



週報請貼公佈欄

中心德目：孝順



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
7	10/13	703	10/17	802	即日起至 1/16	901 至 908
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. 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。
2. 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。
3. 於各處室進行服務的同學，請於服務學習當日统一到學務處報到，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、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。

三、校慶壁報：校慶壁報將於 10/8(三)開始製作，10/27(一)截止，**7、8 年級皆必須繳交一份**，**9 年級自由參加**，為避免製作時間不足，同學可自即日起便開始製作，相關詳細辦法請參見開學時所發放活動計畫或至訓育組詢問。

四、臺北市 103 學年度學生五項藝術比賽相關作業時程公告：**美術比賽**：學校繳件時間：103/10/16 請於 10/14 將作品繳交訓育組(規格需符合比賽規定)。

五、轉知「花博公園美術園區原住民風味館」規劃辦理原住民文化教育推廣方案

1. 依據市府原住民族事務委員會 103 年 9 月 26 日北市原經建字第 10330867000 號函辦理。
2. 旨揭教育推廣方案係為推廣及發揚原住民族文化，適合各級學校校外教學活動，內容包含原住民文化說故事、歌舞嘉年華帶動跳、原民 DIY 體驗等。
3. 為利規劃及安排導覽服務，各校可於參觀日一週前預約該行程，相關活動詳情可上原民風味館官網 <http://taiwanpaf.org/web/> 查詢或向原民風味館蕭先生(02)2599-2655 洽詢。

六、轉知嘉義縣第 16 屆梅嶺獎全國學生美術比賽活動，報名方式如下：

1. 本項比賽採取網路報名方式，建置「第 16 屆梅嶺獎全國學生美術比賽網路報名專頁」，網址：<http://pac.cyhg.gov.tw/meiling/index.asp>，附掛於嘉義縣政府、嘉義縣表演藝術中心、嘉義縣梅嶺美術館、嘉義縣大同國民小學網站首頁最新訊息，以超連結方式進入。
2. 網路報名時間自即日（初訂 103 年 9 月 1 日）起至 103 年 10 月 24 日 24 時止，逾期不受理。
3. 未完成網路報名或完成網路報名而未寄（遞）交作品者，均不具參賽資格。

生教組

一、本週適逢國慶連假，請本校同學返鄉或出外遊玩時，愛惜生命勿跨越軌道與闖越平交道，以免影響自己生命財產與旅客乘車權益。

二、本校倡導「紫錐花運動」，請同學謹記「拒毒八招」，1. 堅持拒絕法 2. 告知理由法 3. 自我解嘲法 4. 遠離現場法 5. 友誼勸服法 6. 轉移話題法 7. 反說服法 8. 反激將法，拒絕毒品誘惑，方有健康人生。

1 堅持拒絕法

- 我不做違法的事情。
- 不行，我真的不想吸。



2 告知理由法

- 吸毒是違法犯罪的事，你不要害我。
- 我爸媽管很嚴，被他們知道我我就慘了。



3 自我解嘲法

- 沒辦法，我就是害怕啊，不要嘗試算了！
- 不行，我真的很膽小，我不敢試啦！



4 遠離現場法

- 時間太晚了，我必須回家，我先走了。
- 我覺得身體不舒服，我先回家休息了！



5 友誼勸服法

- 我們是好朋友，我不希望你變成吸毒犯！
- 不要吸啦！這對身體不好，好朋友一場，你最好都不要嘗試吧！



6 轉移話題法

- 你看，這個點心很好吃喔！你也試試看！
- 今天新聞報導小貓熊的影片，超萌的，你看過了嗎？



7 反說服法

- 這毒品是會上癮的，而且很難戒除，你看昨天新聞報導那個吸毒者下場多慘...，所以你不要吸啦！



8 反激將法

- 如果你們說我沒膽量，我就吃，那我就真的太沒主見了！



三、近來天氣日漸轉涼，本校將於 10/13 進行彈性換季；穿著為上半身短袖，下半身著長褲，如遇體育課，可攜帶體育短褲於課程進行時穿著，下課即換回；女同學仍保持馬尾髮式。

衛生組

- 一、嚴禁打掃時間、午休時間進入廁所梳理頭髮、整理服裝儀容或聊天逗留，以方便 7 年級打掃及午休安全維護。
- 二、每週午餐滿意度調查表，請各班在每週五交回該週調查表。
- 三、各班資源回收務必整理乾淨後(每週一、三、五下午打掃時間)，才送往資源回收室，資源回收列入每週整潔評分項目。

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、教育部體育署宣布啟動 SH150 方案-推動學生每週在校運動 150 分鐘
 1. sh150 方案目標：「學生至少學會一項運動技能」、「提升體適能：民國 110 年學生體適能中等比例者可達 60%」以及「學生規律運動習慣比例提升至 90%」。
 2. 鼓勵學生於晨間、課間或課後時間運動，成立各類課後運動社團，利用彈性課程及綜合活動時間實施體育活動。
- 三、因校園場地施工，能活動的空間受限，鼓勵學生多從事如跳繩、飛盤、扯鈴等民俗活動。

