


# 臺中市立沙鹿高工 110 學年度第 2 學期班會週報

週別	110 學年度第 2 學期 第 15 週	日期	111 年 5 月 15 日至 5 月 21 日
中心德目	感恩		
<b>班 會 討 論 題 綱</b>			
<div><div><div>1. 本學期你最想感謝的人是誰？為什麼？</div><div>2. 你要如何表達在班上曾幫助過你的人？</div><div>3. 如何建立健康身心，拒絕香菸、檳榔的誘惑，營造無菸害環境？</div></div><div></div></div>			
<b>處 室 重 要 活 動</b> （請班長宣導）			
<div><div>1. 今日 5/18（三）第 5、6 節綜合活動為太極拳競賽及認證，請高一及高二同學等候通知至操場比賽。</div><div>2. 第 7 節全校班會，討論提綱如上，請各班同學確實召開班會，並於會後將班會紀錄簿送交學務處。</div><div>3. 5/18（三）第七節請全校模範生至圖書館領取模範生獎狀及建議穿制服與校長合影，出席合影同學訓育組會統一請公假。</div><div>4. 5/20（五）早上 8：20-10：30 辦理社團成果發表，活動地點在活動中心，若同學未到活動中心參加，可打開電腦收看直播，直播網址屆時會公告在學校首頁。</div><div>5. 健康中心報告（依臺中市政府公告滾動修正）<div><div>(1) 至 5 月 31 日仍維持現行口罩等防疫措施，指揮中心呼籲，防疫工作人人有責，請民眾自主落實防疫措施，維持個人衛生好習慣，戴口罩、勤洗手、保持社交距離。</div><div>(2)提醒同學做好個人自我健康防護<div><div>①維持手部清潔，保持經常洗手習慣，原則上可以使用肥皂和清水或酒精性乾洗手液進行手部清潔。另應注意儘量不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴。手部接觸到呼吸道分泌物時，請用肥皂及清水搓手及澈底洗淨。</div><div>②若出現發燒(耳溫<math>\geq 38^{\circ}\text{C}</math>)、嗅/味覺異常、腹瀉或有呼吸道症狀，請立即佩戴醫用口罩，撥打 1922 或聯繫衛生局，依指示至衛生局指定之醫療院所就醫，且避免搭乘大眾運輸工具前往。</div><div>③就醫時並應主動告知醫師為「自我健康監測」對象、接觸史及身邊是否有其他人有類似的症狀。</div><div>④學校課程、社團及活動、包含搭乘學校專車，請全程配戴口罩。</div></div></div></div></div></div>			

- (3)臺中市政府教育局 111 年 5 月 8 日宣布:如有確診個案「確診前 2 日內」曾到校上課，全班暫停實體課程 3 天(含例假日)，實施線上教學。
- (4)快篩陽性屬於居家隔離者請打 1922 或聯繫地方衛生局；若非居家隔離者，戴好口罩、勿搭乘大眾運輸工具、用塑膠套包好檢驗器材，至鄰近社區採檢所(快篩陽性得來速)進一步檢測。
- (5)居家隔離期間出現發燒、咳嗽、喉嚨痛、腹瀉、嗅味覺異常等症狀，想就醫立即聯繫衛生局或打 1922(有就醫需求可以視訊診療)。
- (6)5 月 12 日起居家隔離、自主防疫、居家檢疫對象，使用家用型快篩劑檢測陽性，不需出門作 PCR，經醫事人員遠距視訊(健保快易通、健康益友等 APP(IOS 系統、Android 系統，或透過地方衛局)確認即為確診。
- (7)接獲同住親友快篩陽性(尚待 PCR 確診前)(校方不提供快篩劑，一日一日停，如家長 PCR 陰性則次日復課；若家長 PCR 陽性確診，則請假日轉為居家隔離(3 日)+自主防疫(4 日))。
- (8)如因班上確診同學「PCR 確診報告得知前 2 日內」曾到校上課，全班須暫停實體課程 3 天之事實者(校方提供確診個案座位九宮格之同學 1 劑快篩劑)。實體停課日會從接獲 PCR 確診報告日次日起算為第一天。如無接觸，則無停課事實。
- (9)住宿生是確診個案之同寢室室友，比照「同住親友」，需居家隔離(校方提供每人 3 劑快篩劑)並由學校發放 3 劑，請向導師提出自主應變防疫假 3 日。
- (10)或是已知同住親友確診，則向導師提出居家隔離(3 日)+自主防疫(4 日)；如為得知自己為確診者，請向導師提出居家照護 7 日+自主健康管理 7 日。。
- (11)填寫通報表單，請注意表單說明，實施防疫假之天數，以「日曆天」(含假日)計算之。**相關防疫假之申請請洽生輔組。**
- (12)得知學生在家快篩陽性，建議該生不到校，於家中等待 PCR 報告，若為 PCR 報告陽性，依**本校接獲確診之學生安置作業流程**辦理。
- (13)請防疫假(含自主應變 3 日、居家隔離 3 日+自主防疫 4 日、或確診(居家照護 7 日+自主健康管理 7 日)，需停餐(含停餐起始日，請洽合作社經理)、如為貧困學生無法使用假日安心餐券，請檢據防疫假期間之安心餐券，作為日後返校主動申請補助之依據，並檢附郵局存摺影本。

