



【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
第十週 112 年 11 月 13 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>				
第十週 112 年 11 月 14 日					
第十週 112 年 11 月 15 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	第七週	第八週
護理科	Good	2-2,2-3,3-2
數創科	2-1(有上傳卻無任何討論報告內容)	2-1,5-1(無中心德目討論)
幼保科	Good	2-1(中心德目-無?)
物治科	1-1(缺中心德目討論),4-2(無幹部報告-學習計畫?)	1-1(開會日期-2023/10/29?),4-2(無幹部報告-學習計畫?有上傳卻無任何討論報告內容)
休觀科	Good	Good
美設科	Good	3-1
餐管科	1-1(無幹部報告)	1-1(無幹部報告)
護產科	Good 2-1(上傳日期未修正為正確開會日期)	2-1,3-1
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 學年度大專弱勢財調結果已公告至課外組網站，學生可自行查詢。如對財調結果有疑慮，請至國稅局或稅捐處申請**所有查調對象**之 111 年度綜合所得稅各類所得資料清單、111 年度全國財產稅總歸戶財產查詢清單，最晚於 **112 年 11 月 30 日**繳交至課外活動組。(此為配合教育部規定時程，逾期不再受理)

三、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
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、**【服裝儀容規範】**
(一)目前**新生**服裝均已發放完畢，請依照班級服裝自律表規定穿著，**服裝未繡上學號**

的同學，請利用時間儘速繡上學號，10月30日起開始全面按照服裝自律表規定穿著，違規同學將予以登記，未繡製完成的同學，仍需攜帶識別證供查驗，請勿穿著便服到校。

(二) 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。期中考後112年11月13日開始『換季』冬季服裝(長袖)，請同學事先準備(特別是住宿同學)。請同學可視天氣變化適時換穿『長袖、長褲或添加外套』，但仍需以『學校制式服裝』為主。

(三) 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、【交通安全教育】

為強化本校學生交通安全觀念，規劃於112年11月29日15:20至16:20邀請屏東監理站到校辦理「大型車視野死角與內輪差體驗活動」，除軍訓室規劃參與之學生外，亦邀請全校師生踴躍參加。

串聯幸福的公路人 交通部公路總局
Directorate General of Highways, MOTC



大型車視野死角與內輪差體驗活動

時間:112年11月29日(星期三)1520分至1620分。

地點:A、B棟間廣場。

主講人:屏東監理站劉股長。

～生命無價請大家踴躍參加～

軍訓室 感謝您的參加~

循著臺灣巴士的路線

站裡站外，上車下車，從白天到黑夜

也串連了過去、現在、未來



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)。

「菸害防制法」明訂大專校院全面禁菸，學校須主動巡查吸菸熱點，教職員工有責任勸阻吸菸者，違規吸菸者將處二千元至一萬元罰鍰。



校園「菸害防制」本校全面禁菸！

- 一、依據菸害防制法規定，大專校院室內、室外全面禁菸，另提醒同學於搭乘大眾運輸工具、計程車、遊覽車、及各（火）車站，以及旅客等候室都是屬於規定之禁菸場所。
- 二、若於上述禁菸場所吸菸者，經查獲屢勸不聽，本校將依《菸害防制法》第 40 條規定，於禁菸場所吸菸者，逕送屏東衛生局裁處新臺幣 2,000-10,000 元罰鍰，以維護彼此健康！！。

軍訓室關心您!112.11.03



七、【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。

學務處生輔組公告

- ★近期中部地區無卡分期契約詐騙案件頻傳，歹徒利用「簽名現賺五千，幫我做業績」話術，誘騙假買賣高價電子商品，受害者實際沒拿商品卻簽下「無卡分期貸款書」，陸續接獲貸款融資公司的催繳通知，才驚覺受騙。
- ★提醒同學提高警覺，勿心存貪念或僥倖，勿將銀行帳號借予他人使用，小心觸法成為共犯(幫助犯)。
- ★遇到可疑之人、事、物，可撥打反詐騙 165 專線諮詢，或撥打 110 報案。
- ★若遇到狀況不知如何處置時，可向導師反映或立即通報本校校安中心！(08-8641108)

