

臺北市立北投國中 111 學年度第 1 學期「學校日家長手冊」

目 錄

一、校長的話	p. 1~2
二、北投國中師生榮譽榜	p. 3~12
三、臺北市立北投國中 111 學年度第 1 學期學生重要行事曆	p. 13~15
四、教務處工作報告	p. 16~19
五、學務處工作報告	p. 20~24
六、總務處工作報告	p. 25
七、輔導室工作報告	p. 26~28
八、附件一：臺北市立北投國中服務學習實施計畫	p. 29~30
九、附件二：臺北市立北投國民中學學生手機及穿戴式裝置使用管理辦法	p. 31
十、附件三：臺北市立北投國中「校園禁用一次性及美耐皿餐具」實施說明	p. 32
十一、附件四：「女性生理用品補助計畫」推動內涵及兌換方式	p. 33
十二、附件五：臺北市立北投國中校園防疫相關措施	p. 34~37
十三、附件六：臺北市立北投國中常見傳染病處理流程	p. 38
十四、附件七：臺北市立北投國中健康促進相關議題宣導說明	p. 39~43
十五、附件八：臺北市立北投國中 111 學年度輔導教師責任班級一覽表	p. 44
十六、附件九：111 學年度第 1 學期家庭教育活動通知	p. 45~46
十七、附件十：北投國中 111 學年度第 1 學期九年級技藝教育課程實施辦法	p. 47
十八、附件十一：特殊教育宣導	p. 48
十九、附件十二：親職教育專題	p. 49~52
二十、附件十三：臺北市立北投國中 111 學年度導師及各處室辦公室分機號碼	p. 53

親師合作，以愛與榜樣

共創感動和價值，陪伴孩子迎向幸福人生



孩子健康狀況，父母師長有不可推卸的責任

學校朝會時間，師長們要宣導報告重要事項，通常會請學生原地坐下，原因很簡單，因為學生站著不用多久，就開始會有人昏倒，能夠想像嗎？健康中心一早就來了一個個臉色蒼白、頭昏站不穩的學生，沒有吃早餐，固然是原因之一，但欠缺鍛鍊的身體，卻讓我們為孩子的未來擔憂。

我回想起過去參觀浙江杭州文瀾中學的記憶畫面，老校長一早就站在操場中間，學生進校門，書包先放下，就開始跑操場，每人每天跑 1200 公尺，我上網查了一下，文瀾中學目前仍然繼續維持這個傳統。想想，就讀國中的孩子每天晨跑 1.2 公里，跑了三年，身體素質會如何？而在我們臺北的現況呢？我們多數的家長捨不得孩子走路，所以上下學要接送，所以最好就一下車就到校門口，這樣真的是為孩子好？

迷思一：節省上學交通時間，可以多念點書

如果這幾分鐘的零碎片段時間，真能有效提升孩子的學習成績，那學校一節課的上課學生豈不早已完成所有的精熟學習？顯然不是！反而，孩子每日步行上學，這種最基本、安全的健走時間，被剝奪了，孩子少走路，就更不想走路，日積月累，對健康當然是不利的。

迷思二、上下學走路會有危險

遵守交通規則、注意行路安全、學會保護自己，是每個人都要學習的課題，孩子不可能一輩子都不出門，也不可能一輩子都不需面臨安全問題的考驗，如何保護自己、防止意外發生才是我們大人小孩終身要學習的課題。

正面思考一、晨運鍛鍊體魄儲備未來面對挑戰的體能

學校推展的體適能、SH150，強調學生選擇適合的運動項目，培養成運動習慣，不只鍛鍊強健的體魄、提升對抗疾病的免疫力，還能形塑良好體態，增進青少年的自信心，未來即使面臨重大考試、或創業的煎熬，體力都足以負荷，這都要靠年輕時鍛鍊身體打下的基礎。

正面思考二、運動後內啡的分泌增加，令人心情愉悅，裨益學習

相關的研究證明，愉快的心情可以增進學習成效，緊張沉重的心情對學習反而事倍功半。美國有名的「第零節計畫」，於上第一節課之前先運動一小時，對提升學生標準測驗的成績有明顯的助益，就是一例。

正面思考三、帶著孩子運動，讓笑聲、趣味填滿孩子的記憶，這是人生最美的畫面之一

陪著孩子・從小多走路，多從事適合身體狀況的運動，累積身心健康的資本，這才是真正幸福的基本保障！

小結

才智、專業能力相當的兩位人才，比到最後，究竟誰能勝出？體力、意志力、品格，皆是關鍵。幸福人生的目標：好友、聲望、財富、家庭、婚姻，若沒有了健康，一切也都成空。年過五十、職場退休，才發現身體病痛伴隨人生暮年，久歷病榻，拖累家人，醫院往返，何等淒涼？趁著孩子還小，父母師長多陪著孩子運動，不要以後年紀大了，大家再被健康因素困擾！

校長 陳澤民 敬啟 111 年 09 月 05 日

北投國中網站 北投國中臉書



北投國中服務電話總機：2891-2091
教務處 201 學務處 301
總務處 401 輔導室 501

111年教育會考

5A學生榜單

班級

姓名

901

賴 蔡 張 王 吳 吳 陳 張 李

902

宥 鼎 翔 浩 尚 浩 爾 柏 曜 玗

902

丞 騰 瑞 宇 恩 彬 謙 翰 麟 澄

902

903

904

906

907

908

911

111學年度升學榜單(1)

錄取學校	班級	姓名
臺北市立建國高級中學	902	蔡○騰
	908	張○麟
國立臺灣師範大學 附屬高級中學	901	賴○丞
	902	王○宇
	903	吳○恩
	904	吳○彬
臺北市立成功高級中學	907	陳○翰
臺北市立大同高級中學	906	吳○謙
臺北市立大直高級中學	910	于○
臺北市立成淵高級中學	902	張○瑞
	908	簡○岑
臺北市立西松高級中學	911	錢○均
臺北市立內湖高級中學	910	呂○謙
臺北市立明倫高級中學	903	梁○瑄
	903	陳○璇
	907	廖○辰
	906	陳○睿
臺北市立中正高級中學	901	彭○瑄
	904	李○怡
	905	黃○瑜
	905	謝○君
	905	謝○璇
	911	吳○璇
臺北市立百齡高級中學	910	潘○晴
臺北市立陽明高級中學	903	林○緯

錄取學校	班級	姓名
臺北市立陽明高級中學	906	曹○欣
	908	劉○賢
	909	陳○靜
	911	吳○綾
臺北市立永春高級中學	906	林○翔
	905	鄭○鈞
	907	藍○盛
	907	王○喻
臺北市立南港高級中學	910	陳○宏
	905	王○凱
臺北市立萬芳高級中學	912	張○寧
臺北市立復興高級中學	901	林○恒
	901	吳○葳
	903	陳○羿
	903	盧○孜
	904	陳○睿
	904	顏○忻
	904	黃○緯
	904	陳○臻
	904	柯○妤
	905	許○睿
	905	張○立
	905	王○鈞
	905	江○恩
	905	林○語

