

天主教聖心女子高級中學 112 學年度第 1 學期第 16 週校務通報 112.12.11

Sacred Heart High School for Girls Weekly Announcements and Reminders (11201-16)

祈禱 prayer (將臨期第二週—悔改)

主耶穌，祢是照耀世界的真光，請照亮我們人生的道路，幫助我們常能回頭改過，走上正義的道路，請祢常與我們同在，保佑我們每一位。阿們！

賀 Congratulations！生活競賽成績：

112 13-14 週		高三 忠	高三 孝	高三 仁	高二 忠	高二 孝	高二 仁	高一 忠	高一 孝	高一 仁	國三 忠	國三 孝	國三 仁	國三 愛	國三 和	國二 忠	國二 孝	國二 仁	國二 愛	國二 和	國一 忠	國一 孝	國一 仁	國一 和
環境 整潔	13		甲等	甲等	甲等	甲等	優等		甲等	甲等	甲等	甲等	優等	甲等	甲等	優等	優等	甲等	優等		甲等			
	14	優等	甲等	甲等	優等	優等	優等	優等	優等	優等	優等	優等	優等	甲等	優等	優等	優等	優等	優等		優等	甲等	甲等	優等
積分		7	14	13	17	15	14	15	17	16	16	19	18	10	11	12	15	15	20	7	13	5	7	8
敘獎 週次			13	13	13	13	13	13	13	11	13	11	13	15	15	15	13	13	11		13			
班級 秩序	13	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	優等	甲等	甲等	優等	優等	甲等	甲等	甲等	優等	優等	優等	優等
	14	優等	優等	優等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	優等	甲等	甲等		甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	優等	優等
積分		14	14	13	15	13	13	12	15	12	16	11	13	10	12	17	17	14	16	14	20	16	16	19
敘獎 週次		13	13	13	11	13	13	13	11	13	11	15	13	15	13	13	13	13	11	13	11	13	13	11

賀 Congratulations！葉兆祥老師指導國三愛、陳舜琪老師指導國三和、張惠蕙老師指導國二忠於環境整潔項目累積達十分，全班可慶祝並獲記嘉獎一次！

賀 Congratulations！張維真老師指導國三孝、葉兆祥老師指導國三愛於班級秩序項目累積達十分，全班可慶祝並獲記嘉獎一次！

校長室 Principal's Office

- 一、王熾蘋主任於 12/11(週一)上午以線上視訊方式參加「112 學年度高中優質化八大主題分享會—人權教育主題第二次分享會」。
- 二、張惠敏老師、李佩貞老師於 12/15(週五)上午赴士東國小參加「升學博覽會」。(2 小時)
- 三、蔡淑君主任、張惠敏老師於 12/15(週五)上午赴台北科技大學參加「113 學年度四技申請入學招生宣導說明會」。(1 小時)
- 四、李佩貞老師於 12/15(週五)下午赴板橋體育場參加「113 年全國中等學校運動會說明會」。

教務處 Office of Academic Affairs

教學組 Curriculum Section：

- 一、第十六週「台灣母語日」活動—每週一諺：買厝，買厝邊。
拼音：Bé tshù, bé tshù-pinn.
義近：買房子要慎選好鄰居。強調選擇住家時，鄰居的好壞至關重要。
- 二、本週調閱文史科作業：12/11(週一)英文科、12/12(週二)社會科、12/13(週三)國一~高二國文科、12/15(週五)高三國文科。請各班同學於第一節下課聽候廣播每科調閱之座號，各班小老師請將作業翻至老師批改的最後一頁，依照座號收齊，並填寫四聯單後於第一節下課送至教務處，若遇外堂課請小老師先至教務處報備，並於當天第七節下課領回。第十七週調閱數理科作業時程，請留意作業調閱辦法。
- 三、12/11(週一)第一節進行高一選修課說明會，地點在聖心樓演講廳，請高一同學準時前往！
- 四、12/13、12/14(週三、四)高三第三次〈學科能力測驗模擬考〉考試時間表如下：

