

# 學務通訊

## 第03週

### 【與學務長午餐有約】

- 一、學務處學務長辦公室，於每日中午時間開啟大門，訂之為「與學務長午餐有約」時段，歡迎全校師生，如有任何問題需學務處服務的地方，逕自前來洽詢，如需準備午餐者請事先告知，謝謝！（如遇學務長開會或公差外出則暫停開放）

### 【生輔組】

- 一、學務處辦公室設置「導師信箱」與「班級信箱」，請各班經常前往查看，並於週三中午前拿取所有資料及簽名（切勿拿錯），以免影響他人權益。
- 二、學務通訊包含各行政單位通知事項，請務必每週宣導，並在週五中午前由副班長將導師簽名回條（學生不得代簽）交回生輔組，繳交情況列入行政會議提報與期末獎懲建議；另學務處網頁設有各週學務

通訊專區，歡迎師生查詢運用（學務處/學務服務專區/學務通訊）。

- 三、如遇國定假日（例如10月10日）班會未開，請導師利用當週其他時機宣導學務通訊，副班長仍須在週五中午前將導師簽名回條交回生輔組備查。
- 四、請新生班導師利用10月3日班會部分時間擇要宣導友善校園（其他班級為9月26日），參考資料與宣導記錄表可至生輔組網頁/友善校園宣導下載；請所有班級於10月5日前將宣導記錄含電子檔（附6張宣導照片）送生輔組彙整。
- 五、本學期申請註銷懲罰紀錄者，受理期至第5週止，請參閱學務處網頁/學生申請註銷懲罰記錄辦法及表單下載，並備齊相關表單至生輔組辦理（逾期不收件）。
- 六、107學年度註冊之新生及轉學生（男同學），尚未繳交兵役資料影本者（身分證、退伍令或免役證明影本），請於10月2日前繳至生輔組，俾利辦理緩徵（或儘後召集）作業。
- 七、線上請假應於14天內完成，事假寫明何事，病假寫明病因，喪假註明與過世親屬關係，未依規定將退回假單重填；參加活動填寫紙本公假單，並於活動後兩日內送生輔組。
- 八、五專前3年級學生除體育課著體育服，專業課程著系科服裝外，一律著制服。
- 九、本校品德教育核心價值第1至4週宣教主題為「尊重」，請利用班會部分時間至少討論乙次，並於班會紀錄簿註記備查，參考資料可至學務處網頁/品德教育專區下載運用。
- 十、遺失物拾獲與查詢：生輔組；性平案件申訴窗口：生輔組；霸凌案件申訴窗口：軍訓室。
- 十一、性別平等宣導：消除性別歧視，落實性別平權。
- 十二、智慧財產權宣導：買正版，認正牌，你我支持反盜版。
- 十三、法規宣導：拾獲物品隱匿不報，情節輕微者，記過處分（另涉及刑法侵占罪）。
- 十四、下述表單具有時效性，惠請導師協助完成：

項次	繳交資料	繳交日期	注意事項
1	學務通訊第1週回條	9月21日 中午(五)	迄9月28日15時未繳單位： 五土五1、五子三1、五機二1、五機四1、五餐一1、 五餐四1、五資一1、四土三1、四設四1、四設四2、 四機四1、四創三1、四英一1、四企二1、四餐二2、 四閱一2、四閱三2。

2	學務通訊第 2 週回條	9 月 28 日 中午(五)	迄 9 月 28 日 15 時未繳單位： 五機四 1、五餐一 1、五餐二 1、五資一 1、四土三 1、 四機四 1、四創三 1、四廚一 3、四企一 1、四餐二 2、 四展一 1、四閱一 2。
3	班級幹部名單	9 月 27 日 (四)	迄 9 月 28 日 15 時未繳單位： 五語五 1、五語五 2、五餐四 1、五資二 1、四土二 1、 四土三 1、四設一 1、四設四 1、四設四 2、四機四 1、 四創一 1、四創三 1、四子四 1、四資三 1、四餐一 2、 四餐二 2、四動三 1、四動四 1、四閱一 1、四閱一 2、 四閱二 1、四閱三 2、四閱四 1。
4	新生班週會點名表	9 月 28 日 (五)	迄 9 月 28 日 15 時未繳單位： 四設一 2、四創一 1、四企一 1、四閱一 1。
5	五專前三年座位表	9 月 27 日 (四)	已全數繳交。
6	「友善校園週」 宣導紀錄	10 月 5 日 (五)	請於 9/26 班會(新生班 10/3)宣導，參考資料與宣導記 錄表可至生輔組網頁/友善校園宣導下載，並於期限內 將宣導記錄含電子檔(附 6 張宣導照片)送生輔組彙整。
7	校外賃居生資料 調查表	10 月 5 日 (五)	紙本已放至導師信箱，請協助調查校外租屋同學(不含 校內住宿與住親戚家)，於導師與系主任簽章後，送生 輔組彙整。
※感謝您的配合，如有相關問題請洽詢生輔組 644、643 或組長 640※			

