

# 學務通訊

## 第12週

### 【學務處】

LINE@「[睽德霖](#)」為校園資訊系統，老師和學生都可以快速連結取得所需資訊，亦可透過「學生服務」項目之關鍵字搜尋，例如選課、請假、成績、證照、畢業條件、就學貸款、獎助學金、學雜費減免…等。



※請掃描加入

### 【生輔組】

#### 一、法治教育暨校規宣導：

(一)自112年1月1日起，民法已修正調降成年年齡為18歲。

(二)反詐騙：請同學切勿輕信「高薪、免經驗、輕鬆」等詐騙廣告，以免遭受詐騙從事非法工作，甚至遭到囚虐。如接獲可疑之電話、簡訊，切勿輕信其內容，可先透過電話查證(例如165反詐騙專線或本校校安中心24小時專線2265-3756)。

(三)跟蹤騷擾防制法：「跟騷」之定義，對特定被害人反覆或持續為違反意願且與性或性別有關的行為，使當事人心生畏怖，足以影響其日常生活或社會活動。例如下列8種跟蹤騷擾行為之態樣：跟蹤尾隨、盯梢守候、歧視貶抑、通訊騷擾、不當追求、寄送物品、妨害名譽、冒用個資等。

(四)任意製造噪音或燃放鞭炮，擾亂學校安寧者，記大過1至2次。

(五)未按規定停放車輛或有吸菸、嚼檳榔、酗酒或賭博之行為，記小過1至2次。

(六)校內酗酒、賭博之行為，情節嚴重者，記大過1至2次。

(七)嚴禁騎車上人行道：學校已於各路口處架設監視器，進行錄影存證，如違反規定，將取消機車上山資格(含住宿生)，請務必遵守規定，以維護行人安全。

二、112-2「廢光碟回收競賽」已於113年4月30日結束，參加同學均給予公民教育2分，並依數量取前15名贈送USB隨身碟乙個，請下列獲獎同學即日起至113年05月31日止，攜帶身分證件至生輔組領取獎品，逾期視同自動放棄獲獎權益，獎品將遞補獲獎者，如有相關問題請電詢生輔組(分機622)。

112-2 廢光碟資源回收競賽得獎名單

班級	姓名	獎品	注意事項
四資四1	陳冠銘	128GB USB3.0 隨身碟	1. 本次參加競賽同學均給予公民教育2分，再依數量取前15名贈送USB隨身碟乙個。 2. 請獲獎同學即日起至113年05月31日止，攜帶身分證件至生輔組領取獎品，逾期視同自動放棄獲獎權益，獎品將遞補獲獎者。 3. 如有相關問題請電詢生輔組(分機622)。
四展二1	江宜蓁	128GB USB3.0 隨身碟	
四展二1	歐宥蓁	128GB USB3.0 隨身碟	
進四技三A	邱世賢	128GB USB3.0 隨身碟	
四通二2	葉駿霆	128GB USB3.0 隨身碟	
四廚二1	郭永芳	64GB USB3.1 隨身碟	
四室二1	勞泰誼	64GB USB3.1 隨身碟	
四通二1	林郁傑	64GB USB3.1 隨身碟	
四創三1	張家豪	64GB USB3.1 隨身碟	
四廚三2	卓以晴	64GB USB3.1 隨身碟	
四廚三1	姚美琴	64GB USB3.1 隨身碟	
四廚三1	莊郁芸	64GB USB3.1 隨身碟	
五資二1	翁愷呈	64GB USB3.1 隨身碟	
五資二1	張賀程	64GB USB3.1 隨身碟	
五資二1	蔡睿璿	64GB USB3.1 隨身碟	