錄取學校	班級	姓名
臺北市立復興高級中學	908	游○涵
	908	邱○恩
	909	蔣○揚
	909	陸○耀
	909	徐○昂
	909	張○皓
	909	郭○莉
	909	陳○璇
	910	陳○佑
	911	趙○媛
	912	李○霆
	912	林○騰
	912	黃○豪
新北市立永平高級中學	912	陳○豪
	912	全○德
新北市立新北高級中學	912	蔣○家
	911	陳○鈞
新北市立三民高級中學	904	蔡○翔
	912	張○綾
桃園市立南崁高級中學	909	蔡○瑀
	911	郭○豪
國立基隆女子高級中學	912	蕭○真
國立基隆高中	906	呂○心
	910	周○怡



111學年度升學榜單(II)

錄取學校	班級	姓名	科系	錄取學校	班級	姓名	科系	錄取學校	班級	姓名	科系
國立臺北商業大學	910	陳○妤	政稅務科	臺北市立士林高級商業職業學校	901	張○琪	國際貿易科	臺北市立松山高級商業家事職業學校	901	陳○楷	資料處理科
	907	洪○濤	企業管理科		901	陳○妤	國際貿易科		902	何○誠	資料處理科
國立臺灣戲曲學院附設高職部	901	陳○文	劇場藝術科		901	吳○潔	會計事務科		902	黎○諺	會計事務科
臺北市立大安高級工業職業學校	902	邱○中	電機科		902	陳○芸	國際貿易科		903	杜○軒	會計事務科
	902	潘○嫻	電子科		903	李○宇	商業經營科	新北市立淡水高級商工職業學校	912	陳○丞	體育班
	902	楊○儀	製圖科		903	高○琳	會計事務科		901	陳○文	電子科
	903	林○源	製圖科		903	梁○芳	國際貿易科		901	李○遠	電機科
	904	鄭○新	餐飲服務科		903	林○方	資料處理科		901	林○安	電機科
	908	白○哲	綜合高中		906	鍾○盈	商業經營科		901	陳○宜	園藝科
	910	李○樂	製圖科		906	高○芸	商業經營科		902	鄭○瑾	普通科
	910	郭○曜	綜合高中		906	周○馨	資料處理科		902	謝○宜	資料處理科
	911	陳○佑	綜合高中		907	陳○融	資料處理科		906	陳○鈞	電機科
					908	呂○育	資料處理科		907	吳○學	資訊科
臺北市立松山高級工業職業學校	903	許○鈞	化工科		908	李○芸	應用英語科		908	蔡○璇	園藝科
	904	陳○志	園藝科		909	陳○琪	商業經營科		910	許○豪	資訊科
	907	初○均	化工科		909	管○安	應用英語科		910	莊○安	普通科
臺北市立內湖高級工業職業學校	904	何○良	冷凍科		910	黃○嬋	廣告設計科		910	陳○萱	資料處理科
	908	陳○駿	電子科		911	劉○鈞	資料處理科		912	李○廷	資訊科
	902	張○宥	電機科		911	吳○凱	國際貿易科		905	張○翔	控制科
	903	陳○橋	電機科		912	張○晏	體育班	新北市瑞芳高級工業職業學校	906	錢○晉	綜合高中
	908	胡○仁	電機科		907	吳○妮	應用英語科		905	劉○宜	應用英語科
	912	林○謙	電子科					新北市立三重高級商工職業學校	912	高○城	普通科
								中正國防幹部預備學校			

♥ 感謝老師的辛勞與付出 ♥

♥ 校長暨全校師生同賀 ♥



【學校獲獎】

- 1、臺北市第 21 屆中小學及幼稚園教育專業創新與行動研究團體組第四名。
- 2、臺北市 109 學年度國中技藝教育課程績優團體獎第四名。
- 3、臺北市 108、109、110 學年度學校總體課程計畫評選優良學校。
- 4、臺北市 108 學年度國民中學校務績效訪視評鑑結果，榮獲三項一等獎，五項二等獎。
- 5、臺北市 110 年百大績優衛生體育團體組銀質獎。
- 6、臺北市 110 年百大績優工程採購及財管教育團體組金質獎。
- 7、臺北市 111 學年度校本彈性課程計畫評選為優良學校。

【教師獲獎】

序	參賽項目		獲獎教師	參賽成績
01	臺北市 110 年百大績優	工程採購及財管教育個人組	楊雅琪	金質獎
02	110 學年度國民中學專門彈性課程計畫		全體英文領域教師	特優
03	指導學生參加臺北市中小學科學展覽會並獲佳作以上獎勵		黃國斌	累積滿十屆
04	臺北市第 21 屆中小學及幼稚園教育專業創新與行動研究	個案關懷	程惠玲、孫義芬、林玉靜	優選
05	臺北市第 21 屆中小學及幼稚園教育專業創新與行動研究	論文類	郭雪英、高子修	優選
06	臺北市第 21 屆中小學及幼稚園教育專業創新與行動研究	創新教學活動設計類	劉姿杏、李佩蓉	優選
10	臺北市第 21 屆中小學及幼稚園教育專業創新與行動研究	教育專業經驗分享類	傅莉芬、盧奕利、袁金玉 蕭 薇	佳作
11	臺北市第 21 屆中小學及幼稚園教育專業創新與行動研究	創新教學活動設計類	林子玲、李秉姍	佳作
12	臺北市第 21 屆中小學及幼稚園教育專業創新與行動研究	創新教學活動設計類	吳淑音、梁文瑄	佳作
13	臺北市第 21 屆中小學及幼稚園教育專業創新與行動研究	創新教學活動設計類	劉麗嬌、陳 瑾	佳作
14	臺北市第 21 屆中小學及幼稚園教育專業創新與行動研究	創新教學活動設計類	鄭宜蘋、張嘉玲	佳作
15	臺北市第 22 屆中小學及幼稚園教育專業創新與行動研究	創新教學活動設計類	賴奕銘、廖昱穎	佳作
16	臺北市第 21 屆中小學及幼兒園教育專業創新及行動研究	教材教具	陳靜媛、曹雅晴	入選
17	臺北市第 22 屆中小學及幼稚園教育專業創新與行動研究	創新教學活動設計類	盧奕利、劉理枝、黃歆茹	入選

【學生獲獎】

《語文類》

序	參賽項目	獲獎學生	參賽成績
01	臺北市 108 學年度「職」入我心 — 生涯體驗心得寫作徵文比賽	張煒涵	特優
02	109 年度語文競賽(本土語類)泰雅族語(北區)	陳萍柔	第二名
03	109 年度語文競賽(本土語類)太魯閣族語(不分區)	李綺紋	第二名
04	臺北市 108 學年度「職」入我心 — 生涯體驗心得寫作徵文比賽	鄭淳允	優等
05	臺北市 108 學年度「職」入我心 — 生涯體驗心得寫作徵文比賽	廖彩好	優等
06	108 學年臺北市第二屆海洋詩徵選	林瑞萱	優選
07	臺北市 110 年度語文競賽：原住民語-太魯閣族語朗讀	李綺紋	第二名
08	臺北市 108 年度語文競賽中等學校學生組(本土語言類)原住民語朗讀	李綺紋	第三名
09	臺北市 110 年度語文競賽：閩南語朗讀	何敏綺	第三名
10	110 年度「cool English 口說達人比賽」	陳欣廣、黃可妮、張睿純	口說達人獎
11	臺北市 108 學年度「職」入我心 — 生涯體驗心得寫作徵文比賽	鄭宇翔	佳作
12	臺北市 108 年度語文競賽中等學校學生組(本土語言類)閩南語演說	陳品蓁	佳作
13	臺北市 108 年度語文競賽中等學校學生組(本土語言類)閩南語演說	黃海恩	佳作
14	臺北市 110 年度國中性別平等教育宣導月「向偶像致敬」創作徵件比賽	吳采璇	佳作

