



## 【學生事務處】

一、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)。

週數/日期	圖書館	護理科	物治科	護產科	數創科
第八週 112 年 10 月 30 日	<p style="text-align: center;"><b>住宿生在各自寢室內晚自習</b> <b>晚自習時間內不得任意離開寢室</b></p>				
第八週 112 年 10 月 31 日					
第八週 112 年 11 月 01 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

112 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(9/23 已補班補課)
護理科	Good	2-1,2-2,2-3(缺幹部報告),3-2,4-1,
數創科	2-1(缺幹部報告)	2-1,3-1
幼保科	3-1(請修正上傳內容)	3-1,4-1,1-甲,2-甲
物治科	Good	3-1,3-2(9/23 已補班補課),4-2,4-3(有上傳無內容)
休觀科	Good	5-1(9/23 已補班補課)
美設科	Good	4-1(9/23 已補班補課)
餐管科	1-1	1-1,5-1(9/23 補班補課)
護產科	Good	3-1
口衛科	Good	Good

## 【課外活動組】

- 一、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。
- 二、112 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	112/10/25	社團活動（三）	
八	112/11/01	期中考前一週	（當日無社團）
九	112/11/08	期中考	（當日無社團）
十	112/11/15	社團活動（四）	
十一	112/11/22	社團活動（五）	
十二	112/11/29	【全校社團評鑑(B棟國際會議廳)】 社團活動（六）	※社團評鑑每個社團皆須參加 ※社團正常上課
十三	112/12/06	社團活動（七）	
十四	112/12/13	社團活動（八）	
十五	112/12/20	社團活動（九）	
十六	112/12/27	社團活動（十）	※最後一次社團活動
十七	113/01/03	期末考前一週	（當日無社團）
十八	113/01/10	期末考停止上課	（當日無社團）

## 【軍訓室暨生活輔導組】

- 一、重申五專 1、2、3 年級於上課時間(含午休時間及空堂課)未經請假核准(需完成外出請假程序，由導師或輔導教官聯絡家長確認後簽章核准，不可僅以口頭報告)，嚴禁私自外出(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、【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。
- 三、生輔組已於班長會議時將學期初需繳交之表格（如班級緊急聯絡網、各班工讀情形調查表、班級座位表及賃居生調查表等）、友善校園週學生才藝競賽等須配合事項提供給各班班長(相關資料及表格亦掛載於生輔組網頁[學務處—生活輔導組-導師常用懶人包-常用表單](#))，請各班導師協助配合於期限內完成繳交。
- 四、開學後請協助要求學生服裝儀容，尤置重點於校服與便服混搭、穿拖鞋等之違規情形，如有多次規勸無效者，可請輔導教官協處。本學年新生學號，二專為藍色字樣，五專

為**深粉紅色**字樣，請依規定顏色繡製。本學期持續執行登記服儀不合格之學生，以週統計及公布，違規同學於隔週週一(遇假日順延實施)實施服儀檢查，若無故未到者，依集會未到處置，請導師協助督導。

#### 五、【車輛違規取締通知】

為落實本校停車規範，請同仁（學）依規定辦理汽、機停車證，並依校內規範限速 20 公里行駛及停放車輛，軍訓室執行汽機車車證查驗，違規者依規定鎖車。申請棚外機車證之機車，請依規定停棚外，凡違規佔用棚內停車位者，經檢舉依規定鎖車。另請導師叮嚀同學大門僅供家長及來賓臨時停車，並須至警衛室登記車號，嚴禁學生（實習生、延修生）車輛停放，違規者依規定鎖車。

#### 六、【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)。

#### 七、【校外賃居生訪視】

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 20 日前將訪視結果繳回軍訓室，俾利回報教育部。

#### 八、【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。

#### 九、【112-1 學生兵役緩徵】

##### （一）辦理對象：

- 1、94 年次出生之男同學(已繳交過的同學不需要再繳交)。
- 2、明年在外實習之 95 年次男同學(可提前繳交)。
- 3、94 年次以前之(復學生、轉科生、轉學生、降級生、延修生)

