

# 忠孝週報

Zhongxiao Weekly

週報請貼公佈欄



中心德目：勤學

發行刊號：1060519

發行者：忠孝國中學務處

編輯&美編：訓育組長梁津津

管理員李秀貞



## 來自學務處的愛與堅持

### 訓育組

- 一、請9年級同學特別留意：畢業生市長獎及傑出市長獎審查申請提前至5/22(一)17:00收件截止，請留意繳交期限喔！
- 二、本校第45屆畢業典禮將於6/15(四)下午1:30舉行。
- 三、畢業特刊尺寸為「全開直式」，為使各班有更充餘的時間製作，繳交期限延至6/5(一)請各班副學藝股長準時繳件。
- 四、6/2(五)之社團發表會暨學生才藝展演預訂於第5節開始，歡迎同學踴躍報名。
- 五、轉知臺北偶戲館「和偶一起玩動畫-2017兒童偶動畫夏令營」活動資訊：  
(一)時間：106年8月8日至11日(10:00-17:00)  
(二)地點：臺北偶戲館四樓研習教室(臺北市市民大道五段99號4樓)  
★相關資訊請上本校網頁活動競賽區

### 生教組

搭乘臺鐵列車須知宣導：

- 一、旅客乘車時應持有效車票、定期票、電子票證乘車，無票不得進站乘車。在無人售票車站上車時，應主動向列車長補票。  
※、旅客應依車票所記載之資訊內容，或票證使用規定乘車。  
※、未依車票或票證使用規定搭乘列車須補票。  
※、使用電子票證、定期票、無座票搭乘太魯閣號、普悠瑪號、觀光列車、專車，或其它本局公告不發售無座票之列車，均須重新補票並得加收五成票價。
- 二、反毒大本營：外觀亮眼的跳跳糖，經警方檢驗呈現甲基安非他命陽性反應  
屏東縣東港警分局21日晚間在雙園大橋攔查一輛轎車，員警眼尖發現車內有跳跳糖、咖啡包與梅子粉，因包裝亮眼，經驗豐富的員警直覺有異，但車上4名青少年一問三不知。員警隨後在車上搜出1把開山刀、1把瓦斯空氣槍，以及吸食K他命的用具，將他們全數帶回驗尿。黃姓、莊姓少年與蘇姓少女的尿液都有毒品反應，莊姓少年還被高雄少年法院通緝，訊後全數依違反《毒品危害防制條例》移送偵辦。員警檢驗後發現，咖啡包為愷他命陽性反應，跳跳糖與梅子粉均呈現甲基安非他命陽性反應。
- 三、9年級欲找葉爸改過銷過的同學，請於5/23前至生教組登記要改過銷過的日期。改過銷過的時數累計，最遲於6/5前完成，並跑完所有程序，6/5以後即不再受理改過銷過。
- 四、7、8年級若有需要改過銷過，請利用寒暑假的期間進行，勿拖延，若因拖延而無法改過銷過，後果自負。



## 【熄菸天使夏令營】—用街舞、微電影拒絕二手菸

1. 時間：106 年 7 月 29 日(星期六)上午 9:00-下午 5:00 及 106 年 8 月 5 日(星期六)上午 8:30-12:00

★**全程(共 1 天半)參與者將給予研習結業證書及公共服務時數證明**

2. 地點：：好 YOUNG 少年創意基地(臺北市大同區延平北路 2 段 242 號)

3. 費用：免費(課程提供餐盒)★因響應環保，請參加學員自備環保杯

4. 報名日期：即日起至 106 年 7 月 14 日(星期五)名額有限，額滿為止

5. 報名方式：請將報名表 e-mail 至 [chiao323@health.gov.tw](mailto:chiao323@health.gov.tw) 或傳真:2593-0712

