



【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
第十四週 111 年 12 月 12 日	<p>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>				
第十四週 111 年 12 月 13 日					
第十四週 111 年 12 月 14 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事前聯絡學務處(分機 210)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	第十一週	第十二週
護理科	4-1(有上傳卻沒有討論內容),4-4	2-3(缺幹部報告),3-3(缺幹部報告),4-1(中心德目無討論),4-4
數創科	Good~~~	1-1
幼保科	2-1,3-1	2-1,3-1
物治科	1-1,1-2,3-1,3-2,3-3(中心德目無討論),4-3	1-1,1-2, 2-2,3-1,3-2,3-3(中心德目無討論),4-3
休觀科	Good~~~	Good~~~
美設科	2-1(有上傳卻沒有討論內容),3-1(缺幹部報告)	2-1(有上傳卻沒有討論內容),3-1(缺幹部報告),4-1
餐管科	3-1(勿將系統設定各主題以中心德目討論回覆填入-答非所問),5-1(中心德目錯誤),1-甲	3-1(中心德目無討論), 5-1,1-甲

觀光科	5-1	5-1
護產科	Good~~~	1-1(中心德目無討論),
口衛科	Good~~~	Good~~~

【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
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。

四、HIDO 廣場烤肉區即日起有條件開放借用，烤肉者比照餐廳取餐規定須戴口罩及一次性手套，進食時須保持適當距離，非進食時請確實配戴口罩。

五、111 學年度大專弱勢如財調結果有通過且未同時申請其他教育補助者，會將補助金額扣除在 111 學年度第二學期學雜費；如有上學期申請大專弱勢，下學期改申請學雜費減免者，大專弱勢補助金額將減半，請在申請學雜費減免時一併繳交存摺影本並告知課外組。

【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、**【反詐騙宣導】**詐騙手法大公開

- (一) 詐騙集團於社群平臺張貼月薪 5-20 萬元無須工作經驗出售帳戶輕鬆賺等貼文吸引民眾洽詢，雙方加入 LINE 進行詳談。
- (二) 民眾依據指示前往詐騙集團指定處所會面，接著被帶往銀行設定約定轉帳及開啟網路銀行等功能
- (三) 詐騙集團再以簽約出借帳戶或給付每日報酬為由，控制被害人人身自由，拘禁於私人處所或旅館內，藉此操作被害人銀行帳戶進行犯罪所得收、轉。『知會家人朋友行蹤，保護自身安全』
- (四) 簽約前看仔細，有疑慮的契約不要簽、線上簽約要留意。

★提醒同學，切勿聽從指示申辦個人約定帳戶，對於個人銀行帳戶、網路銀行帳號密碼等，負有應自行妥善保管之責任，絕對不可交付陌生人。

若有存有僥倖心態，販賣或出租個人帳戶，更可能會危害生命安全，不可不慎!!!!

參考文章 <https://job.taiwanjobs.gov.tw/Internet/Index/DocDetail.aspx?uk=411&docid=38866>



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、【洗錢防制宣導】

- (一) 為期增進學生洗錢防制智識，促進學生提高警覺意識，避免誤入犯罪組織的金錢陷阱，成為幫助他人洗錢的工具，以達到事先防範避免觸犯法網，行政院洗錢防制辦公室印製「陳淑芳-虛擬資產篇」和「柴語錄-線上博弈篇」紙本海報，張貼於學務處公佈欄，歡迎同學參閱。
- (二) 為使同學建立正確的洗錢防制、反武擴、反資恐觀念，期能深植遵循洗錢防制的文化意識，提高同學積極支持政府推動洗錢防制政策意願，行政院洗錢防制辦公室今年度邀請金馬獎影后陳淑芳錄製 3 部洗錢防制宣導短影片，由柴語錄製作 1 部動畫，並與台灣科技法學會合作錄製 3 部校園洗錢防制教育訓練影片。前揭影片均已放置於網站影音專區網址：<https://www.amlo.moj.gov.tw/1461/31062/1490/Lpsimplelist>



- 五、【安全教育宣導】時節步入冬季，放學後天色快速昏暗，請同學上學勿單獨太早到校，放學後勿太晚離開校園，並盡量結伴而行，避免單獨行走於邊關昏暗巷道或人煙罕見之地方，若遇有突發事件請立即撥打校安專線電話 08-8641108 或報警請求協助。



學生安全教育宣導

時節步入冬季，天色昏暗速度較快，重大校安事件發生機率驟增；為加強同學安全意識及被害預防觀念的建立，並培養意外事件臨機應變能力與緊急求助技巧，以下宣導事項請全校同學確實配合並身體力行：