##### （二）辦理方式：請到學校網頁，登入『學生資訊網』，請點選『兵役本資料登錄』並依登錄程序完成、列印後並貼上身份證正反面及簽名。

十、請各班副班長或風紀股長需每日至軍訓室班級櫃領取（需簽名）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。**第五週**班級櫃簽到狀況如下表：

科別	10月9日 星期一	10月10日 星期二	10月11日 星期三	10月12日 星期四	10月13日 星期五	處分班級
護理科			2-1	2-1 4-3	2-1 3-2 4-3	2-1
數創科						無
幼保科			3-1	3-1	1-1 3-1	3-1
物治科				3-2	1-1 2-1 3-2 4-3	無
休觀科					5-1	無
美設科			4-1	3-1 4-1	3-1 4-1	4-1
餐管科				5-1	5-1	無
護產科						無
口衛科						無

## 【衛保組暨健康中心】

一、穀 for U 食客吃起來！活動開跑啦~買穀糧！吃穀糧！上傳餐點照片和消費明細 #抽30萬大獎 It's 「穀 for U」！全穀及未精製雜糧對身體好處多多，富含膳食纖維與維生素B1、鉀、鎂、植化素等多種營養素，選國產、多樣吃、餐餐有全穀，國民健康署邀請您一起美味開動！

(一) 快來找找身邊有哪些活動合作指定店家活動傳送門：<https://pse.is/56lsck>

(二) 哪些食材是全穀及未精製雜糧，先來這邊了解吧：<https://www.edh.tw/evt/goodforu/>



**穀 for U 食客吃起來**  
買穀糧、吃穀糧、抽大獎！

活動期間：112/10/5 至 112/11/20 23:59 截止

**雙重抽獎**

**第一重抽獎——不限定通路**  
到「任一店家」購買穀糧餐點，上傳餐點照片及消費證明，即可參加【即時抽獎】  
立刻抽連鎖餐飲/超商優惠券！

**第二重抽獎——指定通路**  
到「指定店家」購買、上傳穀糧餐點照片及消費證明，再參加【雙周抽獎】  
抽總價值30萬元知名家電、廚房好物！

**抽獎步驟**

- Step1 購買含全穀及未精製雜糧的餐點
- Step2 拍下餐點照片、購買證明
- Step3 上傳至活動網站

消費證明包含：用餐者/活動文宣/活動網站/購買憑證/消費明細

抽獎請點

(實際獎項以活動網站公布為主)



**全穀及未精製雜糧**  
吃出好健康！

你今天吃到更多營養了嗎？

聰明選擇，把關健康！



二、為提升大專校院教職員工生急救知能，教育部業編製完成「校園急救宣傳懶人包」及相關校園急救訓練影片案，請教職員工生踴躍下載。

<https://cpd.moe.gov.tw/articleInfo.php?id=36247>

### 急救口訣

叫	叫	C	D
			
<b>確認意識</b> 雙手拍打患者雙肩	<b>請求支援</b> 撥打求救電話119 並取得AED	<b>CPR</b> 開始心肺復甦術CPR	<b>AED</b> 聽從指示操作AED

### CPR(心肺復甦術)口訣

用力壓	快快壓	胸回彈	莫中斷
			
按壓深度 至少5cm	胸部按壓 100-120次/分鐘	確保胸部 完全回彈	避免按壓中斷 (中斷 < 10秒)

