

目 次



校長的話	2
108 學年度本校學生各項優異表現成績	5
【各處室報告】	
教務處報告事項	11
學生事務處報告事項	15
輔導處報告事項	18
圖書館報告事項	21
總務處報告事項	22
【親職文章分享】	
附件一：反霸凌宣導	23
附件二：天然災害防範	25
附件三：與孩子勾手約定上網時間	27
附件四：好書分享	28

校長的話

各位親愛的家長您好：

目前正值嚴重特殊傳染性肺炎(COVID-19)防疫期間，相信您一定非常關心貴子弟在校生活的安全性和關切學校的防疫情形。這次疫情來勢洶洶，學校仍必盡力保護同學避免在校內遭蚊蟲叮咬，所以近日來，全體暖中教職員幾乎都動員起來，全力投入防疫工作，如建立疫情指揮中心，確立防疫 SOP，學生進校門會經過紅外線體溫測量，校園也已全面消毒，口罩、酒精、漂白水也準備充足，教室開窗通風，同時輔以通訊軟體有效連結行政、教學單位，落實監督並及時處理與掌控防疫狀況等等；希望在我的整體努力之下，可以讓您放心。

謹在此向您報告本校正在進行的多項防疫具體措施，也請您繼續支持學校，一起度過這個難關。

因應嚴重特殊傳染性肺炎(COVID-19)防疫措施簡表

	項目	辦理事項/發生事件	應變處理	備註	
個人 健康 管理	體溫 量測	每日上學前請家長主動關心子女/學生身體健康並量測體溫，發燒在家休息就醫不上學	耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ；額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ 者(須以耳溫再確認)請儘速就醫並在家休息	1. 告知導師 2. 不核予假別，不列出缺席紀錄 3. 不影響成績	
	咳嗽症 狀		咳嗽、非過敏性流鼻水等呼吸道症狀，請儘速就醫並在家休息		
	衛生 教育	加強勤洗手、不握手		餐前、便後、進班前、離校前、到家後應即洗手，以拱手代替握手	洗手臺備有肥皂、專科教室備有酒精 避免飛沫或接觸感染
		呼吸道衛生與咳嗽禮節		噴嚏、咳嗽掩住口鼻，擤鼻涕後洗手	
		避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所		出入密閉空間戴口罩	
		不共飲、不共食		不與人共喝飲料、共吃食物、共用筷子、吸管、湯匙	
	口罩	自行準備口罩備用		發燒、咳嗽或呼吸道症狀應戴上口罩	
	校內臨時身體疾患	注意自身發燒、咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀		1. 有發燒、咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀，立即戴口罩並到健康中心 2. 健康中心依相關規定作業	
	其他	同住者正在居家隔離/居家檢疫		1. 告知健康中心 2. 戴口罩、勤洗手、保持 1m 距離	如有不適請撥 1922

校門防疫	公車 / 捷運防疫	1. 搭乘時避免用手碰觸口耳鼻 2. 搭乘者請配戴口罩	1. 下車時，應立即洗手 2. 公車/捷運為密閉空間，搭乘者請配戴口罩，如咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀應避免搭乘，或配戴口罩並與他人保持距離	
	校門防疫	教職員工生實施體溫量測	1. 進入校門時進行體溫量測，額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ 者通知護理師進行安置、複測，耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ 者立即離校就醫 2. 進校者，以酒精消毒雙手 3. 如有咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀須配戴口罩並告知健康中心	健康中心通知教官、導師(學生);人事室(教職員工)
	體溫量測	學生到校後進行體溫自主管理	由導師協助進行班級體溫量測自主管理，如有溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ 者應立即送至健康中心由護理師進行安置、複測	
	外賓訪客	來訪外賓、廠商、家長、校內工程人員進入校園	由警衛協助進行體溫量測、手部消毒(噴灑酒精)	警衛室協助管制
校園消毒	環境消毒	1. 教室、辦公室、專科教室漂白水稀釋後進行擦拭、拖地 2. 經常接觸之物品表面(門把、桌面、電燈開關、樓梯扶手或其他公共區域) 3. 體育設施與球具	1. 教室請每日依規定時間派人至健康中心領取漂白水，返回班級稀釋後進行擦拭，稀釋比例 1:100 2. 專科教室備有酒精、漂白水...等，依教師指導進行消毒擦拭；學生於進入專科教室前與離開專科教室後應洗手 3. 體育設施定期消毒擦拭，各類球具借/還請班級依規定擦拭消毒	1. 專科教室使用教師應指導班級學生進行消毒擦拭，防疫物資如有個別需求向學務處提出 2. 洗手臺省水閥(開關)移除並備肥皂
	個人消毒	加強勤洗手	進出各專科教室、碰觸各類公共設施後應立即洗手	
教室通風	門窗打開	打開教室窗戶、氣窗使空氣流通，維持通風良好	1. 須於教室對角線/前後對應窗打開，以確保空風良好 2. 冷氣濾網、風扇葉扇定期清洗	
師長關心	導師與師長關心	注意同學發燒、咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀	有發燒、咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀應立即配戴口罩並至健康中心，依相關規定處理	健康中心通知教官、導師(學生)
通報作業	疑似、確認感染	如發現疑似感染嚴重特殊傳染性肺炎通報衛生局或撥 1922 轉診	突發群聚疫情，依規定通報教育主管單位(國教署)並會同當地衛生機關處理	
確診個案	確診個案	確診案例之接觸者(同班同學、授課教	衛生單位開立居家隔離通知書，隔離至與確診病例最近接觸日後 14	生輔組至「教育部校園安全通

		師、社團同學、社團教師…等)	日	報網」進行校安通報
			暫停各項大型活動(如班際活動、校慶運動會、園遊會、取消跑班授課(如自主學習、多元選修、社團)	
停課	停課標準	1 班有 1 位師生列為確診病例，該班停課 1 校有 2 位(含)以上師生列為確診病例，該校停課 1 鄉鎮市區有 1/3 學校全校停課，該鄉鎮市區停課 跑班課程，1 班有 1 位師生列為確診病例，該師生所修/授課程均停課		各縣市、各區域全國之停課，依指揮中心公布為實施依據

學校長期致力於營造安全且舒適的教育環境，這次疫情無異是向這種願景挑戰，我們當然只有克敵制勝，沒有退路。相信透過全體暖中人的共同努力，一定可以讓所有師生在暖中校園裡健康、安全地學習、成長。