學務處生輔組關心您 112.11.01

學務處生輔組公告

- ★請同學留意個人財物保管，貴重物品請隨身攜帶；離開教室、宿舍寢室請隨手關門上鎖，以維財物安全。
- ★個人財物不離身，以免竊賊有機可乘★
- ★提醒同學個人提款卡密碼勿紀錄於提款卡上，也不要請他人代為提款或告知他人密碼，以免遭受不必要之財物損失！
- ★提醒同學提高警覺，勿心存貪念或僥倖，勿將銀行帳號借予他人使用，小心觸法成為共犯(幫助犯)。
- ★勿聽信他人話術辦理貸款，遇到可疑之人、事、物，可撥打反詐騙 165 專線諮詢，或撥打 110 報案。

學務處生輔組關心您 112.11.03

八、【消防安全】

滅火器是非常重要的消防設備，請同學注意！擅自拿取破壞校安公物，危害公共危險，違反規定者，除依毀損公物照價賠償，並依校規從嚴處分！

學務處生輔組公告

近日發現教學大樓的滅火器
遭人擅自拿取破壞毀損，嚴重破壞
校安公物，並危害公共危險。



請同學注意！滅火器是
非常重要的消防設備，違反規定者，
依毀損公物照價賠償，並依校規從
嚴處分！



學務處生活輔導組 關心您~~
112.11.01



九、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。第八週班級櫃簽到狀況如下表：

科別	10月30日 星期一	10月31日 星期二	11月1日 星期三	11月2日 星期四	11月3日 星期五	處分班級
護理科			2-3	2-1 2-2 2-3	2-1 2-2 2-3 4-3	2-3
數創科					1-1 3-1	無
幼保科					1-1 3-1 2幼1甲	無
物治科			3-2	3-2	3-2	3-2
休觀科						無
美設科					3-1	無
餐管科						無
護產科						無
口衛科			3-1		3-1	無

【衛保組暨健康中心】

一、代謝症候群是現代人常見的健康問題，通常伴隨著高血糖、高血壓、高膽固醇等症狀，罹患心血管疾病、糖尿病等風險高。



二、年輕人也會高血脂！高脂血症是指血液中的膽固醇、三酸甘油酯增加。血脂異常升高(不論是高膽固醇血症、高三酸甘油酯血症或二者合併)皆是動脈血管硬化的主因，會增加罹患冠狀動脈心臟疾病的機率。如果總膽固醇大於 240mg/dl，即屬偏高，容易產生動脈硬化。另外，如果低密度脂蛋白膽固醇在 160mg/dl 以上或高密度脂蛋白膽固醇在 40mg/dl 以下時，也容易發生動脈硬化的疾病，如狹心症、心肌梗塞，以及腦血管梗塞等。



【原住民族學生資源中心】

- 一、原資中心辦理族語教保員師資認證培訓課程，報名日期於 112 年 11 月 13 日至 17 日止，課程日期於 112 年 11 月 20 日至 30 日，每週課後間兩小時。
- 二、原資中心辦理全校文化活動 UMAG 部落原住民族語文化推廣日，報名日期於 112 年 11 月 13 日至 17 日止，活動日期於 112 年 11 月 20 日至 12 月 01 日。

【體育組】

- 一、112年慈惠醫專全校桌球競賽
- (一) 比賽時間：112年11月15日13：00。
- (二) 地點：D 棟後方排球場
- (三) 組別：一年級組、二年級組、三年級組、高年級組(含四、五年級及二專)
- (四) 已完成報名如下：