日期	考試科目	考試時間	日期	考試科目	考試時間
十二月十三日〕週三〔	預備	08：05~08：10	十二月十四日〕週四〔	預備	08：05~08：10
	英文	08：10~09：50（100 分鐘）		數學 A	08：10~09：50（100 分鐘）
	預備	10：00~10：05 （請第三節課老師協助）		預備	10：00~10：05 （請第三節課老師協助）
	自然	10：05~11：55（110 分鐘）		社會	10：05~11：55（110 分鐘）
	預備	13：05~13：10		預備	13：05~13：10
	國語文綜合能力測驗	13：10~14：40（90 分鐘）		國語文寫作能力測驗	13：10~14：40（90 分鐘）
	預備	14：55~15：00 （請第七節課老師協助）		第七、八節按課表上課	
	數學 B	15：00~16：40（100 分鐘）			

備註：

(一)未考自然的同學，請在原班教室自習。考自然的同學請至高三忠教室應考。

(二)未考數學 B 的同學，高三孝仁請至圖書館自習。

(三)考數學 A 的同學，高三忠請在原班教室應考，高三孝仁請至 304 教室應考。

(四)未考數學 A 的同學，高三孝仁請在原班教室自習。

(五)考社會的同學，高三忠請至 304 教室應考，高三孝仁請在原班教室應考。

(六)未考社會的同學，高三忠請在原班教室自習。

(七)考試開始 20 分鐘後不得入場，入場後至考試開始 60 分鐘內不得離場。

五、12/21、12/22（週四、五）舉行國三孝仁愛第二次教育會考模擬考，考試時間表如下：

日期	考試科目	考試時間	日期	考試科目	考試時間
九月五日〕週二〔	測驗說明	08：35~08：40	九月六日〕週三〔	測驗說明	08：15~08：20
	社會	08：40~09：50（70 分鐘）		自然	08：20~09：30（70 分鐘）
	測驗說明	10：25~10：30		測驗說明	10：05~10：10
	數學 （含非選擇題）	10：30~11：50（80 分鐘）		英語（閱讀）	10：10~11：10（60 分鐘）
	測驗說明	13：25~13：30		測驗說明	11：20~11：25
	國文	13：30~14：40（70 分鐘）		英語（聽力）	11：25~11：50（25 分鐘）
	測驗說明	15：25~15：30		下午按課表上課	

六、感謝高一二及國中部第二次定期考暨高三期末考完成審題紀錄存檔之各科老師：

	國文科	英文科	數學科	社會科	自然科
高中	一、二、三	一、二、三	一、二	一、三(地) 三(歷)	一、二、三(化)
國中	一、二、三	二④	一、二、三		一(生)、二(理)、三(化)三(理)

尚未完成「審題紀錄表」的同年級任課教師請於 12/8(週五)前協助完成，並儲存電子檔至「NAS→教學區→教學共用上傳區→0 公告區_永久保留→112→11201 命題審題機制→高一二與國中部第二次定期考暨高三期末考→各科→國、高中部→各年級」。

七、請每位老師每學期命題後至少填寫一份「雙向細目表」，空白表及填寫後存取路徑：NAS→教學區→教學共用上傳區→0 公告區一_永久保留→112→11201 雙向細目表→各科資料夾。

八、12 月週六來校數學課程上課日為 12/16，請有參加的同學穿著制服，準時到校認真學習。

九、第十四週教室日誌填寫、繳交情況優良班級如下：高三忠、仁、高二全、高一忠、孝、國三和、國二孝、仁、愛、和、國一仁、和。

十、通過全民英檢各級檢定的同學，請於英檢證書發證日期一個月內攜帶英檢證書及成績單至教務處教學組敘獎，逾時則不受理敘獎。

十一、本校將於 12/16(下週六)下午 2:00 舉辦「2024 暑期印尼峇里島志工服務團線上說明會」，歡迎符合資格的國二學生邀請家長上線聆聽。招募對象：1. 國二國際英語班：無大過(含)以上紀錄者。2. 國二全人菁英班：無大過(含)以上記錄且國一上下學期至國二前兩次定期考英語成績平均達 80 分，須參加英文口試，擇優錄取。會議連結請見 eClass—學校宣布。

