

# 德育護理健康學院學務通訊

DYHU Office Of Student Affairs News

114 學年度第 3 學期

第 3 週 (115 年 3 月 9 日至 115 年 3 月 13 日)

校訓：勤、毅、誠、樸

核心價值：培養學生主動及安心學習的優質學府

校園特色：生態、健康、人文

學務精神：微笑、關懷、德育人

三敬運動：敬老、敬師、敬友！



發行日期：中華民國 115 年 3 月 9 日

發行單位：德育護理健康學院學務處

校安中心 24 小時專線電話：(02) 2437-4315

## 品德教育宣導

### 【開源節流】

春秋時代，有一對好朋友，他們讀書，作息都在一起，而張玉因家境較為貧窮，所以需要自己工作，賺取生活費用，陳邵則因家中富裕，所以衣食無虞，但是，每到月底繳交束脩(學費)的時候，陳邵卻總是沒錢。

陳邵接到家中寄來的信，說：「受戰亂波及，家中已無多餘錢財，希望你能自力更生」，陳邵看了嚇了一跳，心想：「如何是好？」

這時，張玉滿身是泥從外面進來，就問他：「你到哪裡去了？」張玉回答：「我在屋子旁開墾了一塊菜圃，種些蔬菜，除了自己吃，還可以賺些錢。」陳邵想了想就把自己的情形告訴張玉。

張玉笑了笑，說：「你跟我來」，他們一起走進張玉的房間。張玉指著曬乾的米飯說：「這是你平常剩下的，我把它曬乾後，再煮稀飯吃。此外，在課餘，我還教一些小孩讀書，將收到的錢，存到竹筒裡，不到必要時，絕不拿出來用，現在又種了些蔬菜，應該可以過得更寬裕了」。

陳邵聽了十分慚愧的說：「我已經知道你開源節流的方法了，謝謝你。」

上面這個故事看起來是古時候的作為，但「開源節流」是一種思想、觀念，是一種修為、養成個人品德，才能居安思危，即使在現代生活無虞的時候也要想到時勢多變，沒有人能保證一生順遂，所以平時要充實自己的學能，增加自身「開源」的條件，在生活上的所得不論是物資或金錢亦當思來之不易，不輕易浪費，當為難來臨時才能從容應對。

## ●課指組(分機：310~313)

- 一、學生會訂於 115 年 3 月 10 日(星期二)-12 日(星期四)假經國樓穿堂辦理社團博覽會社團招生活動，115 年 3 月 18 日起社團正式上課，煩請導師宣導五專一、二年級學生務必擇一社團參加，學生選社請至社團登記，課指組辦公室不再受理登記。
- 二、請導師協助宣導尚未完成 114 學年度第 2 學期各項學雜費減免、就學貸款註冊程序的同學，盡速洽課指組張瑤蓓小姐辦理(分機：313，週二至週五 9 時至 17 時於課指組收件，週一休假，週六 9 時至 15 時收件)。
- 三、相關獎學金訊息請參閱學校網頁獎學金專區。

## ●生輔組/校安中心/原資中心(分機：361~364/352)

### 【生輔組】

※請各班導師提醒同學下列注意事項，謝謝！

- 一、本學期幹部工作研習訂於 114 年 3 月 11 日(三)校系共同時間實施，請各班幹部依幹部職務直接至對應之科室辦公室簽到實施訓練。除班長、風紀至 H205(圖書館團體視聽室)教室集合外，其他班級幹部請依下表時間至指定位置集合，請依表定時間與會，重大集會無故未到者將依校規處分。

時間	系科	參與幹部
114. 3. 11(三)13:00-14:50	全校各班	班 代(H205 團體視聽室) 風 紀(H205 團體視聽室)
114. 3. 11(三)13:00-13:30	全校各班	副班代(學輔中心) 服 務、總 務(總 務 處) 學 藝(教 務 處) 衛 生(衛 保 組) 康 樂(撞球教室)

- 二、五專服務學習重補修課，將於暑期開課，請於期中考前注意教務處公告，以免錯失選課時間。
- 三、114-2 四技學生專業「服務學習」課程，請於活動日「三週前」向生輔組提出申請，保險費及活動相關費用可申請由教育部學輔經費補助支應，服務學習申請相關表單可至本校生輔組網頁下載使用。網址如下：

★學校首頁 > 學務處 > 生活輔導組 > 表單下載 > 社會關懷服務學習申請書  
<https://dsa.dyhu.edu.tw/p/405-1021-33513.c88.php>

- 四、汽機車停車證申請程序：

1. 114-2 學生汽機車停車證於 115/2/2 起開放資訊服務系統線上申請，請同學自行登入學校資訊服務系統申請。
2. 生輔組審核通過後，請至經國樓 1 樓出納組繳費，並持收據至經國樓地下一樓課指組(D001)辦公室領取停車證。