最後，感謝您的理解、支持與配合，無論是不是與疫情防治有關的意見也都請不吝指正，謝謝！

敬祝 平安喜樂

暖暖高中校長甘邵文敬上
中華民國 109 年 03 月 12 日

108 學年度本校學生各項優異表現成績

一、才藝競賽類表現

編號	比賽名稱	比賽項目	獲獎同學	名次	指導老師
1	基隆市 108 年度辦理多元文化教材網「生活情境用語對話」	四格漫畫國中組競賽	302 林莉苓	第一名	張秋黛
2	基隆市 108 年度辦理多元文化教材網「生活情境用語對話」	四格漫畫國中組競賽	203 胡宥彥	佳 作	張秋黛
3	基隆市 108 年度辦理多元文化教材網「生活情境用語對話」	四格漫畫國中組競賽	203 許凌瑜	佳 作	張秋黛
4	基隆市 108 年度辦理多元文化教材網「生活情境用語對話」	四格漫畫國中組競賽	203 游芷亭	佳 作	張秋黛
5	基隆市 108 年度辦理多元文化教材網「生活情境用語對話」	四格漫畫國中組競賽	303 伍晨妤	佳 作	張秋黛
6	108 學年度全國學生美術比賽基隆市初賽	國中組【西畫類】	302 林莉苓	佳 作	張秋黛
7	108 學年度全國學生美術比賽基隆市初賽	國中組【西畫類】	203 胡宥彥	佳 作	張秋黛
8	108 學年度全國學生美術比賽基隆市初賽	國中組【水墨畫類】	303 沈育巨	佳 作	張秋黛
9	108 學年度全國學生美術比賽基隆市初賽	高中組【西畫類】	604 高有均	佳 作	張秋黛
10	108 學年度全國學生美術比賽基隆市初賽	高中組【西畫類】	602 洪彩嫻	佳 作	張秋黛

11	108 學年度全國學生美術比賽基隆市初賽	高中組【西畫類】	601 莊晶涵	佳 作	張秋黛
12	108 學年度全國學生美術比賽基隆市初賽	高中組【西畫類】	602 梁家熏	佳 作	張秋黛
13	108 學年度全國學生美術比賽基隆市初賽	高中組【西畫類】	501 許蓁芩	佳 作	張秋黛
14	108 學年度全國學生美術比賽基隆市初賽	高中組【漫畫類】	501 許蓁芩	第 2 名	張秋黛
15	108 學年度全國學生美術比賽基隆市初賽	高中組【漫畫類】	504 王宣云	佳 作	張秋黛
16	108 學年度基隆市學生創意戲劇比賽	高中職組	戲劇社	優 等	黃品文
17	108 年基隆市環保知識競賽	高中職組	404 陳奕涵	第 1 名	張陳平
18	108 年基隆市環保知識競賽	高中職組	601 許皓崑	第 8 名	張陳平
19	108 年基隆市環保知識競賽	高中職組	504 余旻真	第 10 名	張陳平
20	108 年基隆市環保知識競賽	高中職組	601 連韻傑	第 11 名	張陳平
21	108 年基隆市環保知識競賽	高中職組	603 朱姁禎	第 18 名	張陳平
22	108 年基隆市環保知識競賽	國中組	202 白耀誠	第 5 名	張陳平
23	基隆市 108 年度辦理多元文化教材網「生活情境用語對話」	四格漫畫國中組競賽	303 沈育巨	佳 作	張秋黛

24	108 年度基優盃 SCRATCH 競賽	203 胡宥彥 203 胡仲宇	佳作	江曉嵐
----	----------------------	--------------------	----	-----

二、體育競賽類表現

編號	比賽名稱	比賽項目	獲獎同學	名次	指導老師
1	108 年全國冬季短水道分齡賽	高女組 1500 公尺	謝宜臻	第 2 名	李玉蘭
2	108 年全國冬季短水道分齡賽	高女組 800 公尺	謝宜臻	第 1 名	李玉蘭
3	108 年全國冬季短水道分齡賽	高女組 200 公尺	詹庭瑜	第 4 名	李玉蘭
4	108 年全國冬季短水道分齡賽	高男組 200 公尺	張智凱	第 3 名	李玉蘭
5	108 年全國冬季短水道分齡賽	高女組 400 公尺	謝宜臻	第 2 名	李玉蘭
6	108 年基隆區域田徑賽	高女組 200 公尺	江子涵	第 5 名	陳文彥
7	108 年基隆區域田徑賽	高女組 100 公尺	江子涵	第 5 名	陳文彥
8	108 年基隆區域田徑賽	國女組 4x400 公尺	陳玉潔	第 8 名	陳文彥
9	108 年基隆區域田徑賽	國女組 4x400 公尺	陳柔勻	第 8 名	陳文彥
10	108 年基隆區域田徑賽	國女組 4x400 公尺	白丞妤	第 8 名	陳文彥

11	108 年基隆區域田徑賽	國女組 4x400 公尺	詹琇鑾	第 8 名	陳文彥
12	108 年基隆區域田徑賽	國女組 200 公尺	陳玉潔	第 6 名	陳文彥
13	108 年基隆區域田徑賽	國男組 100 公尺	黃俊緯	第 8 名	陳文彥
14	109 年基隆市中小學聯合運動會	高女組 100 公尺	江子涵	第 2 名	陳文彥
15	109 年基隆市中小學聯合運動會	高女組 200 公尺	江子涵	第 3 名	陳文彥
16	109 年基隆市中小學聯合運動會	高女組 200 公尺	陳映融	第 2 名	陳文彥
17	109 年基隆市中小學聯合運動會	高女組 400 公尺	陳映融	第 2 名	陳文彥
18	109 年基隆市中小學聯合運動會	高女組 100 公尺	江子涵	第 2 名	陳文彥
19	109 年基隆市中小學聯合運動會	國男組 200 公尺	黃俊緯	第 3 名	陳文彥
20	109 年基隆市中小學聯合運動會	國男組 400 公尺	黃俊緯	第 2 名	陳文彥
21	109 年基隆市中小學聯合運動會	國男組 110 公尺跨欄	王昱宏	第 8 名	陳文彥
22	109 年基隆市中小學聯合運動會	國男組 4x400 公尺	黃俊緯	第 5 名	陳文彥
23	109 年基隆市中小學聯合運動會	國男組 4x400 公尺	王昱宏	第 5 名	陳文彥

