

# 忠孝週報 Zhongxiao Weekly



發行刊號：1000504

發行者：忠孝國中訓導處

編輯&美編：訓育組長林珍毓

幹事賴美珍

中心德目：勤學

## 週報請貼聯絡簿



訓導處

## 榮譽榜

第 12 週整潔 第一名 701 班 802 班 901 班 第 12 週秩序第一名 701 班 807 班 901 班  
第二名 707 班 807 班 906 班 第二名 708 班 802 班 902 班  
第三名 703 班 808 班 908 班 第三名 707 班 806 班 908 班

## 訓育組

一、賀! 恭喜 99 學年度第 2 學期母親節壁報製作比賽優勝班級!

八年級第一名—805、第二名—808、第三名—802。

七年級第一名—702、第二名—703、第三名—705。

二、多元社團—

(一) 上課用具：近日發現社團上課同學會將用具遺留在社團教室，請同學記得上完社團課檢查隨身工具是否帶走。

(二) 多元 SNG：本週「傳藝社」製作「母親節卡片」，相當用心精美!

三、5/19(四)舉行 6 月份班聯會，請各班班代蒐集各班意見準時與會!



## 生教組

一、5 月 31 日(二)生教組將舉辦 8 年級「全民國防探索教育」活動，內容包含攀岩及漆彈活動(天候不佳視情況改變課程)，請有興趣的同學親至生教組洽詢，名額有限，額滿為止。

二、雖已開放穿短袖上衣，但天候依舊不穩定，如有個人需求請穿著學校長袖衣物及外套，嚴禁穿著便服，並請隨時注意天氣預報，掌握天氣概況。

三、請同學珍惜自身財物，貴重物品請勿攜帶至校，如有特殊情況請將貴重物品寄放師長，若有遺失物品亦請至訓導處詢問。

四、聽到鐘聲即應快步進入教室，上外堂課的班級需將門窗鎖好，負責同學盡速將班級帶往指定地點，行進間切勿交談嬉戲，影響他班上課權益，以上均將列為秩序比賽成績依據。

五、重申學校規定：高年級同學不得前往低年級教室串班，以避免不必要之爭端；同學有喝水、上廁所等需求請利用下課時間辦理，避免上課時間離開教室或隨意走

動，影響學習，另外，重申上課不得趴睡，請同學留意作息保持最佳學習狀態。

#### 六、法治教育時間：

網路 釣魚	<p><b>網路釣魚：</b> 網路釣魚又稱網路詐騙個資，這是新興的犯罪手法，犯罪者詐取個人資料後可能用來作犯罪用途，也可能利用來消費增加您莫名的債務，以下是幾種目前較常被運用的網路釣魚技術，網友可提高警覺注意類似狀況，貌似知名銀行或知名機構正式的通知信以及連結由於所屬銀行或機構才有您的個資，信件也很逼真，所以您也常常不疑有他，直接上網輸入個資包含銀行帳號與密碼（信中要您修改資料），於是您最重要的金融資料就這樣送給了犯罪集團，後面的金錢損失就不可避免了，遇到這種情況，請依以下流程小心檢驗，避免被吊到寶貴的資料。</p> <p><b>避免遭「網路釣魚」原則：</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 請勿直接點選連結，而是輸入正確的網址，確認是否有該資訊。例如連結顯示為 ○○銀行 請點選 此時應小心。</li><li>2. 若信中有網址也很類似，則須小心網址內容是否有些許差異，例如網址內容幾乎都一樣，但網址連結仍有部分差異，需要真假對照。</li><li>3. 與該銀行或機構專人確認，但要小心不要只撥信中所留的電話號碼，找過去的帳單或信件才能確保電話號碼的真實性。</li></ol>
----------	--