### AED(自動體外心臟電擊去顫器)口訣

開	貼	插	電
			
打開電源 聽從語音指示	拉開衣服 貼上電極貼片	插入電擊插孔 等待分析	確定無人接觸病患 依指示電擊

## 【原住民族學生資源中心】

- 一、原資中心毓霖原住民愛心午餐申請起 112 年 09 月 14 日至 10 月 31 日(二)前截止，詳細申請資訊請上原資中心網站下載。
- 二、原資中心毓霖獎助學金申請起 112 年 09 月 14 日至 10 月 31 日(二)前截止，詳細申請資訊請上原資中心網站下載。
- 三、原資中心辦理期中考週愛心晚餐，報名日期 112 年 10 月 23 日(一)至 10 月 27 日(五)前截止，報名表將會放置班級櫃，期中考愛心晚餐供於期中考前及期中考週，供餐日期 112 年 10 月 30 日(一)至 11 月 10 日(五)，由勞煩班級導師協助告知。

## 【體育組】

### 一、112 年慈惠醫專健康體能活動營-全校班際排球比賽

- (一) 參加對象：慈惠醫護管理專科學校學生（以班為單位男女生各1隊）。
- (二) 比賽日期：112年11月15日及112年11月22日。
- (三) 比賽地點：本校排球場。
- (四) 報名時間：即日起至10月30日止。
- (五) 報到地點：本校排球場。
- (六) **Qr code**報名：
  - 1、請至本校體育組**Qr code**填寫報名表上傳。
  - 2、完成報名班級將公佈於學務簡訊上。



## 【學生輔導中心】

### 一、你今天好嗎？口訣：S、M、I、L、E



#### **S** SLEEP - 睡得好

睡前少用3C產品，或以冥想、伸展、放鬆等方法幫助入睡，並保持充足且規律的睡眠，減輕疲憊感。

#### **M** MOBILE - 常動動

多多嘗試放鬆、按摩、打坐、唱歌等釋放壓力的活動，透過規律運動增加血清素濃度，使心情愉悅。

#### **I** INTERACT - 多交流

主動跟親朋好友聊天，讓心靈獲得紓壓，聆聽他人良好的建議與幫助。

#### **L** LOVE/LAUGH - 常關心/愛微笑

熱心關懷身邊的人，保持微笑與正向的態度。

#### **E** EAT - 健康吃

注意飲食均衡和健康，適量補充富含維生素B群的食物（如全穀米類、深綠色蔬菜、堅果等），有助於降低焦慮。

**快樂微笑五步驟，心理健康恆長久**



#### 您今天「SMILE」了嗎？

衛生福利部邀請您一起實現「SMILE生活」

沒有心理健康，就沒有真正的健康，  
透過簡單的「SMILE」口訣調適紓壓，  
一起維持健康的心理狀態吧！

有任何心理健康問題請使用下列資源

24小時免付費心理支持服務專線  
**1925 依舊愛我**



各縣市社區  
心理諮商服務



「心快活」  
心理健康學習平台

衛生福利部 關心您  
Ministry of Health and Welfare

### 你今天好嗎？

HOW ARE YOU TODAY?



微笑**5**步驟，憂愁拋腦後  
SMILE EVERYTIME



衛生福利部  
Ministry of Health and Welfare

## 二、自我關心—心情溫度計



### 心情溫度計

簡式健康量表(BSRS-5)

心情溫度計是什麼？

當身體不舒服時，我們會使用溫度計來測量個人的體溫，得知有沒有發燒。那麼，當我們心理不舒服時，要如何測量個人的情緒狀態呢？

這時，就可以使用心情溫度計（簡式健康量表，Brief Symptom Rating Scale，簡稱BSRS-5）囉！它是一個題數少，且能迅速瞭解個人心理照護需求的量表，讓我們可以隨時尋求心理衛生服務。讓我們一起來測量一下自己或身邊的人的「心情溫度」吧！