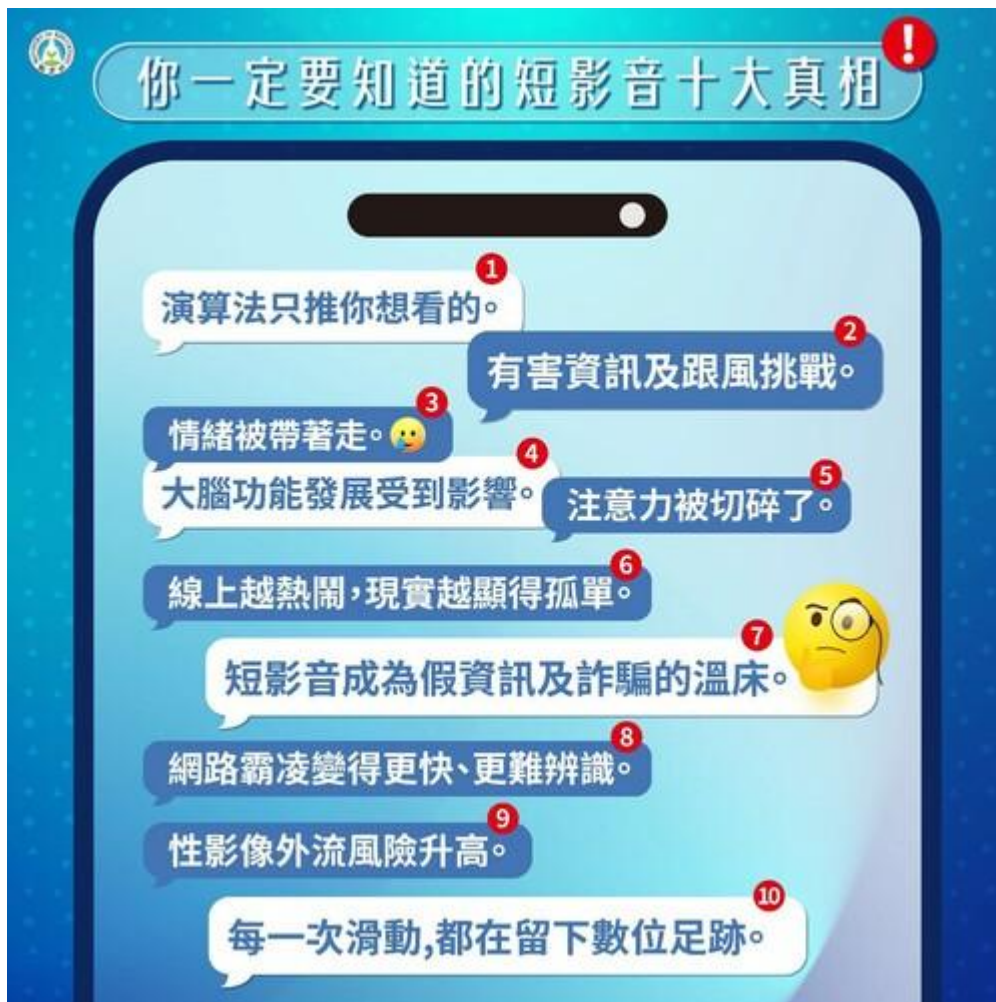
3. 學生汽機車停放位置設於第二校區停車場，請依規劃區域、停車格停放。

五、請同學務必遵守請假規定，請假當日起算4日內應完成請假申請，凡請5日之內的假採線上申請，請6日以上及團體公假方以紙本假單為之，養成於授課結束後上網查看缺曠課之習慣，如發現登記錯誤，請於該課程結束後3日內向授課教師報告並請授課教師於線上修正，逾時系統將上鎖無法修改。因故未能到課或未能參加重大集會(含全校、系、科、班級集會)請依規定附證明文件請假，以免被依校規處分。

六、已完成請假後要撤銷假單，須於請假單上所記載之日期當日前親自至生輔組辦理。

## 【校安中心】

一、114 學年度第 2 學期宣導主題為「拒絕短影音風險：別被演算法牽著走，思辨、查證、要求助！」，其他宣導事項為「加強校園霸凌防制」、「強化安全防護」、「促進身心健康與輔導」、「自殺防治」、「防制藥物濫用」、「防治校園性別事件」、「尊重身心障礙者」、「防治數位／網路性別暴力」、「落實人權教育」、「執行跟蹤騷擾防制法」、「防制校園詐騙」、「交通安全」、「尊重多元文化」及「推動全面性教育」等議題。另請運用教育部「短影音識讀站」與「不迷小紅書，青春不迷途」等資源推動媒體素養教育；並善用衛生福利部提供之「心快活」平臺、1925 安心專線及社區心理衛生中心等支持服務，協助學生建立正向健康的使用習慣，共同營造安全友善的校園環境。