24	109 年基隆市中小學聯合運動會	國男組 4x400 公尺	葉丞佑	第 5 名	陳文彥
25	109 年基隆市中小學聯合運動會	國男組 4x400 公尺	林修宇	第 5 名	陳文彥
26	109 年基隆市中小學聯合運動會	國女組 200 公尺	陳柔勻	第 5 名	陳文彥
27	109 年基隆市中小學聯合運動會	國女組 200 公尺	白丞妤	第 8 名	陳文彥
28	109 年基隆市中小學聯合運動會	國女組 400 公尺	詹琇鑾	第 4 名	陳文彥
29	109 年基隆市中小學聯合運動會	國女組 400 公尺	陳柔勻	第 5 名	陳文彥
30	109 年基隆市中小學聯合運動會	國女組 4x400 公尺	詹琇鑾	第 2 名	陳文彥
31	109 年基隆市中小學聯合運動會	國女組 4x400 公尺	陳玉潔	第 2 名	陳文彥
32	109 年基隆市中小學聯合運動會	國女組 4x400 公尺	陳柔勻	第 2 名	陳文彥
33	109 年基隆市中小學聯合運動會	國女組 4x400 公尺	簡仔玟	第 2 名	陳文彥
34	109 年基隆市中小學聯合運動會	國女組 4x100 公尺	白丞妤	第 3 名	陳文彥
35	109 年基隆市中小學聯合運動會	國女組 4x100 公尺	陳玉潔	第 3 名	陳文彥
36	109 年基隆市中小學聯合運動會	國女組 4x100 公尺	簡仔玟	第 3 名	陳文彥

37	109 年基隆市中小學聯合運動會	國女組 4x100 公尺	詹琇鑾	第 3 名	陳文彥
----	------------------	--------------	-----	-------	-----

教務處報告事項

- 一、辦理各項獎學金申請：陸續辦理各項獎學金的申請，相關資料將公布於各班，依規定時間辦理申請。
 - 二、成立自主學習夜讀班：本校有規劃學生夜讀，預定 3/16 開始，謝謝各位家長的協助。
 - 三、開設高中部特色課程：本學期星期五第五節及第六節開設之高中部特色課程如下表：
- | 年級別 | 課程名稱 | 年級別 | 課程名稱 |
|-----|---------------|-----|----------|
| 4 | 海洋文史與休閒 | 4 | 海洋人文科技研究 |
| 4 | 海洋遊戲 maker 養成 | 4 | 法文 |
| 4 | 海洋的科學探索 | 4 | 日語 |
- 四、辦理補救教學，成就每一位孩子：本學期中一、中二、中三、中四、五、六皆開設國文、英文及數學補救教學課程，為了讓學生的課業有所進步，請各位家長協助鼓勵學生參與。
 - 五、科展時程：本校校內科展時間為 3/10(二)-11(三)，基隆市中小學科學展覽會為 4/16(四)上午 9 時假五堵國小舉行，高中北一區科展 5/8(五)於國立蘭陽女子高級中學舉行。
 - 六、本學期段考(含補考)等重要考試時程如下，其餘請參閱本學期行事曆。

考試項目	時間	備註
◎中六第四次模擬考	2/26-2/27	
※國中部補考	2/27-3/4	16:00-17:00
※中三模擬考(第三次)暨中一複習考	3/3-3/4	
◎※第一次定期評量	4/8-4/10	國中 4/9-4/10
※中三模擬考(第四次)	4/28-4/29	
◎中六第五次模擬考	5/4-5/5	
◎中六第二次定期評量(畢業考+認知考)	5/12-5/14	
※國中教育會考	5/16-5/17	
※中三第二次定期評量(畢業考+認知考)	5/18-5/20	
◎※中一中二中四中五第二次定期評量	5/18-5/20	國中 5/19-5/20
◎中六補考	5/25-5/26	

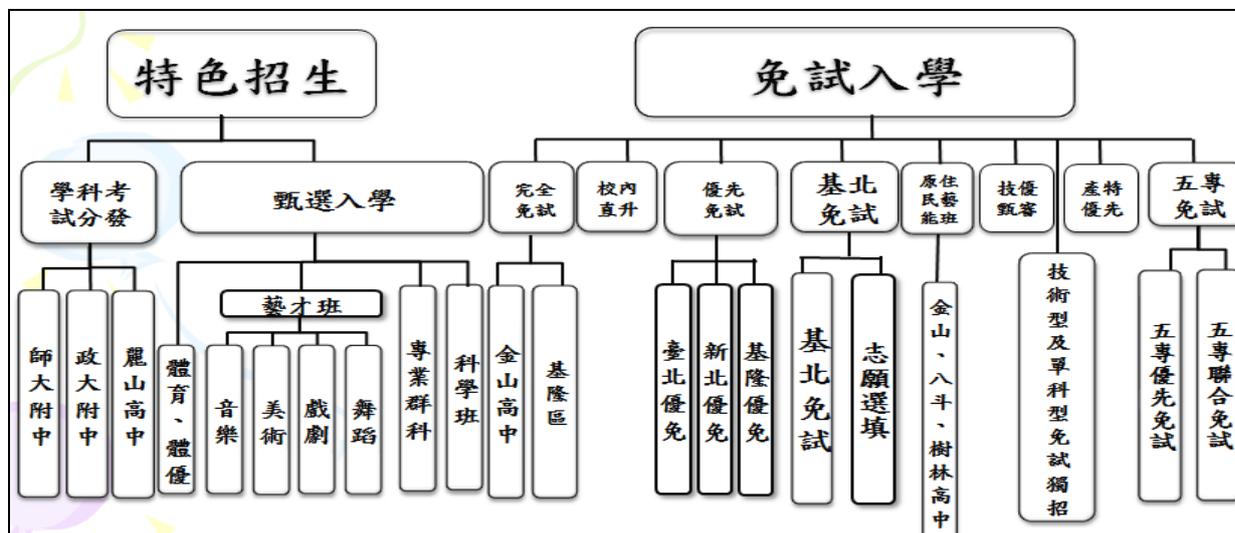
◎中六第六次模考	5/27-5/28	
※中三補考	5/29	
◎※認知考(中一中二中四中五)	6/24	
◎※第三次定期評量	7/8-7/10	國中 7/9-7/10

