



## 教務處

**教學組** 1. 各班學藝股長請確實填寫教室日誌並務必給任課老師簽名。

**註冊組** 1. 期末考將於 1/21~1/23 日舉行，學生定期考試規定事項已 E-MAIL 至導師信箱，請同學務必遵守定期考試規定之事項，勿因一時的疏忽，而影響自己的成績。再次強調期末考注意事項：

① 考試期間請將抽屜清空、關閉電子器材電源並放置書包內（手機設有鬧鐘者請記得關閉）。

② 期末考請假（事、公、喪假）須於考試前向教務處辦理請假手續，病假於考試結束三日內完成請假手續，未依規定請假者，成績以零分計算。

③ 考試遲到仍進原班考試，依遲到時間予以扣分，每遲到一分鐘扣一分，遲到三十分鐘（含）以上，該科以零分計算。

④ 違反考場秩序者，依規定扣該科成績 20 分、記小過乙次並通知家長。

⑤ 考試作弊者，依規定該科成績以零分計算、記大過乙次並通知家長。

2. 職科技能檢定證照要折抵不及格學分的同學，請至教務處註冊組領取申請表辦理。

3. 尚未繳交 103 學年度第二學期原住民、低收入戶學費補助證明文件的同學，請於 1 月 16 日前繳交。

**實研組** 1. 1/10 日（星期六）報名參加全民英檢初級測驗同學，請準時攜帶應考證件參加考試。

2. 高一第 2 次英文會考排行榜

**普通科** 第一名 普 103 鄭乙璇、普 103 戴伶芮 第三名 普 103 鍾家容 第四名 普 103 劉亭佑 第五名 普 101 陳坤顯  
第六名 普 101 陳品好

**職科** 第一名 觀 101 陳思妤 第二名 商 101 張瑜庭、商 102 葉意琪、商 102 蔡宛珈 第五名 觀 102 鄭瑤萱

第六名 商 101 阮怡婷 第七名 觀 103 吳宜臻 第八名 造 101 賴家瑜、造 101 張婷薇 第十名 觀 101 陳仕銓

第十一名 觀 103 陳芷茵 第十二名 觀 103 陳子涵

**設備組** 1. 期末考考科及範圍已公告各班及學校網站，請同學查閱。



## 學務處

**訓育組** 1. 1/16 日（五）為本學期最後一次的高中社團活動時間，請記得攜帶上課用具及費用。

**生輔組** 1. 第 18 週（1.1-1.7）生活榮譽競賽秩序、勤學成績各組名次如下：

【國中組】第一名 802 第二名 803 第三名 903

【高三組】第一名 普 301 第二名 商 303 第三名 普 302

【高二組】第一名 普 203 第二名 普 201 第三名 觀 202

【高一組】第一名 普 101 第二名 商 102 第三名 普 103

**衛生組** 請同學發揮公德心！！

1. 請勿將廚餘、飲料罐、利樂包及回收餐盒整袋丟棄在廁所內或公共空間。

★如再發現有廚餘、回收餐盒、飲料罐、利樂包被惡意丟棄在廁所內或走廊等公共空間，將進行調查找出是哪些同學、班級惡意丟棄，將讓該同學、該班級打掃被放置的廁所區域。

2. 每個班級都有設置垃圾桶、資源桶、廚餘桶，請同學勿將垃圾、回收物、廚餘隨手往窗外丟棄，除造成校園的髒亂外，更會增加病媒細菌的滋生，請全校同學一同配合，也請各班導師加強宣導。

3. 開學至今發現許多同學非常不愛惜公物，將掃把、拖把…等各項掃除用具當成嬉戲的器具，導致掃除用具的損壞情況嚴重，經查證如是惡意破壞，將請同學照價賠償並開立假日愛校服務二次。