十二、「2023 年全美中學數學分級能力 AMC8」(測驗日期:2024 年 1 月 19 日週五晚上)，請欲報名同學於 12/18(下周一)放學前攜帶報名費用 650 元及報名表至教學組報名。

十三、12/21(下週四)辦理國三忠和參訪景美人權園區及臺灣大學，當日課程暫停一次。請以上兩班同學服儀整齊並攜帶所需物品於上午 8:00 準時至停車場集合。

十四、本校將於 12/23(週六)下午 2:00 於新竹集思竹科會議中心舉辦「113 學年度七年級新生招生說明會」，歡迎師生介紹新竹地區家中有小六應屆畢業生的家長參加。

十五、第十七週將於班級教室舉行「妙語比賽」，請同學及早準備。各年級題目如下：

年級	題目	年級	題目
國一	我最喜歡的一本書	高一	台灣最美的風景
國二	我最喜歡的旅遊景點	高二	我對一則新聞的看法

十六、本學期高一、高二閱讀認證實施時間及書目如下，請同學及早準備！

時間	高一書目及作者	高二書目及作者
十八週	文經典 100 句世說新語 (翁淑玲等人)	台北人(白先勇)

十七、12/11(週一) 中午 12:00 於二樓會議室召開「國三忠教務會議」，敬備午餐，請相關老師準時出席。

十八、12/18(下週一) 中午 12:00 於二樓會議室召開「期末國中課發會」，敬備午餐，請相關老師準時出席。

註冊組 Registrar's Section:

十九、12/16(週六)為大考中心舉行第二次全國高三英語聽力測驗，請有報名同學攜帶身分證(或附有照片足資證明身分之居留證或護照或健保卡)、文具用品準時應考，預祝同學考試順利！！

二十、本學期「周大生特殊展能獎學金」將於第 17 週(12/18~12/22)受理申請，歡迎符合資格的同學至註冊組領取申請表，如期提出申請。

廿一、請高三任課老師們結算第三次學月平時成績，並於 12/25(週一)前傳輸完畢。

廿二、請高三藝能科及一學期只傳送一次學期總成績之學科的任課老師於 12/25(週一)前將成績傳輸完畢。

廿三、最新獎助學金資訊，詳情請至網路上查詢，路徑:學校首頁→教務處→註冊組→獎學金資訊→校外獎學金→112 學年度第一學期。

資訊組 IT Section:

廿四、觸控螢幕班級配有一支手持麥克風，請資訊股長每天將麥克風至少充電一次(每次 30 分鐘)，充電線於手持握把盒中，可於底部卡榫開啟，務必充電完後將充電線放於盒中以免遺失。相關說明可參考班級電腦開機自動彈跳網頁

(<https://sites.google.com/shgsh.ntpc.edu.tw/classroomrules/page>)

廿五、新北市教育局統購軟體「Adobe Creative Cloud」授權對象為本市公私立高中職暨國小全體教職員工及學生，鼓勵貴校師生踴躍使用，相關說明請至首頁最新公告。

廿六、e 化設備使用紀錄表請資訊股長確實填寫，填滿後請至資訊室領取空白表單。

學務處 Office of Student Affairs

生輔組 Discipline Section:

一、本週中心德目：尊重感恩(respect and appreciation)

