



【學生事務處】

- 一、因應新型冠狀病毒(COVID-19)，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 19:00~20:20，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 10 月 24 日	<p style="text-align: center;">住宿生在各自寢室內晚自習 晚自習時間內不得任意離開寢室</p>				
第七週 111 年 10 月 25 日					
第七週 111 年 10 月 26 日					

- 二、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的紀錄如需補會議紀錄請至學務處找承辦老師

111 學年度第一學期班會紀錄無上傳或填無之紀錄班級統計

科別	第四週	第五週
護理科	1-3,4-1(有上傳未詳盡)	國慶日放假乙日
數創科	1-1,3-1	國慶日放假乙日
幼保科	2-1,3-1(只有中心德目討論)	國慶日放假乙日
物治科	1-1(有上傳無內容,只有導師講評), 1-2, 3-1,3-2,3-3(有上傳無紀錄內容)	國慶日放假乙日
休觀科	Good~~~	國慶日放假乙日
美設科	3-1(只有中心德目討論)	國慶日放假乙日
餐管科	3-1(缺幹部報告),5-1(缺幹部報告),1-甲	國慶日放假乙日
觀光科	Good~~~	國慶日放假乙日
護產科	1-1(只有中心德目討論),4-1(週次與日期錯誤-國慶日是第五週)	國慶日放假乙日
口衛科	Good~~~	國慶日放假乙日

【課外活動組】

一、111 學年度第一學期社團活動時間表

週次	日期	活動事項	備註
七	111/10/26	社團活動（四）	
八	111/11/02	期中考前一週	（當日無社團）
九	111/11/09	期中考	（當日無社團）
十	111/11/16	社團活動（五）	
十一	111/11/23	社團活動（六）	
十二	111/11/30	※全校社團評鑑(B棟國際會議廳) 社團活動（七）	※社團評鑑每個社團皆須參加 ※社團正常上課
十三	111/12/07	社團活動（八）	
十四	111/12/14	社團活動（九）	
十五	111/12/21	社團活動（十）	※最後一次社團活動
十六	111/12/28	各班自行運用	（當日無社團）
十七	112/01/04	期末考前一週	（當日無社團）
十八	112/01/11	期末考停止上課	（當日無社團）

二、於課外組借用音響必須在當日下午 4：50 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、本學期訂於 111 年 11 月 14 日(期中考後)開始『全面換季』冬季服裝(長袖)，請同學事先準備(特別是住宿同學)。

二、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。

三、【貴重財物請妥善保管】

學期初各班級均有多項費用要繳交，請導師協助叮嚀同學，務必將重要財物（班費、書籍費...等）隨身攜帶，離開教室門窗一定要上鎖，軍訓室外走廊有置物櫃，可提供同學暫放物品，歡迎各班多加利用。

四、【交通安全】

依本校交通安全行停車規範，凡汽（機）車進入校園違反之教職員生，其違規車輛除依規範鎖車及繳交開鎖費 500 元外並將納入擴大行政會議公告並由各主管單位納入考核檢討。

五、【兵役業務】

93 年次的男同學請特別注意，按中華民國男子依法皆有服兵役之義務，並須在 19 歲徵兵及齡前一年底至當年 2 月間接受兵籍調查，建立兵籍資料。93 年次男子明年屆徵兵及齡，於 111 年 10 月 05 日上午 10 時至 11 月 30 日下午 5 時，可使用戶役政管家 APP「下載登入戶役政管家 APP/役政/線上申辦我要申請」(或由政部役政署網站首頁點選連結進入「兵籍調查線上申報」作業系統，登錄兵籍表所需之個人資料後即可完成兵籍調查作業。

PS:徵兵程序:兵籍調查→體檢→抽籤→徵調(所以同學接到鄉政區公所的通知不需要緊張，上網填寫即可)。

93年次男子兵籍調查網路申報看過來!

民國93年次出生的男生，明年就到兵役年齡，
請於111年10月5日10:00-111年11月30日17:00 網路申報兵籍調查
(網址:https://www.nca.gov.tw/ris)

APP-android版 APP-ios版 手機連結申報

中華民國男子依法皆有服兵役義務，19歲徵兵及齡，應接受兵籍調查，
完成學業經徵原因消滅後才繼續辦理徵兵檢查、抽籤及徵集等徵兵處理程序
如有兵役相關問題，請洽詢戶籍地鄉(鎮、市、區)公所役政單位

兵籍調查 徵兵檢查 抽籤 徵集入營

廣告 https://www.nca.gov.tw/ 內政部役政署 關心您

六、【反詐騙宣導】

請同學特別注意社交平台 (ig、臉書、Dcard、Line)及網路上【短時間賺錢】、【輕鬆賺錢】等貼文，真相是要騙你的錢，天下沒有白吃的午餐，別當歹徒眼中的肥羊，遭遇詐騙洽詢相關事宜，可撥打 165 反詐騙諮詢專線諮詢、檢舉或報案。