《藝術類》

序	參賽項目	獲獎學生	參賽成績
01	歐朵盃國際音樂大賽榮獲爵士少年 CG4 組	賀羽涵	第一名
02	2021 亞太盃國際音樂舞蹈大賽爵士鼓	林宏澤	第一名
03	臺北市 108 學年度學生美術比賽西畫類北區	吳佩潔	第二名
04	臺北市 108 學年度學生美術比賽漫畫類北區	朱蕙安	第二名
05	臺北市 108 學年度學生音樂比賽直笛合奏(北區)	直笛團	第二名
06	臺北市 108 學年度學生音樂比賽女聲合唱(北區)	合唱團	第二名
07	2021 全國打擊樂器大賽爵士鼓獨奏國中七年級組	林宏澤	第二名
08	2021 亞太盃國際音樂舞蹈大賽馬林巴木琴	林宏澤	優勝
09	臺北市 110 學生音樂比賽-國中個人組 【木琴(馬林巴)獨奏】	林宏澤	優等
10	臺北市 110 學生舞蹈比賽-國中個人組 【古典舞】	林蓉	優等
11	109 臺北市學生音樂比賽國中組女聲合唱	合唱團	優等
12	2019 捷克國際兒童暨學生藏書票比賽	張瑋真	第三名

13	臺北市 108 學年度學生美術比賽西畫類北區	李適安	第三名
14	2019 捷克國際兒童暨學生藏書票比賽	劉奕晴	榮譽獎
15	2019 捷克國際兒童暨學生藏書票比賽	莊宇婕	榮譽獎
16	中華民國版畫學會全國學生迷你版畫創作比賽國中組	胡巧穎	佳作
17	中華民國版畫學會全國學生迷你版畫創作比賽國中組	譚秣蓁	佳作
18	中華民國版畫學會全國學生迷你版畫創作比賽國中組	石哲綸	佳作
19	中華民國版畫學會全國學生迷你版畫創作比賽國中組	陳意涵	佳作
20	臺北市 108 學年度學生美術比賽水墨畫類北區	吳佩潔	佳作
21	臺北市 108 學年度學生美術比賽版畫類北區	劉奕晴	佳作
22	臺北市 108 學年度學生美術比賽版畫類北區	陳宥嘉	佳作
23	臺北市 108 學年度學生美術比賽版畫類北區	陳意涵	佳作
24	第三屆學校環境教育實作競賽	李曜宇、梁庭瑄、陳靖璇	佳作
25	臺北市 109 年度「從電影話情感」微電影創作徵件比賽	陳柏宏、李主樂	佳作
26	2021 臺北燈節全國各級學校花燈競賽國中組	陳安喬、林妍姝、汪芷嫻、汪芷儀	佳作
27	臺北市 110 年度向偶像致敬-生活中發光的性平故事創作徵件比賽	吳采璇	佳作

《科學類》

序	參賽項目	獲獎學生	參賽成績
01	臺北市第 54 屆中小學科學博覽會	王浩宇	佳作

《體育類》

序	參賽項目	獲獎學生	參賽成績
01	2019 第五屆亞州青少年跆拳道錦標賽(選拔賽)	陳歆雅(當選國手)	第一名
02	2020 年第 12 屆世界跆拳道品勢錦標賽團體組(當選國手)	陳歆雅	第一名
03	108 學年度全國國中棒球運動聯賽女子軟式組	體育班壘球隊	第一名
04	108 學年度中等學校 5 人制足球錦標賽國中男子組	體育班足球隊	第一名
05	臺北市 108 學年度教育盃中小學壘球錦標賽女子組	體育班壘球隊	第一名
06	2020 年臺北市 5 人制足球聯賽國中組	沈體育班足球隊	第一名
07	臺北市 2020 年協會盃青少年棒球錦標賽打擊獎	劉彥圻	第一名
08	臺北市 109 學年度教育盃中小學壘球錦標賽	體育班壘球隊	第一名
09	臺北市 109 學年度教育盃中小學柔道錦標	張嘉晏	第一名
10	109 年臺北市中正盃柔道錦標賽國中女生組第 9 級	張嘉晏	第一名
11	109 年第 13 屆家鼎盃壘球邀請賽國中組	體育班壘球隊	第一名
12	109 學年度全國中等學校跆拳道錦標賽品勢黑帶個人	蕭翊如	第一名
13	2021 年第三屆臺北市女子壘球城市對抗賽打擊獎	吳玉玲	第一名
14	2021 年第三屆臺北市女子壘球城市對抗賽	體育班壘球隊	第一名
15	110 年第十三屆全國跆拳道品勢錦標賽黑帶個人	蔡宇魁	第一名

