

天主教聖心女子高級中學 112 學年度第 2 學期第 12 週校務通報 113. 4. 30
Sacred Heart High School for Girls Weekly Announcements and Reminders (11202-12)

祈禱 prayer
In the name of the Father, and of the Son and of the Holy Spirit. Amen.
聖瑪德蘭索菲說：「煉鐵時需要火和鎚打，煎熬和淬煉的重量形塑了我們的靈魂。」慈愛的天主，您了解其實我們都是害怕痛苦和煎熬的。但生活中總不免有煎熬和淬煉，懇求您讓所有的痛苦和煎熬，都能將我們的心靈塑造得更接近美善。We ask this through Christ, our Lord. In the name of the Father, and of the Son and of the Holy Spirit. Amen.

賀 Congratulations！生活競賽成績：

112 下 9-10 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	9	優等	優等	甲等	優等	優等	優等	甲等	甲等	優等	甲等	甲等	優等	甲等	優等	甲等	甲等	甲等	優等			甲等		甲等
	10	甲等	甲等	甲等	優等	優等		甲等	優等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等		甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等
		12	12	8	12	15	12	7	12	12	10	9	10	12	8	9	11	9	11	8	4	8	6	10
班級 秩序	9	甲等	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	優等	甲等	甲等	甲等	優等	甲等	優等	甲等
	10	甲等	甲等	甲等	優等	甲等	甲等	優等	甲等	甲等	優等	甲等	甲等	甲等	甲等	甲等	優等	優等	優等	優等	優等	優等	優等	優等
積分		7	8	7	9	9	10	10	11	8	9	9	9	7	8	10	11	12	10	9	13	11	14	13

賀 Congratulations！葉俊谷老師指導高三忠、黃國書老師指導高三孝、許子弘老師指導高二忠、楊麗雪老師指導高一孝、林明正老師指導高一仁、張加佩老師指導國三忠、張智隆老師指導國三仁、張庭芝老師指導國二孝、吳郁澄老師指導國二愛、林佳紋老師指導國一和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！陳諺芳導師指導高二仁、聶伊華導師指導高一忠、楊麗雪導師指導高一孝、張惠荪導師指導國二忠、張庭芝導師指導國二孝、謝易儒導師指導國二仁、吳郁澄導師指導國二愛、楊雯茜導師指導國一忠、林明達導師指導國一孝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、魏雪玲校長於 4/30(週二)上午赴中央聯合辦公大樓參加「教育部第 13 屆私立學校諮詢會第 3 次會議」。
- 二、林祐瑋老師於 4/30(週二)赴錦和高中參加「新北市 113 年度數位學習高峰會分區學校發表會」。
- 三、魏雪玲校長於 5/2(週四)赴高雄文藻外語大學參加「願祢受讚頌生態教育教學研習會」。
- 四、鐘明媛主任於 5/3 (週五)上午赴錦和高中參加「Open for you 2024 新北閃耀教育季 SHINE YO 系列活動：自主學習大開箱論壇」。

教務處 Office of Academic Affairs

教學組 Curriculum Section：

- 一、第十二週「台灣母語日」活動—每週一俗諺： 雙手抱孩兒，才知父母時。。
拼音：Siang-tshiú phō hâi-jî, tsiah tsai pē-bú sí.
義近：只有在雙手抱自己小孩時，才能真正體會父母的辛勞。勸人要知道父母的養育之恩，從而孝順父母。
- 二、「國際運算思維挑戰賽」比賽日期如下，請參賽同學提早至指定地點考試。

時間	節次	比賽年級	地點
4/29(週一)	第一節	高二	索菲電腦教室
5/01(週三)	第四節	高一	第一電腦教室

三、5/3 (週五) 第七節為高三成年禮預演，請準時至恩德堂集合，且將於 5/4 (週六) 下午進行成年禮活動。

四、英語演講比賽注意事項：

(一) 參賽選手請於 5/3 (週五) 中午 12:30 至 202 教室抽題，抽題後至準備室 (國中部：202 教室；高中部：圖書館) 備稿，不可使用電子辭典、電腦及 ChromeBook。(由教務處請公假)