各年級男生組	各年級女生組
一年級男生組(2) 護理科1-1 物理治療科1-1	一年級女生組(3) 物理治療科 1-1 幼兒保育科 1-1 護理科1-1
二年級男生組(5) 物理治療科 2-1 物理治療科 2-2 護理科 2-1 護理科 2-3 餐飲管理科 2-1	二年級女生組(5) 護理科 2-3 護理助產科 2-1 物理治療科 2-2 物理治療科 2-1 美容造型設計科 2-1
三年級男生組(2) 物理治療科 3-2 物理治療科 3-1	三年級女生組(5) 護理助產科 301 物理治療科 3-1 護理科 3-2 物理治療科 3-2 美容造型設計科 3-1
	高年級組(含四、五年級及二專)女生組(4) 物理治療科 4-2 幼兒保育科 4-1 休觀科 5-1 護理助產科 4-1

【學生輔導中心】

正向管理三步驟-有效克服「負向成癮」

關於「成癮」這個主題，通常一般最先想到是藥物或酒精成癮，但其實還有很多其他種類的負向成癮，如電玩成癮、網路成癮、賭博成癮，但還有其他容易被忽略或誤解的類別，像是情緒成癮、關係成癮、運動成癮、食物成癮等等。負向成癮代表著一種失控的行為，會提供立即的愉悅，但是長遠來看有害無益，甚至儘管知道繼續這種行為對自己或他人帶來負面後果，但就是無法停止，而這樣的情況，就是當一個人開始過度依賴某樣東西時，那就是成癮，若導致糟糕的後果或是不利的情況時，就是「負向成癮」。

大部分負向成癮根源於煩躁不安、無聊、同儕壓力、自卑、無價值、寂寞、憂鬱、焦慮、恐懼，以及失去控制感等問題，而這些狀況一個人在人生的某些時刻都可能會遭遇到的，這時就容易驅使人做出能獲得立即性的愉悅與刺激的行為，並形成依賴性，可是長期下來卻會對身體和心理健康產生非常不良的影響。

如何有效克服負向成癮，有以下三個步驟：

- 1、正向進擊：**直面自己的負向成癮。包括仔細紀錄自己的負向成癮行為跟歷程，也分析優缺點，以及有無哪些情境或原因會促使自己出現負向成癮的狀態。同時，思索自己重視的價值、擁有什麼樣的資源，有做過哪些嘗試等，是可以協助自己改變，脫離負向成癮的；同時，把環境中的成癮誘惑移除（如：酒瓶、香煙、餅乾），並找到信任、能幫助的人來協助與支持自己。
- 2、正向生存策略：**找到適合自己，且能帶給自己快樂、滿足、平靜和放鬆感受的活動，像是慢跑、到戶外走走、做瑜伽、和寵物玩、聽音樂、聞舒服的味道、回憶過往快樂時光等等。
- 3、成癮渴望的正向管理：**先認清與承認成癮發作時的渴望會是非常強烈的，所以要盡可能避開容易誘惑的人事時地物，然後準備好前述的成癮替代方案與應對策略，並在成癮的渴望強烈來襲時，督促自己去從事健康習慣、提醒自己成癮會帶來的負面感受，然後持續激勵自己朝向健康且正向的方向前進。

雖然無法否認負向成癮無處不在，但我們同樣可以為自己做正向管理，縱使得花上一些成本，卻可以大幅提升人生幸福感！

初色心理治療所 李炯德臨床心理師

【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，方案計畫**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後的時數總表+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 5-1/40	19	21	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	14	28(4人無時數)	五物 5-3/40	38	2
五護 5-4/39	31	8	五物 4-1/34	11	23
五護 5-5/27	19	8	五物 4-2/24	0	24(8人無時數)
五數 5-1/24	10	14(1人無時數)	五物 4-3/34	18	16(1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(15人無時數)	五美 5-1/22	全數完成	0
二幼 2-甲/18	1	17	五美 4-1/13	0	13
五餐 5-1/45	14	31(2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 625	332	293(40人無時數)



學務主任信箱：

chingyeu1971@gmail.com

END