

天主教聖心女子高級中學 113 學年度第 1 學期第 8 週校務通報 113.10.14

Sacred Heart High School for Girls Weekly Announcements and Reminders (11301-8)

祈禱 prayer

In the name of the Father, and of the Son and of the Holy Spirit. Amen.

親愛的天主，早安！請幫助我們默想與祈禱這段話：

儘可能獻上感謝，因為天主總是給我們超過我們應得的。

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！113 學年度「謝國雄先生懷念慈母獎學金」獲獎學生

高三孝陳薇米、高三孝廖芯儀、高三孝劉冠欣、高二孝許芷綺、國三仁李沂苓

國二忠王妍晞、國二忠林昕緹、國二和陳蕾而、國二和陳妙麓、國二和陳品喬

恭喜以上同學，將於 11/2（週六）上午仁愛園遊會開幕典禮頒獎。

校長室 Principal's Office

- 一、張兆鴻老師 10/9(週三)-10/14(週一)赴香港觀塘海濱參加「2024 年第 15 屆亞洲龍舟錦標賽」。
- 二、林子傑教官於 10/14(週一)~10/25(週五)赴國家教育研究院三峽總院參加「教育部高級中等以上學校校安(含學務創新)人員培訓」。
- 三、崔素玲主任於 10/15（週二）赴五股勞工中心參加「勞動基準法簡介研習」。(6 小時)
- 四、張惠敏老師 10/15~10/16（週二~週三）赴高雄駁二館-城市商旅參加「113 學年度全國高級中等學校註冊組長工作會議」。
- 五、曾惠雀老師 10/16(週三)上午赴三民高中參加「新北市 113 年度學校游泳池經營暨安全管理研討會」。
- 六、張嘉真老師 10/16(週三)上午以線上視訊方式參加「114 學年度普通型高級中等學校課程綱要課程計畫填報研習」。
- 七、魏雪玲校長、蔡淑君主任於 10/17(週四)赴曉明女中參加「2024 全國天主教學校經營領導研習暨常年大會」。
- 八、張芸慈老師、薛宇傑老師於 10/17(週四)上午赴新莊高中辦理「全國美術比賽西區市賽」作品現場退件收回。
- 九、王慧雯老師於 10/17(週四)下午以線上視訊方式參加「特教鑑定安置知能研習」。
- 十、王熾蘋主任 10/18(週五)赴國立台灣圖書館參加「113 學年度國高中教務主任暨實習主任會議」。

教務處 Office of Academic Affairs

教學組 Curriculum Section：

- 一、心靈有約時間：10/17（週四）國二忠，當天該班課程暫停一次。
 - 二、10/18（週五）第二節高三、國三，第三節高二、國二，第四節高一、國一舉行「百合花遊行」，當天各年級該節課程暫停一次，請導師隨班指導。歡迎任課老師共同參與。
 - 三、10/18（週五）第六節舉行英文作文比賽，請參賽選手攜帶黑色原子筆（或鋼筆）於上課鐘響前準時進入比賽場地，選手座位表將於比賽當天第一節下課公佈於教務處佈告欄，請各班選手自行查閱。
 - 四、配合國家教育研究院「台灣學生成就長期追蹤評量計畫」，請高二仁全班同學於 10/21(週一)第一節至第二節課至索菲教室進行線上測驗。
 - 五、十月週六來校數學課程上課日為 10/19、10/26，請有參加的同學穿著制服，準時到校，至上課教室認真學習。
 - 六、本校將於 10/25(週五)晚上 8:00 舉辦「英國普利茅斯城市學院升學方案線上說明會」，歡迎有興趣的家長與學生可上線參與，線上會議室連結：meet.google.com/eb-rtirb-oor
 - 七、請任課老師協助完成「審題紀錄表」，並存放檔案至 NAS→教學區→教學共用上傳區→0 公告區_永久保留→113→11301 命題審題機制(審題紀錄表請使用新版)→第一次定期考→各學科審題紀錄資料夾。
- 感謝第一次第期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
高中年級	二、三	一、三	二㉔	(歷)三	
國中年級	二	一㉔、二㉔	一	一	

八、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→113→11301 雙向細目表→各科資料夾。

九、第八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	〇〇的滋味	高一	我的人生導師
國二	節日的體悟	高二	一部好看的電影

十、第9週高國一二將於國文課舉行字音字形比賽，考試時間共計10分鐘，請同學用藍或黑色墨水筆作答，本考試不得塗改，一旦塗改，則該題不計分。

十一、第六週教室日誌填寫、繳交情況優良班級如下：高三忠、孝、高二忠、高一全、國三全、國二全、國一忠、孝、愛、和。請高二仁、學藝股長務必填寫教室日誌並按時繳交至教務處。