- 三、**各班班長**請確實督促同學下課離開教室，**發揮公德心不要把垃圾丟在地上或留在桌面與抽屜裡**，並要求**值日生**最後檢查，同時做好過5關---關E化講桌、關冷氣、關電扇、關電燈、關門窗，將黑板與板溝清乾淨、桌椅排整齊，以利下個班級使用。
- 四、**五專一至三年級教室**垃圾袋至生輔組領取(袋外寫上班級)，中午或下午第七節下課後，將教室清理乾淨並把垃圾集中至走廊兩側，離開教室時將門窗鎖好，避免他人闖入，靠後門窗簾不要放下來(檢查)。
- 五、內政部辦理 **113 年常備兵役軍事訓練役男 (83 年次至 93 年次)** 優先入營或延緩入營申請時間：  
(一) 優先入營：113 年 5 月 10 日至 6 月 11 日。。  
(二) 延緩入營：113 年 7 月 1 日至 11 月 29 日。  
(三) 可逕至內政部全球資訊網首頁/主題單元/最新消息/役男入營時程申請系統 (<https://www.ris.gov.tw/>) 提出申請。
- 六、**學生請假規定及流程**：
- (一) 各類請假於未到課當日起**14天內**應完成請假手續，逾期未經請假之時數以曠課論，且系統有限制，每日只能請一次假，若當日有缺課者，應一次合併填寫假單。
- (二) 請假相關證明交付導師審閱即可或需附於請假系統由導師律定，另為配合生輔組線上審查，請假務必明確填寫事由，**事假寫明何事(勿只寫家裡有事)**，**病假寫明病因或病痛(勿只寫身體不適)**，**喪假應註明與過世親屬關係(非三等親請事假)**，未依規定將退回重填。
- (三) 公假：
1. 兵役體檢或法院出庭:填寫線上公假單並於請假系統附相關證明或通知書。
  2. **參加學校核准之校內外活動或比賽:統由導師或活動指導老師填寫線上團體公假單**，各欄位應清楚完整並附相關文件，且在**活動結束後乙週內**送出線上公假單，逾期無法受理。  
★**導師填寫**:首頁→資訊服務→校園資訊系統→帳號為教職員編號→身分證字號為密碼→進入頁面左側下拉式選單"導師作業入口"→點選BB4導師假單作業→團體公假申請→新增班級公假單。  
★**活動指導老師填寫**:首頁→資訊服務→校園資訊系統→帳號為教職員編號→身分證字號為密碼→進入頁面左側下拉式選單"教職員作業入口"→點選團體公假申請→新增單位公假單或社團公假單。
  3. 如時間為例假日則無需請假。
- (四) **線上請假流程**:校首頁→資訊服務→校園資訊系統→帳號為學號→身分證字號為密碼→進入頁面左側BC2學生請假作業→點選BC210個人請假申請→點選新增並點選節次及假別(病假或事假證明是否需附於請假系統由導師律定，公假及喪假須附證明文件)→按下送出即可送審假單；送出假單後應主動查看是否審核通過，若導師尚未審核可提醒導師，若審核未通過，應於期限內(缺課當日起14天內)重新申請。
- (五) **學生請假系統操作說明**:校首頁→資訊服務→校園資訊系統(系統操作手冊)→學生(學生請假操作手冊)。

七、教育部與司法院共同辦理「『2分鐘翻轉司法廉潔的誤解』大專校院法治廉潔教育短影音競賽」，拍攝以「如何與民眾對話提升司法廉潔信賴」為主題，遴選金獎 1 名獎金 6 萬元、銀獎 1 名獎金 4 萬元、銅獎 3 名獎金 2 萬元…，報名時間 113 年 3 月 27 日至 5 月 31 日止，相關細節與注意事項請至

<https://contest.bhuntr.com/tw/lk487twolole492ms5/home/>查詢。

八、每週請主動上網查詢自己出缺勤情況，如遭誤記曠課應於乙週內請列印「BC420學生缺曠明細表」，圈選誤記節數並請任課老師註明「誤記」及「簽全名」後送生輔組辦理更正。【缺曠明細表列印：首頁→資訊服務→校園資訊系統→帳號為學號→身分證字號為密碼→進入頁面左側BC4學生查詢列印→點選BC420學生缺曠查詢→缺曠明細表】