16	110 年第十三屆全國跆拳道品勢錦標賽黑帶個人	簡岑濤	第一名
17	110 年第十三屆全國跆拳道品勢錦標賽黑帶團體組	蔡宇魁、簡岑濤、蔣承諺、蕭翊如	第一名
18	110 年臺北市中正盃壘球錦標賽	體育班壘球隊	第一名
19	110 年新北市菁英盃全國跆拳道錦標賽品勢黑帶個人	簡岑濤	第一名
20	110 年新北市菁英盃全國跆拳道錦標賽品勢黑帶團體	蕭翊如、蔣承諺、蔡宇魁、簡岑濤	第一名
21	110 年新北市菁英盃全國跆拳道錦標賽品勢黑帶個人	蕭翊如	第一名
22	2022 年主委盃全國女子壘球錦標賽(功勞獎)	陳妙華	第一名
23	2022 年主委盃全國女子壘球錦標賽(美技獎)	吳玉玲	第一名
24	2022 年主委盃全國女子壘球錦標賽(打擊獎)	簡妤倩	第一名
25	2022 年主委盃全國女子壘球錦標賽	體育班壘球隊	第一名
26	111 年臺北市五人制足球聯賽	體育班足球 A 隊	第一名
27	110 學年度棒球聯賽榮獲國中女子組打點獎	張晴彥	第一名
28	110 學年度棒球聯賽榮獲國中女子軟式組	體育班壘球隊	第一名
29	臺北市 110 學年度教育盃中小學壘球錦標賽	體育班壘球隊	第一名
30	2022 年 第 11 屆協會杯青少年棒球錦標賽打擊獎	李偉廷	第一名
31	2022 年第 13 屆世界盃暨亞洲盃跆拳道品勢錦標賽	簡岑濤	第一名
32	2022 年第 13 屆世界盃暨亞洲盃跆拳道品勢錦標賽	蔡宇魁	第一名
33	臺北市 110 學年度教育盃中等學校跆拳道錦標賽黑帶 F 組	蔣承諺	第一名
34	110 學年度臺北市教育盃中小學柔道錦標賽女生組第九級	張嘉晏	第一名
35	2021 年第三屆臺北市女子壘球城市對抗賽	張育寧	MVP
36	110 學年度棒球聯賽榮獲國中女子組	吳佩玟	MVP
37	2021 協會盃全國壘球錦標賽	體育班壘球隊	亞軍
38	2019 年理事長盃全國壘球錦標賽榮獲國中組	體育班壘球隊	第二名
39	臺北市 2020 年協會盃青少年棒球錦標賽青少年組	體育班棒球隊	第二名
40	臺北市 108 學年度教育盃跆拳道錦標賽品勢個人色帶組	吳昕妮	第二名
41	2020 年第 12 屆世界跆拳道品勢錦標賽團體組	李晨妘	第二名
42	2021 理事長盃全國壘球錦標賽	體育班壘球隊	第二名
43	109 學年度中小學女子壘球聯賽	體育班壘球隊	第二名
44	臺北市 109 學年度教育盃中小學柔道錦標	連聖宇	第二名
45	2020 第二屆台北國際女子壘球城市對抗賽榮獲國中組	體育班壘球隊	第二名
46	109 年士林、北投體育交流團體跳繩競賽	809 全班	第二名
47	2020 第九屆真愛盃籃球錦標賽	呂俊緯、裴祈恩	第二名
48	109 年第二十七屆全國少年跆拳道錦標賽	蕭翊如	第二名
49	109 學年度全國中等學校跆拳道錦標賽品勢黑帶團體	蔣承諺、蔡宇魁、簡岑濤	第二名
50	2022 年主委盃全國女子壘球錦標賽(打擊獎)	陳妙華	第二名
51	2022 全國體育署盃足球錦標賽	體育班足球隊	第二名
52	110 學年度中等學校足球聯賽	體育班足球隊	第二名
53	111 年全國中等學校運動會	張嘉晏	第二名
54	2022 年 第 11 屆協會杯青少年棒球錦標賽	體育班棒球隊	第二名
55	110 學年度中小學女子壘球聯賽	體育班壘球隊	第二名
56	臺北市 110 學年度教育盃中等學校跆拳道錦標賽黑帶 F 組	蕭翊如	第二名
57	臺北市 110 學年度教育盃中等學校跆拳道錦標賽黑帶 E	蔡宇魁	第二名

	組		
58	臺北市 110 學年度教育盃中等學校跆拳道錦標賽黑帶 F 組	簡岑濤	第二名
59	臺北市 110 學年度教育盃中等學校跆拳道錦標賽	男子組總錦標	第二名
60	臺北市 110 學年度教育盃中等學校跆拳道錦標賽	男子團體組	第二名
61	110 學年度臺北市教育盃中小學柔道錦標賽女生組第六級	張恬綾	第二名
62	110 學年度臺北市教育盃中小學柔道錦標賽男生組第五級	陳光毅	第二名
37	110 年第十三屆全國跆拳道品勢錦標賽黑帶個人	蔣承諺	第二名
38	110 年臺中市五人制足球全國邀請賽	體育班足球隊	第二名
39	110 年全國中正盃柔道錦標賽國中女子組第 6 級	張恬綾	第二名
40	臺北市 108 學年度教育盃中小學柔道錦標賽國男第三級	陳泊諺	季軍
41	臺北市 108 學年度教育盃中小學柔道錦標賽國女第四級	張恬綾	季軍
42	臺北市 108 學年度教育盃中小學柔道錦標賽國女第六級	張鈺嫻	季軍
43	2020 年第 11 屆原鄉盃國際軟式少棒錦標賽	體育班棒球隊	第三名
44	108 學年度教育盃中等學校 11 人制足球錦標賽國中男子組	體育班足球隊	第三名
45	臺北市 108 學年度教育盃跆拳道錦標賽品適團體三人黑帶組	李晨煥、蕭美芯、陳歆雅	第三名
46	臺北市 108 學年度教育盃跆拳道錦標賽國中女子黑帶組	陳歆雅	第三名
47	2020 年第 12 屆世界跆拳道品勢錦標賽團體組	蕭美芯	第三名
48	臺北市 2020 年協會盃青少年棒球錦標賽打擊獎	楊廷軒	第三名
49	臺北市 109 學年度教育盃中小學柔道錦標	張恬綾	第三名
50	臺北市 109 學年度教育盃中小學柔道錦標	張嘉涵	第三名
51	臺北市 109 學年度教育盃中小學柔道錦標	高子芸	第三名
52	109 年士林、北投體育交流 3 對 3 籃球賽	裴祈恩、呂俊緯、謝承恩、張子晨	第三名
53	2020 年第 11 屆原鄉盃國際軟式少棒錦標賽	體育班棒球隊	第三名
54	2021 臺北市五人制足球聯賽青少年甲組	體育班足球隊	第三名
55	2022 全國室內五人制足球錦標賽	體育班足球隊	第三名
56	111 年臺北市五人制足球聯賽	體育班足球 B 隊	第三名
57	110 學年度棒球聯賽榮獲國中女子組打擊獎	簡好倩	第三名
58	2022 高陽世界跆拳道品勢錦標賽自由品勢五人團體	簡岑濤、蔡宇魁	第三名
59	111 年臺北市青年盃柔道錦標賽女生組第六級	張恬綾	第三名
60	111 年臺北市青年盃柔道錦標賽女生組第六級	胡禎祐	第三名
61	111 年臺北市青年盃足球錦標賽	體育班足球隊	第三名
62	110 學年度臺北市教育盃中小學柔道錦標賽男生組第八級	林辰翰	第三名
63	110 學年度臺北市教育盃中小學柔道錦標賽女生組第八級	沈佳臻	第三名
64	110 學年度臺北市教育盃中小學柔道錦標賽團體組	張嘉晏、張恬綾、沈佳臻、王怡心、葉盈萱、蔣永芸、胡禎祐	第三名
65	110 年第十三屆全國跆拳道品勢錦標賽黑帶個人	蕭翊如	第三名
66	2021 年第三屆臺北市女子壘球城市對抗賽打擊獎	莊宜潔	第三名
67	109 學年度全國中等學校跆拳道錦標賽品勢黑帶個人	蔣承諺	第三名

68	109 學年度全國中等學校跆拳道錦標賽品勢黑帶個人	簡岑濤	第三名
69	110 學年度中小學女子壘球聯賽	陳妙華	最佳投手獎
70	2021 年第三屆臺北市女子壘球城市對抗賽	陳妙華	最佳投手獎