- 一、立即將學校校安中心電話(08)8641108存在手機常用聯絡人並牢記，遇有突發事件立即撥打請求協助；同時亦會在第一時間通知導師及家長。
- 二、上學勿單獨太早到校，放學勿太晚離開校園，務必盡量結伴同行，絕不行經陰暗偏僻及人煙罕至的地方及進出危險場所。
- 三、若上放學期間不得已必須要走偏僻昏暗巷道或人煙罕至的地方，請結伴同行並自備手電筒、哨子、隨身警報器、防狼噴霧、辣椒水等防身裝備。
- 四、同學應配合學校作息時間，課餘時避免單獨留在教室，避免單獨到校園偏僻的死角，確保自身安全。
- 五、遇陌生人問路，可熱心告知，但毋須親自引導前往，應隨時注意自身安全，切勿聽信他人的要求，交付金錢或隨同離校。
- 六、在校外發現陌生人跟隨，應快速跑至較多人的地方或最近便利商店，並大聲喊叫，吸引其他人的注意，尋求協助。

- 六、【役男出境宣導】民國 93 年次(含以前)出生的男子，如果要出境，應事先申請核准，至內政部役政署建置「役男短期出境線上申請作業系統」(<https://www.ris.gov.tw/depture/>)受理役男線上申請短期出境，欲出國之役男，請早於出國日 3 天前完出境之申請。

《軍訓室公告》

93年次（含以前）役男出境應經核准

明年寒假將要來臨，而且適逢春節等連續假期，內政部役政署呼籲民國 93 年次（含以前）出生的男子，如果要出境，應經事先申請核准。役政署指出，112 年 1 月 1 日起，民國 93 年次男子已達法定兵役年齡，具有役男身分，依法尚未服役的役男，如果要出國應經核准；不過，若於役齡前的 18 歲之年 12 月 31 日以前出境，出國並不需申請核准。內政部役政署業建置「役男短期出境線上申請作業系統」(<https://www.ris.gov.tw/departure/>)，受理役男線上申請短期出境，欲出國之役男，請儘早於出國日 3 天前完成出境之申請，經查核無兵役管制情形者，將立即核准出境，列印核准通知單後，自核准當日起 1 個月內可多次使用通關出境。另有關役齡男子出國（包括就學及觀光）的相關事宜，內政部役政署網站 (<http://www.nca.gov.tw/>) -業務資訊下載服務-常備兵徵集類，可供下載役男出境相關資訊，請大家多加利用

- 七、【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 12 週班級櫃簽到狀況如下：

科別	11月28日 星期一	11月29日 星期二	11月30日 星期三	12月1日 星期四	12月2日 星期五	處分班級
護理科		4-1	2-2 4-1	2-2 4-1 4-5	2-2 3-2 4-5	4-1 2-2
數創科						
幼保科					4-1	
物治科	4-2	2-2 4-2	2-2 4-2	2-2 4-2	4-2	2-2 4-2
休觀科				5-1	5-1	
美設科			1-1	1-1	2-1 4-1	
餐管科		1-1	1-1	1-1	1-1	1-1
觀光科						
護產科						
口衛科						

【衛保組暨健康中心】

- 一、我國近日出現第二例 H1N2v 流感病毒案例，疾管署提醒，防範新型 A 型流感，應遵守「5 要 6 不」原則，「5 要」：肉類及蛋要熟食、要以肥皂澈底洗手、出現症狀，要戴口罩速就醫並告知職業及接觸史、與禽畜長期接觸者要接種流感疫苗、要均衡飲食及適當運動；「6 不」：不生食禽鳥蛋類或製品、不走私及購買來路不明肉品、不接觸或餵

食禽畜、不野放及隨意丟棄禽畜、不將飼養禽畜與其他禽畜混居、不去空氣不流通或人潮壅擠的場所。



二、根據國民健康署「110 年青少年吸菸行為調查」資料顯示，青少年之嚼檳率 110 年均較 108 年下降(110 年國中生嚼檳率 0.4%，比 108 年下降 0.43%；高中職生嚼檳率 1.66%，比 108 年下降 0.48%)；而青少年對認知「吃檳榔即使不加配料，也會導致癌症」之比率，國中生 110 年認知率為 57.9%；高中職生 110 年認知率為 47.0%。自我檢查「破斑硬突腫」有異狀速就醫，由於疫情期間長時間配戴口罩，容易忽略口腔或顏面的變化，其實可以利用每天刷牙時自行檢視口腔，若口腔出現「破斑硬突腫」之一的症狀，例如同位置的口腔潰瘍，在 2 週以上未癒合的話，就應儘速就醫，必要時應接受切片檢查，以確定診斷、及早治療，才能真正有效降低口腔癌的發生率與死亡率。