二、為維護行的安全，請全校師生恪遵人車分道原則，上學進入校區時，務必行走人行通道，即警衛室右側人行道或由側門走人行通道入校區，警衛室左側通道為車道，為維護師生安全，請務必配合；另 114 年已於校門口完成雙向號誌增設置禁止迴轉標誌，請全校教職員生於校門口雙向道路禁止迴轉，並請導師向學生宣導上放學門口如有家長載送，勿於校門口雙向道路迴轉，依循號誌通行，避免於校門口車輛出入處上下車，讓路口道路更為順暢。

三、針對教育部統計 1 月份交通事故肇因，建議學校提醒學生：

- (一) 假日出遊時，行經路段、路口時，須減速慢行注意來車，避免遭其他用路人碰撞，機車族群務必配戴安全帽，持續加強宣導，提升危險感知能力，以避免交通意外事件。
- (二) 外出時，建議穿戴鮮豔衣物，以提高顯著性。行經路口時，請務必遵守「慢、看、停」原則，減速「慢」行、察「看」左右後方有無人車及車輛暫「停」禮讓行人先行之正確觀念，建立「路口停讓」文化，減少事故發生。

四、藥物濫用防制宣導：

- (一) 常見的毒品樣態如：混毒咖啡包、混毒巧克力、混毒果凍、混毒小熊軟糖、混毒提神飲料、笑氣氣球等等。因為添加混合毒品，使得戒治困難，對身體危害也更大。
- (二) 請留意來路不明但看似日常生活中常見的點心零食，外表包裝精美，容易吸引少年，隱藏著高度的危險，請同學務必小心。
- (三) 反毒文宣海報：

## 小心新興毒品

新興毒品樣式多，來源不明，小心藏毒



它可能是偽裝過的毒品，外觀、樣式多變，千萬別亂吃！

來源不明 別亂買亂吃

可能是 誘惑陷阱

相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：  
諮詢專線 0800-770-885 (請請你幫幫我)

教育部 Ministry of Education 關心您

## 電子煙

### 毒害健康的潮流陷阱

甜蜜煙霧背後的雙重危機



電子煙油加熱後會產生致癌物質，比你想象的更危險

多種口味的電子煙油，更容易在不知不覺間滲入依托咪酯、大麻或安非他命

別為了追求潮流而犧牲健康

相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：  
諮詢專線 0800-770-885 (請請你幫幫我)

教育部 Ministry of Education 關心您

## 慎選打工

### 別成了運毒幫手

高薪輕鬆？小心掉入運毒陷阱

- ⚠️ 異常高薪，工作內容模糊不清。
- ⚠️ 要求運送不明包裹，或代收不明款項。
- ⚠️ 雇主不願簽約、公司資訊不透明。
- ⚠️ 只是跑腿，卻要出入複雜場所。

幫忙運毒，即使不知情，也可能觸犯重罪！打工前務必查證，或先向師長諮詢。



相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：  
諮詢專線 0800-770-885 (請請你幫幫我)

教育部 Ministry of Education 關心您

## 留意網路涉毒陷阱

千萬別滑進毒坑

- 別亂加！  
熱情網友、好康群組，可能正在販毒
- 別輕信！  
免費試用、紓壓解悶，恐怕只是話術

別嘗試！  
網路社群或直播購買的食品來源不明，可能是毒品！

網路世界誘惑多，別讓螢幕後的陌生人帶你走上不歸路！



相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：  
諮詢專線 0800-770-885 (請請你幫幫我)

教育部 Ministry of Education 關心您

五、重申本校為全面禁菸場所，請同學共同愛護學習環境，共創健康無菸校園；經查違規人員依校規議處及接受戒菸教育。另近期亦常接獲校外居民反映，7-11、全家便利商店騎樓及米蘭社區入口空地，學生常多人聚集吸菸、亂丟垃圾，造成髒亂吵鬧，除由校安中心不定期勸導要求商店騎樓庇廊不吸菸外，協請班級導師加強宣教，並提醒全校校園為禁菸區域，第一，二校區校門口人行道暨公車站牌處地標紫色禁菸線為禁止抽菸區域，請全校師生務必配合。另校門口兩家便利商店前庇廊人行道亦為禁菸場所，衛生局將派人稽查，違者將處罰款NT\$10,000元，請同學勿以身觸法，若發現同學有違規吸菸情事除以校規處分外將函送基隆市衛生局裁罰。