《其他類》

序	參賽項目	獲獎學生	參賽成績
01	中華民國象棋文化協會雙鴻會內象棋錦標賽	張丞佑	冠軍
02	2021 年全國聖母盃舞龍舞獅錦標賽	獅鼓社	特優
03	108 學年度教育盃中學武術錦標賽國中男子組南拳	鄭淳允	第一名
04	2019 年全國菁英盃國武術錦標賽北拳男子組	楊志賢	第一名
05	2019 年全國菁英盃國武術錦標賽短兵器男子組	楊志賢	第一名
06	109 學年度全國中華盃舞龍舞獅錦標賽國中組臺灣獅單獅	獅鼓社	第一名
07	109 年臺北市青年盃國武術錦標賽(男 B)	徐子翔	第一名
08	臺北市府教育局「第十五屆春暉盃臺北市學生象棋錦標賽」國中組	杜宗達、楊竣衡	優勝
09	109 學年度全國各級學校民俗體育扯鈴競賽	許仸媚	優等
10	109 學年度全國各級學校民俗體育扯鈴競賽	陳羿禎	優等
11	109 學年度全國技藝教育績優學生獎	胡禎芝	績優
12	109 年臺北市市長盃龍獅錦標賽傳統南獅單獅	獅鼓社	第一名
13	109 年臺北市市長盃龍獅錦標賽傳統南獅多獅	獅鼓社	第一名
14	108 學年度全國中華盃舞龍舞獅錦標賽國中組台灣獅單獅	張高生、楊志賢、陳冠廷 徐子翔、陳旻好	第二名
15	2019 年全國菁英盃國武術錦標賽兵器對練	徐子翔	第二名
16	108 學年度教育盃中學武術錦標賽國中男子組傳統兵器	徐子翔	第二名
17	臺北市 109 學年度公私立國中家政活動學藝競賽	陳榆瑾	第二名
18	109 年臺北市市長盃龍獅錦標賽台灣獅單獅	獅鼓社	第二名
19	109 年全民運動會(客家獅混合組)	徐子翔	第二名
20	臺北市 109 學年度技藝競賽 電機與電子群/室內配線	詹智凱	第二名
21	臺北市 109 學年度技藝競賽 電機與電子群/能源與冷凍技術	鄭惟駿	第二名
22	臺北市 109 學年度技藝競賽 家政群/美容	林芊廷	第二名
23	2019 年全國菁英盃國武術錦標賽南拳男子組	徐子翔	第三名
24	109 年臺北市青年盃國武術錦標賽(男 A)	徐子翔	第三名
25	109 年臺北市青年盃國武術錦標賽(男 A)	鄭淳允	第三名
26	臺北市 109 學年度技藝競賽 電機與電子群/室內配線	蘇昭元	第三名
27	臺北市 109 學年度國中技藝教育課程績優獎	技藝班優良學生	第三名
28	臺北市 109 學年度技藝競賽 餐旅群/中餐	胡禎芝	第四名
29	臺北市 110 學年度技藝競賽 餐旅職群/中餐	連聖宇	第四名
30	臺北市 109 學年度技藝競賽 餐旅群/飲料調製	林佳瑩	佳作
31	臺北市 109 學年度技藝競賽 餐旅群/中點	黃馨巧	佳作
32	臺北市 109 學年度技藝競賽 動力機械群/機車基本認識	譚駿佑	佳作
33	臺北市 109 學年度技藝競賽 餐旅群/飲料調製	邵暉淇	佳作

34	臺北市 109 學年度技藝競賽 餐旅群/中餐	許祐誠	佳作
35	臺北市 109 學年度技藝競賽 藝術群/表演藝術類展演實務	黃海恩	佳作
36	臺北市 110 學年度技藝競賽 餐旅職/中點	陳筱筑	佳作

臺北市立北投國民中學 111 學年度第 1 學期學生行事曆

週次	星 期							預 定 行 事 曆
	日	一	二	三	四	五	六	
一	8月28日	29	30 開學	31	9月1日	2	3	8/30 開學(10:20 開學典禮、11:15 正式上課)、服儀總檢 8/30-9/2 幹部訓練 8/30-9/13 多元能力班(小廚師、木工班)、小團體報名 9/1-8 社團活動選社 9/2 前遺失補辦學生證截止 9/2 八年級各班推派優良學生候選人、13:15 防災演練(1) - 暑假作業：七年級祖孫世代情學習單繳交
二	4	5	6 複習考	7 複習考	8	9	10	9/3-4 北市國語文競賽 9/6 身高、體重、視力檢測開始 9/7 16:05-18:05 九年級數學會考黃金講座 9/8 16:05-18:05 九年級英語會考黃金講座 9/8 早自習環境知識競賽 9/9 補假 9/5-16 七年級新生圖書館導覽 - 友善校園週 9/5-12/23 圖書借閱競賽(七、八、九年級)
三	11	12	13	14	15	16	17	9/12 第 8 節/學扶/晚自習開始 9/12-16 (午休)九年級班際籃球賽 9/13 12:30 期初班代會議、九年級技藝教育課程開始 9/14 17:00 社團活動選社結果公告 9/16 社團活動課程開始 9/16 13:15 防災演練(2) - 七年級暑假作業抽查
四	18	19	20	21	22	23 學校日	24	9/19-23 (午休)九年級班際籃球賽 9/21-28 敬師系列活動 9/21 9:00-10:00 臺北市國家防災日演練 9/22 12:30 服裝儀容委員會會議 9/23 學校日(第 8 節/學扶/晚自習暫停) 9/23 藥物濫用宣導講座(九年級班週會) 9/24 第 18 屆國家地理知識大競賽
五	25	26	27	28	29	30	10月1日	9/25 北市本土語言競賽 9/26-30 (午休)九年級班際籃球賽 9/26 公告資優鑑定計畫(暫) 9/28 (早自習)教師節敬師活動 9/30 愛滋防治講座(七年級) - 七年級遠距教學演練
六	2	3	4	5	6	7	8	10/3-7 (午休)九年級班際籃球賽 10/6-7 優良學生發表會 10/7 HPV 疫苗接種(八年級女生)
七	9	10 國慶日	11	12	13	14	15	10/10 國慶日 10/11-14 (午休)九年級班際籃球賽 10/14 優良學生競選投票、職場達人(八年級) - 發放校內科展報名表
八	16	17	18	19 段考	20 段考	21	22	10/17-28 校內科展報名 10/18 查資料競賽(七年級) 10/19-20 第一次段考(第 8 節/學扶/晚自習暫停) 10/20 16:05-18:05 九年級國文會考黃金講座 10/20 13:00 新生心臟病篩檢 10/21 校歌挑戰賽(七年級)、愛滋防治講座(八年級) - 八年級遠距教學演練