### **體育組**

一、狂賀！本校空手道代表隊參加 100 年臺北市青年盃表現優異！

905 班鄭怡凡女子個人對打第三級第 1 名、個人形第 1 名

804 班吳瑋勳男子對打第三量級第 1 名      807 班鄭怡柔女子對打第二量級第 1 名

703 班鄭雲澤男子個人形第 6 名

感謝張德勝、張舜銘、許玉珠教練 指導

二、請同學共同維護學校體育設施，請勿懸吊在籃框上（包含籃網），以免發生危險，籃球柱的防撞墊請勿破壞。

三、安全防溺水急救常識—游泳安全守則

（一）從事水上活動前，應先瞭解自己的身心體能狀況是否適合。

（二）選擇有救生員的場所。在開放及有救生人員看守的水域戲水游泳，一旦發生溺水時，才能立即有被救援的機會。此外，應遵守各項警告或禁止標誌。

（三）選擇適宜的氣候及水溫。      （四）遵守游泳場所的管理規定。

（五）學習基本的水上安全常識及能力。      （六）下水前應作熱身運動。

（七）養成結伴游泳的習慣，避免單獨下水。

### **衛生組**



健康小百科 >> 水痘疾病簡介 >>

水痘是由水痘病毒感染所引起的傳染病，為人類疱疹病毒一種，對溫度相當敏感，經由人與人之間皮膚直接接觸或經空氣、飛沫傳染所引起，具有高度傳染力，約在出紅疹前 5 天（通常為前 1-2 天）至第一批水疱出現後 5 天為傳染期，其傳染性很強。

水痘為一種猝然發作的全身性疾病，其臨床症狀包括：發燒(37.5~39°C)、顫抖、腹痛、肌肉或關節酸痛約2~5天。最初幾小時皮膚上出現斑丘疹，然後多由臉、頭皮往軀幹及四肢延伸，全身性的皮疹逐漸快速顯現，隨後變成水疱，最後留下粒狀痂皮。此皮疹之特徵為「紅玫瑰花瓣上的露珠」，為表淺性(癢)、通常不留疤；體表有遮蓋處較暴露處病灶多，可能出現於頭皮、腋下、口腔、上呼吸道黏膜和眼結膜。皮膚病灶連續分批出現，故可同時看到各階段的皮疹變化，有時病狀相當嚴重，尤其是成人。

水痘全世界都有發生，感染者多半是兒童，且絕大部份沒有併發症，具高度傳染性，同一家庭內的傳染率大於85%。好發於冬季及早春，以3~9歲為尖峰，占60%，15歲以前即有90%以上的人感染過水痘。而併發症的危險群為小於5歲、大於20歲者及免疫不全者。

預防水痘的方法有施打水痘疫苗、均衡飲食及規律運動，以增強個人抵抗力。發生水痘個案時，建議學校處置方式有：1. 注意環境衛生，保持教室清潔與通風、2. 避免教室內學童過於擁擠，維持寬敞空間、3. 共用之玩具或遊樂設施經常保持清潔、4. 提供充足且適當之洗手環境，包括：潔淨之廁所與洗手設備，以及提供肥皂、洗手乳等洗潔劑、5. 學童如出現疑似水痘症狀，應儘速就醫，並建議在家休養，特別是皮疹出現後建議至少請假5天，或是直到所有病灶均結痂為止，以預防水痘疫情的散播。

## 健康中心

### ※水痘流行、慎防群聚感染

水痘具高度傳染力，尤其冬末春初為好發期。水痘主要經由皮膚直接接觸或飛沫傳染，也可經由被水疱液和黏膜分泌物污染的器物間接傳染，具高度傳染性，同一家庭內的傳染率大於85%，前驅症狀包括微燒、肌肉或關節酸痛等，隨後全身性的皮疹逐漸顯現，變成水疱，最後形成粒狀痂皮。發疹早期，即具高度傳染性，若發現孩童有水痘症狀，應配戴口罩盡速就醫；經診斷為感染水痘者，至少應停止上學7至10天，與其他健康者適當隔離，直到水疱結痂為止，痂皮則不具傳染性。若有相關疑問，可撥打臺北市民當家熱線1999或臺北市政府衛生局疾病管制處防疫專線：23753782洽詢。