## 【軍訓室】

一、本學期「班級幹部講習」參加人員及相關事項如下

1	班 長	10 月 3 日(星期三)12:00 至 13:00 藝文教室 8201 教室。
2	學藝股長	10 月 24 日(星期三)12:00 至 13:00 思賢樓 102 教室。
3	副 班 長	10 月 3 日(星期三)12:00 至 13:00 藝文教室 8201 教室。
4	總務股長	10 月 24 日(星期三)12:00 至 13:00 思賢樓 102 教室。

**本次講習為校內重要集會**，如因故無法參加者，請檢附證明事先向校安中心陳慶平輔導員請假，並向導師報備及指定代理人參加。講習提供中午便當，參加幹部如有食用素食者，請提前二天通知校安中心陳慶平輔導員，以便提前準備。

- 二、校內限速 20km/h 以下，請慢速行駛，並依遵行方向指示行駛，不可逆向行駛，以維護人車安全，騎乘機車請務必戴安全帽，嚴禁超載，並依規定位置停放，違規同學經查獲登記，並依校規懲處。
- 三、請同學務必遵守將汽、機車停放校內，避免停於校外，尤其是校外住家前，以免影響住戶進出及開店，而衍生不必要校園安全問題。
- 四、請同學於校園內行走時，發揮道德遵守觀念，行走人行道，避免與車爭道，以免發生危險。
- 五、學校周邊易肇事位置計有：1. 浮洲橋旁、2. 金城路三段口、3. 清水路口、4. 明德路口。同學們經該路段時，務必遵守交通秩序、交通規則、不可搶快，注意防禦駕駛，確保交通安全。
- 六、請同學告知家長、計程車駕駛教學區已規劃為單行道，請遵守車輛請勿進入教學區含思賢樓(一律請於會展與觀光系館前迴車)。  
節能教育宣導：請確實落實教室三分鐘環保工作，維護上課整潔環境；下課請同學一齊來檢查，關投影機、關電腦、關冷氣、關電扇、關電燈，節約能源隨手做環保。

- 七、本校為「無菸校園」全面禁菸，開學至今仍發現部份同學於校園內吸菸，依「菸害防制法」於非吸菸區吸菸最高處新臺幣1萬元罰鍰(新北市衛生局不定時到校拍照取締)，並依校規記小過處分。

### 【課指組】

- 一、10月3日下午六、七節課為新生社團課程時間，請新生準時參與社團活動。
- 二、107學年度晴晴蜜蜜捐血活動，將於107年10月17日(三)早上9點至下午4點於會展館前廣場辦理，歡迎同學踴躍參與。
- 三、107學年度第1學期學產基金低收入戶助學金辦理時間為即日起至10月5日，欲申請同學請於期限內提出申請辦理。
- 四、107學年度第1學期優秀清寒獎助學金，申請時間為即日起至10月12日，欲申請同學請於期限內提出申請辦理。
- 五、107學年度第1學期弱勢學生助學計畫辦理時間為即日起至10月20日止，請同學務必於期限內辦理完成。
- 六、107學年度宏國德霖科技大學「新生生活助學金」申請時間為即日起至107年10月29日止，欲申請同學請於期限內提出申請辦理。
- 七、校內外相關獎助學金訊息已放置「獎助學金資訊網」，如欲申請同學請踴躍提出。

### 【諮商中心】

- 一、\***心衛推廣**：何謂網路成癮？

簡言之，網路成癮是指過度使用網路後，影響日常生活，例如：學業退步、睡眠變少、興趣範圍變窄、飲食習慣改變、人際關係改變等等，進而對網路產生心理依賴，然後不斷的增加上網時間且離線後會產生焦慮或憂鬱等戒斷症狀。

目前針對網路成癮還沒有既定的診斷準則，一份美國統計資料顯示，如果一個月上網時間超過144小時，便可以被歸類為「不正常的行為」。美國匹茲堡大學心理學家設定八項標準，只要符合其中五項，初步可認定，如果每週上網時間超過40小時，就更加確定是「網路成癮症」。