九	23	24	25	26	27	28	29	• 10/24-28 犯罪被害人保護週、防毒守門員入班宣導(一) • 10/27 國語文競賽(1)、英語作業抽查 • 10/27 八年級健促議題書法比賽(配合國語文競賽) • 10/28 每月一書海報設計競賽截止收件(八年級) • 10/28 法治教育宣導講座(七年級班週會)
十	30	31	11月1日	2	3	4	5	• 10/31-11/4 防毒守門員入班宣導(二) • 11/3 國語文競賽(2) • 11/4 校慶預演
十一	6	7	8	9	10	11	12 校慶	• 11/7-11 防毒守門員入班宣導(三) • 11/7 服儀檢查 • 11/10 數學作業抽查 • 11/10 北中北小資優學生大師講座_移民火星(開放九年級以班為單位報名，額滿為止) • 11/11 校慶預演 • 11/12 77 周年校慶
十二	13	14 校慶補假	15	16	17	18	19	• 11/14 校慶補假 • 11/16(午休)九年級班際排球賽抽籤 • 11/17 流感疫苗接種 • 11/18 交通安全宣講(七年級班週會) • 11/18 北中北小資優學生大師講座_2022 火星衝(開放九年級以班為單位報名，額滿為止)
十三	20	21	22	23	24	25	26	• 11/25 人身安全講座(八年級班週會)、七年級健康檢查 • 九年級遠距教學演練
十四	27	28	29	30	12月1日 段考	2 段考	3	• 12/1-2 第二次段考(第8節/學扶/晚自習暫停) • 12/2 班週會講座(七年級生命教育宣導) • 12/2(下午)八年級社區高職參訪
十五	4	5	6	7	8	9	10	• 12/5-9(午休)九年級班際排球賽 • 12/6 班週會講座(高中職五專校友座談會) • 12/8 自然作業抽查、七年級健促議題海報收件 • 12/9 性別平等教育宣導(八年級週會)
十六	11	12	13	14	15	16	17	• 12/12-16(午休)九年級班際排球賽 • 12/13 12:30 服裝儀容委員會會議 • 12/14 校內科展收件 • 12/15 校內科展會場布置 • 12/16 校內科展評審
十七	18	19	20	21	22 複習考	23 複習考	24	• 12/19-23 聖誕傳愛到非洲活動 • 12/19 科展頒獎與開幕 • 12/19-23 科展展覽週 • 12/22-23 九年級第二次複習考 • 12/23 圖書借閱競賽截止 • 12/23 七八年級社會知識大競賽(班週會)
十八	25	26	27	28	29	30	31	• 12/26-30(午休)九年級班際排球賽 • 七年級遠距教學演練 • 12/28 12:30 期末班代會議 • 12/30 八年級才藝發表會(班週會)
十九	1月1日	2	3	4	5	6	7	• 1/2 補假 • 1/3-9(午休)九年級班際排球賽 • 1/5 國文作業抽查 • 1/6 第八節/學習扶助/晚自習結束 • 1/7 補行上班上課
二十	8	9	10	11	12	13	14	

二十一	15	16	17 段考	18 段考	19	20	21	• 1/17-18 第三次段考 • 1/19 休業式、大掃除、期末體育設施及器材清查
-----	----	----	----------	----------	----	----	----	--



教務處工作報告



壹、目標

- 一、營造良性師生互動，建立學習氣氛。
- 二、設計多元教學活動，擴展學習領域。
- 三、瞭解學生個別差異，發揮適性教學。
- 四、提昇教師專業素養，落實研習進修。
- 五、辦理各項學藝競賽，增進生活知能。

貳、12 年國教課綱

依學校課程發展計畫，以八大學習領域、彈性學習節數分配如下：

一、學習領域：

1. 語文領域——含國文、英語。
2. 數學領域。
3. 自然領域——含生物、理化、與地球科學。
4. 社會領域——含歷史、地理、公民。
5. 藝術領域——含視覺藝術、音樂、表演藝術。
6. 健康與體育領域——含健康教育、體育。
7. 綜合活動領域——含家政、輔導、童軍。
8. 科技領域——含生活科技與資訊科技。
9. 本土語課程——含閩南語、客語、族語。

二、彈性課程（5~6 節）：以學校願景結合學生圖像、教育政策、學校本位、師資結構與特質、與學生需求，以各年級、主題與議題式課程進行教學。

七年級	八年級	九年級
班/週會	班/週會	班/週會
社團活動	社團活動	科學的過程
我是樹	面對未來—跨界閱讀力 1	面對未來—跨界閱讀力 2
女巫的成長	女巫看世界	女巫的愛與關懷
北投守護者	探索的歷程	GGB 動態幾何與推理
本土語課程(部定課程)	正念學習力/簡報表達力	旅讀藝世界

叁、十二年國民基本教育國民小學及國民中學教育階段課程規劃

國民小學及國民中學部定課程及校訂課程之規劃，如下表所示。

單位：每週節數

教育階段 階段 年級 領域/科目			國民小學						國民中學		
			第一學習階段		第二學習階段		第三學習階段		第四學習階段		
			一	二	三	四	五	六	七	八	九
部定課程	領域學習課程	語文	國語文(6)		國語文(5)		國語文 (5)		國語文(5)		
			本土語文/ 新住民語文(1)		本土語文/ 新住民語文(1)		本土語文/ 新住民語文(1)		本土語文(1) 111 學年起實施		
					英語文(1)		英語文(2)		英語文(3)		
		數學	數學(4)		數學(4)		數學(4)		數學(4)		
		社會	生活課程 (6)		社會(3)		社會(3)		社會(3) (歷史、地理、公民與社會)		
		自然科學			自然科學(3)		自然科學(3)		自然科學 (3) (理化、生物、地球科學)		
		藝術			藝術(3)		藝術(3)		藝術(3) (音樂、視覺藝術、表演藝術)		
		綜合活動			綜合活動(2)		綜合活動(2)		綜合活動(3) (家政、童軍、輔導)		
		科技							科技(2) (資訊科技、生活科技)		
		健康與體育	健康與體育(3)		健康與體育(3)		健康與體育(3)		健康與體育(3) (健康教育、體育)		
領域學習節數		20 節		25 節		26 節		30 節			
校訂課程	彈性學習課程	統整性主題/專題/ 議題探究課程	2-4 節		3-6 節		4-7 節		5 節		
		社團活動與技藝課程									
		特殊需求領域課程									
		其他類課程									
學習總節數			22-24 節		28-31 節		30-33 節		35 節		

肆、學習評量

一、作業抽查：

- 第 9 週－英文作業。
- 第 11 週－數學作業。
- 第 15 週－自然作業。
- 第 19 週－國文作業(含作文)。

二、段考日程：

- 七、八、九年級第 1 次段考－10 月 19、20 日。
- 七、八、九年級第 2 次段考－12 月 1、2 日。
- 七、八、九年級第 3 次段考－1 月 17、18 日。

三、九年級複習考日程：

- 第 1 次複習考－9/6～9/7
- 第 2 次模擬考－12/22～12/23

伍、學藝活動與競賽

- 第 2～3 週－七年級圖書館導覽。
- 第 2～17 週－圖書借閱競賽。
- 第 8 週－校內科展報名。
- 第 8 週－七年級查資料競賽。
- 第 9 週－國語文競賽(一)。
- 第 9 週截止－每月一書海報設計競賽(八年級)。
- 第 10 週－國語文競賽(二)。
- 第 18 週－社會知識大競賽。

陸、十二年國教國中生升學制度

入學方式	辦理方式	是否採計國中在校表現	適用
免試入學	登記模式	不採計在校表現	報名人數少於學校招生人數，全額錄取。
	適性輔導入學	1. 不採計在校表現 2. 以「超額比序」制度篩選	申請的學生人數高過錄取人數。
特色招生	甄選入學考試	1. 不採計在校表現 2. 需術科甄選考試(每年 6 月)	音樂美術等藝術才能班及科學班。
	考試分發入學	1. 不採計在校表現 2. 需學科考試分發(每年 7 月)	競爭激烈的明星高中職。