4. 請各班注意！！

(1) 一般垃圾袋、資源回收袋、廚餘袋，請一律寫上班級，沒寫的班級不准拿至垃圾車及資源站、廚餘桶丟棄。

(2) 請確實做好垃圾分類：① 一般垃圾內不准有可資源回收物品。

（違規班級記點，累計三次請該班每位同學輪流至垃圾車值勤）

② 保特瓶、鋁箔包請壓扁再丟。

(3) 學校內一律禁止使用免洗筷，請全校同學配合。

5. 第 18 週整潔競賽表現優異班級：

國中部：第一名 802 第二名 701、901

高中辦公室組：第一名 普 301 第二名 商 302 第三名 商 303

高中校園區域組：第一名 資 201 第二名 普 202

高中洗手間組：第一名 觀 203 第二名 服 101 第三名 造 102 第四名 商 102 第五名 服 201



## 實習處

週考日程表：

| 年段   | 1/13(二) | 1/14(三) | 1/15(四) | 1/16(五) |
|------|---------|---------|---------|---------|
| 商、資一 |         | 商概      |         | 會計      |
| 商、資二 |         |         | 經濟      | 會計      |
| 商、資三 | 數學      | 商概      | 經濟      | 會計      |

**【商經科】** 1. 1/20 日（三）為商二班級專題製作期末成果發表會，當日全體同學請著制服，各組請於事前做充分的準備與演練，本次發表會醒吾科技大學提撥前三名及佳作二名之獎金，請同學積極爭取榮譽。當日 12:40 於小穿堂集合前往醒吾科技大學國際會議廳。

2. 有智慧才能分辨善惡邪正；有謙虛才能建造美滿人生。摘自證嚴法師靜思語錄，與同學共勉。

**【資處科】** 1. 為人處事要小心細心，但不要小心眼；做該做的事是智慧，做不該做的事是愚痴。~共勉之~



1



想更了解我：<http://www.safe.org.tw/>

民國 81 年 5 月 15 日一場遊覽車火燒車意外事件，奪去了 23 位臺北市私立健康幼稚園師生及家長的寶貴生命，而靖娟老師當時雖然已經逃出火場，但看到還有孩子被困在車上，不顧火勢猛烈，返回車上救人！雖然最後不幸罹難，但靖娟老師捨身護童的偉大情操令人敬佩，她的義行，喚起了社會各界對兒童安全的重視，故由受難者家屬以及社會熱心人士共同發起成立了靖娟基金會，期待延續靖娟老師對孩子的關愛，保護每個孩子平安長大。

**服務對象：**●12 歲以下的兒童 ●家長、老師及兒童照顧者 ●關心兒童安全的社會大眾

**使命目標：**本著「用愛捍衛兒童安全」之服務理念，致力推動兒童安全教育宣導、協助遭逢事故傷害之兒童及其家庭，並督促政府研修執行兒童安全相關之法令，實踐守護兒童安全成長的決心。協同政府、社會大眾、企業倡議全方位之兒童安全議題，以「教育訓練、創傷輔導、建立兒安知識指標平台」等面向，深植兒童安全觀念於社會，以達減少兒童事故傷害之目的。

**2.快樂的起點 Talk—**

開口求助就有希望，但是很難開口說嗎？  
你可以這樣做 Talk

**3.銘傳大學主講營—銘聞遐邇**

相關訊息請搜：2015 銘聞遐邇主講營

**4.飛亞聯合航校招生**

招生對象：國中畢業生/高中職畢業生

詳情請上飛亞網站：[www.flysky.com.tw](http://www.flysky.com.tw)

開口求助就有希望，但是很難開口說嗎？  
你可以這樣做 Talk

- T Try** 試著說出來
- A Ask** 提出疑問
- L Leave** 離開壓力情境
- K Keep** 持續此方法

不開心時，照上述方法將困擾說出來，可以釐清自己的想法，也許也能找到方法重新獲得快樂！

**T Try** 試著說出來  
心情不好時，可試著找家人、朋友或是學校老師，將遇到的困擾說出來，有助於釐清情緒及找到方法改善。

**A Ask** 提出疑問  
陷入低潮、心中充滿負面想法時，不妨試著將自己的想法加上個問號，問問自己事情真的是這樣嗎？試著想想其他可能性。

**L Leave** 離開壓力情境  
有時一直處在同樣情境中，會讓人感覺喘不過氣，不妨暫時離開一下，不妨暫時離開一下，換個環境，找朋友說說，重新整理後再出發。

**K Keep** 持續此方法  
找到適當且適合自己的舒壓方法，例如：找人說話、外出踏青、運動等，並持續保有舒壓習慣，保持身心健康。



**圖書館**

1.1/12-14 日(一~三)各班圖書股長請在期間內歸還班級圖書。

2.103 學年度第 1 學期「閱讀小達人比賽」得獎名單

(書本統計需配合閱讀心得學習單，若無閱讀心得學習單之書本不列入計算中)