七、108 學年度升學相關事項與時程

(一)高級中等學校主要入學管道期程表

	校內報名	放榜	報到	放棄
完免	1.5/4(一) 正式志願選填 2.5/5(二) 印出報名表父母雙方親簽名 3.5/6(三) 已簽名報名表與報名費繳交	5 月 14(四)11 時 各招生學校網頁	6 月 11(四) 9-11 時 各招生學校	6 月 12(五) 15 時前
優免	1. 5/25(一) -5/27(三)選填志願 https://jweb.kl.edu.tw/1220 2. 5/28(四)印出報名表父母雙方親簽名 3. 5/29(五)已簽名報名表與報名費繳交	6 月 12(五)12 時 分發結果查詢 https://jweb.kl.edu.tw/1220	6 月 15(一) 9-11 時 各招生學校	6 月 15(一) 11-12 時
大免	1.6/17 (三) 12 時起·正式志願選填印出 草稿父母雙方親簽名 2.6/18(四)簽名草稿繳交·領取正式報名表 3.6/19(五)已簽名報名表與報名費繳交	7 月 8(三)11 時 https://ttk.entry.edu.tw 或各招生學校網站	7 月 10(五) 9-11 時	7 月 13(一) 14 時前
五專 優免	1. 5/18 (一) 繳交報名表與報名費 2.志願選填系統練習(*不會成為正式紀錄) 5/25(一)10:00 起 6/2(二)17:00 止 3.正式志願選填登記 6 月 4 日(四)10:00 - 6 月 9 日 (二)17:00	6 月 11(四)9 時 https://www.jctv.ntut.edu.tw/u5/	6 月 15(一) 各招生學校	
五專 聯免	繳交報名表與報名費 6 月 18 日(四) 10:00	7 月 3 日(五) ※各招生學校寄發現場登記分發	7 月 9(四)至 各招生學校 辦理現場登	

		報到通知單	記分發	
--	--	-------	-----	--



(二)國中教育會考相關期程

109 年國中教育會考考試日期訂於 109 年 5 月 16、17 日，並於 109 年 6 月 10 日發放成績通知單。

※109 年國中教育會考考試時間表※

		5 月 16 日 (星期六)				5 月 17 日 (星期日)			
上午	🔔 8:20	~	8:30	考試說明	🔔 8:20	~	8:30	考試說明	
	🔔 8:30	~	🔔 9:40	社 會	🔔 8:30	~	🔔 9:40	自 然	
	9:40	~	10:20	休 息	9:40	~	10:20	休 息	
	🔔 10:20	~	10:30	考試說明	🔔 10:20	~	10:30	考試說明	
	🔔 10:30	~	🔔 11:50	數 學	🔔 10:30	~	🔔 11:30	英語(閱讀)	
					11:30	~	12:00	休 息	
					🔔 12:00	~	12:05	考試說明	
🔔 12:05					~	🔔 12:30	英語(聽力)		
下午	🔔 13:40	~	13:50	考試說明	註：🔔表示打鐘(鈴)。				
	🔔 13:50	~	🔔 15:00	國 文					
	15:00	~	15:40	休 息					
	🔔 15:40	~	15:50	考試說明					
	🔔 15:50	~	🔔 16:40	寫作測驗					

(三)升大學主要入學管道期程表

日期/項目	學測	繁星推薦	個人申請	指考
02.13		公告在校成績百分比		
02.24	公布成績			
03.11-03.12		報名		
03.18		公告錄取名單		
03.22-03.24 (科大 03.23-03.26)			報名	
03.31 (科大 04.01)			公告第一階段篩選結果	
04.15-05.03 (科大 04.07-04.30)			第二階段甄試 (各校自訂)	
05.11 前 (科大 05.13 前)			大學/科大公告錄取名單	
05.14-05.15			報名志願序	
05.21			公告分發結果	
05.19-05.28				報名
07.03-07.05				考試
07.17				公布成績

學生事務處報告事項

一、本學期開設的國中部社團如下：

編號	性質	社團名稱	指導老師	上課教室
1	服務性	童軍社	陳俊吉老師 101	206 教室及仰學樓旁空地
2	才藝性	熱舞社	徐政業老師 102	迎曦樓廣場鏡牆
3	才藝性	美術社	張秋黛老師 103	美術教室
4	才藝性	戲劇社	許麗坤老師 104	表藝教室
5	才藝性	手作布藝社	黃美桂老師 201	202 教室
6	體育性	桌球社	江彥聖老師 202	迎曦樓廣場
7	體育性	橄欖球社	曾鈺閔老師 203	操場
8	學藝性	生活創客社	蘇瑞銘老師 301	創客教室
9	學藝性	閱讀社	張家錚老師	302 班教室
10	學藝性	閱讀社	簡苑真老師	303 班教室
11	學藝性	閱讀社	吳韶瑋老師	304 班教室

二、本學期開設的高中部社團如下：

編號	性質	社團名稱	指導老師	上課教室
1	才藝性	戲劇社	黃品文老師 401	表藝教室
2	體育性	熱舞社	陳光磊老師 402	迎曦樓廣場鏡牆
3	才藝性	魔術社	林冠辰老師 403	402 教室
4	學藝性	暖曦文藝社	林玉如老師 404	2 樓電腦教室或圖書館
5	服務性	學生服務社	李惠菲老師 501	502 教室
6	體育性	排球社	雷淑敏老師 502	體育館
7	體育性	桌球社	7-胡炳祥老師 503 8-江彥聖老師 503	迎曦樓廣場
8	學藝性	自然科學研究社	蕭惠玲老師 504	物地、生化實驗室
9	學藝性	海洋科技暨人文研究社	黃添祈老師	海大
10	學藝性	閱讀社	金毓翎老師	601 班教室
11	學藝性	閱讀社	周培瑛老師	602 班教室
12	學藝性	閱讀社	江彥聖老師	603 班教室
13	學藝性	閱讀社	凌麗棻老師	604 班教室

- 三、為維護學校環境整潔避免滋生蚊蠅鼠類，學生不在校內清洗午餐便當盒，學校會要求孩子做簡單擦拭後帶回家清洗，協請家長配合要求孩子每日清洗餐盒並於隔日帶至學校用餐。
- 四、本校學生健康檢查追蹤矯治及健康促進：
- (一)本校持續推動學生在校期間規律運動 150 分鐘，也請家長在家中協助學生一起參與，全家一同維持良好的健康。
- (二)本校持續辦理在校視力保健宣導，請家長留意學生在家用眼保健，進行視力保健運動。
- (三)本校持續宣導菸害防制，其中未成年吸電子菸者，不管是否有尼古丁成分在內，皆是違法且危害身體健康的行為，請各位家長隨時留意子女之生活狀況。
- (四)為了促進本校學生之身心健康，持續推動學生體位不良追蹤輔導、全校規律運動、每天喝 1500c.c.以上之白開水及天天吃五蔬果等相關業務，敬請各位家長協助共同提醒學生規律作息。
- (五)配合衛生局進行中一、三女學生子宮頸疫苗宣導及施打。
- (六)本校為性教育校群學校，將於本學期進行相關講座及推廣活動，歡迎家長鼓勵學生參加。
- (七)因應武漢肺炎：請家長協助督促孩子做到以下防疫事項：