八項標準：

- 1.只專注於網路上的活動，即使離線仍想著上網的情形。
- 2.就算花了很多時間在線上仍無法得到滿足。
- 3.無法控制或停止使用網路。
- 4.若減少或停止使用網路，容易發脾氣且感到沮喪。
- 5.在網上所花費的時間比預期來得久。
- 6.為了上網，寧可喪失人際關係、工作或教育機會。
- 7.為隱瞞自己涉入網路的程度，向家人朋友或他人說謊。
- 8.為了逃避問題或釋放情緒而上網

如果你感覺到有以上症狀，請記得適時的關掉網路或手機網路，到戶外走走，可以多安排自己一些活動或參加朋友聚會或是出門進行自己喜愛的休閒娛樂，因為網路是生活的一部分並非全部，擺脫網路的控制，可說是現在的全民運動，鼓勵全家、學校、社會一起來，才能擁有健康又快樂的生活!!!

如果有任何需要幫助的地方，都請不要吝於讓我們知道。預約方式：網路【宏國德霖首頁】→【行政單位】→【學務處】→【諮商中心】→【線上預約系統】或撥諮商中心2273-3567分機616，同時也很歡迎您親自過來。



## 【衛保組】

- 一、 **健康促進活動**：健康促進活動於第 3 週開始，歡迎有興趣同學至衛保組報名參加，健康促進會員請至衛保組領取活動課程表。
- 二、 **即將辦理活動**：
- 10 月 3 日(三)下午 13:00 至 13:50 在體育館視聽教室辦理本學期第 1 次健康飲食促進講座，已報名班級有西餐一 1、四企一 1、選修運動營養學，請上班級同學準時出席參加，全程參與的同學可以獲得公民點數 2 點。
  - 10 月 27 日(六)及 10 月 28 日(日)上午 8:00 至下午 5:00 在商學館藝文教室(8201)舉辦急救訓練營，歡迎有興趣的同學事先向衛保組報名參加，額滿為止。全程參與的同學可以獲得公民點數 4 點&通過考核亦有紅十字會的初級急救員證照。
- 三、 9 月 26 日起舉辦海報比賽活動：
- 四技班級製作題目：**攝取足量蔬菜**，尚有四土二 1、四土四 1、四室一 1、四室四 1、四室四 2、四機四 1、四子三 1、四資一 1、四創一 1、四創三 1、四創四 1、四英一 1、四英三 1、四展二 1、四展三 1、四動三 1、四動四 1、四企二 1、西餐二 1、四廚一 3、四間一 2、四間二 1、四間二 2 等班級未領取海報，請該班衛保股長速至衛保組領取海報。
  - 五專班級製作題目：婚前性行為的抉擇、影響與安全性行為，尚有五機一 1、五機二 1、五機四 1、五子五 1、五資一 1、五語一 2、西餐二 1、西餐四 1 等班級未領取海報，請該班衛保股長速至衛保組領取海報。
- 海報作品請於 10 月 17 日(三)以前繳交，一張海報最多 2 名作者製作，每位作者皆有 2 點公民教育點數。每班至少繳一張海報成品。**
- 四、 10 月 12 日(五) 地點在埤琪樓 B1 舉辦**新生健檢**，時間為上午 8:00 至中午 12:00、下午 13:00 至 17:00 及下午 18:30 到 20:30，費用為新台幣 550 元，請新生班級依通知單排定時間到場受檢，轉學生請當日至現場受檢。
- 五、 為防範流感疫情發生與傳播，請持續強化各項防治措施，以降低流感威脅，相關措施如下：
1. 保暖防寒：在低溫或外出時，做好完整的保暖，尤其注意頭頸部及四肢末端，善用圍巾、帽子、口罩、手套、襪子，及多層次保暖衣物等，方便穿脫，並適時補充溫熱開水。
  2. 落實良好衛生習慣：平時應養成勤洗手及注意手部衛生、呼吸道衛生及咳嗽禮節，如有呼吸道症狀時應配戴口罩，口罩如有髒汙，應勤加更換；打噴嚏時應用面紙或手帕遮住口鼻，或用衣袖代替；與他人交談時，儘可能保持 1 公尺以上距離。
  3. 維持健康生活形態：適度運動、充分睡眠、均衡飲食，提升自身免疫力。
  4. 落實「生病不上課、不上班」原則：對感染流感之師生，請其戴口罩，指導其適當休息與補充水分，依醫師指示接受治療，並儘量與家長溝通，讓學生在家休養直至症狀解除後 24 小時始返校上課。
  5. 避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所，以防呼吸道傳染疾病傳播。  
注意流感危險徵兆，儘速就醫：加強宣導生病之師生如出現呼吸困難、急促、發紺（缺氧、嘴唇發紫或變藍）、血痰或痰液變濃、胸痛、意識改變、低血壓、高燒持續 72 小時等流感危險徵兆應儘速就醫，以掌握治療的黃金時間。

