



【學生事務處】

一、11002 班會記錄簿建議暨回應一覽表

◎11002 第 5 週：

班級	開會日期	內 容	回 覆 單 位	回覆內容
護 2-3	111/3/22	往校外火車站的專車，可以增加班次，不要每次都超載	總務處	目前搭乘的同學人數每天平均只有一台的人數，因此目前無法再增加班次，同學如遇客滿可改搭公車入校園或小黃公車，較有彈性。
護 2-4	111/3/21	洗手台堵住，修繕單交過去處室已經兩個禮拜，遲遲未有人員來處理。	總務處	修繕單有上下聯，同學請保留下聯，如有超過一星期以上仍未完成或有營繕組同仁說明情況，可向總務主任反應。經瞭解此事，在同學反應當下已前往處理，應是後來又再堵住，會造成堵塞的原因是有人將廚餘倒進水槽中，食物殘渣太多太大而造成的。

二、因應武漢疫情，五專一、二年級住宿生晚自習，地點異動為住宿生之寢室，晚自習期間-晚上七點~八點二十分，宿舍大門關閉，任何人不得進出(包含五專三、四、五年級及二專生)。

※教職員晚自習輪值調整-暫停：(輪值時間：19:00~20:25)

週數/日期	圖書館	護理科	物治科	護產科	數創科
第七週 111 年 04 月 04 日兒童 節連假暫停	<p>住宿生在各自寢室內晚自習</p> <p>晚自習時間內不得任意離開寢室</p>				
第七週 111 年 04 月 05 日 清明節連假暫停					

第七週
111 年 04 月 06 日

三、請在校班級學藝股長-每週班會內容務必上傳(學藝股長權限請找生輔組開通、上傳過程有問題請找學務處勞服中心) 請學藝股長務必完成職務職責-開班會日期務必上傳正確
以下為部分班級未完成或完全未上傳的統計-請務必上傳完整

110 學年度第二學期班會紀錄無上傳或填無之紀錄班級統計

科別	第五週	科別	第五週
護理科	3-1、5-2(幹部報告-無?)、5-4(缺幹部報告)	數創科	Good~
幼保科	1-1、2-1、2-甲	物治科	2-3、3-3、4-3(缺幹部報告)
休觀科	3-1(幹部報告-無?)	美設科	1-1、2-1
餐管科	1-1、2-1、1-甲	觀光科	Good~
護產科	Good~	口衛科	1-1

【課外活動組】

一、110 學年度第二學期社團活動時間表：

社團活動時間表			
週次	日期	活動事項	備註
七	111/04/06	社團活動(五)	
八	111/04/13	期中考前一週	(當日社團停止上課)
九	111/04/20	期中考	(當日社團停止上課)
十	111/04/27	社團活動(六)	
十一	111/05/04	社團活動(七)	
十二	111/05/11	社團活動(八)	

二、於課外組借用音響必須在當日下午四點五十分前歸還；放學後不再提供音響借用。

三、五專一至三年級學生依教育部規定必須參加社團，請同學於社團活動時間務必前往集合地點，點名未到者依曠課處置；欲請假者按照正常請假程序由導師請假；出缺勤異動請填寫學生社團出缺勤異動申請單(課外組網頁下載)，並由該社團指導老師簽名/蓋章。

【軍訓室暨生活輔導組】

- 一、重申五專 1、2、3 年級，上課時間(含午休時間及空堂課)未經請假核准(需由導師或輔導教官連絡家長確認後簽章核准，不可口頭報告)，嚴禁外出(含用餐及購物)，違反者記小過乙次處罰，累犯者並得加重。另自習課，請各科統一排定課程，並實施點名，軍訓室於實施校園巡查時，如發現有學生自稱該節課為空堂而於校園遊蕩者，將逕行登記處分。
- 二、請各班副班長或風紀股長需每日至軍訓室班級櫃領取（簽名）資料一次，請務必律定代理人，以免要發放或通知的資料久置無人理會，為了貫徹執行，累計達 3 次無簽到記錄，則記申誡 1 次。第 5 週班級櫃簽到狀況如下：

