

週報請貼公佈欄

中心德目：行善



訓育組

- 一、配合第 44 屆畢業典禮，本期校刊徵稿開始，以多元學習、校園生活相關主題為主，請同學踴躍投稿，期限至 3/31(二)止。
- 二、寒假有去校外做公服的同學，請將服務學習證明送至學務處訓育組完成登入。
- 三、優良學生相關資訊如下：

| 日期 | 細項 |
|-----------------|-------------------------------|
| 2/25(三) | 中午在訓育組抽上臺順序，逾時代抽 |
| 2/25(三)~3/18(三) | 競選活動(3/4 中午 12:35 以前繳交八開海報一張) |
| 3/16(一) | 於週會競選演說 |
| 3/19(四) | 朝會投票並於午休開票 |

- 四、教室佈置為 1/21(三)~3/30(一)，評分日期為 4/1(三)。
- 五、啦啦舞代表隊假日集訓 3/7(六)、3/14(六)、3/22(日)、3/28(六)、3/29(日) 上午每天上午 8 時 30 分至 12 時。
- 六、3/6(五)多元課程開始上課，有些班級教室社團課會使用，請同學務必將貴重個人物品隨身攜帶，請勿放在教室，避免遺失。
- 七、啦啦舞代表隊招募比賽拿道具選手 6 名(男女不拘)，入選後參加 103 學年度全國啦啦舞錦標賽，有興趣同學至學務處訓育組洽詢。
- 八、臺北市立忠孝國民中學 103 學年度第 2 學期八年級天文館校外教學 3/11(三)。

活動行程：

| 活動行程 | |
|-------------|--------|
| 12:05—12:15 | 集合、出發 |
| 12:15—12:50 | 交通 |
| 12:50—14:50 | 天文館 |
| 14:50—15:20 | 美崙科學公園 |
| 15:20—16:00 | 歡樂賦歸 |

◎當日一律穿著學校運動服並攜帶外套。

維護友善校園，你我共同努力！



- 一、請本校家長接送孩子時，依規定請將機車停至大門口左側〈近市民大道〉，汽車請停至大門右側〈近長安西路〉，以確保本校師生上放學之安全。
- 二、請同學提醒家長於接送同學到校時，注意交通安全，切莫爭快而造成同學或交通騎士的危險。
- 三、近日天氣寒冷，如同學需加穿自己的外套時，請在外套加上學校外套，以避免違反學校服儀規定。
- 四、友善校園簡介：

(一) 計畫目標

1. 體現生命價值的安全校園。
2. 建立多元開放的平等校園。
3. 建構和諧關懷的溫馨校園。
4. 營造尊重人權的法治校園。

(二) 整體策略

1. 推動生命教育。
2. 生命教育學習網維運及學習資源推動分享
3. 推動性別平等教育
4. 教師在職教育納入生命教育、人權教育、性別平等教育等主題
5. 推動學生輔導體制
6. 推動大專校院社團推展服務學習
7. 強化中輟學生輔導與適性教育措施



(三) 預期成效

1. 形塑適性發展之教育型態，建立校園溫馨和諧最佳互動模式。
2. 厚植性別平等教育資源，建立開放的平等校園。
3. 統合學校及社區教育輔導資源，發展具有特色且永續之品德教育校園文化。
4. 永續經營友善校園，創造普世價值的學習環境

(四) 參考資源

1. 教育部性別平等資訊網 <http://www.gender.edu.tw/>
2. 教育部校園安全暨災害防救通報處理中心（校安中心） <http://csrc.edu.tw/>
3. 教育部教學、訓導、輔導三合一整合實驗方 <http://www.edu.tw/displ/tri-systemlist.htm>
4. 教育部輔導網路 <http://www.guide.edu.tw/5>

5. 生命教育全球資訊網 <http://life.ascc.net/>

6. 大手牽小手-親職教育網站 <http://residence.educities.edu.tw/suiheng/>

7. 全國特殊教育資訊網 <http://www.spc.ntnu.edu.tw/>

體育組

一、恭喜本校 905 林庭輝同學參加 103 崇右盃八縣市跆拳道國中黑帶組重量級 第 2 名

904 林昌興同學參加 103 崇右盃八縣市跆拳道國中黑帶組雛量級 第 1 名

708 廖睿騰同學參加 103 崇右盃八縣市跆拳道國中黑帶組羽乙量級 第 1 名

二、恭喜本校 708 廖睿騰同學參加台北市 103 學年度教育盃跆拳道錦標賽國中男子組 55kg 級第 6 名。

三、依據教育部推廣「SH150」活動，請利用課間時間，從事慢跑、快走、跳繩或打球，增加運動時間。

四、游泳能力檢測，分為 5 級，請同學在游泳課時完成能力分級檢測。

衛生組

一、104 年臺北市環保戲劇競賽，凡設籍、居住、服務單位或就讀學校為臺北市之民眾，對於臺北市環保戲劇競賽感興趣者。報名方式：請於 104 年 03 月 09 日（一）前至網站報名，網址：