註：超額比序是指報名人數超過招生人數時，決定錄取順序的標準。

臺北市 111 學年度優先免試入學原則：完全中學直升、比鄰小校直升產業特殊需求類科優先入學管道保留外，強化適性擇一優先入學與就近入學。

一、免試入學 約占人數 75%

◎基北區超額比序項目積分表(111 學年度)

項 目		積分計算方式	
		計算標準	上限
志願序		第 1-5 志願 36 分，第 6-10 志願 35 分，第 11-15 志願 34 分；16-20 志願 33 分；21-30 志願 32 分	36 分
多元學習表現	均衡學習	健體、藝文、綜合三領域五學期平均成績及格者。符合 1 個領域 7 分、未符合 0 分	21 分
	服務學習	每學期服務滿 6 小時以上 5 分	15 分
會考成績 (5 月考)	五科	A ⁺⁺ -7 分、A ⁺ -6 分、A -5 分、B ⁺⁺ -4 分、B ⁺ -3 分、B -2 分、C -1 分	35 分
	寫作測驗	6 級 1 分、5 級 0.8 分、4 級 0.6 分、3 級 0.4 分、2 級 0.2 分、1 級 0.1 分	1 分
總積分			108 分

以上積分表，比較的順序為

- 1、總積分
- 2、多元學習表現總積分
- 3、會考總積分
- 4、志願序積分
- 5、會考：國文科等級加標示→"數學"→ "英語"→" 社會"→ "自然"→ 寫作測驗
- 6、依方式增額錄取

二、特色招生

A 甄選入學（藝術、體育、職業類科等；與登記免試入學時間相同）

B 考試分發入學（110 學年度僅師大附中、政大附中、西松高中及海大附中辦理）



學務處工作報告



壹、學生在學校生活重要事項宣導

- 一、每個孩子的背後都有一群熱心奉獻的父母和師長，讓我們親師一起攜手來關心、陪伴孩子成長。
- 二、雖然時代在變，但在孩子的人格養成過程中有些觀念與價值是不變的，像孝順父母、尊師重道、公共道德等，學務處積極推行禮貌運動，我們希望孩子每天能向父母師長請安問好，我們也要求孩子要端正儀容、穿著得宜，期望父母師長大家一起來努力教導孩子，相信他(她)們必然會氣質出眾、彬彬有禮。
- 三、請家長持續關心孩子的生活作息與在校學習情形，務必留意每日到校與返家的時間，以及每日的出缺勤狀況。如有任何異常現象，請儘速與導師、學務處聯繫，再次提醒您**每日查閱孩子的家庭聯絡簿**，多與導師保持聯繫，有大家的關心與協助，孩子必能快樂學習、健康成長。
- 四、持續要求孩子不要涉入以下未成年不得進入的場所，如網咖、撞球場、搖頭夜店…等。並掌握其交友情形，避免受損友影響造成將來的困擾。
- 五、開學初學校有許多生活常規、服儀方面上的規範及請假相關規定，請家長全力配合、協助要求，孩子出門前儘量看一下他的穿著，提醒一下；孩子出現偏差行為，通常從服裝儀容始。
 - (一) 頭髮請務必以整潔美觀為原則，為安全、衛生顧慮，髮長及肩需束髮。
 - (二) 請穿著學校制服、運動服，服儀力求端正。
 - (三) 學生請假請打**請假專線，學校總機：2891-2091**；為預防詐騙電話，請家長確認**來電顯示與人員應為各班導師或本校承辦人**。
 1. 負責請假事宜之承辦人分機：305、307
 2. 導師辦公室分機號碼：

班級	分機號碼	班級	分機號碼
901-904	707、708	701-706	715、716
905-911	705、706	707-709	713、714
801-806	709、710		
807-810	707、708		

*** 請家長於接獲疑似詐騙電話時，第一時間打電話向學校求證。**

- 六、學生事病假應於**三天之內**辦妥請假手續，需到學務處**拿請假卡**給家長、導師簽名後交回學務處**承辦人銷假**，而非一通電話就算請假。
- 七、臺北市政府各機關學校自 105 年 8 月 1 日起開始實施「禁用一次性及美耐皿餐具」，同時為了自身健康及環保觀念，本校配合實施相關具體作法(詳見附件三)。也請家長鼓勵孩子多喝開水，既止渴又健康，不要外帶飲料進到校園違反環保的健康觀念。
- 八、學生攜帶手機，應向學務處依「臺北市立北投國民中學學生手機使用管理辦法」提出申請。
- 九、學生因健康或居家太遠等因素，可向學務處提出免早自習、免升旗申請。
- 十、學校各項宣導或活動訊息會隨時公佈於學校網路上，歡迎家長隨時留意或上網查詢。本校網址為：<http://www.ptjh.tp.edu.tw>。