科別	3月21日 星期一	3月22日 星期二	3月23日 星期三	3月24日 星期四	3月25日 星期五	處分班級
護理科					1-3	無
數創科						無
幼保科					4-1 2幼1甲	無
物治科			2-1	2-1 4-2	1-2 2-1	2-1
休觀科					5-1	無
美設科				1-1		無
餐管科				2-1	2-1	無
觀光科						無
護產科						無
口衛科			1-1	1-1	1-1	1-1

- 三、【菸害防制宣導】本校為無菸校園，對於菸害防制執行落實，請多加宣導，並能予以糾舉。為了維護友善校園環境，請大家能共同投入防治的行動，有您的投入，校園將會更潔淨。(若不便當場糾舉，歡迎提供時間、地點及照片)。
- 四、【消防教育宣導】

發生火災時，在一片高溫下，人們往往會嚇得逃離火源。但其實，火場中的頭號殺手是濃煙！濃煙不只危險，擴散比飛還要快，一秒鐘可以向上竄升五、六公尺，許多人就在逃難的過程中被活活嗆死了。既然煙跑得這麼快，發生事故我們該怎麼辦？濃煙密布快關門若是發現時火勢已經很大，要盡快關上門隔絕濃煙與高溫，並用毛巾、膠帶等東西隔絕門縫。若要選擇躲避的空間，特別要注意以下幾點：

- (一) 不要躲在塑膠門板後→會被火燒融化，反而更危險。
- (二) 沒有通風處就換一個地方→有窗才能通風，增加可呼吸空氣。
- (三) 最最重要的是——千萬不要躲浴室！→不但門容易被燒融化，更因為管道相通的關係，濃煙還是會跑進來！
- (四) 如果沒有鐵門只有木門怎麼辦？正確做法：先把門關起來！木門也可以撐個一小時左右，為你爭取更多救援機會。趁火勢還小快往下逃難如果逃生通道還暢通，則要把握時間，盡速逃離。而其中要特別注意的是：不可往上逃→濃煙比你跑的還要快，往下跑才對不要為了找濕毛巾耽誤時間→濕毛巾如遇高溫可能產生傷人的高溫蒸氣記得「濃煙關門，小火快逃」



五、【反詐騙宣導】

同學！網購撿便宜錯了嗎？撿便宜沒有錯，只是在「社群平臺」上的詐騙訊息非常多，大品牌認明藍勾勾。

●認明一頁式廣告 特徵：

- (一) 七天鑑賞
- (二) 價格優惠
- (三) 貨到付款
- (四) 限量倒數
- (五) 網址冗長奇特

另外，社團、Marketplace 貼文亦隱藏許多詐騙風險，建議您慎選具良好商譽之知名「拍賣平臺」購物，並透過平臺系統完成交易，切勿又導外使用「通訊軟體」交談，才能保護您的消費權益。影片欣賞 <https://fb.watch/bCycZ46G45/>

六、【交通安全宣導】：

為配合交通部辦理機車駕訓補助政策，鼓勵民眾於考領駕照前，透過駕訓班接受完整機車駕訓制度，學習安全及正確騎乘，以增進初次考取機車駕照駕駛人之安全駕駛、防衛駕駛觀念；研究顯示經駕訓者，可降低違規、肇事風險，顯示機車駕訓確有成效，煩請轉發班群組協助意願調查。

* 駕訓班機車訓練課程時數為學科 6 小時、術科 10 小時，收費標準為 2,800 至 3,700 元；整府補助 1300 元。

* 10 個小時的術科訓練及現地考照時都需使用駕訓班所提供的機車喔！

意願調查統計：<https://docs.google.com/forms/d/16wZYQCxHZRfFsPFkFj47XDnWCogbRGn9rA65tI-F4mE/edit>



