

學務通訊

【生輔組】

- 一、 師生如有學務相關問題尋求協助或反應，歡迎來信學務處信箱 stumail@mail.hdut.edu.tw。
- 二、 協請畢業班導師配合辦理事項已透過導師信箱與導師Line群組通知，提醒畢業班導師按時繳交資料，俾免影響畢業生權益。
- 三、 內政部役政署「108年應屆畢業役男常備兵役軍事訓練入營時程說明、6月可畢業優先入營、延緩入營申請須知」已公告學務處網頁/最新訊息/學生兵役，請同學務必上網查詢，以免影響自身權益。
- 四、 本校品德教育核心價值第9至12週宣教主題為「感恩」，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。
- 五、 性別平等宣導:請重視性別平等觀念，消除性別歧視，尊重多元性別，落實性別平權。
- 六、 智慧財產權宣導:請勿使用未經授權之電腦程式或軟體。
- 七、 法規宣導:毀損學校之佈告、海報或塗改點名單者，記過處分。
- 八、 各項繳交資料每週進行統計，未繳班級會公佈於隔週學務通訊提醒補繳，如發現誤記，請導師要求副班長速至生輔組釐清更正。
- 九、 下列表單尚未繳班級請儘速繳交：

※資料截至 108.05.03 下午 13:00。

項次	繳交資料	未繳班級
1	賃居生調查表	五土五 2、五子二 1、五子三 1、 五餐五 1 、 四英三 1 、 四閱一 1 。
2	工程學院週會點名單	四創三 1。
3	不動產學院週會點名單	五土五 2、四設一 1。
4	餐旅學院週會點名單	五餐五 1 、五語五 1、五語五 2、四廚一 1、四廚二 1、四餐二 1。
5	學務通訊第 1 週回條	四設四 1/四設四 2 。
6	學務通訊第 2 週回條	五餐五 1 、四餐二 2。
7	學務通訊第 4 週回條	四機四 1。
8	學務通訊第 5 週回條	四英三 1 。
9	學務通訊第 7 週回條	五機二 1 、 四設四 1/四設四 2 。
10	學務通訊第 8 週回條	五機二 1 、 五餐一 1 、四設一 1、 四設四 1/四設四 2 、二英三 1、 四企二 1 、四展二 1。
11	學務通訊第 9 週回條	五子三 1、 五機二 1 、 五餐一 1 、五資三 1、 四英三 1 、 四企二 1 。
12	學務通訊第 10 週回條	五子二 1、五子三 1、五機四 1、五機五 1、五語三 2、 五餐一 1 、五餐三 1、四設一 1、 四設四 1/四設四 2 、四機四 1、四廚二 1、 四企二 1 、四餐二 1、四餐四 1、四餐四 2、四動三 1、四動四 1、四閱四 1。

※資料如有遺失，請至生輔組補領、補繳，如有誤記請速洽生輔組更正※

~ 接背頁 ~

【軍訓室】

- 一、基於校園安全；再次宣導請同學勿攜帶違禁品入校，諸如尖銳小刀、甩棍、彈簧摺疊刀、有殺傷力玩具槍、電擊棒等，凡經查獲除物品通知家長領回保管，如情節重大涉及「槍砲彈藥刀械管制條例」違禁品者，一律移送警方偵辦，請各位同學確實守校規，守法勿觸犯法網。
- 二、基於校園師生人身安全，請同學如發現流浪犬、貓進入教室，即撥打值勤電話 02-2265-3756，通知校安人員協助趕出教室，如犬、貓有受傷校安人員通知動保處協處。在校園內更不要接近及主動餵食流浪犬、貓，以維護個人安全及公共衛生安全。
- 三、同學之間互動如有口角、誤會（或任何糾紛）即向師長報告、或向輔導教官反映、或電話直撥校安中心 02-2265-3756，請校安值勤教官溝通協處，切勿相約於校外談判而衍生打架肇事遭警移送法辦事宜。
- 四、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。
- 五、再三提醒同學：學校校門前 100 公尺進入學校青雲路段 T 字路口車多路窄，同學行經該路段請減速慢行，如需停車請依規定停至紅線內，勿在校門口併排停車，避免違規及發生車禍須負全部責任暨照相因違反道路交通管理處罰條例而罰鍰（罰錢），並依序慢行，儘快進到學校內，確保人身安全。
- 六、請同學校園內行走，發揮道德遵守觀念，請走人行道，避免與車爭道，以免發生危險，請同學注意遵守。
- 七、學校周邊易肇事位置計有：1. 浮洲橋旁 2. 金城路三段路口 3. 清水路口 4. 明德路口。請同學們行經該危險路段，特別提醒同學遵守交通秩序、交通規則、不可搶快，注意防禦駕駛，確保交通安全。
- 八、已宣導多時，計程車暨學生家長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）。請同學告知家長、計程車駕駛遵守；教學區已規劃單行道請遵守規定。
- 九、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。
- 十、請同學將汽、機車停放校內，避免停於校外，尤其是停放於校外住家前，影響住戶進出及關店，而衍生不必要校園安全問題。請同學務必遵守！
- 十一、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，並依校規記小過處分。

【課指組】

- 一、畢業班公民教育成績不合格同學請盡快完成補修，公民教育補修相對時數登錄表請務必於完成後盡快繳回課指組，**5 月 17 日(五)為繳交最後期限**。
- 二、5 月 8 日(三)將於體育館 4 樓召開畢業班週會，請導師通知學生請務必於下午 12:50 準時與會。
- 三、各項獎助學金資訊已公告獎助學金資訊網，請符合資格同學踴躍申請。

