 月 21 日至 12 月 23 日下午 16:10 開始比賽，報名於 12 月 11 日下午 5:00 截止，12 月 14 日中午 12:10 於體育館三樓進行抽籤(由體育組代抽)，同學可前往觀看。
- (三)再次提醒同學切勿於非體育課程時間私自至體育館器材室拿取器材，如在操場上發現學校球類，請協助放回器材室，亦不得自行取用，否則依私自占用學校公物懲處。