●11-20 本書(圖書禮券 200 元)：資 203 陳宛廷(16 本)、商 201 陳湘宜(11 本)、701 蔡佩蓉(14 本)、蔡宜臻(12 本)

●5-10 本書(圖書禮券 100 元)：普 101 陳嘉儀(6 本)、803 劉貴志(10 本)

3.103 學年度第 1 學期「班級讀書會」得獎班級：

特優 普 203 優等 803、觀 202 佳作 普 101、服 201、造 201、造 202

4.12 月「圖書借閱王」TOP 5 排行榜

第一名 37 冊 702 蕭子翔 第二名 18 冊 803 蘇子傑 第三名 16 冊 902 蔡艾伶、702 楊祐銘 第四名 15 冊 商 202 謝宜容

第五名 12 冊 702 林堃蔚、801 林品樺、701 陳鴻舜

5.12 月「圖書借閱」TOP 5 排行榜

第一名 快樂天使心 溫小平著 第二名 蟲洞書簡 王溢嘉著 第三名 晨讀 10 分鐘：成長故事集 張曼娟著

第四名 K 書高手 呂宗昕著 第五名 最後的演講 蘭迪.鮑許(Randy、初心 江振誠作

6.賀！本校學生參加全國高級中等學校小論文寫作比賽第 1031115 梯次參賽同學全數獲獎：

特優：資 304 郭伊寧、胡雯雯、黃偉傑 優等：資 304 陳禮誌、陳韋嘉、詹東霖 甲等：資 304 陳佳誼、廖于萱



**健康資訊**

**要命的頭痛--顱內病灶引起的頭痛**

「頭痛」是常見的症狀，每個人幾乎都有幾次頭痛的經驗，甚至有些人經年累月飽受頭痛之苦。其實頭痛絕大多數都是肌肉收縮性頭痛，也就是緊張性頭痛，其次是血管性頭痛(像偏頭痛)，還有眼、耳、鼻、口等毛病引起的頭痛，以及頭臉部的神經痛。這些疼痛雖然很不舒服，但大部分的都不會有生命危險，醫師通常給予症狀治療例如止痛劑或肌肉鬆弛劑等(若是偏頭痛則有較特別的藥)。

但「頭痛」也有可能隱藏著少數要命的，若不及時給予適當的處理，很可能會有生命危險。這些要命的頭痛，與一般頭痛難以區分，有時醫師甚至要連續追蹤檢查了好幾次後才查覺出來。

那麼，那些疾病會引起要命的頭痛呢？這類的頭痛是由顱內壓升高或腦膜刺激所造成的。引起要命的頭痛的疾病包括腦瘤、蜘蛛膜下出血(腦動脈瘤、動靜脈畸形)、腦膿瘍、硬腦膜下血腫、腦內出血、以及腦膜炎等，其中除了腦膜炎外，大部分的疾病須要手術治療。

俗話說：「會吠的狗不會咬人」，但是狗會不會咬人往往與牠會不會吠沒有絕對關係。同樣的，要命的頭痛也不一定痛的要命，頭痛的危險性與頭痛的嚴重程度也無必然的關係。群集性偏頭痛，三叉神經痛都是非常劇烈的頭痛，卻沒有生命危險。蜘蛛膜下出血常危及生命，也常常頭痛的很厲害。顱內病變引起的頭痛卻不一定很痛，所以還是一句老話，病人與醫師之間良好的互動，良好的醫病關係才能得到最好的治療結果，才能像大海撈針似的將要命的頭痛找出來並及時給予治療。

<http://health.ntuh.gov.tw/health/new/1388.htm> 作者：蔡瑞章醫師