6. 0510-0515 同學及師長反映校園打掃環境狀況如下，敬請同學確實配合

- (1)育藝大樓打掃公共區域及班級請確實打掃，做好環境衛生維護。
- (2)卿雲大樓放學後請將桌椅擺放整齊，抽屜清空。
- (3)回收物包含(鋁箔包、餐盒、寶特瓶、鐵鋁罐)，其內不要遺留內容物並確實壓扁。
- (4)操場運動後常有人為垃圾(含衣物)遺留，請同學運動後(含課後)請一起愛惜環境，從己做起。
- (5)與進修部共用教室班級，確實做好課後教室整潔(包含黑板、板溝擦乾淨)、垃圾桶要加蓋，有任何問題請與衛生組反映。
- (6)洗手槽有放置濾網，請打掃班級定時清潔，避免堵水。負責打掃飲水機班級加強清潔，也請同學避免傾倒菜渣。
- (7)靠近育智大樓教室西側的窗台，請清除雜物含人為垃圾(及鳥屎)，如需佩戴手套及潔潔鳥

屎，可向健康中心拿取口罩。

(8)再次提醒打掃校園圍牆班級記得指派一名穿反光背心站立打掃人員前方並注意打掃安全，清掃落葉要確實掃起不要堆積，不造成光華路旁居民的困擾。

(9)打掃期間如遇下雨，外區域回打掃樓層走廊的班級，仍要派員打掃，避免樓梯積水影響行進間的危險。雨停小時，請打掃樓梯、走廊之班級利用課餘務必將水漬清除，以免同學滑倒。

## 7. 防疫注意事項(配合防疫會議滾動修正，略記如下)

(1)有關本校因疫情因素而停課班級、隔離人數有放在首頁嚴重特殊傳染性肺炎防疫資訊網，請同學知悉並落實全程配戴口罩，請自我要求做好自我保護。

(2)目前在校內及校外均需全程配戴口罩(含室內課)。體育課時運動時可取下口罩，課程結束或無運動時，請將口罩戴上。

(3)無論有無開通調，早到校的同學請配合將教室對角各一扇窗戶開啟 15 公分以利通風(早上有開冷氣期間，俾利校園傳染病防治並杜絕群聚感染事件發生，讓學習更有效率。(請導師指定專人協助開啟)

(4)依據 111 年 3 月 1 日召開第 25 次防疫會議記錄辦理。未配合防疫政策之同學，將依校規第十條之(九)學生於校內噴灑刮鬍泡、丟水球、砸蛋糕及其類似行為，妨害團體整潔及侵害人身安全，經勸導後仍未改善者，記警告一次。(已連續多日宣導，仍未依規定配合防疫政策架設午餐隔板，嚴重影響他人衛生安全)。針對被記班級處分及開立宣導單。因為用餐而未架設隔板者請登記表內，千萬不可以因沒帶隔板而不用餐。

(5)用餐時請不交談(課間用餐請立隔板並迅速用完不交談)，午餐配膳人員請固定並穿戴面罩、口罩、手套及頭套。(面罩、頭套由團膳廠商每周提供，請確實及愛惜使用)

(6)如有外食訂購需求請循規定至生輔組拿單申請，外訂廠家要備註電話，送貨員要到警衛室量體溫及實聯制登錄。嚴禁私下交易，經發現依校規嚴處。

(7)目前仍維持二級警戒至 5 月 31 日，請於搭公車、密閉空間處，仍須配戴口罩，遵守呼吸道隔離措施。

(8)近來早晚溫差變化大，請自行加減衣物並注意保暖。

(9)環保股長每日登記領取氯酸水及使用(打掃期間);副班長每週五放學前繳交班級體溫登記表(含上下午線上填報)。環保股長協助每週隔板架設檢查，以上登記表紙本請周五放學前繳回。依據繳交狀況建議處分與獎勵。環保股長繳回表單時請記得寫班級、人數及讓導師簽名。繳回時放到衛生組桌上主機黑色籃子內。

