



113 學年度第 2 學期第 10 週

學務通報

編輯指導：柳景沅

編輯督導：王秋文

處室組長：陳琪玲、洪啓翔、謝欣芳、劉憬旻、黃琦鳳

執行編輯：賴妍芳、林昕禹

出刊日期：114 年 4 月 18 日

壹、訓育組

一、畢業在即，請高三同學上網去檢查學生公共服務時數登錄是否正確，若有問題立即向學務處訓育組反映。

二、徵選畢業典禮主視覺設計/ 6 月是 Summer，Summer 是畢業!..... 三年級畢業生參加尤佳。

(一)主題文字設計

(二)主要主題版視覺意象設計

三、113 學年度校慶主視覺設計藝文競賽入選公告

(一)特優1名：21122張○甄/獎金2,000 元，敘小功1次及獎狀乙張，並獲選為松山家商79周年校慶邀請函設計作品。(須配合版面尺寸修改設計版面)

(二)優勝2名：21119張○穎、21305林○愷/獎金600元，敘嘉獎2次及獎狀乙張。

特優	優勝 1	優勝 2
		

四、學生會訊息：

請班代於4/18(五)班會時間詢問班上同學是否有想針對學校想改善的部分，由班代填寫校園意見回饋表(內容儘量具體且搭配舉例，才能更詳細陳述給校方)，請班代於4/18(五)放學前繳交至學務處訓育組收件籃。

貳、生輔組

一、午休時間規定：

(一)依據本校學生在校作息時間實施要點：午休時間以寧靜午休為原則，除經申請核准之活動外，全體同學應於教室內安靜休息。

(二)提醒同學午休時間若逗留教室外將登記勸導，使用手機者依校規處置。

二、同學申請外出規定：

凡入校後要外出者必須填寫外出單申請，流程如下：①上下聯導師欄位-請導師簽名②下聯生活

回 條

(※請沿虛線裁切，並於每週二放學前經導師簽章後，繳回學務處訓育組※)

____年____班已於____月____日向全班宣讀 113-2 第 10 週學務通報(114/4/14/-114/4/18)

導師簽章_____

輔導組欄位-請輔導教官/學創老師簽名③下聯交給警衛後，始得外出。

三、重申請假規定：

- (一)凡請病假者，必須檢附足夠之證明文件（如醫師、家長證明等）始予核准，一天(含)以內得以家長證明為佐證；兩日(含)需提供就醫紀錄為佐證；兩日(不含)以上需以醫院診斷證明為證。
- (二)校外個人自行申請之學校面試、駕照、非代表學校參加之比賽，請以「事假」請假。
- (三)段考期間請假者必須檢附足夠之證明文件(病假須檢附公私立醫院(非診所)之醫師診斷證明；事假須有影響個人或親人生命財產之重大事由)。

四、改銷過作業：

- (一)每一警告乙次需進行 2 小時勞服，每小過需 6 小時勞服。
- (二)銷過方式請至校務行政系統，請同學於開始，使用銷過單格式，進入個人帳號/個人紀錄/獎懲查詢/設定學期後查詢(查詢哪一學期被登記的處分)及點選申請/送出銷過單/列印/完成服務時數後，請依下列步驟完成銷過手續：
- (三)警告：家長-導師-教官/學創簽名後，繳交至生輔組。
- (四)小過以上：家長-導師-輔導老師-教官/學創簽名後，繳交至生輔組；惟小過需要一個月考核期，繳交一個月後無再次發生同樣處分才可銷過，大過為三個月。
- (五)銷過使用的服務時數，教師占一半時數，另外一半時數需要處室認證(如輔導室、學務處、教務處等所有處室在內)，如不符上述規定將予以退件。

五、網路禮儀宣導基本原則：

(一)言論禮儀

1. 尊重他人、切記出現揭露他人隱私的言論。
2. 不宜在網路上公布未經當事人同意的資料。
3. 在網路中互動時，不要使用過度激烈的言詞，以免造成謾罵攻擊。
4. 【謠言止於智者】不可在網路上散布謠言，若有謠言傳來，也應要求自己當一個停止謠言的智者，不分享謠言訊息。



(二)使用者禮儀

1. 與人共享網路頻寬，須注意傳送檔案大小。
2. 與人互動，應表現友善的態度，切忌嘲笑對方。
3. 網路是互動、資訊交流的場域，應就自己能力所及分享知識與經驗。



參、健康中心

一、視力保健宣導

近視是疾病 打敗惡視力

護眼 123 遠離近視好簡單

第①招 每**1**年定期檢查視力

第②招 幼兒**2**歲前不看螢幕，2歲後1天不超過1小時

第③招 用眼**30**分鐘休息10分鐘，每天戶外活動達120分鐘

年紀越小近視，度數增加越快，如果未加以控制，容易高度近視（度數 > 500度），而高度近視容易產生白內障、青光眼及黃斑部病變等，甚至視網膜剝離，增加失明的機會。



保護眼睛 降低3C危害

增加戶外運動 舒緩眼睛肌肉

適度休息 用眼30分鐘休息10分鐘

充足環境光線 拉遠使用距離 避免低頭看手機

使用螢幕保護貼 過濾藍光及紫外線

螢幕亮度 應調至可視最低 或使用夜間模式

使用合格眼鏡 過濾藍光及紫外線

頭部姿勢以平視螢幕為宜，因頭部往下時 眼球往後膨出的力道最大，易造成 眼軸拉長變形，所以避免低頭看書 看手機以維護眼睛健康

二、牙醫師公會全國聯合會辦理「2025年全國高級中等以下學校顧牙四格漫畫比賽」

(一)活動目的:透過漫畫比賽促進高級中等學校學生對口腔保健知能之重視及提升定期至牙醫院所保健習慣。

(二)相關網址:https://www.cda.org.tw/cda/news_detail.jsp?nid=3043

(三)報名表格 QR碼