## 教務處

### 教學組

- 一、05/09 (一)、05/10 (二) 9年級複習考，第2日第9節、晚自習暫停。
- 二、05/11 (三)、05/12 (四) 7、8年級第2次定評，當日第8節暫停。
- 三、05/19 (四) 9年級第8節課輔、晚自習結束。
- 四、05/20 (五) 9年級看考場。五、05/21 (六)、05/22 (日) 北北基聯測。

### 註冊組

- 一、『數位學生證掛失系統』網址：<http://ecardlost.tp.edu.tw>，即日起可上線使用。同學可透過該系統進行線上掛失，掛失成功者，資料即傳送至悠遊卡公司進行卡

片鎖卡作業，減少卡片內儲值遺失之風險。但同學仍需向註冊組申請補發卡片。  
二、北北基100年高中職聯合入學測驗於5/30(一)上午8時起提供網路分數查詢，  
網路查詢網站為

(一)北北基聯測試務委員會網路分數查詢網址 <http://100tnktest.tp.edu.tw>

(二)臺師大心測中心網路分數查詢網址 <http://tnk.ntnu.edu.tw>

三、北北基聯合入學測驗成績語音線上查詢及簡訊預約查詢(行動電話536語音及簡查分方式)

(一)預約簡訊：5/14(六)~5/30(一)上午8時前簡訊成績遞送時間：100/5/30(一)上午8時

(二)電話語音查分：自100/5/30(一)上午8時起至100/6/5(日)止，電話語音查分操作方式：

1. 中華電信手機直撥536，按語音流程操作
2. 市話直撥203-03536，按語音流程操作
3. 非中華電信手機直撥0911536536，按語音流程操作
4. 簡訊(限中華門號)：輸入 \*018 准考證號碼(9碼) 身分證後4碼(共17碼數字)後，傳送至536

## 書香閣

一、公布4月份閱冠王為905柳乃云、901洪偉慈、707謝佳蓉、706陳顛方、701林衍辰、702廖宇平、705李昕芸、705張女韋涵、706吳佳芳、902吳佳蔚。圖書借閱排行榜前十名為《下一站，幸福》、《墮落天使》、《不馴》、《非正規反抗》、《法柏哈溫》、《少年陰陽師》、《飢餓遊戲》、《贏家》、《找死專賣店》、《複製邪惡》。閱冠王同學請持榮譽卡至書香閣櫃檯核章。

二、好讀周報有獎徵答信箱/歡迎同學踴躍參與!

(一) 上周答案：車諾比事件 (二) 答對名單：得獎者請持榮譽卡至櫃檯蓋章

703黃渝晴、鄭雲澤、黃雅玟、林艾妮、705李昱蓁、曾子俞、陳奕綺、周玠慈、李昕芸、707邱柏翰、劉呈彥、804黃于庭、馬允文、洪藝恩、林鈺庭、林昀萱、王昱晴、吳冠儀、王維琪、沈怡廷、806李科潤、807張禎庭、吳依倫、范瑜真、呂昂儒、黃沛忻、902吳佳蔚、魏燕、林財德、盧健嘉

三、本週題目：【5/6(五)下午5:00截止】

圖文中提到「抽血使用的器具都經過消毒，而且只用一次…」為什麼文章中要提供這項資料？(單選題)

A 提供化驗和檢測的詳情。

B 強調捐血是必要的。

C 解釋捐贈血液的用途。

D 再次保證捐血是安全的。



**捐血公告**

捐血是必要的。  
沒有任何產品可以完全替換人類的血液。因此，捐血對拯救生命而言是必要且無可取代的。  
在法國，每年約有500,000名病人受惠於輸血。

抽血使用的器具都經過消毒，而且只用一次(書注射器、試管、血袋)。  
捐血並沒有風險。

捐血是大家最熟悉的一種捐贈，過程需45分鐘至1小時。  
醫護人員會抽取一袋450毫升的血液，以及化驗和檢測用的少量血液樣本。  
——男性每年可捐血5次，女性3次。  
——捐贈者年齡需在18至55歲之間。  
——間隔8週才能再次捐血。