第一步上學前在家量體溫→

- 1.體溫正常請將體溫登記於『學生在家體溫自主測量記錄表』，並請家長簽名，孩子帶至學校。
- 2.額溫超過 37.5 度 C、耳溫超過 38 度 C 者，打電話給導師請假，在家裡多喝水多休息，看醫生。

第二步：入校園量體溫、噴酒精、蓋手章→

開學日起請儘量於 7:00 之後再入校園，全校師生入校園一律先於學務處通道測體溫、雙手噴酒精，通過者蓋手章始得入班進行課程。

(7:40 後入校園者一律先至健康中心測體溫、噴酒精，通過者蓋手章始得入班。)

第三步：未發燒有呼吸道症狀者請戴口罩→

有咳嗽或呼吸道症狀，但體溫未超過標準者，須全程配戴口罩。

*在校期間防疫作為：

1. 每班配發稀釋漂白水噴瓶，請導師督促早上、中午、下午打掃時間將門把桌面消毒一次，請學生自己攜帶抹布，以便消毒自己的座位。
2. 教室保持通風及分開座位；專科教室每班上完必消毒。
3. 每班及廁所配發藥皂，請同學勤洗手。
4. 在校期間疑似發燒者，請學生至健康中心，護理師會協助處理。

- (八)學生在學期間，有疾病或意外傷害等可向本校健康中心諮詢及申請理賠學生平安保險事宜。

- 五、教育儲蓄戶規定新修正，已公告學校網頁。如學生欲申請者，請洽訓育組。感謝捐助王修基金會於今年一月份捐款十萬元至本校教預儲蓄戶提供就學困難的學子。也歡迎家長們踴躍捐款至本校教育儲蓄戶，詳情請洽訓育組。
- 六、108年第二學期各班導師的班級經營計畫，已公告於學校網頁，詳情請參閱。
- 七、基隆市公告(基府教體貳字第1090105470號函)109年5月4日前暫緩實施校園大型集會活動，如：校外教學、畢業旅行、隔宿露營、校慶及園遊會等。
- * 本學期朝會五月前先暫停。(原先星期三早自習高中部、星期四早自習國中部集會)
 - * 高中部班會以及國中部班會和行事社團活動，為避免大型集會盡可能將人數分散。例如3/6(五)班會課中四、中五集會由原先的耀武館改由操場舉辦。3/17(二)國中部行事活動家暴防治宣導由原先的中一、中二集合至迎曦樓廣場。
- 八、108年第二學期提供同學服務學習時數表，已公告週知給各班並上網公告。
- 九、上、放學的學生接送：
- (一)暖中路坡陡路狹，在此請家長務必配合，上學時間(上午 7:00~7:30)及放學時間(無第八節輔導課為下午 4:00~4:30；有第八節輔導課為下午 5:00~5:30)，請不要將汽車、機車駛上暖中路，以免造成交通堵塞，及學生用路安全的困擾(尤其是下雨天)。
 - (二)家長接送，請配合在暖中路與過港路交叉路口之附近一帶接送學生。
- 十、請家長協助督促孩子養成準時到校之良好習慣(7時30分前到校，各班級導師若因班務所需，另有規定則以班級規定為主)。
- 十一、3C 產品、過多的現金及其他貴重物品請勿讓孩子帶至學校，以免影響**正常學習**。
- 十二、本校反霸凌投訴信箱 antibully@ecp.nnjh.kl.edu.tw，校安中心專線(02)2457-5534，如遇緊急狀況可隨時與本校聯繫。
- 十三、配合「國家防災日地震避難掩護演練」，本校已於 108 年 9 月 20 日上午 9 時 21 分實施全校之「地震避難掩護演練」，狀況良好。
- 十四、有鑑吸食毒品對個人、家庭及國家社會的危害，請家長多注意孩子課後生活及校外交友情形，遇問題隨時與本校保持密切聯繫共同解決，俾利共同維護學生身心健康，宣導資料詳如附件。
- 十五、本學期中一、中四游泳課原訂實施於 4 月 13 日(一)至 5 月 15 日(五)止，因逢防疫期間，故暫緩實施。
- 十六、本學期體育週將配合校慶辦理運動會，相關競賽項目已經學校體育委員會通過辦理田徑競賽。

輔導處報告事項

- 一、家庭教育諮詢專線：基隆市家庭教育中心提供「家庭教育諮詢專線」，若家庭(家長)確實有夫妻相處、婆媳關係、親子溝通、子女教養、婚前交往、情緒調適、家庭資源、生活適應等家庭教育相關問題時，歡迎撥打 412-8185(幫一幫我)家庭教育諮詢專線，或者告知本校輔導處，由學校協助辦理，各種家庭的疑難雜症都歡迎多多利用。
- 二、基隆市政府心靈驛站諮商服務：您或是您週遭的親朋好友是否曾有面對家庭、工作、婚姻等因素，而產生壓力或情緒管理的困擾，卻無從紓解呢？基隆市婦幼福利服務中心的「心靈驛站」，特聘有專業心理諮商師，歡迎您來電預約。
(採預約方式：2431-4284/2431-4285 轉 113)
- 三、生涯發展/多元入學各項活動講座時間

	項目	日期	對象
國中 部	適性入學宣導家長場	3/20	家長
	適性入學宣導學生場	3/23~27	中三
	多元智能量表	4月中	中一
	性向測驗	4/8~4/19	中二
	生涯祈福	4/24	中二、中三
	技藝競賽頒獎典禮	4/30	中三
	技藝競賽成果展	4/30	中二
	專業群科社區參訪活動	5/29	中二
	升學博覽會	5/22	中三
	生涯講座	6/23	中一、中二
高中 部	繁星入學撕榜說明及輔導	2/25~3/3	中六
	警專招生考試說明會	2/27	中六
	生涯職涯講座	3/6	中六
	性向測驗	3/13	中四
	申請入學備審指導及模擬面試	3月~5月	中六
	多元入學升學說明會	3/27	中五
	適性輔導選組說明會	4/17	中四
	指考志願選填輔導	7月下旬	中六