**NO SMOKING  
& NO VAPING**

六、依「菸害防制法」相關事項規定：

(一)電子煙或未經審查通過的加熱菸及其組合元件，都是違法產品：

1. 任何人使用，處二千元以上一萬元以下罰鍰。
2. 供應者，處一萬元以上二十五萬元以下罰鍰。
3. 販賣者，處二十萬元以上一百萬元以下罰鍰。

(二)未滿20歲之人不得吸菸，違規學生須由學校依規指定專人負責辦理戒菸教育；供應菸品予未滿20歲之人，處一萬元以上二十五萬元以下罰鍰。

(三)菸害防制法規定，學校及校園外周邊人行道屬於全面禁菸之場所，應於所有入口處設置明顯禁菸標示或設置示意圖標明禁菸範圍，並不得供應與吸菸有關之器物，違者處一萬元以上五萬元以下罰鍰。

如查獲學生有上述違規情形，將函移基隆市衛生局處辦，請同學遵守規定。

## 【原資中心】

一、114-2 原住民獎助學金：

各縣市獎助學金及原住民委員會獎助學金開始申請，請原住民族學生總成績有「及格」，主動到原資中心詢問相關申請，或者透過 line 詢問，不要喪失自己的權益。

二、社團活動即將開始，對於原住民文化有興趣的同學，皆可以參加周三原住民文化研究社活動。

## ●諮商輔導組：德育樓 1 樓 A103(分機：321)

### 114 學年度第 2 學期「諮商輔導組專題演講活動」

實際演講時間及地點以學務通訊公告之資訊為主，報名辦法如下：	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. 115 年 2 月 23 日(一)開始受理報名至演講前三週，請各班派副班代至諮商輔導組報名。</li><li>2. 若報名超過名額，將以本學期僅報名單場活動之班級為優先。若仍超過名額將抽籤決定。</li><li>3. 若班級報名後不克參與，請務必於活動前三週通知諮商輔導組，以利其他班級參與。</li></ol>	
活動一	<p>115 年 03 月 18 日 (三) 13:00-14:50</p> <p><b>聽見求救之前：陪伴與察覺的練習</b></p> <p>內容摘要：有時候，身邊的人並不會直接說出「我撐不下去了」，但他們可能早已在用不同方式發出訊號。本講座將從學生熟悉的日常互動出發，陪大家一起練習如何留意朋友的改變、聽懂那些沒說出口的感受。這不是要你成為專業人員，也不是要你獨自承擔，而是學會在適當的時候靠近、陪伴，並知道什麼時候該找資源、把人接住。希望讓你知道，你的一份在乎，可能就是對方很重要的支持。</p> <p>地點：待定 講師：待聘 已報名：五護一甲 <b>(名額有限，歡迎各班踴躍報名參加)</b></p>
活動二	<p>115 年 03 月 25 日 (三) 13:00-14:50</p> <p><b>性別平等主題月—「戀愛讀心術？—打破曖昧的潛規則」</b></p> <p>內容摘要：在曖昧與戀愛中，我們常被期待「你應該要懂」、「不說就是默認」，但這些潛規則其實容易造成誤解與壓力。本主題將從性別平等與親密關係的角度出發，帶領大家練習覺察自己的感受與界線，學習用清楚、尊重的方式表達期待，打破以猜測取代溝通的戀愛迷思，建立更平等、安全的親密互動。</p> <p>地點：待定 講師：待聘 已報名：五美一甲 <b>(名額有限，歡迎各班踴躍報名參加)</b></p>
活動三	<p>115 年 04 月 01 日 (三) 13:00-14:50</p> <p><b>性別主題月-「愛人先愛己：關係中的「Yes」與「No」</b></p> <p>內容摘要：在親密關係中，我們常為了維持關係而勉強答應、忽略自己的感受。本主題將引導大家認識「同意」與「界線」的意義，練習在關係中說出真實的「Yes」與「No」，理解拒絕並不等於傷害，而是對自己與他人的尊重，進而建立更健康、平等的親密關係。</p> <p>地點：待定 講師：待聘 <b>(名額有限，歡迎各班踴躍報名參加)</b></p>
活動四	<p>115 年 05 月 06 日 (三) 13:00-14:50</p> <p><b>【靠近與不迷路之間】—「在友情裡找到自己，也讓自己被看見」</b></p> <p>內容摘要：在想被靠近的同時，你有沒有也擔心，會不會因此走得太遠、離自己太遠？這場分享從「想融入、想被選擇」的心情談起，陪你一起分辨：哪些靠近讓你更安心，哪些卻讓你慢慢迷路。不是要你變得獨立或冷漠，而是學會在關係裡，留一條能回到自己的路。當你越清楚自己站在哪裡，關係反而會更穩。</p>