(二) 第六節開始比賽，請參賽同學準時前往各場地比賽。

五、5/8 (下週四) 為高三第三次分科測驗模擬考，以電子鐘為響鈴，也請任課教師依教學組發下之監考表進班監考和監自習。

(一) 高三第二次分科測驗模擬考考試時間表時程表

日期	考試科目	考試時間
五月八日 週三	預備	08:25~08:30
	數學甲	08:30~09:50 (80 分)
	預備	10:25~10:30
	物理/歷史	10:30~11:50 (80 分)
	預備	13:05~13:10
	化學/地理	13:10~14:30 (80 分)
	預備	15:05~15:10
	生物/公民	15:10~16:30 (80 分)

(二) 注意事項

1. 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。

2. 入場至考試開始鈴響前，不得翻閱試題本、亦不得書寫、劃記、作答。考試開始鈴響時，即可開始作答；考試結束鈴響畢，應即停止作答。

六、第十三週起，高三藝能科停課；5/6-5/17 為國三科技領域暨藝能科停課。

七、請任課老師謹慎審題，並協助完成「審題紀錄表」後將檔案存放至 NAS→教學區→教學共用上傳區→0 公告區_永久保留→112→11202(下)命題審題機制(審題紀錄表請使用新版)→國三期末考&高三期末考→各學科審題紀錄資料夾。

八、請高國三任課老師於 5/1(週三)前完成期末考雙向細目表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_永久保留→112→11202(下)雙向細目表→各科資料夾。

九、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！

次數	實施時間/高一書目及作者	實施時間/高二書目及作者
第二次	第十八週紅樓夢一到十回	第十八週/新文化苦旅(二)

十、國三忠孝和、高一、二欲參加本學期小論文競賽寫作的同學，請留意本學期送件時間：5/5 (下週五) 截止，並與指導老師討論、確定研究方向後，自行規劃寫作進度完成。本學期小論文架構因應全國小論文競賽辦法修改，調整為六大架構：「前言」、「文獻探討」、「研究方法」、「研究分析與結果」、「研究結論與建議」、「參考文獻」等六項，同學在撰寫小論文前應主動積極與指導老師充分討論再行撰寫。

十一、2024 年全民英語能力分級檢定測驗 (全民英檢) 考試時程、報名費用及校內報名時間如下，請欲報名的同學攜身分證 (國中學生若無身分證請準備健保卡或護照)、大頭照片、護照相同之英文姓名及費用交至林宇涵老師處報名，或自行上網線上報名 https://reg6.lttc.org.tw/GEPT_Exam/。

級數	項目	測驗日期	校內報名期間	報名費
高級	聽讀	7/13(週六)	5/17(週五) 放學前	1990 元 (報名費 1980 元+手續費 10 元)

十二、第十一週教室日誌填寫、繳交情況優良班級如下：高三全、高二全、高一孝、國二忠、國一忠。

- 十三、4/29(週一)中午 12:00 於一樓會議室召開「模擬面試成果檢視會議」，敬備午餐，請相關老師準時與會。
- 十四、4/30(週二)中午 12:00 於一樓會議室召開「Open Day 第一次籌備會」，敬備午餐，請相關老師準時與會。
- 十五、5/10(週五)晚上 8:00，舉行「奧克蘭大學國際學院預科文憑升學方案線上說明會」，歡迎國三、高一、高二未來有興趣前往紐西蘭奧克蘭大學就讀的學生及家長上線聆聽。
申請資格：高一上至高二上平均成績約 70 分以上者。出國時間：高三。

註冊組 Registrar's Section：

- 十六、國三孝、仁、愛班欲辦理免試入學變更就學區的同学請留意，申請日期為 4/26-5/3(週五至週五)，請同學於 5/1(週三)中午前將申請表及相關證明文件送至註冊組，逾時不再受理。
- 十七、國三升學報名資訊：
欲報名 113 學年度「五專完全免試入學」的同學自行至招生學校下載報名表填寫，並於 5/6(週一)放學前將填妥的報名表及相關資料繳交至註冊組，逾期不候。
- 十八、5/1-3(週三-週五)受理高國三同學 112(下)學期補考報名，請有需要的同學於期限內向註冊組書面報名。
- 十九、校外獎助學金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 學年度下學期。

