

## 週報請貼公佈欄



### 來自學務處鐵的紀律

近日來主任觀看學生的臉書及社群，主任提醒同學們切勿以任何方式「霸凌」，不論是行為、言語、網路留言都必需尊重、關懷、理解、包容，而非謾罵、嘲諷、人身攻擊。在臺灣曾有因遭霸凌而成立的法院判決。臺中縣的女同學因為國中遭同儕圍毆凌虐，女同學在日記上寫下斑斑受欺負的血淚，事隔四年之後女生讀高中夜校還必需做復健治療，最後法院做出判決，動手的學生連帶他們的父母共 32 人都必需賠償女學生 71 萬元整。因此同學間若有任何不愉快的紛擾，請一定要鼓起勇氣告訴你(妳)所信任的老師或家人，讓事情有正面且圓滿的解決方法，更不要私下聚眾「喬」事，錯誤的解決方式只會讓問題越來越複雜，也無法尋求公義。請同學們一定要信任學校的處理，讓問題有機會圓滿解決。

### 訓育組

- 一、近來發現少數同學進行校外服務學習未經事前申請，服務時數將不被採計。請同學從事校外服務學習時，需於 **5 日前** 檢附 **活動申請表及家長同意書** 至學務處提出申請。上學期服務學習採計至 105/1/31 日，請同學務必注意期限之內完成 6 小時。
- 二、轉知國立臺北教育大學北師美術館「L' OUVRE 9 打開\_\_羅浮宮九號」展覽資訊
  - \*展覽期間：2015 年 11 月 28 日至 2016 年 2 月 28 日
  - \*展覽地點：國立臺北教育大學北師美術館，臺北市和平東路二段 134 號
  - \*開放時間：週二至週日 10:00-17:00，週一及國定例假日休館
  - \*票價資訊：全票一新台幣 200 元  
優惠票一新台幣 100 元（請出示學生證或敬老證）
- 三、轉知松山文創園區「104 年第四屆原創基地節」活動資訊

松山文創園區為傳達該園區作為原創基地之理念，舉辦「104 年第四屆原創基地節」，以提升臺北市文創力，歡迎有興趣的師生踴躍參與。

  - \*活動期間：104 年 12 月 4 日至 20 日
  - \*開放時間：每日上午 10 時至下午 6 時，週五及週六晚間延長開放至晚間 8 時。

四、寒假各單位舉辦之冬令營與展覽、活動資訊均公告於學校首頁，歡迎同學點閱下載。

## 生教組

- 一、天氣變冷，同學請注意服裝穿著，適時添加衣物保暖以避免感冒。加穿外套一定要有學校外套，也可添加圍巾手套。
- 二、下課時打球請注意上課時間及鐘聲，聽到鐘聲第一響立刻停止打球（即使下節是體育課），違規者保管籃球3天！

## 衛生組

- 一、冬季臺灣北部地區易受境外污染物移入影響，細懸浮微粒(PM2.5)濃度偏高，請師生注意每日空氣品質進行活動調整。當空氣品質為紅色(中級防護)級，請同學於上、下學途中或進行戶外活動時，是個人體質配戴口罩；於室內上課時，適度關閉門窗，減少暴露於不良品質之空氣中。如有不適，如眼痛、咳嗽、喉嚨痛等，應考慮減少戶外活動；具有氣喘的師生可能需增加使用吸入劑的頻率。當空氣品質為紫色(緊急防護)級，請同學於上、下學途中或進行戶外活動時，配戴口罩及護目鏡；學校將於考慮空氣品質條件後，將室外課程活動調整於室內進行。
- 二、冬季為腸病毒、流行性感感冒傳播高峰期，請各位同學勤洗手，均衡飲食、充足睡眠，保持環境衛生清潔及通風，避免出入人潮擁擠、空氣不流通之公共場所。亦可視需要接種流感疫苗，如有症狀，請立即就醫。

**出現腸病毒重症前兆病徵，立即送大醫院就醫**

多數人感染後無症狀或症狀輕微，常見症狀有手足口症、疱疹性咽峽炎等，約7-10天即能痊癒，若出現以下症狀，請儘速轉送大醫院治療

<input type="checkbox"/> 嗜睡		<input type="checkbox"/> 肌躍型抽搐	
<input type="checkbox"/> 呼吸急促或心跳加快		<input type="checkbox"/> 持續嘔吐	

廣告

衛生署疾病管制局 TAIWAN CDC | 疫情通報及諮詢專線：1922 <http://www.cdc.gov.tw>

## 體育組

一、賀本校空手道、柔道、羽球、跆拳道競賽表現亮眼。

1. 806 曾奕諺榮獲 104 年中正盃空手道國中男子組第 5 名；  
905 蔡詠安榮獲個人對打第 3 名。
2. 904 李昕榮獲 104 年中正盃柔道錦標賽國中暨社會女子組七量級雙料冠軍。
3. 805 卓芳儀榮獲中山區羽球賽第 2 名。
4. 803 廖睿騰 榮獲 104 年崇佑杯跆拳道對打第 1 名，701 王麒睿 榮獲第一名，705 黃梓翔榮獲第 2 名。

二、賀本校體育組廖雅惠組長榮獲 104 年度防溺宣導特優。



## 來自輔導室愛的叮嚀

<好書大家讀> 漸凍人生又怎樣？：我胡庭碩，自己的人生自己扛！

零歲，帶著脊髓性肌肉萎縮症的基因出生，十八歲身體明顯退化，在憂鬱得想自殺的當下，被母親搶下刀子。二十歲，首位以學測滿級分考入台大的狀元身障生，二〇一四年總統教育獎得主、行政院青年顧問成員。高中時代，他曾是月入十五萬的補教老師；現在的他，以社會創新巴士為起點，金瓜三號為據點，義無反顧投入社會企業。

十八歲那年嚴重發病後，幾乎要以輔具代步，但他堅持「盡量站、繼續走。」只是，彎身穿鞋容易跌到，他索性不穿。「但有正式場合還是會穿，像是獲選時大傑出青年！」他幽默地說。



他以三倍速的節奏來經營人生：「我不樂觀，也不勇敢。正因忙著做自己想做的事，所以我沒時間害怕！」

他這樣形容自己：「我是胡庭碩，而我的課題，老早寫進了身體：「脊髓性肌肉萎縮症」。

「隨著時間消逝，我的肌肉會一條條無力，終致癱瘓。很幸運，我不是一出生便失去行動自由，可以在漸漸失去生活機能的日子裡，更懂得珍惜『我還活著』這件簡單又不容易的事情。」

勇敢承認自己的軟弱，接受自己是誰，才能專注的，往你該去的地方去。也祝福你們，都能循著自己生命的叩門聲，往該去的地方而去。」

※以上內容摘自博客來書籍內容介紹



### 來自總務處資源的節約

- ◎提醒同學們一養成隨手關燈的好習慣，離開教室、廁所時，都要檢查一下，避免不必要的浪費。
- ◎電梯目前沒有開放使用，請同學不要因為好奇而任意搭乘，謝謝合作。
- ◎請大家愛惜公物，若公物遭受破壞或不當使用而損毀，則須至總務處填寫公物缺損報告單並依臺北市忠孝國中公務損壞賠償及處理辦法賠償。