	<p>地點：待定          講師：待聘          已報名：四食三甲          (名額有限，歡迎各班踴躍報名參加)</p>
活動五	<p>115 年 05 月 27 日 (三) 13:00-14:50  <b>校園性別事件防治宣導活動-「請勿模仿：日常互動的性別界線指南」</b>          內容摘要：日常互動中，看似玩笑、關心或親近的行為，若忽略對方感受與同意，可能已跨越性別界線。本活動以校園常見情境為例，協助學生辨識不當互動與性別事件的界線，理解「尊重、同意與界線」的重要性，並學習在校園中建立安全、友善且相互尊重的互動方式，共同預防性別事件的發生。          地點：待定          講師：待聘          (名額有限，歡迎各班踴躍報名參加)</p>
活動六	<p>115 年 06 月 03 日 (三) 13:00-14:50  <b>生涯規劃宣傳活動-「我適合什麼？——從性格、興趣到生涯方向」</b>          內容摘要：許多學生在面對生涯選擇時，常感到迷惘與焦慮，不知道自己適合什麼、未來該往哪裡走。本講座將從性格、興趣、能力與價值觀等面向出發，協助學生理解自我特質，釐清常見的生涯迷思，並透過生活化的引導與提問，幫助學生逐步勾勒出屬於自己的生涯方向，降低不確定感，為後續的選擇建立更穩固的自我基礎。          地點：待定          講師：待聘          (名額有限，歡迎各班踴躍報名參加)</p>
活動七	<p>115 年 06 月 17 日 (三) 13:00-14:50  <b>生涯規劃宣傳活動-沒有標準答案的生涯——如何在選擇與改變中前進</b>          內容摘要：在快速變動的時代，生涯不再是一條筆直的道路，而是充滿選擇與調整的歷程。本講座將引導學生理解現代生涯的多元樣貌，回應「選錯怎麼辦」的常見焦慮，並學習在不確定中做出當下合適的決定。透過實際案例與具體思考工具，協助學生建立彈性思維，理解生涯可以修正與前進，而非一次定終身。          地點：待定          講師：待聘          (名額有限，歡迎各班踴躍報名參加)</p>

# 1142 「生涯信念檢核表」暨「柯氏憂鬱量表」施測日程【時間有調整!!】

請各班級務必記得施測日期/時間，並提早至施測地點集合，如施測時間與其他活動衝突，請儘早通知以利諮商輔導組協調安排；施測場地禁止飲食，請同學事先用餐完畢，謝謝大家配合！

場次	日間部科班別	班導師	人數 男/女	預定日期	預定地點
1	四技觀健系三甲(本國生)7 四技觀健系三甲(外籍生)13	葛建培	7.7	實習返校日 115/5/27 9:30-11:00 間	I1 樓中 C 診療教室(系辦對面)
2	轉學生			115/2/25(三) 14:00-14:30	B1 展演廳
3	四技餐廚系三忠(外籍生)33 四技餐廚系三孝(外籍生)19	李佳容 江志民	13.20 5.14	3/02 9:55 3/10 9:40	D502 H407
4	五專護理科三乙 37 五專幼保科三甲 24 四技幼保系三甲 9	陳鴻逸 林志昇 林永盛	7.30 1.23 0.9	115/3/04(三) 13:00-13:50	H407(80) 電腦教室 劉敬亭
5	五專美設科三甲 25 二技護理系三甲 26 四技護理系三甲(在校生)18	譚彩鳳 周翠蘭 王怡淑	2.23 2.24 8.29	115/3/04(三) 14:00-14:50	H407(80) 電腦教室 劉敬亭
6	五專餐廚科三甲 38 五專餐廚科三乙 30 四技食保系三甲 6	當天幹訓，會有先後陸續測驗的狀況。 陳建佑 李宗家 胡淑慧	26.12 13.17 2.4	115/3/11(三) 13:00-13:50	H407(80) 電腦教室 杜芝韻
7	五專美設科三甲 25 四技高福系三甲 11 五專護理科三甲 40	譚彩鳳 洪葦倉 周筱茵	2.23 2.9 7.33	115/3/11(三) 14:00-14:50	H407(80) 電腦教室 杜芝韻
8	四技護理系三甲(實習生)35	王怡淑	19	3/19 9:00-9:30	C303
9	四技餐廚系三甲 41(境外.台灣)	何偉璵	23.18	實習返校日 5/06	各班教室
10	四技餐廚系三乙 52(境外生)	翁銜穗	21.31		各班教室
11	四技餐廚系三丙 45(境外生)線上	李佳容	20.25		各班教室
12	四技餐廚系三丁 34(境外生)線上	曾志昌	11.22		各班教室