6. 洽詢專線：：02-25853227 分機 6662 洽臺北市大同區健康服務中心楊護士



## 【小黑蚊不要來!!】



### 小黑蚊資訊

本名:臺灣本土的吸血性昆蟲「臺灣缺蠓」 俗稱:小黑蚊、黑微仔、蚊微仔、小金剛等。

### 幼蟲棲地

潮濕、有光照，且孳生需光合作用的藍綠藻、綠藻等藻類的土壤地表，如：竹林、花圃、花台、綠地、菜園、邊溝、邊坡、樹下等。

### 成蟲棲地

成蟲交配後，雌蟲會在人群活動頻繁的光影交界處，等待吸食人血，如：樹蔭下、走廊、涼亭、庭院、遊樂場及廟口等。



### 出沒時間

溫濕度是關鍵

小黑蚊全年發生，適合的溫度為 18°C~32°C，太冷、太熱或風太大，都會降低小黑蚊的活動。一年中，又以春雨過後，到秋季末最為嚴重，冬天相對較少發生。

### 高峰時段

小黑蚊在白天時段均有可能吸血，尤其以上午十一點到下午三點是小黑蚊吸血的高峰期，應儘量避免外出。

### 防治方式



外出穿鞋襪長袖褲

小黑蚊除了體型小，約 1-2 mm，吸血的口器更是短，僅 0.2 mm，因此一般衣褲布料的厚度，即可阻擋小黑蚊口器穿透吸血。

小黑蚊習性低飛，飛行高度約 1 公尺，因此成人被叮咬的部位多位於小腿、手肘、手臂等；而孩童的皮膚裸露處，則皆需加以注意。

戶外活動時保持移動

人在行進間不會被小黑蚊叮咬，因此前往小黑蚊高密度地區時，讓身體持續處於移動的狀態(如：走路)，避免停下休息、佇足聊天，可降低被小黑蚊叮咬的機會。

## 體育組

一、本校 105 學年度八年級水上運動會競賽於 106/5/25 (四) 上午 9:25 至 12:05 分，在玉泉游泳池舉行。

二、游泳池安全注意事項：



- (一)池邊不可奔跑或追逐，以免滑倒受傷。
- (二)池邊不可任意推人下水，以免撞到他人或撞到池邊受傷。
- (三)池邊嚴禁跳水，常因水淺，造成頸椎受傷而終生癱瘓。
- (四)戲水時，不可將他人壓入水中不放，以免因嗆水而窒息。
- (五)潛水時，應依自身能力為限，以免發生意外。
- (六)游泳前進時，應張開眼睛，跟前者應保持安全距離，以免被踢到而受傷。
- (七)玩滑水道時，應保持安全距離、遵守相關規定，以免撞到前者頭部，以策安全

三、世大運宣導：

- (一)主辦城市：臺北市
- (二)比賽時間：2017.8.19—8.30
- (三)忠孝國中配對國家：澳門、塞浦路斯、沙烏地阿拉伯
- (四)世大運吉祥物：臺灣黑熊
- (五)世大運標題：for you for youth，一場最精采的世大運，獻給你，獻給年輕世代。
- (六)國際型綜合性運動賽會，我國於 1987 年正式成為會員國。
- (七)每兩年之奇數年舉辦，分為冬季、夏季世大運。
- (八)有「小奧運」之稱，參賽國家、選手數僅次於奧運。



## 來自教務處的諄諄教誨

### 註冊組



一、7.8 年級第二次定期評量成績開放於 106.5.20 開放查詢。

二、9 年級升學資訊：

5/22 校內報名 106 年臺北市優先免試入學第 1 類

(一)5/22(一)中午 12:40 親自到註冊組拿報名表回去簽名(學生自己和家長皆需要)、

繳交\$100 元報名費並領取報名表。

(二)5/23(二)早上 10:25 之前繳回註冊組完成校內報名。

(三)招生學校

協和祐德高中、大誠高中、景文高中\*、滬江高中、金甌女中、強恕高中\*、中興高中、立人高中、十信高中、泰北高中、南華高中、志仁高中、育達高職、東方工商、喬治工商、稻江護家、惇敘工商、稻江商職、開南商工、稻江商職(進修學校)、開平餐飲(進修學校)、開南商工(進修學校)(\*表示有辦理直升入學)





### 網路使用不迷「網」

摘自少輔簡訊第 201 期 文/社工員林俐彤、實習生張立平

#### ● 網路沉迷/成癮的後果:


1. 持續使用網路影響原有生活作息，降低就學意願及課業成績。
2. 睡眠不足以致情緒起伏大，影響和家人及朋友的相處關係。
3. 人際相處變得退縮，習慣透過網路交朋友，不懂如何與人面對面相處。
4. 長時間使用網路，造成近視加深、肩膀痠痛、手腕發炎等生理症狀。
5. 出現通訊軟體症候群(過度在意他人是否回覆訊息)，因而出現失眠、緊張等症狀。
6. 網路上錯誤的訊息影響認知，導致網路犯罪的發生。

#### ● 網路沉迷/成癮解決之道:

1. **避免過度依賴網路**: 遇到困難及問題時，除了網路之外可以尋求老師、家人或朋友等資源尋求協助，在網路上得知的訊息也要加以求證，避免被誤導而產生錯誤觀念。
2. **學習正確使用網路資源**: 學習使用網路之正確觀念，辨識其行為是否符合倫理規範，並學習自我保護，避免錯誤的使用觀念導致不當或觸法行為。
3. **開拓多元生活領域**: 培養其他興趣，避免依賴網路，轉移其注意力，增加與親朋好友互動機會，拓展真實社會人際互動關係。
4. **學習個人時間控制**: 學習有效規劃時間運用及管理，發展多樣性休閒娛樂，避免花過多時間在網路使用上。(資料來源:資訊素養與倫理 國中 3 版)

## 資料組

### 一、認識高職 15 群科--14 水產群

認識高職 15 群科--14 水產群	<p>水產群包括水產養殖科、漁業科。學生畢業後可從事水產養殖業、水產飼料業、水產藥品業、水產食品加工業、水族量販業等行業，也可以從事海洋漁業，例如：漁船航行人員、漁船船員、自營漁船，以及休閒漁業，例如：自營潛水、釣具行、生態旅遊導覽人員。有志於擔任公職者可參加普考、高考及公務人員特考等公職考試，或參加考試進入國營事業工作等。</p>
	

二、臺北市麗山高中將於 106 年 6 月 10 日(星期六)9 時至 12 時舉辦「麗山高中 Open Day 開放參觀日」，歡迎同學、家長踴躍參加。

三、私立景文高中「優人表演藝術班」辦理單獨招生及免費課程體驗營，相關資訊如下：

(一)招生：報名時間即日起至 106 年 6 月 12 日(星期一)；考試時間為 106 年 6 月 16 日(五)下午 2 時。

(二)免費課程體驗營：報名時間即日起至 106 年 6 月 2 日(星期五)；活動時間 106 年 6 月 4 日(星期日)上午 10 時至 12 時 30 分。

四、耕莘健康管理專科學校化妝品應用與管理科辦理「106 年耕莘盃校際創意技藝競賽」-- 臉部紙圖創意彩繪及指甲組(真人法式指甲、創意指甲彩繪)。