資訊組 IT Section：

- 二十、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。
- 廿一、聖心樓索菲電腦教室前門門鎖離開時請確認確實上鎖，非闔上自動上鎖。

學務處 Office of Student Affairs

生輔組 Discipline Section：

- 一、第十二週中心德目：團隊合作 (collaboration and teamwork)
- 二、公共服務甄選：本學期學校活動日期及甄選服務同學人數如下：
- (一)6/15(週六)上午「國中生聖心學園課程體驗」：服務同學 5 位，預計登錄服務時數 4 小時。
- (二)6/15(週六)上午「七年級新生登記」：服務同學 9 位，預計登錄服務時數 4 小時。
- (三)7/10(週三)上午「高一新生住通調查」：服務同學 8 位(國三忠、和)，預計登錄服務時數 4 小時。

★注意事項★

- (一)公共服務須具備高度服務熱忱、認真盡責、服儀端正，有意參加同學儘速向教官登記，額滿截止。
- (二)週六有參加數學輔導課者不得報名。
- 三、高三期末留校及請假申請：
- (一)「留校及請假申請書」：
請同學於 5/3(週五)前繳交給導師核章，並請導師彙整後擲交學務處，以利統計人數及後續安排。
- (二)「提前請假程序單」：
個人應先至各處室跑完流程。於離校前，應清空個人桌椅及各式置物櫃，並且擦拭乾淨，紙類可在學校回收，垃圾要確實分類及做好資源回收，其餘個人物品(如：鞋子、防災頭套、桌墊、書包、制服等)一律帶回。「提前請假程序單」於 5/10(週五)中午前完成，請導師彙整後送交至學務處。5/20(週一)後才錄取大學者須於請假前一日中午完成「提前請假程序單」。

※以上表單，請學生、家長、導師務必簽名。

※未依時完成上述程序者，學務處將不准假，請高三同學掌握好申辦期程，避免個人權益受損。

四、112 學年度校規修訂會議：

- (一)校規修定會議每學年度修訂一次，班級提案須達三班始可列入會議討論。

- (二)班級提案須經班會充分討論後表決超過1/2 同意始可提出，以提案單送交教官彙整；
高國一、二各班推派班級代表 1 名，將班級提案單(填妥班級代表學生姓名)於 5/22
(週三)放學前繳至學務處，如逾時繳交則視同班級放棄提案。

五、安全教育：

校網→學務處→宣導專區，持續更新宣導資料，內容包含「防制藥物濫用」、「防詐騙」、「防制校園霸凌」、「性別平等教育」、「交通安全」等，請同學不定時上網瀏覽。

訓育組 Student Activities Section：

六、第十二週起之午休，將安排為在校生各班拍攝團體照，全班需統一服裝(建議穿著水藍裙，背心穿不穿皆可)，班長請事先邀請導師一同拍照。若遇天雨，將另訂時間拍攝。

(一)拍攝地點：前花園

(二)拍攝時間/班級：4/29(週一)國一忠和、國二忠；4/30(週二)國一忠、國二孝仁愛；5/1(週三)國二和、高一各班；5/6(下週一)國一仁、高二各班。

七、5/1(週三)及 5/8(週三)第三節高二「自主學習」將介紹「淡江大學學群概況及未來出路」，請高二各班同學準時至恩德堂集合。

八、請高二同學於 5/3(週五)依規定之海報格式上傳「自主學習成果海報」至「NAS—學生使用區—公告區—112 自主學習」各班資料夾，以利圖書館彙整後送印。

體衛組 PE & Hygiene Section：

九、本週餐廳打掃班級：國一和。

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。

十、【運動會】相關資訊：

聖心女中 112 學年度運動會相關資訊，感謝各位師長與同學的參與!!  ★高中精神總錦標 高二仁 ☆國中精神總錦標 國一和 ★高中田徑總錦標 第一名高二忠 第二名高二孝 第三名高一忠 ☆國中田徑總錦標 第一名國二和 第二名國二愛 第三名國二忠 第四名國一孝 第五名國二仁 ☆破大會紀錄 高中 4*100M 接力 高二忠 江心彤、謝旻彤、王鈺涵、呂心瑜 成績 1 分 00 秒 07 (破原大會紀錄 1 分 00 秒 10) 	● 請各位師長與同學上網瀏覽 112 學年度運動會相關資訊，路徑：聖心女中首頁→學務處→體能活動資訊→運動會相關資訊→112 學年度運動會 ● 運動會已結束，請同學協助將所有物品儘速復原。 
---	---

