

忠孝週報 Zhongxiao Weekly



發行刊號：1030926

發行者：忠孝國中學務處

編輯&美編：訓育組長楊治賢

管理員吳美琴

週報請貼公佈欄



訓育組

中心德目：誠實

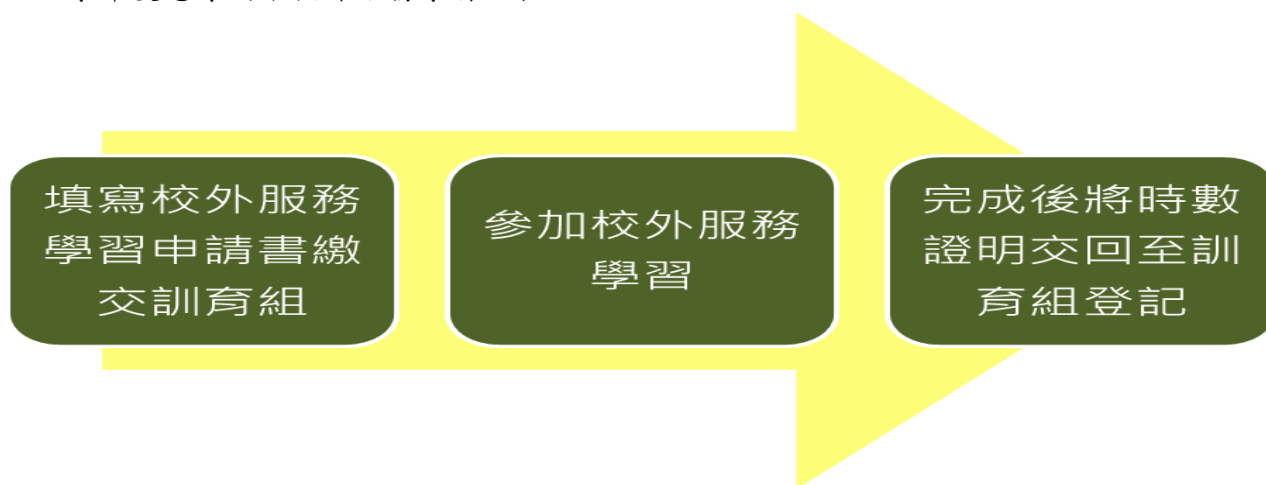
一、臺北市忠孝國中 103 學年度第 1 學期校內服務學習各班時程表

週次	日期 (星期一)	班級	日期 (星期五)	班級	日期	班級
5	9/29	701	10/3	801	即日起至 1/16	901 至 908
6	10/6	702	10/10	國慶日放假		
7	10/13	703	10/17	802		
8	10/20	704	10/24	803		
9	10/27	705	10/31	804		
10	11/3	706	11/7	校慶預演		
11	11/10	校慶補假	11/14	805		
12	11/17	707	11/21	806		
13	11/24	708	11/28	隔宿露營		
14	12/1	自由報名	12/5	807		
15	12/8	自由報名	12/12	808		
16	12/15	自由報名	12/19	自由報名		
17	12/22	自由報名	12/26	自由報名		
18	12/29	自由報名	1/2	自由報名		
19	1/5	自由報名	1/9	自由報名		
20	1/12	自由報名	1/16	自由報名		

1. 本表格為本學期七、八、九年級校內服務學習時程表。
2. 七年級統一於星期一進行校內服務學習，八年級統一於星期五進行校內服務學習，時間為當日 16：00~17：00，九年級每星期一至星期四，第三節下課以前至學務處登記報名(每日每班各 1 名為限，可連續登記兩天) 時間為當日 12：35~13：05。
3. 每班每學期以一次為原則，服務時數不滿規定者，請同學利用表內「自由報名」時段，一週前至訓育組長報名。

4. 每次每處室以 5 名同學為原則(共 20 名，若該處室所需名額超過 5 名，可依實際需求，增額安排服務學習)，其餘同學由各班導師安排服務學習內容。
5. 於各處室進行服務的同學，請於服務學習當日統一到學務處報到，由學務處分配至各處室。服務學習結束後，由學務處訓育組進行服務學習線上登錄。由導師安排服務學習內容的同學，請洽導師蓋認證章，由導師進行服務學習線上登錄。