十二、2025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
初級	聽讀	114/1/4(週六)	11/8(週五) 放學前	610 元 (報名費 600 元+手續費 10 元)

十三、本學期校內小論文競賽辦法已發至國三忠愛和、高中部各班，請國三忠愛和、高中部學生踴躍投稿小論文，截止日期為12/6(週五)。

十四、10/17(週四)中午12:00於一樓會議室召開「充實一般科目教學設備會議」，敬備午餐，請相關老師準時出席。

註冊組 Registrar's Section：

十五、10/19(週六)為大考中心舉行第一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、口罩及入場識別證準時應考，預祝同學考試順利！

十六、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→113學年度第一學期。

資訊組 IT Section：

十七、簡報巧手使用完請將USB接受器插回巧手中，以免接在電腦上容易因碰撞導致USB接頭歪掉故障，造成財務損失。

十八、聖心樓索菲電腦教室前門關上不會自動上鎖，請留意離開教室確實將門上鎖。

學務處 Office of Student Affairs

生輔組 Discipline Section：

一、本週中心德目：團隊合作(collaboration and teamwork)

二、仁愛園遊會相關注意事項：

11/1(週五)第七節於恩德堂舉行「仁愛園遊會開幕典禮預演」，請各班預先遴選6位同學代表參加(不含高三及各班愛心小天使)。

舞台						
側門	一	二	三	四	五	六
	慈善團體 愛心小天使		前三排：貴賓席		J3B	謝國雄先生 獎學金得主
			家長會 聖心小學 表演團體	國一二、 高一各班 代表 6 人	高二各班 代表 6 人	J3C
					家長、來賓請從倒數第三排 開始坐起	

三、法令宣導：

(一)性騷擾：

係指性侵害犯罪以外，對他人實施違反其意願而與性或性別有關之行為，且有下列情形之一者：

1. 以該他人順服或拒絕該行為，作為其獲得、喪失或減損與工作、教育、訓練、服務、計畫、活動有關權益之條件。
2. 以展示或播送文字、圖畫、聲音、影像或其他物品之方式，或以歧視、侮辱之言行，或以他法，而有損害他人人格尊嚴，或造成使人心生畏怖、感受敵意或冒犯之情境，或不當影響其工作、教育、訓練、服務、計畫、活動或正常生活之進行。

(二)校園霸凌：

1. 霸凌：指個人或集體持續以言語、文字、圖畫、符號、肢體動作、電子通訊、網際網路或其他方式，直接或間接對他人故意为貶抑、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環境，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。
2. 校園霸凌：指相同或不同學校校長及教師、職員、工友、學生（以下簡稱教職員工生）對學生，於校園內、外所發生之霸凌行為。

(三)本校學生獎懲實施規定相關罰責：

1. 對他人不當侵犯隱私、言語或行為上騷擾有具體事實者，記警告乙次。
2. 以肢體行為侵犯他人者，記小過乙次。
3. 蓄意聚眾，對師長或他人(同儕、校外人士)有不當侵犯隱私、言語或行為上騷擾、不敬或不禮貌之具體事實者，記小過乙次。
4. 對教職員工生所為性騷擾案件，經性別平等教育委員會調查屬實，情節輕微者，記小過乙次。
5. 對學生所為霸凌案件，經防制校園霸凌因應小組評估確認屬實，情節輕微者，記小過乙次。
6. 對師長或學生為性騷擾、性侵害或性霸凌情節重大經學校性別平等教育委員會決議懲處者，記大過乙次。

(四)提醒同學彼此友好的互動應以「尊重」為前提，每個人都擁有「身體自主權」而且「身體界線」也有所不同，同學互動時務必「保持適當距離」，避免後續延伸成為性別平等或校園霸凌事件。

四、安全教育：

校網→行政單位→學務處→宣導專區：「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」、「電子煙防制」等，持續更新宣導資料，請同學不定時上網瀏覽。

訓育組 Student Activities Section：

五、10/16（週三）中午 12：30 於墨華齋舉行「活躍性社團社長及幹部會議」，請吉他社、辯論社、戲劇社、熱舞社等以上社團的社長、副社長、總務、文宣（或公關）務必攜帶紙筆準時與會。

六、高、國三畢冊美編請於 10/18（週五）午休至二樓會議室繳交畢冊第一張完稿紙。

七、【八里安老院服務學習訊息】

(一)時間：10/19 (週六) 9：30 至 14：00

(二)集合地點：八里安老院

(三)服務時數：4 至 5 小時

(四)服務內容：2 人 1 組陪伴、協助長者散步到八里左岸欣賞水岸美景、共享午餐 (須幫爺爺、奶奶至左岸店家以公費買午餐，個人午餐則須自費。)