- (一) 破：口腔黏膜破皮超過 2 週未癒合。
- (二) 斑：口腔黏膜出現不明的紅斑、白斑。
- (三) 硬：口腔黏膜逐漸變硬、緊，最終嘴巴張不開。
- (四) 突：口腔黏膜表面不規則突起(乳突狀或疣狀突起)。
- (五) 腫：臉或頸部出現腫塊或兩側不對稱。



三、二手菸是隱形殺手 愛護自己及家人快戒菸吧！

經費由國民健康署運用菸品健康福利捐支應

廣告

善加利用戒菸服務 共同創造無菸家園



多元戒菸管道

全國近3,500家戒菸服務合約醫事機構 ☎ 02-2351-0120

免費戒菸諮詢專線：0800-63-63-63、Line @tsh0800636363

洽地方政府衛生局(所)接受戒菸諮詢或服務

 HPA 衛生福利部 國民健康署

【原住民族學生資源中心】

一、相關活動：

活動辦理	活動日期	備註
實習前哨站-職場停看聽- 護理科四年級諮詢座談會	*活動時間：111/12/12(二)	歡迎同學踴躍 參與
原住民族文化藝文推廣週	*活動時間：111/12/14(三)至 111/12/21(三)。	歡迎學校老師 及同學踴躍參 與
原住民族文化藝文推廣週- 原住民族文化人才講座	*活動時間：111/12/14(三)	
大手拉小手部落文化幼兒 教育學習	*活動時間：111/12/14(三) *地點：三地門鄉安坡部落	

【體育組】

一、111 年全校班際排球競賽比賽(一年級女生組)

比賽時間	地點	重要資訊
原定：111/12/07，14：00 修訂：111/12/14，14：00	D 棟後方排球場	請所有參賽選手(一年級女生組)於 12/14，14：00 至 D 棟後方排球場檢錄(體育組檢錄時經現場確認班級二次未到者以棄權論【5 分鐘內】)

二、111 年慈惠醫專全校籃球三對三鬥牛賽

比賽時間	地點	重要資訊
111/12/14，13：00	D 棟後方籃球場	1、請所有參賽選手於 12/14，13：00 至 D 棟後方籃球場檢錄(體育組檢錄時經現場確認班級二次未到者以棄權論【5 分鐘內】)。 2、每場次比賽限制 10 分鐘或得分 10 分，以上先達到其一則比賽結束。 3、因參賽班級數量問題，如該組別為分組競賽時，將取冠亞軍，其餘計分方式以勝場優先，比分次之。
一年級組男生組		一年級組女生組
護理科 1-1 物理治療科 1-1 物理治療科 1-2		護理科 1-3 美容造型設計科 1-1 物理治療科 1-1 物理治療科 1-2 護理助產科 1-1
二年級組男生組		二年級組女生組
護理科 2-4 餐飲管理科 2-1 物理治療科 2-1 物理治療科 2-2		餐飲管理科 2-1 物理治療科 2-2 物理治療科 2-1 護理科 2-4
三年級組男生組		三年級組女生組
餐飲管理科 3-1 物理治療科 3-3 護理科 3-2		護理科 3-2 物理治療科 3-3 幼兒保育科 3-1
高年級組(含四、五年級及二專)男生組		高年級組(含四、五年級及二專)女生組
物理治療科 4-3 物理治療科 4-1 護理科 4-2		物理治療科 4-1 幼兒保育科 1-1

【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)	12 月	12/14(三) 12/21(三) 12/28(三)	上午 8:10-12:00	C 棟教學大樓 個諮室
	01 月	01/04(三)		

二、失敗又怎樣！這樣建立自信愛自己

面對許多未知的後果，許多人往往對自己的想法沒有把握而躊躇不前。經歷過多次挫敗的人，甚至會愈來愈不相信自己，並且自我厭惡。但人的一生都會經歷過挫折和迷惘，即使當下的選擇不盡理想，但也不代表未來都會如此。