七、【防溺宣導】：你知道什麼是“防溺十招” “救溺五步”「叫叫伸拋划」？

炎炎夏季，天氣炙熱難耐，同學如要玩水一定要在安全的水域玩水，不要私自到無人管理的溪邊、海邊、湖泊...等戲水。

★防溺十招：

- (一) 戲水地點需合法，要有救生設備與人員。
- (二) 免做出危險行為，不要跳水。
- (三) 湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心。
- (四) 不要落單，隨時注意同伴狀況位置。
- (五) 下水前先暖身，不可穿牛仔褲下水。
- (六) 不可在水中嬉鬧惡作劇。
- (七) 身體疲勞狀況不佳，不要戲水游泳。
- (八) 不要長時間浸泡在水中，小心失溫。
- (九) 注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水。
- (十) 加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆。

★如~不幸~真的有人發生溺水事件，要記得救溺五步：「叫→叫→伸→拋→划」

- (一) 大聲呼叫
- (二) 呼叫 119、118、110、112，「118」是行政院海岸巡防署的代表號碼，行動電話在緊急時，即使 SIM 卡被鎖或未插入，仍可撥打 112 緊急救難專線
- (三) 利用延伸物(竹竿、樹枝...等)
- (四) 拋送漂浮物(球、繩、瓶...等)
- (五) 利用大型浮具划過去(船、浮木、救生圈、救生浮標、保麗龍...等)

★為了自身的安全，就是不要徒手下水救人！



校園水域安全宣導

各位親愛的家長：

隨著天氣日漸炎熱，從事水域活動的機會增多，但也很遺憾常發生溺水死亡事件，發生主要在於「非上課時間及週末、假日下午時段」、「自行結伴出遊」及「溪河流經水」頻率最高，暑假期間請家長和學校共同關心學生水域安全：

- ☒ 選擇合法地點
- ☒ 應有家長陪同
- ☒ 留意天氣變化
- ☒ 避免危險行為
- ☒ 學會水中自救
- ☒ 不穿吸水衣褲



緊急聯絡電話：

1. 救災防護專線：119
2. 海巡服務專線：118
3. 報案專線：110
4. 行動電話急難救助專線：112

相關資訊網站：

1. 教育部「游泳」網站
網址：<http://www.sports.url.tw/>
2. 內政部消防署防災知識網—登山防溺篇
網址：http://www.nfa.gov.tw/nfa_k/
3. 行政院災害防救委員會數位學習網—水上活動注意事項
網址：<http://124.199.65.72/elearning/>

救溺五步

叫叫伸拋划 救溺先自保

叫 大聲呼救



叫 呼叫 119、118
110、112



伸 利用延伸物
(竹竿、樹枝等)



拋 拋送漂浮物
(球、繩、瓶等)



划 利用大型浮具划過去(船、浮木、救生圈、救生浮標、保麗龍等)



教育部 關心您


【衛保組暨健康中心】

一、不受月經所困，是最基本的人權(聯合國人口基金 UNFPA 2020)，5月28日，是「世界月經衛生日」，這個節日自2014年由德國非營利組織 Wash United 發起，希望引起大眾對月經、健康與衛生議題的關注。

- (一)「月經貧窮」指的是人們因為無法負擔、或缺乏可取得生理用品資源的管道，以至於月經來潮時，必須不正常的減少使用數量，或使用其他物品，如襪子、樹皮、衛生紙等等來替代，進而導致陰部重複感染、陰道炎、骨盆炎、不孕、子宮頸癌等生理影響，及嚴重憂鬱、焦慮等負面心理健康影響的一種社會現象。
- (二)月經汙名化(Period Stigma)「月經汙名化」泛指任何因為月經而產生的社會禁忌(Taboo)，與其衍生的避諱風氣和羞辱行為。其中包含將月經視為不潔的、羞恥的事，或是將月經視為不得於公開場域談論的話題，以及生理女性在經期時不得參與宗教儀式與習俗的原因等等。
- (三)「月經不平等」泛指人們因為受到月經這一項特定生理性別獨有的先天生理現象影響，而在不同層面產生不平等的狀況，甚至因此造成部分原先就身處弱勢的人，其弱勢情形更加惡化的現象。月經不平等的討論與涉及範疇十分廣泛，常見的討論包含月經稅(生理用品加值營業稅)、公共場域提供生理用品、生理假等。