二、「112 寒假學藝活動(無高三)暨第二學期通學住校校車調查表」已於 11/30(週四)經 E-Class 發送，請所有同學務必在家長指導下審慎考慮後於 12/15(週五)前填妥並按「提交」，未如期提交者，將依學生獎懲實施規定記警告乙次。(第三項第一款第 23 目「未於規定時限內繳交寒、暑假通知單家長回條、住通調查表。」)

三、生活教育宣導：

- (一)穿著體育服應搭配運動鞋，且勿穿著體育服進出校門，請各位同學配合。
- (二)上學方式若是搭公車、家長接送或步行，於進入校門後應從警衛室旁斜坡，靠左側綠色漆人行道行走經過前花園進入教室，請勿行走在道路中央，並隨時留意後方來車；搭乘校車同學請走校車後方安全走廊上樓梯，勿走校門斜坡，避免人、車發生碰撞，以維自身安全。
- (三)放學校車 16:55 準時發車，近期發現部分同學有晚到狀況，導致校車延遲發車。請同學須有守時觀念，應提早 2-3 分鐘上車等候，勿在斜坡、樓梯或停車場有等人、聊天、使用手機等行為，而延誤上車時間。

四、安全教育：

(一)數位/網路性別暴力防制宣導：

1. 定義：

數位/網路性別暴力指透過網路或數位方式，基於性別之暴力行為。即針對性別而施加他人之暴力或不成比例地影響他人，包括身體、心理或性之傷害、痛苦、施加威脅、壓制和剝奪其他行動自由等。

2. 類型：

(1)網路跟蹤。(2)惡意或未經同意散布與性/性別有關個人私密資料。(3)網路性騷擾。(4)基於性別貶抑或仇恨之言論或行為。(5)性勒索。(6)人肉搜索。(7)基於性別偏見所為之強暴與死亡威脅。(8)招募引誘。(9)非法侵入或竊取他人資料。(10)偽造或冒用身分。

3. 避免數位性別暴力的「五不」防護守則：

- (1)不違反意願：不可強迫他人拍攝或傳送影像。
- (2)不聽從自拍：不要聽從引誘拍攝自己的影像。
- (3)不倉促傳訊：傳送訊息及影像前應再三確認。
- (4)不轉寄私照：收到他人私密照，轉傳即違法。
- (5)不取笑被害：取笑或檢討被害人是更大傷害。

4. 遭遇數位性別暴力的「四要」防護守則：

- (1)要告訴師長：比起獨自面對，師長可提供更多協助。
- (2)要截圖存證：有明確的證據，有效將歹徒繩之以法。
- (3)要記得報警：不只為了自己，避免更多無辜者受害。
- (4)要檢舉對方：就算是假帳號，讓管理者依規定處理。

(二)切勿輕易提供身分證資訊，避免淪為歹徒行詐工具：

165 反詐騙諮詢專線提醒，於網路購物時，切勿聽信不知名人士的各種話術，就任意拍攝個人身分證照片予對方，避免個人身分日後淪為歹徒行詐的人頭工具。

訓育組 Student Activities Section：

五、服務學習：

- (一)服務學習時數：國中部、高一、高二同學每學期至少服務 6 小時以上，高三自由參加。請同學完成服務後務必在規定時間內填寫「服務學習紀錄表」。
- (二)聖心女中「德賢服務志工獎」：
請各班導師依據本校「德賢服務志工獎勵辦法」推薦服務學習表現優異之同學，推薦名單請於 1/19 (週五) 結業日前繳至學務處。

體衛組 PE & Hygiene Section：

六、本週餐廳打掃班級：高一考。

餐廳打掃注意事項：請負責打掃班級的服務股長到學務處領取餐廳整潔紀錄表，協助登錄各桌打掃狀況，確實督促大家作好餐後整理工作。

- 七、【高中飛輪任我行校內體驗課程】實施時間為 12/11(週一)至 12/13(週三)三天，請高一、高二同學穿著運動服與運動鞋依下列表定體育課時間，準時到活動地點集合。另高二飛輪外騎宣導將於體育課時說明。