四、技藝教育

- (一)本學期中三參加技藝教育的學生人數共 8 名。

(二)上課日期：3/10~6/9，每週二上午，共計 12 週。

(三)分別由隨隊老師搭專車前往聖心上課。

(四)中三技藝競賽：3/31

(五)中二申請技藝班：5/15~5/25

五、特教組行事曆

時間	工作項目
2 月	<ol style="list-style-type: none"> 1. 開始專業團隊治療 2. 召開期初 IEP 會議 3. 特教生期中轉介鑑定準備 (含工具借用) 4. 特教生 108 學年度安置作業線上報名(2/21) 5. 應屆畢業特教生轉銜輔導會議 6. 特教工作協調會議 7. 心評工具借用
3 月	<ol style="list-style-type: none"> 1. 待鑑定生期中轉介鑑定(網路報名並完成鑑摘表 3/9-4/5) 2. 召開期初特推會議 (3/12-16) 3. 待鑑定生初篩、個別施測並填寫紀錄(3/1-4/10) 4. 辦理國小特殊生資源班轉銜參觀 5. 專業團隊治療 6. 填寫 108 學年度學校「特教檢核表」
4 月	<ol style="list-style-type: none"> 1. 專業團隊治療 2. 108 學年度第 2 學期國高中期中轉介鑑定資料繳交(4/10 截止日) 3. 身心障礙升高中集中式特教班能力評估 4. 期中鑑定資料彙整並提報名冊及表鑑紙本至資源中心(4/6-4/10)
5 月	<ol style="list-style-type: none"> 1. 資源班新生鑑定安置會議、編班安置需求會議 2. 108 學年度身心障礙學生適性輔導安置唱名分發 3. 專業團隊治療 4. 召開鑑定安置會議(5/6-8)及歸還心評工具
6 月	<ol style="list-style-type: none"> 1. 公告並寄發適性輔導安置結果(6/6) 2. 召開安置會議，依鑑定結果規劃課程及相關服務。 3. 召開期末 IEP 會議 4. 召開特殊教育推行委員會期末會議(6/4-8) 5. 專業團隊治療並確認特教通報網上填報情形 6. 適性輔導安置報到(安置高級中等學校集中式特教班)(6/19~6/24)

	<ol style="list-style-type: none">7. 108 學年度第 2 學期特推會會議紀錄及相關資料送府核備8. 特教季檢核表9. 新學年資源班課程規劃與安排10. 特教通報系統接收已至本校報到特教生資料(6/30)11. 申請 108 學年度第 2 學期專團服務
7 月	<ol style="list-style-type: none">1. 適性輔導安置報到(安置高級中等學校)(7/11-7/13)2. 整理身心障礙學生資料3. 填報轉銜資料(7/31 前)4. 7/15 前完成填寫 108 學年度學校特教檢核表

圖書館報告事項

一、讀服組

本學期圖書館除一般性的書籍借閱外，亦持續辦理各項閱讀相關活動，條列如下。比賽的部分敬請協助鼓勵貴子弟踴躍參加。

- (一)每週五的晨讀：國中部一、二年級參加，國中三年級及高中部自由參加。
- (二)班級讀書會：國中部(國一、國二)一次，高中部(高一、高二)一次。
- (三)發放班級書箱:期初將發放班級書箱至各班，讓班級師生隨時有書可讀。
- (四)讀書心得比賽：國中部正在辦理，高中部配合中學生網站已於 3 月中完成。
- (五)小論文比賽：限高中部配合中學生網站，正在辦理中。
- (六)書箱:發放班級書箱，供班級內借閱。
- (七)個人閱讀護照: 限國一及國二生，學生繳交滿 5 篇認證核可之讀書心得，可扭蛋 1 次, 10 篇認證核可之讀書心得，可扭蛋 2 次以此類推。
- (八)其餘閱讀活動推廣

二、 技服組

- (一)凡擔任圖書館志工，則借書冊將優待為六冊。
- (二)績效良好之志工，期末將頒發服務證明，核發 6 小時服務認證時數。
- (三)志工在服務期間，志工若有參與圖書館辦理之活動的相關服務，亦可依表現會請學務處依校規給予獎勵。
- (四)7/24-7/27 協助國立海洋科技博物館辦理國際海廢青年論壇。
- (五)因疫情期間，三月取消辦理日本沖繩縣立知念高等學校來校參訪活動。

三、 資媒組

- (一)本學期預計於第二次段考後辦理校內電腦競賽。
- (二)繼續推動數位教學及閱讀計畫，及加強網路環境的建置。
- (三)附件的資訊安全宣導資料，請參閱。

總務處報告事項

一、109 年重要營繕工程

- (一) 仰學樓屋頂防水修繕工程 190 萬。
- (二) 迎曦樓抵石子外牆剝落修繕工程 50 萬。

二、各項補助款執行及申請

- (一) 108 年中央通道欄杆設置及化工程，預計本學期內完工。
- (二) 校舍改建三期公共藝術設置工程，預計本年度完工。
- (三) 榮獲教育部補助教育 111 甄選計畫補助 5 萬元，推動一校一特色，一生一專長，一個不能少。
- (四) 教育部 109 年永續循環校園探索及示範計畫，擬持續探索校園，永續經營校園，計 15 萬元。

三、感謝及勸募事項：

- (一) 倘有社會企業團體或個人有意願捐助獎勵學金、弱勢關懷、營養午餐、學校教學設備.....，請洽本校總務處林主任(電話 24575534-130)。所有捐贈皆可依法抵稅。
- (二) 倘有家長有水電修繕、園藝、法律、輔導.....等專長，有意擔任本校家長志工者，歡迎與總務主任聯繫。

附件一

◎反霸凌宣導 Q & A

Q：何謂霸凌？

A：霸凌係指個人或集體持續以言語、文字、圖畫、符號、肢體動作或其他方式，直接或間接對他人為貶抑、排擠、欺負、騷擾或戲弄等行為，使他人處於具有敵意或不友善之校園學習環境，或難以抗拒，產生精神上、生理上或財產上之損害，或影響正常學習活動之進行。

Q：如何防制校園霸凌？

A：(1)敏察生活中的霸凌行為，並適時向師長尋求協助。

(2)參加校內外活動，與人互動時，應樂於助人、相互尊重。

(3)養成理性溝通、積極助人、良好處理人際關係的能力。

(4)培養責任感、道德心、樂於助人及自尊尊人之處事態度。

(5)建立良好的自我形象，真實面對自己，並積極正向思考。

(6)若你知道有被霸凌、霸凌他人或自覺有此傾向的同學，你可以向師長求助。

(7)同儕間正義感、榮譽心、相互幫助、關懷、照顧之品德及同理心是防制霸凌的最佳良藥。

(以上資料來源：教育部「校園霸凌防制準則」第 6~9 條)