七、【校外賃居生訪視】

(一) 請各班導師執行賃居生訪視時，針對訪視表項目(滅火器，瓦斯熱水器安裝位置及逃生入口等)加強查核，並告知家長訪視情況，以維護學生安全。另外，教育部規定，每月 1 號需填報賃居生訪視情況，請各班導師於 10 月 29 日前將訪視結果繳回軍訓室，俾利回報教育部。

(二) 本校校外賃居網，有需要同學可多加利用 <https://house.nfu.edu.tw/TZUHUI>

八、【軍訓室班級櫃】

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	10月10日 星期一	10月11日 星期二	10月12日 星期三	10月13日 星期四	10月14日 星期五	處分班級
護理科					1-3 2-2	
數創科					1-1 5-1	
幼保科					4-1	
物治科		1-1	1-1	1-1	1-1 1-2	1-1
休體科				5-1	5-1	
美設科					1-1	
餐管科					1-1 2餐1甲	
觀光科						
護產科						
口衛科				2-1		

【衛保組暨健康中心】

- 一、依國民健康署 110 年青少年吸菸行為調查結果顯示，青少年最近一次取得電子煙的主要管道，為「家人親戚同學或朋友免費給的」，於國中生為 43.4%，高中職學生為 35.9%；「網路(國內或國外)販售平台上買的」及「社群網路購買的」，於國中生為 30.4%；高中職學生為 25%。基於我國青少年電子煙使用率有增加的趨勢，國民健康署呼籲家人及親友不要提供電子煙予青少年，以避免青少年嘗試，進而成癮危害健康；青少年更要珍愛自己健康，莫嘗試、莫購買、莫推薦使用電子煙。電子煙含尼古丁代表具高度成癮性，會傷害腦部發育外，如果雙重使用紙菸、電子煙，更會增加呼吸道和心血管疾病的風險；同時研究顯示，青少年使用電子煙及菸品不但影響呼吸系統與免疫系統，更是新冠肺炎的危險因子，呼籲青少年朋友不好奇、不嘗試、不買賣電子煙，同時建議民眾對抗菸癮尋找專業的戒菸諮詢，遠離新冠肺炎、守護健康生活。



二、青春期的行為改變及大腦建構的關鍵時期，若這個階段開始飲酒，比成年之後再飲酒，更容易產生對酒精的依賴，且在往後的生活中，較常發生因為酒精所導致心理健康、神經認知或危險行為等問題，所以青少年為了自身健康與未來生活品質著想，避免喝酒會是最健康的選擇。



【原住民族學生資源中心】

一、相關活動及補助申請：

活動辦理	活動日期	備註
在地藝術培訓課程- 環保麻繩杯帶	*活動日期：111/10/26(三)，下午2點 *活動報名：即日起至111/10/25(二)截止	歡迎學校老師及 同學踴躍參與
原資中心辦理期中考週 愛心晚餐	*報名日期 111/10/24(一)至 10/28(五)截止 *期中考愛心晚餐供於期中考前及期中考週， 供餐日期：111/10/31(一)至 11/11(五)	報名表將會放置 班級櫃，有勞煩 班級導師協助告 知。

【體育組】

預計辦理活動：

計畫	地點	日期
預計辦理教育部體育署推動水域 運動計畫-2022年fun心玩水趣水	佳義國小	111/10/24(一)
	東港國中	111/10/27(四)

域體驗之旅	林邊國中	111/11/18 (五)
帶領學生參加屏東縣 111 年第 71 屆屏東縣運暨 公教聯合運動會		111/10/28 (五) 至 111/10/30 (日)

【學生輔導中心】

一、身心科醫師駐診服務：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，請洽學生輔導中心。

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)	10 月	10/26(三)	上午 8：10-12：00	C 棟教學大樓 個諮室
	11 月	11/02(三)		
		11/16(三)		
		11/23(三)		
		11/30(三)		
	12 月	12/07(三)		
		12/14(三)		
		12/21(三)		
		12/28(三)		
	01 月	01/04(三)		

二、一張九宮格，寫出日本怪物投手：大谷翔平「曼陀羅計畫表」把目標變現實

日本棒球投手大谷翔平，被稱作是在漫畫中才會看到的怪物選手。他不但能投出球速一百六十公里的球，打擊能力也很優秀，曾擊出多次全壘打，可說是完美的選手。一九九四年出生的他，才二十多歲而已，高中一畢業就獲得八大球團第一指名，目前仍持續在創造歷史。

大谷翔平運用了「曼陀羅計畫表」，藉由建立具體且縝密的計畫，一步步地靠近自己要達成的目標，並將目標變為現實。曼陀羅計畫表是由日本設計師金泉浩晃所創，他從佛教的曼陀羅圖中得到靈感。

曼陀羅計畫表總共由八十一個方格組成。將想要達成的目標填入正中央，並在周圍的八個方格內寫下達成目標的必要項目。然後將這八個項目移動到圍繞在外的其他八個大方格的中心。接著將達成中心項目的具體行動填入方格。