節 日期	一	二	三	四	五	六	七	八
12/11 週一		高一仁		高一忠			高一孝	高二孝
12/12 週二		高二仁	高二忠			高二仁		
12/13 週三	高一忠				高一仁	高二忠	高一孝	高二孝

輔導處 Counselors' Office

- 一、12/12 (週二) 中午在大團輔室舉行「報佳音行前會議」，請收到開會通知的老師準時與會。
- 二、12/18(下週一)第一節彌撒練習年級：高國一及國二。請同學準時進入恩德堂參與練習。
- 三、送愛到華山：
 1. 歡迎同學們自由發揮愛心，將你的零用錢與獨居的爺爺奶奶分享。
 2. 請給獨居的爺爺奶奶一個機會，將資料交給爸爸媽媽也看看，爸媽自由決定是否要幫助他們。
 3. 若有捐款，紅包袋背面請務必寫清楚 班級，捐款人姓名 收據抬頭 地址可以不寫(因為統一送到聖心女中，我們會轉交同學)。
 4. 請寫清楚資料後，放入學務處<送愛到華山>的捐款箱。
- 四、請高國二及國三忠和各班同學，積極妥善準備報佳音活動內容與相關物品，當日每一位同學都是傳愛天使，都是聖心之光，將喜樂和溫暖帶給各個單位的大小朋友。謝謝同學們的用心！

總務處 Office of General Affairs

◎營養小知識：希臘「式」優格！揭開優格真相

攝取益生菌有助於消化道好菌增生，平衡腸內微菌叢，進而調節體質；鈣質則能維持骨骼健康，預防骨質疏鬆；蛋白質更是人體不可或缺的營養素，建構和修補組織都需要它。而優格便是集三大優點於一身的食品，無論當早餐或點心都很適合。

以鮮乳、生乳作為原料，透過均質和滅菌後，添加菌種發酵，濃稠滑順的優格就此誕生。相較於一般優格，希臘優格多了「脫乳清」的程序，經由過濾、離心將乳清液體去除，故需要使用較多牛奶製作，相當是濃縮版的優格，蛋白質含量更多。在濾掉乳清的過程去除了大部分的乳糖，碳水化合物與糖分的量也較低，其質地更加濃厚、綿密，頗受減重、健身族群歡迎。

何謂仿口感的希臘「式」優格？

由於牛奶用量增加，希臘優格的生產成本也有所提升，對此有不少產牌推出了「希臘式優格」，省去繁雜的脫乳清程序，改加入增稠劑或鮮奶油以打造濃郁的口感，為了做出區隔，命名上以「式」代表其產品類似希臘優格。所以說，一個字差很多，買錯了反倒吃進額外的油糖、添加物，可別看到希臘兩個字就買了！

購買前務必要閱讀食品標示，確認熱量、蛋白質的含量之外，看看標誌中是否有鮮奶油或增稠劑（果膠、洋菜膠、刺槐豆膠等），也能多注意有無香料和其他添加物。不論是哪種優格，選擇無添加糖的為佳，如果說怕酸吃不下，可以將水果切丁拌入，或用天然的蜂蜜調味，減輕精製糖對身體的負擔。

資料來源：Heho 健康

圖書館 Library

- 一、書展訂書將於星期四到校，書籍到校後有訂書的同學，會收到圖書館的通知單，請依通知單上顯示的金額到圖書館付款取書。
- 二、悅讀佈告欄—圖書館本週介紹《開始期待好日子》、《幸運，你可以學會的能力》、《被遺忘的疑問》三本書。電子檔公佈於本校網站/圖書館/圖書館活動/悅讀佈告欄，書籍於圖書館展示。

人事室 Personnel Office

- 一、推薦參加「新北市 113 年度公私立高級中等以下學校及幼兒園特殊優良教師」遴選作業，經校內遴薦會議票選結果，吳秀倫老師以最高票榮獲本校推薦。