哪一款經期用品最適合你？			
女人迷 womany.net			
你是什麼樣的女孩呢？	如果你是講求購買方便、還在觀望新事物的女孩...	如果你是擔心測漏、又不想一直進廁所的女孩...	如果你想省錢、環保、又好奇新事物的女孩...
你可以選擇	衛生棉 	棉條 	月亮杯 
估算一輩子的花費 (單位：台幣)	一天 7 片 × 一次經期 5 天 × 一年 12 次 × 40 年 × 一片 4 元 = 67,200 元	一天 3 條 × 一次經期 5 天 × 一年 12 次 × 40 年 × 每條 10 元 = 72,000 元	一個月亮杯 1280 元 × 一生更換約 4 次 = 5,120 元 (勝)
更換頻率	約 2 小時換一次 (拋棄式)	約 3~6 小時更換一次 (拋棄式) (勝)	一天清洗 2~3 次 (長用型)
購買管道	超商、藥妝店、網路、生活用品店等等 (勝)	藥妝店、網路、代購	臺灣尚未正式生產，有募資計畫欲推行合法化
垃圾量	每年約 15,740 噸	每年約 221 噸	每年約 7 噸 (勝)
使用方式	固定在內褲上，承接滴出來的經血，更換時撕下來即可	堵住陰道口，在陰道內直接吸收經血，更換時輕拉棉繩即可	伸入陰道，在陰道內承接經血，清洗時輕輕取出即可

二、健康中心有設置生理用品供女學生緊急或臨時所需索取，另備有電毯及黑糖供生理期來不適使用。

三、2022 戒菸就贏比賽開跑！ 抗疫，再健康一點！戒菸就是抗疫！

<https://www.quitwin.org.tw/>



2022 Quit & Win 戒菸就贏
www.e-quit.org

抗疫, 報名戒菸就贏
立即行動 + 再健康一點

4月 底前 參加「戒菸就贏比賽」，成功戒菸就有機會抽中獎金**30萬**
吸菸的「參賽者」vs 不吸菸「見證人」，兩人一組報名參加比賽，參賽組確實遵守
5月2日至5月29日完全不吸菸，就有機會一起抽中獎金！

成功戒菸獎勵 獎金贊助 許明傳社會福利公益信託基金
首獎：獎金30萬元一組，威獎：獎金6萬元共六組

報名請上 華文戒菸網 

【原住民族學生資源中心】

一、相關補助/活動報名資訊：

活動資訊	日期	詳細申請資訊
原資中心期中考前 衝刺愛心晚餐	申請日期：111/03/30 至 111/04/05	報名資訊將發放 於各班班級櫃
在地特色藝術課程 「在地藝術耳環吊飾」	課程日期：111/04/06(三)15：00 至 16：00	

【體育組】

恭喜參加 111 年慈惠醫專校歌比賽暨舞動青春、舞動活力創意啦啦隊錦標賽獲獎班級：

校歌比賽			
組別	第一名	第二名	第三名
一年級組	物治科 1-2	幼保科 1-1	物治科 1-1
二年級組	物治科 2-1	護理科 2-2 物治科 2-3	
啦啦隊比賽			
組別	第一名	第二名	第三名
一年級組	物治科 1-1 物治科 1-2		護理科 1-1
二年級組	物治科 2-1	物治科 2-3	護理科 2-2

【學生輔導中心】

一、身心科醫師駐診服務

精神科醫師	服務日期		諮詢時間	地點
林峰玄醫師 (屏安醫療社團 法人屏安醫院)	04 月	04/01(五)下午 04/08(五)上午 04/15(五)上午 04/29(五)上午	上午時段 9:10-12:00 下午時段	C 棟教學大 樓個諮室