### 【軍訓室校安中心】

- 一、近期國內、外犯罪集團仍以工作簡單、無需經驗、包吃包住、待遇優渥等誘因詐騙學生，叮嚀同學切勿輕信「高薪、免經驗、輕鬆」等詐騙廣告，以免遭受詐騙從事非法工作，甚至遭到囚虐。
- 二、基於維護本校教職員生校園安全（含空間），軍訓室校安中心已將本校校區周邊危險區域圖及周邊安全地圖、各棟大樓女廁緊急求救鈴按鈕配置表、緊急求助站、各棟大樓頂樓管制區等資料公告於學務處網頁，請同學上網詳閱知悉以維自身安全。相關訊息網址：[https://studentaffairs.hdut.edu.tw/p/406-1001-4747\\_r272.php?Lang=zh-tw](https://studentaffairs.hdut.edu.tw/p/406-1001-4747_r272.php?Lang=zh-tw)
- 三、本校校園內外安全死角為 1. 後山操場、2. 後山停車場、3. 體育館旁、4. 學生宿舍四週、5. 大門青雲路口等五處，針對上述五地點區域，已規劃校園周邊巡查熱點，本校因屬大專院校無校外聯巡地點，除由校安人員編組巡查，目前土城分局已於本校前、後山警衛室設置兩處巡簽點，每日由所屬清水派出所員警於下午 1600 時至夜晚 2200 時巡邏電子打卡 4 次，並列入土城分局警力協助巡邏重點。
- 四、同學之間互動如有口角、誤會即向師長報告（或任何糾紛）、或向輔導教官（員）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。
- 五、惠請導師加強宣導：
  - (1) 為避免學生因交通意外事故，發生人員傷亡事件，請老師利用重要集會時機、班級網頁、公佈欄等多元管道，持續加強宣導交通安全及防衛駕駛觀念，以減少傷亡憾事。
  - (2) 請老師針對交通安全高風險學生（大一新生、使用機車上放學及校外工讀），特別叮嚀、關懷、提醒行車安全及防衛駕駛觀念，避免發生交通意外事故。
  - (3) 請宣導班級善用交通部所建置「168 交通安全入口網」，網址 <https://168.motc.gov.tw/>，所提供之相關交通安全宣導短片及資料實施宣導，並提醒同學注意學校周遭危險路段，期能降低交通事故發生率。
- 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、基於校園安全，請同學勿帶校外人士進入教室陪同上課（如衍生校安事件，報警處理移送法辦），以維校園安全。

- 九、請同學勿隨意進入他人班級教室，以免產生不必要麻煩衍生出校安事件，請確實配合辦理。
- 十、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。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。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。

### 【課指組】

- 一、發願樹系列活動-「愛心捐血」於113年5月28日(二)下午13:30至20:30在埤琪樓B1(車道旁)，歡迎同學踴躍前往捐血。
- 二、天有不測風雲，同學如果家中突發事故，請於事故發生3個月內至課指組網頁->【獎助學金資訊網】查詢適合之方案，申請【急難救助金】，案件隨到隨審(務必在事故發生3個月內提出申請)。相關訊息網址[https://studentaffairs.hdut.edu.tw/p/406-1001-4940\\_r304.php?Lang=zh-tw](https://studentaffairs.hdut.edu.tw/p/406-1001-4940_r304.php?Lang=zh-tw)
- 三、校內獎助學金相關訊息已放置課指組-「校內獎學金專區」，如欲申請同學請踴躍提出。網址：[https://studentaffairs.hdut.edu.tw/p/406-1001-9155\\_r304.php?Lang=zh-tw](https://studentaffairs.hdut.edu.tw/p/406-1001-9155_r304.php?Lang=zh-tw)
- 四、校外獎助學金相關訊息已放置課指組-「獎助學金資訊網」，如欲申請同學請踴躍提出。網址：[https://studentaffairs.hdut.edu.tw/p/406-1001-4940\\_r304.php?Lang=zh-tw](https://studentaffairs.hdut.edu.tw/p/406-1001-4940_r304.php?Lang=zh-tw)