◎緊急求助電話

(1)本校校安專線：(02)2457-0572
(24 小時專線)

(2)本校學務處：(02)2457-5534 轉
120~125

(3)本校輔委會：(02)2457-5534 轉
140~143

(4)本校反霸凌投訴信箱：
antibully@ecp.nnjh.kl.edu.tw

(5)反霸凌專線：(02)2432-2134
(基市反霸凌投訴電話)/0800-580-780

(6)家暴中心：113

(7)八堵派出所：(02)2456-2438

(8)暖暖派出所：(02)2457-2331

(9)基隆市警察局少年隊：(02)2425-2186

(10)教育部基隆市聯絡處/校外會：
(02)2456-8585

◎拒絕毒品誘惑，你我做得到：

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

1 堅持拒絕法

- 我不做違法的事情。
- 不行，我真的不想吸。

2 告知理由法

- 吸毒是違法犯罪的事，你不要害我。
- 我爸媽管很嚴，被他們知道我就慘了。

3 自我解嘲法

- 沒辦法，我就是害怕啊，不要嘗試算了！
- 不行，我真的很膽小，我不敢試啦！

4 遠離現場法

- 時間太晚了，我必須回家，我先走了。
- 我覺得身體不舒服，我先回家休息了！

拒毒八招
請你跟我這樣說...

5 友誼勸服法

- 我們是好朋友，我不希望你變成吸毒犯！
- 不要吸啦！這對身體不好，好朋友一場，你我最好都不要嘗試吧！

6 轉移話題法

- 你看，這個點心很好吃喔！你也試試看！
- 今天新聞報導小貓熊的影片，超萌的，你看過了嗎？

7 反說法

- 這毒品是會上癮的，而且很難戒除，你看昨天新聞報導那個吸毒者下場多慘...，所以你不要吸啦！

8 反激將法

- 如果你們說我沒膽量，我就吃，那我就真的太沒主見了！

◎防制詐騙三步驟：「一聽」、「二掛」、「三查」

家長接獲小孩（學生）被綁架電話應採行的三步驟應變口訣：

- 1.一聽：聽清楚這個電話說什麼？對學生遭綁架、正在醫院急救等緊急狀況要求家長匯款等應保有戒心。
- 2.二掛：應完後，立刻掛斷電話不讓歹徒繼續操控你的情緒。
- 3.三查：快撥學校緊急聯繫電話聯絡導師、教官室或小孩好友查證，確認小孩學習狀態，並撥 165、110 反詐諮詢報案專線。

附件二 天然災害防範

◎防範溺水事件：「救溺五步、防溺十招」

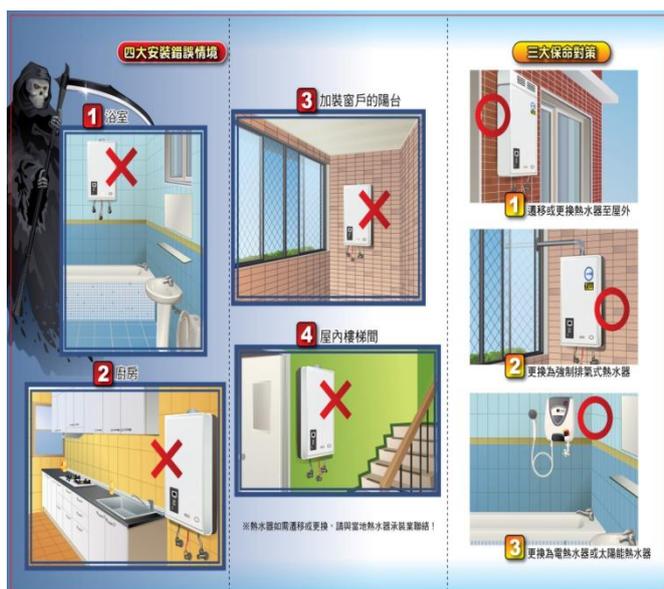
(一) 救溺五步：叫叫伸拋划、救溺先自保

1. 叫：大聲呼救
2. 叫：呼叫 119、118、110、112
3. 伸：利用延伸物（竹竿、樹枝等）
4. 拋：拋送漂浮物（球、繩、瓶等）
5. 划：利用大型浮具划過去（船、救生圈、浮木、救生浮標等）

(二) 防溺十招：

1. 戲水地點需合法，要有救生設備與人員
2. 避免做出危險行為，不要跳水
3. 湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心
4. 不要落單，隨時注意同伴狀況位置
5. 下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水
6. 不可在水中嬉鬧惡作劇
7. 身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳
8. 不要長時間浸泡在水中，小心失溫
9. 注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水
10. 加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆

◎防範一氧化碳中毒



何謂一氧化碳中毒

一氧化碳是一種無色無味的氣體，中毒後的症狀不易被察覺，因而成為潛藏於居家環境中的隱形殺手。一般人在吸入過多一氧化碳後，經常只有疲倦、昏眩等輕微不適症狀，往往在中毒而不自覺的狀況下，在昏睡中死亡。一氧化碳中毒部分媒體會誤報導為「瓦斯中毒」，事實上，國內液化石油氣及天然氣均依法令添加甲硫醇或二乙基硫作為警示劑，使得原本無色、無味的氣體附有顯著臭味，一旦瓦斯外洩，民眾易於察覺及時採行應變措施，不易造成災害。

瓦斯燃燒所需的空氣量，約為其體積的 25 至 31 倍。在氧氣充足的環境，會完全燃燒變成無危害的二氧化碳 (CO₂)。但是在氧氣不足時，燃燒便會不完全，產生一氧化碳 (CO)。一氧化碳對血液中的血紅素的結合力，為氧氣的 200-250 倍，因此會取代氧氣搶先與血紅

素結合，而形成一氧化碳血紅素 (COHb)，降低血紅素帶氧能力，這時體內組織無充足含氧，因而產生各種一氧化碳中毒的症狀。

◎地震防災須知

地震防災須知

- 平時備妥「緊急避難包」，放置於隨手可拿到的地方。
- 地震時務必保持冷靜，確保自身安全，尤其注意上方掉落物。
- 地震劇烈搖晃時，先躲在堅固桌子下方或主要柱子旁。
- 地震時不要躲在桌下方、櫥櫃或水槽旁邊。
- 迅速關閉爐火、瓦斯，打開鐵門以利逃生。
- 切勿搭乘電梯，要利用樓梯逃生。
- 立即跑到空曠處，並遠離招牌、樹木、建築物、電線桿。
- 開車時遇到地震，不可緊急煞車或變換車道，而要減速停靠路邊。