★★★備註:若導師因班上排定當天有預定事務，無法參與測驗，請於 2/12 前致

電分機 321 與逸華心理師另約可以測驗的時間與地點，謝謝。

三、諮商輔導組辦理一系列豐富又有趣的心理衛生活動，歡迎同學自由報名參加☺

(一)報名須知：一律採網路報名，開學日開始開放報名，活動資訊如右方連結  
<https://dsa.dyhu.edu.tw/p/412-1021-1410.php>，報名請點選活動名稱即可完成報名！

(二)集點及抽獎活動：參加活動後繳交心得，即獲得「諮商輔導組集點活動」點數，可兌換「療癒小物」唷！另外還可以參加抽獎活動喔，趕緊報名參加~

#### 四、德育諮輔組志工招募☺

在這裡，  
你會遇見更多元的自己，  
也成為別人生命中的一份支持。

## 招募諮輔志工

**你將參與...**

- 學生陪伴與支持相關事務
- 組內主題活動與團體運作
- 精美手作、桌遊與互動活動
- 校園心理健康推廣與志工合作

**你會收穫**

- 實際服務與學習經驗
- 志工培訓與專業引導
- 志同道合的夥伴
- 一段有意義的學校回憶

加入我們  
掃描 QR Code 立即報名  
更多資訊請至  
德育樓 A102 諮輔組 洽詢

諮輔組這學期招募志工，安排一系列認識多元面向的自己及提升自我認同之體驗活動，讓你從中更了解自己甚至接納或欣賞自己；安排心理衛生推廣活動，讓你學習團體合作，能夠與他人建立或維持好關係唷！

志工值班期間如表現良好會給予嘉獎且累積服務時數即可獲得志工服務證明喔！

A. 招募對象：本校在校學生

B. 招募時間：即日起至3月17日(一)

C. 有意願擔任諮輔組志工的同學，

可直接到諮商輔導組（德育樓 A102）報名或掃左方的 QR CODE 報名，也可點選報名連結

#### 五、學生成長活動-班級輔導活動

本學期日間部「班級輔導活動」開放預約申請，欲申請導師可至諮商輔導組網站→【表單下載】→【班級輔導活動申請表】，下載申請表，填妥後繳交至中心，歡迎各系科/班級依據同學需求於3月23日(一)前踴躍提出申請。

#### 六、「好心時光」(班級經營)活動場次申請

本年度日間部「好心時光」(班級經營)活動本年度共有7場次講師費及250人次材料費開放預約申請，欲申請導師可至諮商輔導組網站→【表單下載】→【好心時光(班級經營)活動申請表】，下載申請表，填妥後繳交至中心，歡迎各系科/班級依據同學需求，踴躍提出申請。

#### 七、留察生座談會通知

本學期留察生須於115年3月11日(三)15:00-16:00於中山樓2樓團體視聽教室參與「留察生座談會」，此座談會為重大集會，如班級留察生因故不克出席者，請確實依本校日間部學生請假辦法第6條、第9條以書面完成請假手續，否則將依本校學生行為規範與獎懲法第8條、第18條進行處分。

#### 八、聊心驛站-精神科醫師到校諮詢

覺得自己需要跟精神科醫生談一談嗎？

「可能是你身邊的朋友建議你需要看醫生。」

「可能是你已經猶豫很久，不確定自己究竟是否需要看精神科。」

「可能是你需要聽聽其他醫生對目前服用藥物的建議。」

很多的可能，讓你想找個專業的精神科醫生談談，卻又有很多的猶豫讓你止步不前，那就來聊心驛站吧!!

● 諮詢地點：學生輔導中心會議室

● 諮詢醫生：衛生福利部基隆醫院精神科主治醫師

● 諮詢時間：114年4月01日(三)、5月13日(三)、05月27日(三)的14:00至17:00，以整點為單位預約，每人每次50分鐘。

- 諮詢內容：心理狀態評估、精神醫療諮詢、藥物諮詢、心理健康諮詢等(小提醒：單次諮詢為主，非看診也無法開藥喔!)
- 諮詢對象：本校學生與教職員

## ●資源教室德育樓1樓A103-2教室(學生餐廳旁)(分機：322~323)

### 一、特殊教育服務申請至115年3月13日(本週五)止

有需要「課業輔導、助理人員、無障礙評量」的特殊教育學生，請在開學三週內115年3月13日(週五)前提出申請，逾期不受理。

### 二、職涯校外參訪活動將於115年3月27日舉辦，歡迎到資源教室報名，了解自己的生涯性向!

# 校外參訪--你的未來從賈桃樂開始

日期：115/03/27(五)