(10)請留意臺中市政府公告染疫足跡，擔心足跡重複有染疫之虞，請自行到快篩站進行自費快篩。

## 8. 本週清潔重點及評分說明

(1)加強走廊(排水孔不要堵塞)、教室(不要有蜘蛛網、地面不要有口香糖渣、垃圾)、廁所(異味移除)等清潔、雨後所屬外掃區及教室周邊易積水容器內積水，請主動協助倒空。

(2)與進修部共用教室班級，教室整潔缺失如為事實，公共區域採倒扣並個人區域處分該人員。

(3)因 5 月 21-22 日本校教室有擔任國中會考考場及休息區，請同學平日確實維護好教室乾淨，如需利用周三班會大掃除者或周三、五放學後大掃除之班級，若掃具欠缺請主動與衛

生組聯繫。

(4)教室鐵櫃破舊可以拿到回收場回收，如鐵櫃堪用 5/20 大掃除時請轉向面對牆壁。教室抽屜全面淨空、講台下不要放置書本。工具箱、工作鞋、工具包，請 5/18 前帶回。

(5)針對宣導多次未能配合班級，進行周二周四集會後留下宣導，並視狀況發給周三及周五第八級留校打掃家長同意書，若打掃當日為到請於次日補做三次，未完成補作視同重大集會未到，簽處處分。(5/9 日放學後教室為清空均列為重點扣分項目)

(6)因第 14 週為考試週，14-15 週整潔評分併計。

9. 避免食材浪費，因公假需停餐請承辦單位會文知會員生合作社趙經理；病假以三天以上為基準，如學生無法到校則由導師代為提出申請，並於假單中備註並病假停餐，有關就診證明請回校後三日內檢附，作為退費依據。(疫情期間請假變動很大，相關權益請洽員生合作社趙經理)

10. 愛校服務請利用第一節下課至學務處走廊登記，每日限 15 名。登記時請繳交已核章之申請書。5 月 14、21-22 日等四日開放全天愛校服務，請有意願同學請到衛生組拿取假日到校愛校服務家長通知書。參加當日請繳交已核章之愛校服務申請書及家長同意書，到校服務期間請著校服，午餐自理。

11. 中台科學於 111 年 10 月 29 日於中臺科技大學國際會議廳辦理「2022 全國衛護知識王」，鼓勵學生踴躍報名參加。報名日期：即日起至 111 年 9 月 23 日(星期六)止；報名方式：網路報名 (<https://reurl.cc/q0jEKp>)

12. 5 月 16-20 日辦理環境、交通暨健康促進進等教育系列活動宣導周，歡迎同學踴躍參加。相關計畫(傳群組)。5/18 健康中心辦理捐血活動(卿雲大樓穿堂 09:00-15:30, 12:00-13:00 休息)，5/18 後-5 月 31 日止)到外面有捐血者，可以憑證明消警告一次或記嘉獎一次。

13. 新年度本校推動台美生態學校第一路徑為-消耗與廢棄物。路徑宣言：愛物惜物、以愛永續物命；第二路徑：永續食物。路徑宣言：珍惜食物得之不易，用心感受大地的美好，從親土感恩土地，進而熱愛土地，使食物永續。

#### 14. 重要議題宣導

一、提供校園環境教育、貧困午餐與安心餐券申請、食物銀行、菸檳防治、空污防制、學校緊急傷病處理、流感衛教、學生平安保險說明等議題宣導資料。

二、110 學年度健康飲食教育以「**EYE 眼 吃起來**」為主軸。國民健康署呼籲家長謹守 eye 眼 6 原則：每天戶外活動 120 分鐘以上、每日看螢幕不要超過 1 小時、用眼 30 分鐘休息 10 分鐘、早睡早起充分休息、均衡飲食，天天五蔬果、每年定期 1~2 次檢查視力。

三、請配合懸掛旗幟顏色採取健康防護措施；

橘色：應減少敏感性族群學生之戶外活動。

紅色：應考量戶外活動地點之空品條件，並將課程、活動調整於室內進行或延期辦理。

紫色：應立即停止戶外活動，將課程調整於室內進行。

四、**酵素清潔劑**，寒假期間已裝瓶放置廁所。每次實施清潔時請噴灑使用，每天少量污漬一次清除，避免尿、漬累積過久再使用時，會增加清潔時間。(如需要領取可到健康中心領取)。



(校園環境) (空污品質宣導) (環保生物酵素宣導) (菸檳害素養題)

五、宣導校園內禁吃檳榔與抽菸，依據菸害防制法，第 12 條第 1 項規定：「未滿十八歲者，不得吸菸。」相關罰則：菸害防制法第 28 條：「違反第 12 條第一項規定者，應令其接受戒菸教育；行為人未滿十八歲且未結婚者，並應令其父母或監護人使其到場。無正當理由未依通知接受戒菸教育者，處新臺幣二千元以上一萬元以下罰鍰，並按次連續處罰；行為人未滿十八歲且未結婚者，處罰其父母或監護人。」