請您仔細回想「在最近一個星期中(含今天)」，下列問題使您感到困擾或苦惱的程度，圈選一個您認為最能代表您心中感覺的答案：

	不會	輕微	中等程度	嚴重	非常嚴重
1 睡眠困難，難以入睡、易醒或早醒	0	1	2	3	4
2 感覺緊張或不安	0	1	2	3	4
3 覺得容易苦惱或動怒	0	1	2	3	4
4 感覺憂鬱、心情低落	0	1	2	3	4
5 覺得比不上別人	0	1	2	3	4
★ 有自殺的想法	0	1	2	3	4

第1~5題之總分：

😊 得分0~5分：身心適應狀況良好。

😐 得分6~9分：輕度情緒困擾，建議找家人或朋友談談，抒發情緒，給予情緒支持。

😞 得分10~14分：中度情緒困擾，建議尋求心理諮商或接受專業諮詢。

😫 得分>15分：重度情緒困擾，需高關懷，建議轉介精神醫療專業諮詢或接受專業輔導。

★ 「有無自殺想法」單項評分：本題為附加題，若前5題總分小於6分，但本題評分為2分以上時，建議尋求精神醫療專業諮詢。

## 【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112年12月14日星期四前申請**併送中心認證截止(護理科及護理助產科五年級實習班於下學期113年04月11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**，四下服務學習(二)學分未過者，請記得在五年級下學期加選服務學習(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操作**。
- 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；佐證須夾帶完整名單)、社團幹部(未詳細填明何種幹部-將以退件處理；佐證須夾帶完整名單)、小老師(未詳填科目-將以退件處理；佐證須夾帶完整名單)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操作**。
- 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，請務必謹慎(一)日期，舉例 111 學年度第二學期起訖日期為 112/02/20~112/06/21(暑假期間校外服務)、112 學年度第一學期起訖日期為 112/09/14~113/01/12(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:時數證明為 112/06/26~112/09/13 70 小時 應分為 1.112/06/26~112/07/31 30 小時、2.112/08/01~112/09/13 40 小時 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-五專幼兒保育科四年級、五專物理治療科四年級及五專美容造型設計科四年級，隔一學年度即校外實習，請務必把握在校時間完成服務時數，以免五專四下-服務學習(二)學分，成績是系統認證時數換算成績，若是不及格，需要重補修(尤其完全沒服務時數者-0 小時)。
- 七、教育部 112 年 06 月 26 日來函依據有關衛生福利部 112 年 05 月 18 日至 19 日召開 112 年全國志願服務聯繫會報紀錄相關注意事項-(一)依志願服務法第 16 條規定，辦理志工意外團體保險；並依同法第 14 條規定，確保志工在適當之安全與衛生條件下服務，提供志工安全之服勤環境。(二)為避免志工觸法及維護志工榮譽，請加強對所屬志工宣導有關志願服務榮譽卡使用相關規定，不得偽造、轉借、冒用或不當使用。
- 八、以下為 112 學年度畢業班及於第二學期有服務學習二之各班完成人數/未完成人數統計

班級/人數	完成人數	未完成人數	班級/人數	完成人數	未完成人數
五護 5-1/41	19	22	五物 5-1/41	全數完成	0
五護 5-2/36	35	1	五物 5-2/33	全數完成	0
五護 5-3/42	13	29(4 人無時數)	五物 5-3/40	38	2
五護 5-4/39	31	8	五物 4-1/35	12	23
五護 5-5/27	18	9	五物 4-2/24	0	24(15 人無時數)
五數 5-1/24	10	14(1 人無時數)	五物 4-3/34	8	26(3 人無時數)
五幼 5-1/24	5	19(2 人無時數)	五休 5-1/12	0	12
五幼 4-1/41	7	34(16 人無時數)	五美 5-1/24	23	1
二幼 2-甲/18	1	17	五美 4-1/13	0	13(3 人無時數)
五餐 5-1/45	14	31(3 人無時數)	五產 5-1/23	7	16(1 人無時數)
二餐 2-甲/13	7	6(6 人無時數)	總人數 629	322	307(54 人無時數)



學務主任信箱：

chingyeu1971@gmail.com

END