	05 月	05/06(五)上午 05/13(五)上午 05/20(五)上午 05/27(五)上午	13:00-15:55	
	06 月	06/02(四)上午 06/10(五)上午 06/17(五)上午		

*提供協助校內心理、精神特殊狀況學生輔導及精神醫療諮詢，本服務採預約制；
如有任何問題，請洽學輔導中心。

二、減輕焦慮、身心平靜、回歸自我！8 個慢生活提案讓大腦休息，為心靈排毒：

如果讓你「留一些時間給自己」，你會做些什麼事情？

好不容易擠出了一些空閒時間，結果又不自覺打開手機、平板，開始追劇、打遊戲...
再不然，就是確認臉書、Instagram 有沒有新消息...。即時推播的資訊大量湧入，累積的疲勞會讓我們的思考和情緒會跟著受到影響，陷入自卑、焦慮、抑鬱等負面情緒。

提供你 8 個「慢生活」提案，一起來試試看吧！



- (一) **超慢跑**：致力於預防、治療肥胖的日本醫學博士田中宏曉都在推廣的超慢跑，連《驚人的超慢跑瘦身法：「燃燒熱量」是走路 2 倍，連「運動白痴」都會愛上的運動！》作者梅方久仁子分享，超慢跑能夠改善高血糖、膽固醇、尿酸等，還能提高記憶力和判斷力。
- (二) **散步**：散步可以找回專注感，開啟對身體的覺察，從身體的重量、全身的姿勢、肌肉的緊繃或放鬆，感受此時此刻的自己身心狀態如何；感受每一次呼吸、抬腳再放下的過程、腳踩到地面的感覺。
- (三) **練習發呆**：一份來自英國的報告指出，放空發呆能幫助心靈排毒、大腦休息，對於記憶力、創造力有正面的影響，在放空發呆時，能讓注意力回歸自身，能夠放空發呆的人，通常也能更專注於思考和解決問題。
- (四) **插花**：在插花的過程中，除了打開感官，也會做出各種嘗試，修剪枝葉，專注感受植物的狀態，不自覺靜下心來，只要多方嘗試之後，選擇自己最能夠得到療癒、盡情享受的興趣即可。
- (五) **編織**：編織正是英國跳水王子戴利（Tom Daley）練習平靜、正念（Mindfulness），與壓力共處的方式。編織讓人很容易地就能夠專注於每一針，並將注意力放在呼吸，其他煩心事都會暫時從腦中消失，取而代之的是平靜愉悅。（編輯推薦：記得英國跳水王子的編織萌樣嗎？正念編織，比冥想更有靜心效果）
- (六) **按摩**：在為自己仔細按摩的同時，也可以靜下心來感受身體與心靈的狀態是否有異狀，而挑選喜歡的按摩油，享受按摩油的香氣和質地，也會為按摩增添不少樂趣。若是平時沒有按摩的習慣，也可以從一些舒緩的簡單按摩開始！
- (七) **烹飪**：烹飪是幫助紓壓的好幫手！有助於讓大腦離開工作模式，放下其他煩惱，烹飪時享受蔬果的色彩繽紛，洗切食材的動作，鍋中散發的香氣和油加熱發出的滋滋聲，都能讓人集中精神投入當下，並在享受美食的同時得到成就感！
- (八) **手寫日記**：練字、書寫，手寫字讓人不自覺全神貫注。透過書寫來反省，接著轉換心情，回想感動和開心的事，最後，再寫隔天的目標，能讓人變得積極的效果。每天寫日記，有助於修正當天的自律神經失調，讓身心都回歸平靜。
- 文章出處：<https://www.edh.tw/article/30089>