~ 接下頁 ~

【諮商中心】

一、 ※心衛宣傳

情緒勒索是什麼？對情緒勒索者來說，因為他們對於自己成長經驗或生活中的沮喪、無力，沒有能力面對與處理，於是常用卸責的方式，將無法消化的沮喪、無力往外丟，抱怨別人做不好、做不到、不會想等，試著制住被勒索者。

面對情緒勒索時，可以怎麼做？

1. 將自己的身心健康列為第一優先：先照顧自己的需求，例如好好吃三餐，睡足夠的睡眠，這些看來基本的事，卻是你應付長期情緒勒索重要的資本。
2. 建立情緒界限：堅定地告訴他，不能再羞辱你或要你做任何你覺得不舒服的事，如果再發生一次，你就馬上會離開這裡。溝通界線的關鍵是，你將會永遠維護自己的界線。
3. 不要和勒索的人有連結：例如他以嫉妒為由，又開始質疑、羞辱你，不要解釋，也不用道歉你沒有做的事，如果可能，離開那個情境。和勒索者有連結，只會讓你陷入更多的勒索，盡你所能，讓勒索者遠離你的視線範圍。
4. 建立支持網絡：如果你正在經歷被情緒勒索，不要保持沈默，告訴你信任的朋友、家人或諮商師，盡可能遠離勒索的人，接近愛你、支持你的人。在健康的關係裡，你不會被孤立或孤單。

因此，拒絕情緒勒索也許真的很難，但要有勇氣做對的選擇，以及不要回頭。

內容取自：天下雜誌部落格—黃惠如

二、 ※講座 & 工作坊

日期	時間	活動名稱	主講者	公民點數
5 月 15 日 (三)	13:00 至 15:00	一個心理師面對疾病的失落與重生	陳韻如 諮商心理師	2 點
5 月 22 日 (三)	13:00 至 16:00	關係中的十八般武藝	呂宜芳 諮商心理師	2 點

同學平時也可以來諮商中心的公布欄看看相關活動訊息，上面也有 QR 碼可以掃描填寫報名表，或是來諮商中心現場報名，有任何疑問或好奇也隨時歡迎同學來詢問我們喔！

【衛保組】

一、 衛保組健康促進活動：

健康促進活動已於第 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、 衛保組即將辦理活動：

1. 5 月 8 日(三)下午 13:00 在體育館 304 視聽教室辦理反毒菸害宣導講座，已報名班級有五資一 1、四資一 1、個別報名有四企二 1 等 6 名同學，請以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
2. 5 月 15 日(三)下午 13:00 在體育館 304 視聽教室辦理藥物濫用宣導講座，已報名班級有五資三 1、四資二 1、個別報名有五語三 1 等 15 名同學，請以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。

3. 5 月 22 日(三)下午 13:00 在體育館 304 視聽教室辦理第 2 次健康飲食促進講座，已報名班級有四企一 1、四廚一 3、個別報名有四間一 2 等 7 名同學，請以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。

4. 5 月 29 日(三)下午 13:00 在體育館 304 視聽教室辦理第 2 次疾病講座，已報名班級有四企一 1、個別報名有四間一 2 等 7 名同學，請以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。尚有一個班級名額，有興趣班級，請踴躍至衛保組報名參加。

三、本學期海報比賽【預測名次】活動時間:4 月 10 日(三)至 5 月 8 日(三)下午 17:00 前，地點:衛保組長廊，有公民點數 1 分，歡迎有興趣師生至衛保組索取表格填寫。

四、學生平安團體保險，本校由富邦人壽負責。學期中理賠專員將在每週一、週三中午 12:00 至 14:00 在衛保組服務需做理賠事項的學生。

五、學生如食用學生餐廳的餐點後，若有任何身體的不適，請立即向衛保組反應，衛保組將針對該攤位做品管改善，以確保全校師生用餐安全。

六、為加強防範非洲豬瘟等防疫措施，請向師生持續宣導非洲豬瘟防疫及處罰規定。

【服學組】

一、請四廚二 1 同學(4 月 22 日發放通知於信箱)於 5 月 15 日(三)第六節下課後至學務處服學組集合，實施勞作教育。

二、自第十三週(05 月 13 日星期一)起開始實施換組，請四技、五專一年級同學與重補修勞作教育的同學於正確的組別實施勞教；如不清楚組別同學，請至學務處服務學習組網頁(學校網站→行政單位→學務處→最新訊息)，或至服務學習組詢問。

三、4 月 29 日至 5 月 17 日將舉辦廢光碟回收競賽，參與者可獲得公民點數，更有機會獲得獎品禮物，歡迎同學至學務處服學組踴躍參與。

四、請畢業班同學，務必確認勞教成績是否通過，如有未過科目，請盡速至學務處服務學習組登記補做，避免影響畢業時程。

五、請重補修同學選課後，至學務處服務學習組登記補做。

六、本學期如有需要廚餘桶之班級，可至總務處領取。

七、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放置。

八、五專固定教室班級下課離開教室時，建議將門窗鎖好，避免他人進入教室破壞環境整潔。

九、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。



2019.05.06

..... (本回條請於本週五中午前交生輔組備查)

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 2 學期學務通訊第 12 週】

班級：

副班長簽名：

導師簽名：