六、登革熱防治(雨後請主動檢視班級、辦公室及打掃區積水容器，如積水請協助倒掉)

清除孳生源四大訣竅—澈底落實「巡、倒、清、刷」

(1)「巡」—經常巡檢，檢查居家室內外可能積水的容器。

(2)「倒」—倒掉積水，不要的器物予以丟棄。

(3)「清」—減少容器，使用的器具也都應該澈底清潔。

(4)「刷」—去除蟲卵，收拾或倒置勿再積水養蚊。

七、預防食物中毒五要二不原則：(要洗手、要新鮮、要生熟食分開、要澈底加熱、要注意保存溫度、不要飲用山泉水及不要食用不明的動植物)

八、請節約用水用水，當用則用，當省及省。

九、要如何正確規律執行口腔清潔？正確刷牙方法：

◎進食後 30 分鐘內刷牙，以減少食物殘渣對口腔黏膜及牙齒的刺激。

◎於鏡子前檢查牙齒表面及牙縫間隙的食物殘渣。

◎採貝式刷牙法刷牙：使刷毛與牙齒成 45°角後刷毛輕壓牙齦，上排牙齒刷牙方式由上往下，下排牙齒由下往上，每顆牙齒、牙縫、牙齦及缺牙面皆要刷洗，每次只刷 2 顆牙。

◎牙齦可使用軟毛牙刷或以肥皂洗淨的手指輕輕按摩，強化牙齦組織。

◎每日刷牙四次(飯後及睡前)。

◎若有活動假牙，三餐飯後應取出清洗乾淨，並睡前取出泡於清水中不使用。

◎牙刷在每次使用過後，須清洗放在乾燥處。

十、性教育及傳染疾病防治宣導:尊重異性正常交往，避免多重性伴侶及勿使用成癮性藥物，如有心理困擾可洽輔導室、因遵守正確安全性行為及正確使用保險套。刑法第二百二十條規定:(第一項)對於未滿十四歲之男女為性交者，處三年以上十年以下有期徒刑。(第二項)對於未滿十四歲之男女為猥褻之行為者，處六月以上五年以下有期徒刑(第三項)對於十四歲以上未滿十六歲之男女為性交者，處七年以上有期徒刑。(第四項)對於十四歲以上未滿十六歲之男女為猥褻之行為者，處三年以下有期徒刑。(第五項)第一項、第三項之未遂犯罰之

十一、111 年 1 月 1 日起臺中市生廚餘回收(分熟廚餘及生廚餘)，鼓勵大家踴躍配合。

十二、與動物毛小孩的十個生死約定，敬請參加同學可以書寫心得。

與毛孩的十個生死約定

1. 寵物與我們的關係 2. 養寵物 2 個保護原則 3. 動保法規定小常識
4. 碰到惡犬如何自保 5. 認識 6 種危險犬 6. 養寵物 3 不誓言
7. 狗與貓咪防疫 5 注意 8. 被動物咬傷怎麼辦？ 9. 寵物的老年照顧
10. 寵物安樂死 & 安寧療護

15.

## 愛閱共讀·好書共賞

111.05.16 推薦

摘自博客來網路書店  
可前往了解



《如果我的腦袋正常的話...》作者：山白朝子 (乙一) 譯者：王華懋



皇冠文化出版有限公司  
2021/10/26 出品

- ◆ 不正常的究竟是我，還是這個世界？
- ◆ 我們生命縫隙裡，秘密攀附的恐怖、悲傷、惆悵，與溫暖。
- ◆ 8篇關於「失去」的物語，山白朝子寫給大人的現代怪談。
- ◆ 山白朝子讓悲慟的人得以慰藉，絕望的人仍有救贖，  
◆ 散失的靈光得以歸返，沉沒的記憶再次浮現——  
◆ 在幾乎要吞噬一切的黑暗深淵中，  
◆ 仍有人，有燈，有念念不忘，有溫暖的火光。
- ◆ 作者：山白朝子 (乙一)  
◆ 2005年以《長遠旅程的開始》出道，並於怪談專門雜誌《幽》上發表極富原創性的各種奇幻恐怖小說，嗜好是生火。另著有《胚胎奇譚》、《我的賽克洛斯》、《獻給死者的音樂》，合著有《殺死瑪麗蘇》
- ◆ 譯者：王華懋  
◆ 專職譯者，譯作包括推理、文學及實用等各種類型。

這本書沙工圖書館內有喔，趕快來一睹為快吧~~

~ 華藝電子書 <https://www.airitibooks.com/> 凌網電子書： <https://ebook.hyread.com.tw/> ~