時間：08:00-17:00

地點：新竹

賈桃樂——甲頭路(台註)！

透過團體心測與場館導覽，  
認識這個好玩又能探索自我的場館，  
還能親手製作專屬小木屋帶回家！  
長知識，也有滿滿收穫與驚喜好禮！

★ 本學期活動可至[學輔中心資源教室網頁](#)瀏覽，並向資源教室報名。

## ●衛保組(分機：340、341)

### 流感防治訊息

- 流感防治衛教宣導(中文、英文、印尼文、泰文、越南文) <https://reurl.cc/vE3y7j>  
疾病管制署(下稱疾管署)今(3)日表示，目前社區中流行之呼吸道病原體仍以流感病毒為主；另目前國內新冠疫情尚處低點，但國際近期新冠病毒陽性率略升，國內供應之流感及公費新冠疫苗，皆庫存充足，呼籲符合資格尚未接種者儘速接種，提升免疫保護力，保障自身與家人健康。疾管署呼籲，因初春氣溫多變，加上各級學校開學、元宵燈節活動等人群聚集持續，呼吸道傳染病傳播風險增加，提醒民眾加強防範流感及新冠等呼吸道傳染病，落實勤洗手、咳嗽禮節，出現發燒、咳嗽應戴口罩並在家休息。若出現呼吸困難、胸痛、意識改變等危險徵兆，應儘速就醫，並配合醫師指示服藥，以降低併發重症風險。
- 備註：公費新冠疫苗擴大提供全國滿6個月以上民眾接種措施延長至今年4月30日止。
- 預防措施：
  1. 增強個人的免疫力，加強洗手。

2. 保持教室與居住處之清潔與通風。
3. 有呼吸道症狀應戴口罩，並依醫師指示治療，落實「生病不上課、不上班」原則，直至症狀解除後24小時始返校上課。
4. 生病期間儘量避免出入擁擠之公共場所，或與病患接觸。

二、本學期轉學生請注意，請於115年3月22日（五）前將前學校的「健康資料表」繳交至衛生保健組，或至衛保組說明。

三、本學期「基本救命術急救訓練」報名已額滿，參加學員請注意以下事項：

- (一)課程時間：115年3月18日、25日（星期三）下午1時至5時（共2天，計8小時）。
- (二)報到：活動當日下午12:40請先至衛保組簽名報到領取資料。
- (三)出勤規定：請勿遲到或早退；受訓時數未滿8小時將影響證書核發。
- (四)活動當天請穿著輕便褲裝，勿穿大領口上衣，以便操作

四、環保節能宣導：

1. 落實「教室垃圾不落地」，下課務必自行帶走垃圾，維持整潔環境。
2. 公共區域垃圾請依標示分類投放。
3. 離開教室時請關閉電源，共同維護乾淨節能的空間。
4. 鼓勵用餐自備環保餐具，減少免洗餐具使用，守護健康並響應環保。
5. 資源回收室開放時間：每日08:10-17:00。班級大型回收物請送至回收室，不得隨意棄置。

## ●體育組(分機：330、331)

一、水域安全宣導及運動傷害講座

114學年度第二學期水域安全宣導及運動傷害講座將於115年3月11號(三)幹部訓練時實施，請康樂股長於規定時間至撞球教室集合，現場設有簽到表，請各班康樂股長準時參與。

二、借還體育器材順序(請各班康樂股長確實宣導)

(一)班級借用

- (1) 確實填寫「器材借用申請表」及押上「借用人的證件」一張，才可取用器材。
- (2) 歸還器材時請確實點清數量後請授課老師簽名，再取回證件，使得完成借還器材正確程序。
- (3) 若沒帶任何證件，則不得借用任何器材。
- (4) 取回證件時，請同學看清楚證件是否是自己的，勿誤取別人的證件。

(二)個人借用

- (1) 確實填寫「器材借用登記表」及押上「借用人的證件」一張，才可取用器材。
- (2) 歸還器材時請確實點清數量，於器材借用單上簽名並取回證件，使得完成借還器材正確程序。
- (3) 若沒帶任何證件，則不得借用任何器材。
- (4) 取回證件時，請同學看清楚證件是否是自己的，勿誤取別人的證件。

三、體育課相關事宜

- (1) 請同學發揮公德心，上完體育課務必將自行垃圾帶走，共同維護體育場館之清潔。
- (2) 若逢雨天到後山體育場上體育課，請同學留意腳步，小心地面濕滑，以免滑倒受傷。

# 114 學年度校內羽球公開賽競賽規程

## 114 School Badminton Open Rules

- 一、宗旨：為推展校內運動風氣，達到增加運動人口目標，增進新生班級團隊精神與友誼，發掘運動人才為校爭光。
- 二、指導單位：學生事務處。
- 三、主辦單位：體育組。
- 四、協辦單位：衛生保健組。
- 五、比賽組別：總共分為
  - (1) 男子組單打
  - (2) 女子組單打
  - (3) 混合雙打組(至少要一位女生上場)
  - (1) Men's singles
  - (2) Women's singles
  - (3) Mixed doubles team (at least one woman must participate)
- 六、參賽資格：本校全體學生。
- 七、報名時間：即日起至115年3月18日(星期三)下午5時止。  
From now until 5:00 PM on Wednesday, March 18, 2026.