曼陀羅計劃表的活用範例

身體保養	吃營養品	FSQ 90公斤	改善踏步	強化軀幹	保持軸心 不晃動	製造角度	把球從上 往下壓	強化手腕
柔軟性	鍛鍊體格	RSQ 130公斤	穩定 放球點	控球	消除 不安感	不過度 用力	球質	用下半身 主導
體力	擴展身體 可動範圍	吃飯 早上三碗 晚上七碗	強化 下半身	身體 不要開掉	控制 心理狀況	放球點 往前	提高 球的轉速	身體 可動範圍
設立明確 的目標	不要 忽喜忽憂	頭腦 要冷靜 內心 要炙熱	鍛鍊體格	控球	球質	順著軸心 旋轉	強化 下半身	增加體重
加強危機 應變能力	心志	不要受到 氣氛影響	心志	獲得 八大球團 第一指名	球速 160公里	強化軀幹	球速 160公里	強化 肩膀力道
心情不要 起伏不定	對勝利 執著	體諒隊友	人品	運氣	變化球	擴展身體 可動範圍	練習 傳接直球	增加 投球數
感性	成為 受大家 喜愛的人	計劃性	打招呼	撿垃圾	打掃房間	增加拿到 好球數的 球種	完成 指叉球	滑球 的球質
體貼	人品	感謝	珍惜球具	運氣	對裁判 的態度	緩慢且有 落差的 曲球	變化球	針對 左打者的 決勝球
禮貌	成為 受大家 信任的人	持之以恆	正面思考	成為受 大家支持 的人	閱讀書籍	用投直球 的方式 投球	讓球從好 球區跑到 壞球區的 控球力	想像球 的行進深度

據說，大谷翔平還透過曼陀羅計劃表，計劃及實踐了運氣、心志、人品等目標。他相信運氣也可以透過努力創造出來。

曼陀羅計劃表看似簡單，卻有很多優點。它可以將達成目標的詳細方法整理成一個頁面，並利用想要填滿方格的心理，激發出新的想法。另外，它和邏輯樹一樣是由中心往外延伸，是具有邏輯的思維。

相當推薦大家活用曼陀羅計劃表來設定目標。但在製作曼陀羅計劃表前，必須先透過無法達成目標的原因，來學習如何訂立可實行的目標，否則會很難設定計劃。

《文章出處：<https://www.edh.tw/article/24246>》

【勞作教育暨服務學習發展中心】

- 一、五年級畢業班每位學生之服務時數，請儘速完成，惟一年級~四年級(所指本學期已返校為數創科、休觀科、餐管科及觀光科五年級畢業班)服務時數有遺漏認證者，請備齊認證所需之相關資料-線上登錄並夾帶 1.方案計畫書 2.反思單、3.服務照片、4.服務時數證明(校外服務需有時數證明毋須方案計畫書或校內服務需有服務單位簽到時數證

明-如為全班或小組方式可以時數總表並簽名方式)，請導師線上審核後，如有缺件或是錯誤，請導師退件並加註退件原因，五年級補認證至**第14週111年12月15日星期四前申請**併送中心認證截止(護理及護理助產科五年級實習班於下學期112年04月13日截止補認證)；再**幼保科、物理治療科、美容造型設計科**因五年級整年在校外，除了要把時間申請線上認證-**學生務必電腦操作非手機版**，**於四下服務學習(二)成績未過者**，請記得在五年級下學期開學日加選服務學習(二)。

二、校內服務者，方案計劃**申請認證**須提出(一)方案計劃書送審通過-後續紙本轉換成 pdf 檔案(二)反思單-依照制式格式(三)照片-依照制式格式(四)簽到單(或是所有簽到單計算次數后的時數總表+每位學生簽名)-後續紙本轉換成 pdf 檔案-點選送出後需要導師先審核夾帶檔案-學生務必電腦操作非手機版，**若缺件或是夾帶錯誤，導師有權限退件予學生**。

三、校內服務者，班級幹部(未詳細填明何種幹部-將以退件處理；**佐證須夾帶名單**)、社團幹部(未詳細填明何種幹部-將以退件處理；**佐證須夾帶名單**)、小老師(未詳填科目-將以退件處理；**佐證須夾帶名單**)一學期上限為8小時，申請認證只須提出佐證須夾帶檔案-點選送出後需要導師先審核-學生務必電腦操作非手機版，**若服務內容未填清楚或是夾帶錯誤，導師有權限退件予學生(例只填入擔任幹部、擔任小老師、社團幹部...；正確應填入擔任幹部-班長...、擔任生命教育小老師...、擔任嘻舞社社長...)**。

四、擔任交通部、行政部、秩序部、巡查部學生-需提出**紙本反思單**交予負責教官、組長**認證蓋章+手寫時數**，後續紙本轉換成 pdf 檔案上傳、無需服務照片。

五、學生資訊網登錄服務學習寒暑假跨學期別，請務必謹慎

(一)日期，舉例 110 學年度第二學期起訖日期為 111/02/01~111/07/31(暑假期間校外服務)、111 學年度第一學期起訖日期為 111/08/01~112/01/31(暑假期間校外服務)，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：

服務時數證明為 111/06/25~111/09/08 服務 70 小時

應分為

1.111/06/25~111/07/31 申請 30 小時

2.111/08/01~111/09/08 申請 40 小時

兩筆時數申請認證應夾帶一樣的佐證 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...)。



學務主任信箱：

chingyeu1971@gmail.com

END