## 【服學組】

- 一、一年級同學之勞作教育所分配的組別、集合時間和地點可至本校學務處服務學習組網站查詢勞教組別(學校網站→行政單位→學務處→服務學習組→最新訊息)；如有疑問請洽學務處服務學習組詢問。
- 二、五專一至三年級班級，教室垃圾袋請至學務處服務學習組領取，下課之後請將教室垃圾清理乾淨，垃圾送至資源回收場桌上放置。
- 三、五專固定教室班級下課離開教室時，務必將門窗鎖好，避免他人進入教室破壞環境整潔。
- 四、請同學於上課前後做好教室 3 分鐘環保工作，將垃圾清出並做好垃圾分類以維護教室環境整潔；離開教室時請做好過 5 關——關 E 化講桌、關冷氣、關電扇、關電燈、關門窗，節約能源隨手做環保；並將黑板與板溝乾淨、桌椅排整齊，以利下一個班級使用，感謝同學們的配合。

## 【各處室宣導】

研發處-國際與對外交流中心：

靜宜大學外語教學中心將舉辦「全國跨校視訊國際化教育系列講座」，本校由本中心協助轉播 6 場講座，地點為瑋琪樓 B1 演講廳，以下為各場次主題與時間：

時間	主題	報名表單
10 月 11 日(四) 下午 15:10 至 17:00	再寫韓國：台灣學生學韓語、留韓經驗談	<a href="https://goo.gl/forms/TK88AM4xAk0I1YXc2">https://goo.gl/forms/TK88AM4xAk0I1YXc2</a>
10 月 18 日(四) 下午 15:10 至 17:00	跟世界學英文--菲律賓遊學、澳洲打工度假趣	<a href="https://goo.gl/forms/m2evBBZyS5RDDa7B3">https://goo.gl/forms/m2evBBZyS5RDDa7B3</a>
10 月 25 日(四) 下午 15:10 至 17:00	如何學好外國語，培養成為國際工作人的能力	<a href="https://goo.gl/forms/szhqRKw6lmJ2Ixp22">https://goo.gl/forms/szhqRKw6lmJ2Ixp22</a>
11 月 1 日(四) 下午 15:10 至 17:00	跳出舒適圈與國際接軌--英美留學全攻略	<a href="https://goo.gl/forms/YWFiXuTR6DI6vHX02">https://goo.gl/forms/YWFiXuTR6DI6vHX02</a>
12 月 6 日(四) 下午 15:10 至 17:00	窮忙世代的翻身準則	<a href="https://goo.gl/forms/JobmDyZC21mRCHt12">https://goo.gl/forms/JobmDyZC21mRCHt12</a>
12 月 13 日(四) 下午 15:10 至 17:00	地表最強海外創薪！一次搞懂英美日澳打工度假！	<a href="https://goo.gl/forms/Wn7tZpmNterB7ug43">https://goo.gl/forms/Wn7tZpmNterB7ug43</a>
<p>歡迎有興趣的老師及學生參加！座位有限，請盡早報名！</p> <p>PS. 凡全程參與任一場次，即可獲得公民點數 2 點！</p>		

**【未繳資料班級】**

- 一、 本學期**第 2 週學務通訊回條未繳交班級**有(請盡速補繳)：五機四 1、五餐一 1、五餐二 1、五資一 1、四土三 1、四機四 1、四創三 1、四廚一 3、四企一 1、四餐二 2、四展一 1、四閒一 2。(請導師、班長確實宣導內容後張貼至佈告欄，副班長於每週五中午前繳交回條至生輔組。未繳交回條或導師未確實簽名之回條班級，副班長將列入期末敘獎考核。)
- 二、 9 月 26 日(三)新生班週會點名表尚未繳交班級有：四設一 2、四創一 1、四企一 1、四閒一 1，請於 10 月 3 日(三)前繳交至學務處生輔組。



2018.10.01

..... ( 本回條請於週三下班前交學務處備查 ) .....

茲本班已依規定於班週會時，宣導本訊息內容同學周知，並張貼於公佈欄，本回條擲回學務處生輔組處備查，以示負責。【107 學年度第 1 學期學務通訊第 3 週】

班級：

副班長簽名：

導師簽名：