(五)招募對象：歡迎國二至高三同學踴躍報名

(六)報名截止：10/16 (週三) 前請至學務處洪翠妙老師處報名。

體衛組 PE & Hygiene Section：

八、本週餐廳打掃班級：國三愛。

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。

九、【113 學年環境議題】舉辦時間調整如下：10/15 (週二) 為國中部環境議題，參加班級為國一、國二及國三孝、仁，10/16 (週三) 參加班級為高中部及國三忠、愛、和，請同學依照分配之場次參加。因須登錄環保時數認證，請全校教職員擇一場次參加。

十、全校學生施打流感疫苗日期為 10/17 (週四) 下午，集合地點為圖書館門口側川廊，接種地點為小禮堂，請務必攜帶健保卡才能施打，施打之流感疫苗廠牌將於前一日以 E-CLASS 通知家長。請同學前一日勿熬夜，當天請在教室等候通知。接種時間與醫師看診速度有關，如影響上課請老師包涵。任課老師請隨班指導學生。謝謝！

全校學生流感疫苗預估接種時間

13:00	高三忠	高三孝	高三仁	13:25	高二忠	高二孝	高二仁
13:45	高一忠	高一孝	高一仁	14:05	國三忠	國三孝	國三仁
14:25	國三愛	國三和	國二忠	14:45	國二孝	國二仁	國二和
15:05	國一忠	國一孝	國一仁	15:25	國一愛	國一和	

十一、【排球比賽事項通知】

- (一)平日上課有體育課程進行，提醒非體育課程教師不宜借課讓學生到排球場地練習。
- (二)放學後留校應搭配放學後留校申請表規定，確保校園安全維護。
- (三)住宿生依住校規定，不可影響用餐與洗澡作息。
- (四)參加夜間社團同學請依規定請假，如欲繼續參加夜間社團請自備餐具，並依規定時間進入教室自習。
- (五)本次安排賽前兩週練習，中午和放學後留校將由自治會康樂股及體衛組協助留校指導。
- (六)其餘後續比賽相關事項請參考比賽辦法，請掃 QRcode 追蹤了解！



輔導處 Counselors' Office

一、10/14(週一)百合花遊行練習：晨間~8:10 高中部及國三忠愛和；8:15-8:50 國一、國二及國三孝仁。請同學準時至恩德堂集合。

二、10/16 (週三) 在大團輔室召開「學習歷程檔案工作小組會議」，請收到開會通知的老師準時與會。

三、10/18(週五) 百合花遊行：

當日行程：第二節-高國三；第三節—高國二；第四節—高國一。

請各班班長指導同學，當日一早來校即整理好全班統一的服儀，將每位同學的百合花發給同學，請同學將百合花花瓣再捲好備用。於所屬年級遊行時間前一節下課鐘響，即快速前往山上舂版雞蛋花叢前方集合。準時集合以及服儀整齊、全程靜默的班級，當週秩序分數加分。

歡迎教職同仁選擇一場，和學生一起敬禮全球聖心學校的主保—可奇之母。

◎營養小知識：營養師推薦比咖啡更有效的提神 5 食物

上班上課常常昏昏欲睡又沒精神，想喝咖啡，但有些人怕牙齒黃，有些人怕心悸，現在就讓營養師來推薦你一樣可以提神，且不怕心悸和牙齒黃的 5 食物，讓你吃得健康有精神！

- 一、蛋黃：鐵是體內血紅素重要的組成物，是攜帶、運輸氧氣不可或缺的营养素，人體一旦缺氧，就會昏昏欲睡，使得反應更加遲鈍。其中的蛋黃就是很好的鐵質來源，不輸牛肉！
- 二、燕麥：燕麥含有豐富的水溶性膳食纖維，可以穩定血糖，避免發生血糖一下升高、一下降低的現象而造成疲勞。
- 三、白開水：當出現口渴症狀，代表身體已經處於輕微脫水階段了，脫水會降低生理及心理功能，輕微的脫水即可能造成疲倦，甚至是頭昏、頭痛等症狀。
- 四、黑巧克力：黑巧克力富含能夠提振精神的「黃烷醇」，黃烷醇能促進血管擴張，增加大腦血流量，讓腦袋運轉更流暢，思緒清晰不疲倦。
- 五、牛奶：牛奶本身是絕佳的蛋白質來源，能提供充足的胺基酸，其中多巴胺在大腦訊息傳遞扮演重要角色，不論是記憶力、情緒、工作效率都跟它有關；牛奶中還有酪胺酸，可以刺激大腦分泌多巴胺，讓思緒更清晰、大腦更靈活。

資料來源：Heho 健康

悅讀佈告欄—圖書館本週介紹《上一堂人生國文課》、《人體免疫抗病醫學書》、《57 健康同學會》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。