(<https://forms.gle/nfU3EZgDoEZaWMCQ6>)

- 八、報名手續：填寫報名表網址，如有疑問請洽體育組辦公室高建儒老師；校內分機：331。
- 九、抽籤時間：115年3月19日(星期四)中午12:10於中正樓撞球教室進行抽籤及賽前會議、規則說明。請各隊派員參加，未到者由主辦單位代抽不得異議。並於115年3月20日(星期五)下午5時前公佈賽程。(賽程將公佈於學校首頁、學務處、體育組網頁，賽程可能因故臨時變動，請選手隨時注意網頁賽程公告)  
The drawing of lots, pre-match meeting, and rules briefing will be held at 12:10 PM on Thursday, March 19, 2026, in the Billiards Room of Zhongzheng Building. Each team must send a representative to attend. For teams not represented, the organizer will conduct the drawing on their behalf, and no objections shall be raised. The tournament schedule will be announced by 5:00 PM on Friday, March 20, 2026.
- 十、比賽日期：115年3月24日(星期二)至115年4月16日(星期四)，每週二、四中中午12:10至13:00，每週三13:10至17:00。  
From March 24 (Tue) to April 16 (Thu), 2026, Every Tuesday & Thursday: 12:10 PM-1:00 PM. Every Wednesday: 1:10 PM-5:00 PM.
- 十一、比賽地點：後山體育館。
- 十二、比賽規則：採用中華民國羽球協會審定之最新規則。
- 十三、比賽辦法：
  - (1) 分為女、男、混合雙打三組，採單淘汰制，請於賽前至記錄台檢錄。
  - (2) 參賽之選手出場比賽時需穿著運動服裝及運動鞋，未著運動服裝及運動鞋喪失比賽資格。

(3) 每日比賽時間請參賽選手準時比賽，比賽時間超過十分鐘未到者，以棄權論。

(4) 比賽採 **21 分制**，中場休息 1 分鐘；三戰兩勝，判該隊獲得該場次勝利。

(5) 其他規則依最新羽球規則實施。

(1) There are three categories: women's, men's, and mixed doubles, with a single-elimination system. Please go to the scorer's table to sign in before the game.

(2) Participants must wear sportswear and sneakers when entering the venue. Players not wearing sportswear and sneakers will be disqualified.

(3) The daily competition time is scheduled from 13:10 to 15:00 in the afternoon. Any match lasting more than ten minutes will be considered a forfeit.

(4) The game adopts a 21-point system with a 1-minute halftime break. The team will be victorious if they win two out of three games.

(5) Other rules shall be implemented in accordance with the latest badminton rules.

#### 十四、 申訴：

(1) 比賽爭議如規則上有明文規定及同意義之解釋者，以裁判之判決為終決，不得提出異議。

(2) 對球員資格有異議時，必須於該場比賽後立刻提出，否則不予受理。

(3) 對現場比賽判罰有異議者，應立即提出，比賽結束後不予受理。

(4) 裁判主動處理一切違規事項。

#### 十五、 注意事項：

(1) 球員如有冒名頂替、資格不符或重複出賽者即取消該隊所有比賽成績，以棄權論，成績完全不算。

(2) 球員初賽時請攜帶身份證件備查，並依規定穿著運動服裝。

#### 十六、 獎勵：個人組取前六名頒發獎金及獎狀：

(1) 冠軍 — 1,200 元

(2) 亞軍 — 1,000 元

(3) 季軍 — 800 元

(4) 殿軍 — 700 元

(5) 第五名 — 500 元

(6) 第六名 — 300 元

團體組取前四名頒發獎金及獎狀：

(1) 冠軍 — 1,500 元

(2) 亞軍 — 1,200 元

(3) 季軍 — 1,000 元

(4) 殿軍 — 800 元

個人組未滿八隊-取前三名，未滿十隊取前四名、十隊(含)以上取前六名。

團體組未滿四隊-取前一名、未滿五隊-取前二名、未滿六隊-取前三名、六隊(含)以上取前四名。

#### 十七、 競賽規則如有未盡事宜，得由大會隨時修訂之，並通告各參賽隊伍。