二、103 學年度忠孝國中校外服務學習流程



1. 校外服務學習申請書可以上忠孝國中網頁→行政公告下載
 2. 每學期服務學習時數若滿 6 小時，則採計 4 分，未滿 6 小時，則為 0 分，將於五學期中取三學期採計，上限為 12 分。
- ### 三、9/9 教室佈置開始(9/9~10/3) 各班宣導主題區依主題分配表佈置。
- ### 四、「忠孝之美」攝影競賽活動時間：即日起至 10/17(五)，歡迎全校師生踴躍參加，相關詳細辦法請參見開學時所發放活動計畫。
- ### 五、紀 T 徵選活動時間：即日起至 9/29(一)17:00 止，歡迎全校師生踴躍參加，相關詳細辦法請參見開學時所發放活動計畫。
- ### 六、配合第 44 屆校慶，本期校刊邀請全校師生共同創作。以校慶、校園生活相關主題為主，題材為漫畫、散文、詩歌等均可(散文 1000 字以內、詩歌字數不拘)，作品標明班級、座號、姓名，送至學務處訓育組，**並繳交電子檔一份**。學務處編輯保有稿件之選用、增刪、修改之權。截止日期為 10/17(五) 17:00 止(含電子檔)。
- ◎備註：投稿之電子檔，請將檔案寄至：marcoyang7@hotmail.com. 或將檔案交至學務處訓育組。使用 e-mail 繳交完成會有信件回覆，若無回覆則代表繳交未完成。
- ### 七、本學期優良學生競選演說將於 10/6(一)舉行，本次優良學生演說主題 1. 食品安全 2. 健康體位(2 選 1)，演說時服裝造型上稍事變化，但應以整齊、美觀、不暴露、不奢華、不低俗為原則，演說結束後應立即換回校服。
- ### 八、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。
- ### 九、臺北市 103 學年度學生五項藝術比賽相關作業期程公告(非常重要)
- 美術比賽**：線上報名請於 9/26 放學前至訓育組完成報名。繳件時間：103/10/16 請於 10/14 將作品繳交訓育組(規格需符合比賽規定)。
- ### 十、請各位同學注意應有的禮節，遇到師長請記得向師長問好！

生教組

- 一、近日天氣較不穩定，七年級同學可穿著自己的外套到校，俟十月中發放學校外套後，再穿著學校外套；八、九年級同學到校嚴禁穿著學校制服、運動服、李 T……等其他穿著到校。
- 二、本校服儀規定禁止配戴飾物到校，近日生教組發現許多同學流行配戴橡皮筋手環，請同學避免配戴飾物到校，如被發現者，將由生教組代為保管，並請家長領回。

衛生組

- 一、本校中午桶餐食材相關訊息，請上網(<http://FoodTracerTaipei.health.gov.tw>)，內容也提供安全食材之認知及食材產地、時令蔬果等。
- 二、本校依教育局規定，本學期午餐補助以核定 103 年度低收入戶或中低收入戶為主，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。
- 三、如有可回收的學校制服或運動服(乾淨及無破損)，請洽衛生組。
- 四、各班走廊外排水孔請定期清理，以防阻塞。
- 五、教室內請維持乾淨，落實垃圾不掉地。
- 六、各班每週午餐滿意度調查表，請在每週五交回該週調查表。
- 七、愛惜掃具，做好資源回收。
- 八、各班請加強護眼運動，下課多走動，增進身體健康。
- 九、各班飲料瓶罐、餐盒，請在自己教室資源回收勿丟入廁所，午餐餐盒請帶回家勿在洗手槽清洗，如發現同學違規依校規處分。

體育組

- 一、籃球隊、羽球隊、空手道、跆拳道為本校運動發展重點項目，七年級有興趣主動請找體育組詢問。
- 二、安全防溺急救常識—游泳安全守則
 - (1)從事水上活動前，應先瞭解自己的身心體能狀況是否適合。
 - (2)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。
 - (3)選擇適宜的氣候及水溫。
 - (4)遵守游泳場所的管理規定。
 - (5)學習基本的水上安全常識及能力。
 - (6)養成結伴游泳的習慣，避免單獨下水。
 - (7)下水前應作熱身運動。