教務處

書香閣

- 一、103 學年度新生數位學生證結合北市圖借閱證共計 200 件已辦理完畢，同學可於放假期間多多利用住家附近的北市圖資源，以提升自己的閱讀力。
- 二、9 月月冠王為 708 周珮安、907 徐嵩延、902 賴泊鋆、808 林欣、806 連偉晴、707 許容彬、905 連品碩、905 李婷芳、808 蔡昶伶、803 黃冠華。得獎同學請持榮譽卡至書香閣核章 5 格。9 月份圖書借閱排行榜前十名為《因與聿》、《飢餓遊戲 3：自由幻夢》、《魔電聯盟》、《后宮甄嬛傳》、《地圖女孩. 鯨魚男孩十年後》、《如意菩提》、《成績單》、《我是馬拉松》、《我們都是這樣彎大的》、《夜影微光》。
- 三、10/2 公開抽出 6 月份 10 位幸運同學，中獎名單為 801 陳盈璇、802 林加縈、謝唯亭、804 邱右軒、黃紀為、805 程琬軒、806 黃柏霖、808 蔡昶伶、施又瑋、902 張于潔。另外抽出 9 月份 5 位同學，中獎人為 701 張譯勻、804 黃宇宏、黃紀為、808 黃姿禎、907 徐嵩延，請同學儘快至書香閣挑選實用小禮物。

輔導室

特教組

<罕見疾病宣導—罕見疾病大觀園>

一、什麼是罕見疾病？

罕見疾病指的就是盛行率低，少見的疾病。根據國內「罕見疾病防治及藥物法」對於罕見疾病的定義，以盛行率在萬分之一以下、遺傳性、診治的困難性三項指標為參考原則。其中大部分為遺

傳性疾病，只有部分為非遺傳或原因不明的疾病。

二、罕見疾病有哪些？

罕病法實施至今，截至 2014 年 8 月底止，政府公告罕見疾病種類共有 201 種，較為人熟知的罕見疾病包括：苯酮尿症、重症海洋性貧血、成骨不全症（玻璃娃娃）、黏多醣症（黏寶寶）、脊髓性小腦萎縮症（企鵝家族）、漸凍人…等，這些疾病在國內已知的病患人數從數百人到千餘人不等，更有一些罕見疾病，在全世界只有數個病例。

三、為什麼會有罕見疾病？

大部分的罕見疾病主要成因是基因發生缺陷，導致先天性的疾病。而基因缺陷，有些是突變而來的，有些是遺傳而來的，也有部分的罕見疾病，還沒有發現確實的致病原因。

四、罕見疾病可以預防嗎？

因為絕大多數罕見疾病是遺傳性疾病，因此建議可以採取三項預防措施：

1. 結婚或懷孕前的健康檢查
2. 針對一般性產檢發現異常，或是已經知道有家族遺傳病史的孕婦，在懷孕期 14-18 週內進行產前遺傳診斷。
3. 新生兒出生滿 48 小時或餵奶滿 24 小時後，進行先天性代謝異常疾病新生兒篩檢。

<罕見疾病宣導-冰桶挑戰>

冰桶挑戰-為美國肌萎縮性脊髓側索硬化症(ALS)協會籌款而發起

這項活動最先是由紐西蘭的一個癌症協會所發起，本意是藉著「淋冰水」的行為去顯示對身患癌症的病人及其家屬的關懷和支援。參加者皆把片段拍攝並在社群網路平台上分享。活動舉行首星期，已經籌得超過二萬紐西蘭元，一個多月來則已經籌得超過 12 萬紐西蘭元。

這行為被《今天》的主持人柏特·昆恩 (Matt Lauer) 於 2014 年 7 月 15 日在節目中提出，一名高爾夫球選手克里斯·肯尼迪 (Chris Kennedy) 接受了冰桶挑戰後，並點名了其丈夫為 ALS 患者的表妹珍娜特 (Jeanette Senerchia) 接受挑戰。珍娜特接受挑戰後，點名同樣患有 ALS 且效力於洋基隊的球員柏特·昆恩 (Pat Quinn) 參與。昆恩在網路上召集了他的親友一同參與，響應者除了昆恩所屬的麻省社群外，更遠至愛爾蘭及希臘，自此，相關的片段在短時間內被廣泛的流傳出去，也使更多人認識及仿效。

由於昆恩在接受挑戰之餘，亦有捐出善款至美國肌萎縮性脊髓側索硬化症協會，而在他的點名的名單中，包括了他中學時期棒球隊的隊友皮特·費瑞特斯 (Pete Frates)，費瑞特斯同樣患有 ALS，且正在 ALS 協會麻省分部工作，因此這項活動被協會納入成為籌款活動的一環。費瑞特斯並將相關片段放上至 Twitter，使這個活動受到更多人的注意和參與。

冰桶挑戰本來只限於個人社群網路的平台上互相分享，不過，隨著美國一些知名人士的參與，例如：微軟創辦人比爾·蓋茲、Facebook 創辦人馬克·祖克柏及 NBA 球星等，都使這活動馬上受到關注，並傳至世界，各地的政界、商界和演藝界人士亦紛紛倣效參與。

<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!!!

10 月 1 日~10 月 15 日可至輔導室特教組領取「有獎徵答卷」，答題完全正確的同學將獲得「榮譽卡 2 格」獎勵，另外還可以參加期末好禮抽獎活動喔!!!!!! 歡迎同學踴躍參加~