### 【諮商中心】

#### 一、心衛宣導：

#### 【成功的祕訣？天賦 vs 意志？】

前幾週談了「肥胖形成」與「復胖調適」，可成功減重，或說成功究竟是怎麼來？

我們可能會覺得有些人天賦異稟，因為身體素質好、很聰明，所以他們能夠成功，當然有些天份可能是更容易達成的。

可仔細看每一個成功形成的背後，是一個人對於長期目標投注相當的熱情，與堅持不懈的奮鬥，才促成所謂的成功。

然而長時間投注熱情與堅持奮鬥，對許多人來說，可能不是一件容易的事情。因此我們會發現成功與否的其一關鍵在於「意志力」。

我們可能會給自己的計畫訂各式各樣的大小目標，維持一天、兩天...。欸，三天好像有點多了，所以我們放棄了...QAQ 可沒關係的，我們都知道自己踏在逐漸更好的路上。



1. 意志力不是無限滴~  
過度自制反而不健康！

2. 意志力不是美德，  
冥想、運動、營養、睡眠...  
都可改善此生理機制。  
適度放棄控制也是棒棒噠~

3. 破戒的挫敗，  
讓人再度屈服誘惑。  
可自我寬恕與疼惜，  
則會增強意志力！

有時...

我們也會被周遭的人影響~  
暴飲暴食、抽菸喝酒...  
可 你已經夠好哩 <3

二、 校外資源：

### 校外諮詢 資源網絡

#### 一、 鄰近衛生所

1. 土城衛生所 ☎ (02)2260-3181
2. 樹林衛生所 ☎ (02)2681-2134
3. 中和衛生所 ☎ (02)2249-1936
4. 板橋衛生所 ☎ (02)2258-6606

※各區衛生所「免費」心理師駐點服務時段↑↑

#### 二、 鄰近諮商/治療所 (\$\$\$/h)

1. 知芯心理治療所 ☎ (02)2952-8180
2. 同在心理諮商所 ☎ 0905-168-815
3. 蛹之生心理諮商所 ☎ 0908-620-620
4. 小宅心理諮商所 ☎ 0906-843-319
5. 悅現心理治療所 ☎ (02)2255-6580
6. 理馨心理諮商所 ☎ 0968-989-195
7. 米露谷心理治療所 ☎ (02)2271-0754

### 校外諮詢 資源網絡

#### 三、 鄰近醫療院所

1. 新北市立土城醫院 ☎ (02)2263-0588
2. 亞東紀念醫院 ☎ (02)8966-7000
3. 衛生福利部雙和醫院 ☎ (02)2249-0088
4. 悠活精神科診所 ☎ (02)2274-8877
5. 永康身心診所 ☎ (02)2273-0199
6. 合康身心診所 ☎ (02)2264-3905

#### 四、 全國諮詢服務專線

1. 安心專線 ☎ 1925 (免費)
2. 生命線 ☎ 1995 (免費)
3. 張老師 ☎ 1980 (僅中華電信免費/09-17)
4. 婦幼保護或緊急醫療 ☎ 113、119、110 (免費)
5. 社福諮詢專線 ☎ 1957 (免費/08-22)
6. 男性關懷專線 ☎ 0800-013-999(免費/09-23)
7. 亞東自殺防治專線 ☎ 0917-567-995 (市話)

※以上未標明時段則為24h

【衛保組】

- 一、 校外用餐請選擇通過衛福部評核並張貼有「優」或「良」標章之「優良餐飲業者」餐廳用餐。
- 二、 進入校園自主配戴口罩，但是進入衛保組仍須配戴口罩。
- 三、 因近期呼吸道傳染疾病仍盛行，請同學遊外出應做好防疫措施，如有疑似症狀如發燒、頭痛、肌肉痛等，請同學儘速就醫。
- 四、 最近中和地區出現麻疹病例，請學校教職員工生多加注意，如有發燒、鼻炎、結膜炎、咳嗽、紅疹等疑似症狀，請儘速與衛生單位聯繫，並請自主健康管理18天！！
- 五、 落實「生病不上課、不上班」原則：對於有呼吸道症狀之師生，適當休息即適當補充水分，並請立即就醫，釐清確切不適原因，接受治療，待症狀解除後方可到校。
- 六、 「學生平安保險」由富邦人壽承辦，請參閱衛保組網頁訊息，資料填妥後隨附證明，收件時間為每週一、週三 1130 至 1400。



2024.05.13

( 本次僅發放電子檔 )