【勞作教育暨服務學習發展中心】

- 一、請各科五年級畢業班學生，儘速查核個人服務學習登錄認證完成時數是否達 99 小時（服務 99 以通過“**認證時數**”為準）；未達 99 小時者，請導師協助同學於期中考前完成時數，否則無法通過畢業資格審查（於本學期第八週之 111 年 04 月 14 日星期四截止線上申請結算；時數不足者，請於完成後再一次性申請時數認證，期限至第 16 週 111 年 06 月 10 日星期五截止）。
- 二、學生資訊網登錄服務學習，請務必謹慎(一)日期，舉例 110 學年度第一學期起訖日期為 2021/08/01~2022/01/31、110 學年度第二學期起訖日期為 2022/02/01~2022/07/31，若校外服務(需有服務單位給的服務時數證明)有跨學期別，請務必於學生資訊網拆開申請為 2 筆(每學期上限 30 時-舉例:時數證明為 2022/01/24~2022/02/20 服務 50 小時，應分為

第一筆為 2022/01/24~2022/01/31 申請 15 小時、第二筆為 2022/02/01~2022/02/20 申請 35 小時(15+35=50)，夾帶一樣的佐證 1.服務時數證明 2.反思單 3.服務照片)(二)服務內容務必請寫明清楚(凡以下服務內容予以退件~~掃地~~、~~廁所~~、~~走廊~~、~~圖書館~~；~~改考卷~~不符服務學習精神...)；**學期期間所做的服務，起訖日期應為當學期的開學日~當學期結業式日期。**

三、夾帶佐證資料有區分校內服務及校外服務：

(一) **校外服務** (寒假或暑假或假日) 需夾帶

- 1、反思單
- 2、服務單位提供之時數證明
- 3、服務學習照片 (務必使用照片格式並說明)。

(二) **校內服務** (服務日期為在校期間第一週~第十八週) 需夾帶

- 1、方案計畫書
- 2、反思單 (複製他人反思單或抄襲者視同考試作弊，將依據本校學生考試規則第七條第 5 項「抄襲、夾帶、傳遞或其它合乎考試作弊之行為者」，得記大過一次，且該科目成績零分計算)
- 3、服務學習照片 (務必使用照片格式並說明)
- 4、時數簽到單，方能送出申請認證。

四、毋須服務照片之申請時數認證如以下服務內容：

- 1、秩序部 (需紙本反思單-須予承辦教官蓋章填寫時數後拍照用電腦上傳)
- 2、行政部 (需紙本反思單-須予承辦教官蓋章填寫時數後拍照用電腦上傳)
- 3、交通部 (需紙本反思單-須予承辦教官蓋章填寫時數後拍照用電腦上傳)
- 4、巡查部 (需紙本反思單-須予承辦組長蓋章填寫時數後拍照用電腦上傳)
- 5、班級幹部 (務必詳實填入擔任的職務並需夾帶幹部名單用電腦上傳)
- 6、小老師 (務必詳實填入擔任學分小老師並需夾帶小老師名單用電腦上傳)
- 7、社團幹部 (務必詳實填入擔任的職務並需夾帶幹部名單用電腦上傳)、宿舍幹部 (務必詳實填入擔任的職務並需夾帶幹部名單用電腦上傳)

仍需上列說明之佐證-**完成夾帶後，務必點選送出。**

五、經過學務處勞服中心、通識教育中心和教務處課務組討論之後，為了避免未來學生因擋實習留校修課衍生額外繳費疑慮，未來「服務學習」開課情形擬調整為學生留在學校實體上課的最後一學期，學分表變更如下：

- 1、「五專部分」：因物理治療科、幼兒保育科、美容造型設計科五年級全年在校外實習，因此將原本五年級下學期的「服務學習 (二)」修改至四年級下學期；其餘學科不變！
- 2、「二專部分」：因餐飲管理科二年級全年在校外實習，因此將原本二年級下學期的「服務學習 (二)」修改至一年級下學期；其餘學科不變！



學務主任信箱：

chingyeu1971@gmail.com

END