以色列第一位女性總理果爾達·梅厄(Golda Meir)曾說：「要相信自己，並創造一個妳也樂意共度一生的自己。將自己的潛力發揮到極致，讓內在微弱但充滿可能性的火花，迸出燦爛的火焰！」如果您心裡有想法卻不敢執行，不妨嘗試以下這些方法來增加自信心：



(一) 無條件地愛自己：也許對其他親人、朋友及伴侶，也都有可能。既然對他人可以，為何不也試著無條件地愛自己呢？即使在犯錯後，也不要過度批判自己或充滿消極的想法，當我們可以做到無條件地愛自己時，也可以無條件地相信自己，並建立信心。

(二) 做自己：當他人的反應讓您感到不安時，也請時時提醒自己「做自己沒關係」。若老是擔心別人怎麼看自己，而呈現出不同的個性，其實別人也能感覺得到。不妨先從您覺得相處起來舒服的人開始練習，如朋友或家人等。若因為嘗試坦率地做自己而感覺不舒服，請留意自己的感受，並繼續與這些人相處，直到這種不安全感消失為止，目的在於練習接受與適應在人群中，做真實的自己。久而久之，您也會從互動當中更肯定自我。

(三) 莫忘初衷：如果對於選擇結果感到難過，請記得您做出的每項抉擇背後的原因，並相信自己確實盡力做出了好選擇。

(四) 學習感恩：無論好壞都值得**感恩**。感激自己個性的某一部分，例如感激可以看到人們最好(或不好)的一面，或是感恩自己喜歡獨處等等。

(五) 傾聽內心的聲音：透過更了解自己，學習和自己相處能增加自信。您也可以從冥想開始練習，試著每天安靜地獨處 5~15 分鐘，關注自己的呼吸，如果有任何自我批評的想法產生，試著承認和接受，然後放下它。

(六) 了解自己的優點：每個人都有各自擅長的事，一定要清楚自己的優勢與劣勢。多做一些擅長的事情也可以增加自信，但若不確定自己擅長什麼，問問身邊親近的人，並開始多花點時間去做這些事情吧！

(七) 培養正能量的友誼：想想朋友圈裡那些總是正面思考的人，以及堅強且一直努力奮鬥的人，不妨多花點時間和他們相處，漸漸地，您也會受影響，和這些充滿正能量的朋友們，一起正面成長。

(八) 設定合理的目標：設定目標是一件好事，因為它能激勵我們更努力。但過於困難的目標，可能會因為容易失敗而降低自信，還會懷疑自己的能力。試著將最終的目標細分為許多小目標，階段性地一一實踐，這樣會更容易且會增加信心。相信自己的過程就像練**肌肉**，不是去一趟**健身房**就會成為肌肉人般走出來，是需要時間培養的，即使現在缺乏信心，也能藉由努力變得更有自信！

《文章出處：

<https://helloyishi.com.tw/mental-health/other-mental-health-issues/tips-for-building-self-trust/>》

【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，**五年級補認證即將於第 14 週 111 年 12 月 15 日星期四前申請併送學生資訊網線上認證截止**(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，除了要把握時間申請線上認證-**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)方案計畫書送審通過-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...)。

六、提醒-申請服務時數認證所需之反思單，切勿取巧，自 108 學年度第二學期起，服務學習時數申請認證由紙本改為系統為線上申請，凡申請認證都須佐證，請參考如下

(一) 夾帶佐證資料有區分校內服務及校外服務：

1、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-勿直接上傳)。

2、校內服務(服務日期為在校期間第一週~第十八週 2022/09/13~2023/01/13)需夾帶

(1) 方案計畫書。

(2) 反思單。

(3) 服務學習照片(務必使用照片格式並說明-勿直接上傳)。

(4) 時數簽到單(時數總表)，方能送出申請認證。

(二) 毋須服務照片之申請時數認證如以下服務內容：

1、秩序部(需反思單-紙本予承辦教官填寫服務時數+蓋章)。

2、行政部(需反思單-紙本予承辦教官填寫服務時數+蓋章)。

3、交通部(需反思單-紙本予承辦教官填寫服務時數+蓋章)。

4、巡查部(需反思單-紙本予承辦組長填寫服務時數+蓋章)。

5、班級幹部(務必詳實填入擔任的職務並需夾帶幹部名單)。

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)。

7、社團幹部(務必詳實填入擔任的職務並需夾帶幹部名單)。

8、宿舍幹部(務必詳實填入擔任的職務並需夾帶幹部名單)。

系統內警語如下-請勿忽視(所有佐證檔案都在系統裡-隨時可檢閱)

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。



學務主任信箱：

chingyeu1971@gmail.com

END