- 十一、【國一排球低手傳球】請國一同學注意比賽資訊！比賽日期：5/20(週一)第一節，地點：操場，報名日期：5/13(週一)前繳交報名表。請各班康樂股長於 5/13(週一)中午 12:30 至學務處抽出場順序。練習時間：預定於 5/16(週四)~5/17(週五)中午 12:30 至 12:55 安排練習時間，練習地點：排球場，請穿著運動鞋並遵守相關練習規定。

輔導處 Counselors' Office

- 一、領導日各班迎賓組領導人，請於 4/29(週一)放學前將「領導日迎賓員工作分配表」送交宗輔室。4/30(週二)中午以前至輔導處確認班級場地(特別是需要大場地的班級)，以便安排引導路線。

- 二、領導日總 PM，請於 5/1(週三)中午 12:30，準時到二樓會議室參加會議。
- 三、5/3(週五)第七節為高三成年禮預演，請高三同學攜帶成年禮要給父母的禮物(感恩卡片、多肉植物)以及承諾卡，準時到恩德堂參與。
- 四、5/4(週六)下午為高三成年禮，請高三同學與家長於下午 1 點 45 分前至各班集合地點準備入場；忠班集合點：總務處前穿廊、孝班級集合點：圖書館前穿廊、仁班集合點：小禮堂。
- 五、領導日迎賓員第二次訓練：高一國一及國三直升班--5/7(下週二)中午 12:25—12:55。地點：一樓大團輔室；高二國二--5/8(下週三)中午 12:25—12:55。地點：一樓大團輔室。請各班總 PM 與迎賓組領導人帶領迎賓員準時於應到地點集合。當日檢查事項：服儀(短袖白上衣 藍裙 背心 白襪 黑皮鞋)、至少三個指引小舉牌(000 班家長請跟我來)；當日演練事項：各迎賓點應該說的話語/指引手勢。

總務處 Office of General Affairs

◎營養小知識：「百果之宗」水梨有這 4 大功效

水梨的重量中約有 88%都是水分，這也是水梨讓人覺得清脆爽口又生津止渴的原因。除了水分之外，水梨也含有豐富的膳食纖維、維生素 C、葉酸、鉀、鈣、鎂等營養素。而水梨生吃及熟吃又有什麼不同的功效？下面來為你介紹！

- 一、**生吃水梨：降火生津、潤腸通便**；水梨在中醫屬於偏寒性的水果，具有去熱，尤其秋冬乾燥的季節，吃水梨有潤燥的功效。對於秋冬流感及感冒盛行所造成的喉嚨乾、癢、痛和聲音沙啞症狀都有緩解的效果。水梨每百克約有 2 克膳食纖維，加上高含水量，能幫助預防便秘及消化性疾病。
- 二、**熟吃水梨：滋陰潤肺、止咳化痰**；水梨煮熟或蒸熟之後，是止「熱咳」及化痰的好幫手，常見的料理方式為冰糖蒸梨及梨膏糖，都有滋陰潤肺、止咳祛痰的作用。要特別注意的是，只有熱咳，也就是喉嚨痛、痰較稠且為黃綠色的吃燉水梨才有助於緩解，寒咳就不建議再吃水梨，以免更嚴重。
- 三、**水梨功效多，但以下幾種人不能多吃：**
 - 1. 腎臟病患者：水梨屬於鉀含量中等的水果，雖然不算高鉀，但對於需限制鉀離子攝取的腎臟病患，須謹慎食用。
 - 2. 脾胃虛寒者：容易腹脹、腹瀉、四肢倦怠及食慾不佳為脾胃虛寒常見症狀，就不適合再食用屬於寒性的水梨。
 - 3. 夜間頻尿者：水梨水分高，加上有利尿的效果，建議容易夜間頻尿的人不要再睡前吃，或是不要吃太多。

資料來源：Heho 健康

圖書館 Library

- 一、悅讀佈告欄—圖書館本週介紹《飄移的起跑線》、《薩提爾的親子對話》、《養出內心強大的孩子》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。