健康中心

- ◎本學期學生身高體重測量暨視力篩檢工作已完成。依據教育部規定，裸眼篩檢結果小於 0.9 的學生，需請家長陪同就醫，並請醫師將檢查結果及矯治方式登錄在「醫院(診所)醫生檢查回條」上，家長簽名後，交回健康中心。回條繳交期限為 103 年 10 月 13 日(星期一)。對於身高體重測量暨視力篩檢結果有疑問的學生，請利用下課時間到健康中心重新測量。

教務處

設備組

- 一、參加校內科展的同學們請注意，請於 9 月 29 日(一)前將正式報名表(必須訂好作品名稱及指導老

師)繳交至設備組完成報名。

- 二. 「2014 臺北市第一屆點子科學競賽」開跑了，七、八年級學生皆可組隊參賽(資優班學生除外) 每隊至多 6 名(不得低於 4 人)，競賽主題以「**運用槓桿及能量之間的轉換**」為主軸；，歡迎有獨立思辯、溝通協調、解決問題與團隊合作的同學們報名於 9/29(一)放學前至設備組報名，表現優異者可獲獎金及獎牌，名額有限，欲報從速喔！



輔導室

輔導組

◎聯合報系願景工程舉辦「我的幸福關懷故事」比賽。請寫下發生在生活周遭的幸福關懷小故事，文長 800~1200 字，附上相關照片 2 張。請上活動官網線上報名投稿，若得獎可依本校獎懲規定敘獎。
活動網址：<http://happy.edn.udn.com/story>。

特教組

<罕見疾病宣導-讀一則生命教育>

Prader-Willi syndrome 普瑞德威利症候群，俗稱小胖威利症。

「小胖威利」是一種罕見的先天性染色體疾病，症狀高括智能、肢體、情緒、語言等多重障礙。小胖的饑餓蛋白較常人高出 2 至 3 倍，讓患者常處於饑餓狀態，無法控制想吃的慾望，造成身體過度肥胖。他們的壽命與一般人相當，但因肥胖導致的心臟疾病、糖尿病等會影響其健康及壽命，因此飲食的控制及衛教是相當重要的。飲食控制需從幼童時期即開始，不能等到攝食過度的症狀出現時才介入處理，因為一旦攝食過度的行為出現，個案會為了想要獲得食物，而伴隨更多的情緒及行為問題。而 2013 年 11 月 15 日可寫成「15/11/13」，小胖威利的染色體變異剛好是寫成 15q11-q13，所以將這天訂為「小胖威利國際宣導日」。

在紀錄片《一首搖滾上月球》中，其中鼓手勇爸的兒子阿勇患有小胖威利症，阿勇曾經在過年時失蹤一天一夜，疑似餓壞了走進便利商店想買飯糰但是身上沒錢，被店長發現後乖乖將飯糰交還，並且在門口向人討錢。超商店長請鐵路警察來關心，也解釋他只是要警察關心，並沒有要報案，但是很無奈的是，阿勇還是因為竊盜罪被緩起訴，從此留下了竊盜的前科。

獨力撫養患有小胖威利症的「勇爸」蔡咏達說，小胖威利症是罕見疾病中的罕見，像是阿勇從外表看不出患病，一旦發病，會無法控制自己，拿走別人的食物或拿別人的錢去買食物，民眾可能會因為不了解而責備他們，如果大家可以更了解小胖威利症，可以讓小胖住得安心、活得健康。

關於小胖威利症

<活動宣導>

特教宣導活動-特教主題海報宣導暨有獎徵答比賽開跑!!!

特教組將於 10 月 1 日~10 月 15 日、11 月 1 日~11 月 15 日、12 月 1 日~12 月 15 日，分別辦理有獎徵答活動，只要詳閱每期忠孝週報特教組宣導資料，並且在上述指定期間到輔導室特教組領取「有獎徵答卷」，答題完全正確的同學便可獲得「榮譽卡 2 格」獎勵，另外還可以參加期末好禮抽獎活動喔!!!! 歡迎踴躍參加~