<http://goo.gl/forms/6e8ZNhrvdP>（名額有限請盡速報名）。請於網站確實填寫電子郵件，報名截止後將於 104 年 3 月 10 日（二）以 e-mail 寄送說明會通知。說明會於 104 年 03 月 12 日（四）10:00~10:40 臺北市府 606 會議室（臺北市信義區市府路 1 號東北區 6 樓）

二、「第四屆地球行動家企劃徵件」活動，廣邀在校學生參加，活動辦法可上網站：

<http://www.earthday.org.tw/organize/about>。

三、午餐請同學「定量打菜」，飯：菜：肉 體積比 3：2：1，以維持均衡飲食。

四、下課時間，同學多做護眼運動，可做護眼操、走出教室望遠凝視、在校園快走或跑步，也同時健身。

五、遠離伊波拉 Ebola 2 要：要主動告知旅遊史及接觸史、要先撥打 1922 或 1999 諮詢，不要自行就醫。

六、預防狂犬病、禽流感請做好自身防護。

七、本校依教育局規定，下學期午餐補助以核定 104 年度低收入戶或中低收入戶、家庭突遭變故經認可為主，並以實際上課天數計算，如學期內中輟必須退還未到校天數之補助。

八、本校午餐廠商未使用不當油品並備有檢驗合格證明文件，請大家放心！

健康中心

<諾羅病毒 Q&A>

Q: 什麼是諾羅病毒 (Norovirus) ?

A: 諾羅病毒是一群病毒，以前稱為類諾瓦克病毒 Norwalk-like virus (NLVs)，可感染人類而引起腸胃道的發炎。

Q: 感染諾羅病毒的症狀有那些？

A: 諾羅病毒感染引起之症狀主要為噁心、嘔吐、腹瀉、腹絞痛，也可能合併發燒，倦怠、頭痛、及肌肉酸痛。一般而言，小朋友的嘔吐症狀較明顯。症狀多會持續 1 至 2 天，之後就會逐漸痊癒。

Q: 諾羅病毒之感染途徑為何？

A: 1. 食入被諾羅病毒污染的食物或飲水。

2. 接觸被諾羅病毒污染的物體表面病人之排泄物、嘔吐物等，再接觸自己的

嘴、鼻或眼睛黏膜傳染。

3. 諾羅病毒只須極少的病毒量便可傳播，因此若病患嘔吐時在場，嘔吐物可能形成飛沫，若吸入飛沫也可受感染。

Q: 諾羅病毒之潛伏期？

A: 一般為 24 至 48 小時，有些在 12 小時內即出現症狀。

Q: 諾羅病毒之好發年齡層為何？

A: 所有的年齡層皆有可能遭受感染。

Q: 諾羅病毒患者是否具有傳染力？

A: 諾羅病毒的傳染力非常強，可藉由糞便或嘔吐物人傳人。有些人感染恢復之後二星期內，其糞便內仍有病毒，仍然具有感染力。

Q: 是否有治療諾羅病毒之特效藥？

A: 使用抗生素對於病毒性腸胃炎感染並沒有幫助，治療最重要的原則是適度的補充水分與電解質，以防止脫水和電解質的流失。

Q: 感染諾羅病毒後是否終生免疫？

A: 諾羅病毒因基因變異大而產生多種型別病毒株，單一次的感染並無法對其他型別之諾羅病毒產生完全的保護力，未來仍有遭受感染的可能。

Q: 諾羅病毒感染的預防措施？

- A: 1. 飯前和便後應洗手，為嬰幼兒或老年人更換尿布或處理排泄物之後，以及準備餐點之前也應洗手。
2. 蔬果要清洗乾淨；避免生食生飲。
3. 注意居家環境衛生。
4. 新生兒餵哺母乳可提高嬰幼兒的免疫力。

(資料來源：衛生福利部疾病管制署網站)



書香閣

一、701 李宇謙、702 詹詠吏、練寶傑、703 吳宜庭、邱珮涵、曾靖捷、王柏翰、梁羽承、705 呂妍慧、卓芳儀、邱芷琳、張詠婷、郭品妤、謝凱琳、林軒德、廖志揚、706 林子安、黃冠綾、鄭筠燁、戴宇涵、張凱翔、707 王羿婷、許芯瑜、陳宏益、708 陳靜圓、陳璽丞、801 陳盈璇、陳紹愷、802 張云欣、何彥誠、803 簡綺樂、806 李泓陞、903 吳采庭、李浩廷加臺北市立圖書館 2015 年寒假閱讀活動，完成「發現紐西蘭閱讀新世界」閱讀學習單，榮獲閱讀證書。書香閣核發榮譽卡 10 格，並特此公開表揚鼓勵。