地震 防災須知

- 在公共場所遇到地震，應保持冷靜，聽從廣播引導，不可亂推搡。
- 地震之後，檢查瓦斯、水、電等開關，如有瓦斯洩漏，應輕輕打開窗戶，立即離開建築物並通報瓦斯公司。
- 隨時收聽電視台或電台之正確震災災情消息，不要聽信謠言。
- 如在大量體育館、演講廳或戲院中，先暫時躲在座位下，等搖晃停止后再離開。

內政部消防署
www.mfa.gov.tw

附件三**與孩子勾手約定上網時間**

根據美國兒童學會 (American Academy of Pediatrics) 與加拿大兒童協會(Canadian Society of Pediatrics)指出，小孩在 2 歲之前不該接觸任何科技產品；3-5 歲每天應限制使用 3C 產品不超過一個小時，而 6-18 歲每天應限制不超過兩小時。但其實現代兒童與青少年使用 3C 產品的頻率，遠大於上述的建議時間。

「習慣」通常需要花很長時間慢慢養成，當發現孩子過度使用網路，就必須想辦法改變其使用方式，不是一味的想利用父母親的權威來禁止，這樣反而會帶來反效果，以下提供幾個建議，讓父母親與孩子一起創造良好的使用網路習慣。

管理孩子網路使用時間

與孩子約定使用 3C 產品的時機與時間，例如假日可使用網路 1 小時，且每用 30 分鐘就要起來動一動、讓眼睛休息。晚上也盡量不讓孩子使用，尤其是睡覺前的時間，因為 3C 產品有可能會減少及延後體內「褪黑激素」的分泌，讓孩子不易入睡。

不利用 3C 產品做為安撫或獎勵孩子的工具

許多父母會使用 3C 產品做為安撫或獎勵孩子的工具，例如乖乖吃飯、不吵鬧或寫完功課等，但這可能讓孩子更沉迷於這樣的「獎勵」。

善用 3C 產品中的安全設定或選擇兒童專用 Apps

目前有很多 Apps 可以幫助家長設定限制孩子使用、觀看的內容或者限制使用時間的功能，可以多加利用。另外，iPhone 系列有內建的「引導使用模式」（在「設定」中的「輔助使用」下即可找到）功能，可以限制孩子只能使用手機裡其中一個 App，且時間一到手機頁面就會鎖定，需要密碼才能再次開啟。Android 系列手機啟動「螢幕釘選」也有類似的限制觀看功能。

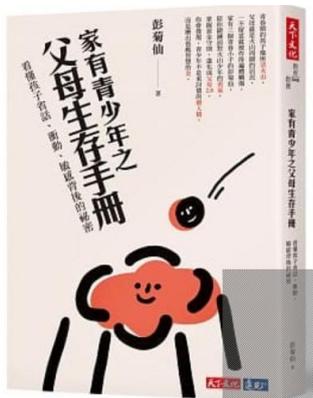
父母是孩子的學習榜樣

若父母自己在家只要有空就拿起手機追劇、上社群網站、玩線上遊戲，手機一滑就是 30 分鐘起跳，怎能期待甚至要求自己的孩子有空時要拿書閱讀或自動自發溫習功課？若父母都不想放下手機陪孩子玩，只對手機有興趣，孩子當然也會對於手機世界充滿好奇。

創造「無 3C」的家庭日

就因為孩子會模仿或者比較大人使用 3C 的時間，那不如每週就制訂一個時間，一家人放下手機與平板電腦，不論是一同玩玩具、閱讀、玩桌遊，甚至是走出戶外曬太陽、游泳、騎腳踏車都是非常棒的親子活動。

好書分享（內容摘自博客來網路書店）



★這本書，就是家長版的「解憂雜貨店」，既能解憂，還有解方！

—作家 / 教師 歐陽立中

孩子長大了，父母也要進化！

青春少男少女身心板塊都在劇烈變動，讓他們成為一種既不是小孩也不是大人的特別生物。許多家有青少年的家長一定有這樣的困擾——父母眼中的乖寶寶，到了青春期轉瞬變成難以溝通的怪小孩，家中氣氛從此丕變。青春期的孩子像座活火山，

父母就是火山周圍的居民，一不留意就被炸得遍體鱗傷。

家有三個青春小子的彭菊仙，陪你鍛鍊面對火山少年的勇氣，掌握黃金守則，進化成父母 2.0。

你會發現，青少年不是來討債的磨人精，而是磨出爸媽智慧的金。



先學會真心接納自己，才有能力守護孩子的心

繼《薩提爾的對話練習》、《對話的力量》，李崇建與甘耀明 2020 最新作品，當孩子面臨生命困境，大人應該如何「應對」，才能真正幫助孩子？運用薩提爾的好奇對話，才能真正觸碰到孩子行為底下的聲音。當孩子犯錯或受挫，身為父母、老師的大人們，是否曾經指責、批評孩子？對孩子說滿口大道理？大人們這些行為，是因為他們的內心充滿焦慮、生氣、害怕、痛苦，或自責、內疚等各種情緒，但是當父母或老師不自覺地落入建議者、說教者、壓迫者、指責者的角色時，這並無法真正協助孩子，只會將孩子愈推愈遠。

照顧自己內在，才能自由做出應對，在親子之間的教育或者人與人的溝通，往往是「應對」出現問題，而「問題」本身不是問題。然而大人要「瞭解自己」談何容易。並非單純以頭腦、思考的理解，而是需要對「自己」覺察。當大人能守護自己的心，才有能力守護孩子的心。



媽媽可以看成是一種到遠方的旅遊，難以回頭，常有未知凶險，但也看得見絢爛花開，可能最後停留在一段安穩靜好的歲月。

洪仲清說：「『媽媽』這個角色，在傳統意義中被歌頌得很偉大，但扮演媽媽的女性，卻常常被剝奪人生的主導權，這是很明顯的矛盾。深入地說，過去的傳統媽媽在教養女兒時，傳遞出的價值觀常擺脫不了父權。因此，現代女性在成長的過程中，對於傳統媽媽生出的失望與憤怒，以及心疼與不捨，揪成了一股難解的情結。」

▶▶「洪仲清臨床心理師」粉絲頁讚聲無數、熱烈討論！

▶▶媽媽們難以訴說的心聲，一件一件替你說出來。