臺北市立北投國民中學學生服裝儀容規定

104.10.21 服儀委員會修訂通過

105.12.13 服儀委員會修訂通過

106.03.07 服儀委員會修訂通過

107.01.18 服儀委員會修訂通過

108.09.25 服儀委員會修訂通過

110.01.06 服儀委員會修訂通過

110.04.01 服儀委員會修訂通過

111.08.25 校務會議通過

一、穿著運動服及制服時以整齊清潔為原則。

二、鞋子以適於運動且具有保護腳部功能的運動鞋為限，顏色不拘；襪子素色不花俏，長度需高過全部鞋緣。

三、夏季制服：

1. 著短褲，不可訂作，繫皮帶。

2. 著裙子，長度不可短於膝蓋，繫皮帶。

四、冬季制服：

1. 著長褲，式樣以學校樣式為準，除特例外其他不可訂作，繫皮帶，打領帶。

2. 著裙子，式樣以學校樣式為準，打領結，著黑色素面襪。

3. 長袖上衣需紮進長褲或裙子內。

五、天冷時可視個人需求於校服外套內、外加穿禦寒衣物。

六、髮式：以整潔美觀為原則，操作性課程中為安全衛生起見，髮長及肩建議束髮。

七、不可留長指甲，擦指甲油。

八、不可穿耳洞，戴耳環、戒指、項鍊，違者代為保管並請家長領回。

九、不可化妝擦口紅。

十、書包需符合學校規定之樣式，書包上不可裁割、塗鴉、貼紙或訂上金屬物品。如有違反規定，通知家長重新購買新書包。

十一、不可戴角膜變色片、瞳孔放大片。

十二、本規定經服儀委員會討論校務會議通過，奉校長核定後實施，修正時亦同。

參、家長以汽機車接送學生上下學注意事項

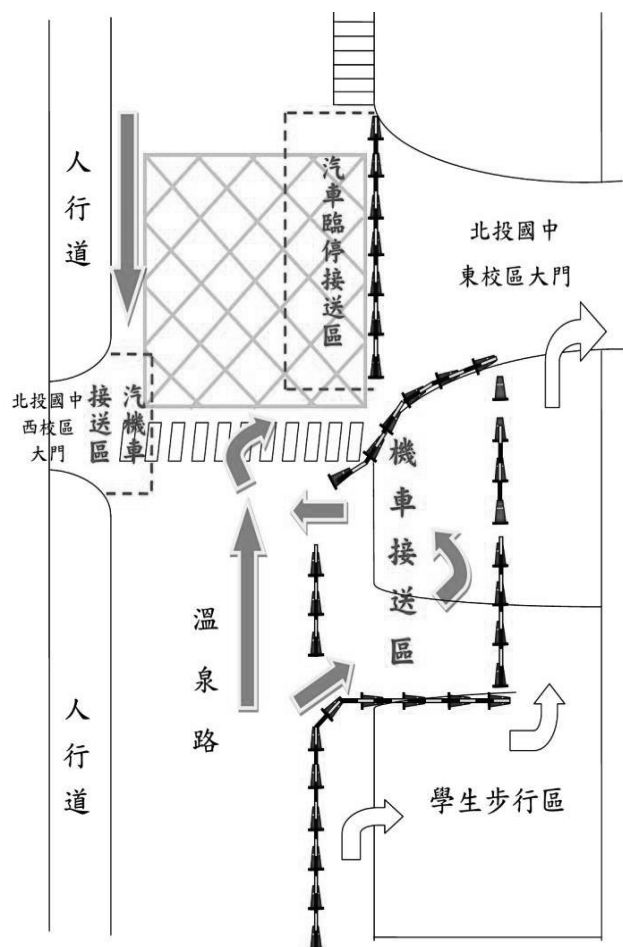
- 一、本校位於路寬不及八公尺的溫泉路斜坡上，來往車輛繁多，且速度較快，因學生人數眾多，為讓孩子有較安全的上下學空間，敬請家長配合本注意事項。
- 二、請盡量讓孩子走路或搭乘公共運輸工具上下學，以汽機車接送反而減少孩子運動的機會，並非最佳選擇。
- 三、步行上學的學生請依指示行走於人行步道上或三角形交通錐護欄內。
- 四、有關接送車輛：

- (一) 請將車子停於**汽、機車接送區**，車輛不可在校門口迴轉。
- (二) 請要求孩子加快上下車速度，以免影響後面車輛停靠或堵住學生的過道。
- (三) 請盡量讓孩子走一小段路再進入校門，以免徒增空氣污染損及師生健康又造成校門口附近堵塞。

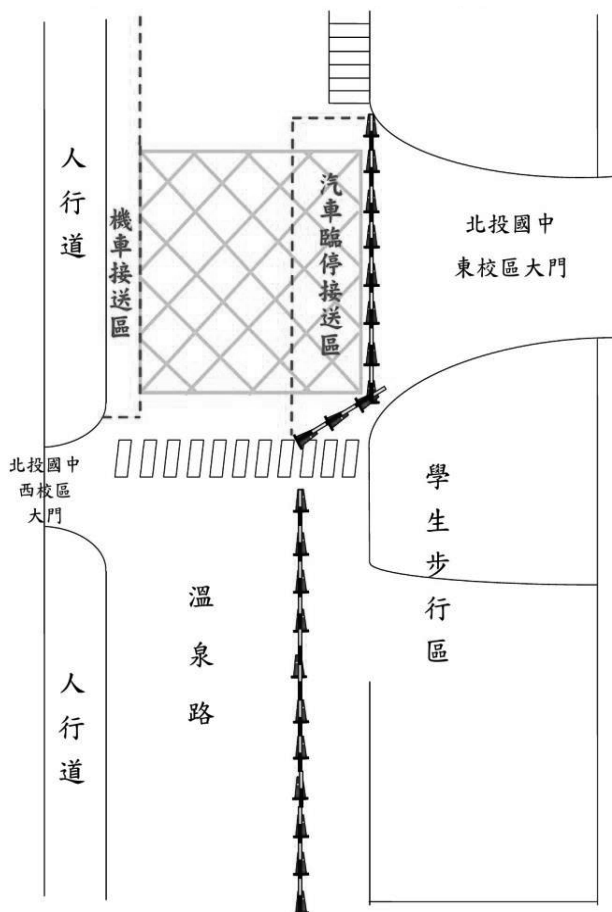
五、感謝各位家長，有您的配合，孩子上下學將更安全、更便利。

家長接送區示意圖：

臺北市立北投國中 109 學年度**學生上學**家長接送區



臺北市立北投國中 109 學年度**學生放學**家長接送區



肆、上課時間表

打掃時間	7：30 — 7：40
早讀時間 升旗晨操	7：40 — 8：20
第一節	8：30 — 9：15
第二節	9：25 — 10：10
第三節	10：20 — 11：05
第四節	11：15 — 12：00
午餐時間	12：00 — 12：30
午休時間	12：30 — 13：10
第五節	13：15 — 14：00
第六節	14：10 — 14：55
第七節	15：10 — 15：55
第八節（輔導課）	16：05 — 16：50

* 感謝家長撥冗參與學校班級事務，學務處期勉以「敬愛、守禮、勤學、負責、勇敢」的核心價值，希冀投中的每個孩子都能努力實踐「懂尊重、有禮貌、勤奮不懈、學而不厭、勇敢向前」，進而擁有更高的自我要求及自我實現，也懇切的請各位家長多多配合學校的各項措施，讓我們一同為孩子的學習、成長與未來共同努力！



伍、政令宣導

一、有關內政部警政署提供「詐欺案例」及連結「165 全民防騙網」。

(一)依據內政部警政署 111 年 5 月 23 日警署刑防字第 1110002867 號函辦理。

(二)為避免學生遭受詐欺犯罪危害之預防及輔導作為專案說明資料—以『養、套、殺』手法實施詐欺案件為例：犯罪集團犯罪集團設置假投資詐騙平台，並於「Youtube」、「Instagram」、「Facebook」及「LINE」等各大社群媒體及通訊軟體散布假投資訊息，以「現賺現領快速領取現金」、「投資翻倍」、「保證獲利、穩賺不賠」、「投資理財、被動收入」、「一時賺錢一時爽」等話術，吸引被害者投資並匯款，進而詐取其錢財。

(三)請善用內政部警政署建置「165 全民防騙網」（網址：<https://165.npa.gov.tw/#/>）。

二、交通部於 111 年 9 月 1 日起至 111 年 9 月 30 日止，辦理「交通安全月」

請力行並提醒孩子「車輛慢看停、行人停看聽」、「車輛於無號誌路口/閃紅閃黃路口宣導」及「行人勿任意穿越路口」等行的安全。

三、敬請關注孩子網路使用及交友狀況掌握，為了的眼睛健康請務必適時要求使用時間。

四、為促進性別地位之實質平等，消除性別歧視，維護人格尊嚴，厚植並建立性別平等之教育資源與環境，特訂定性別平等教育法。

以下進行相關名詞釋義

(一)性別平等教育：指以教育方式教導尊重多元性別差異，消除性別歧視，促進性別地位之實質平等。

(二)性侵害：指性侵害犯罪防治法所稱性侵害犯罪之行為。

(三)性騷擾：指符合下列情形之一，且未達性侵害之程度者：

1. 以明示或暗示之方式，從事不受歡迎且具有性意味或性別歧視之言詞或行為，致影響他人之人格尊嚴、學習、或工作之機會或表現者。
2. 以性或性別有關之行為，作為自己或他人獲得、喪失或減損其學習或工作有關權益之條件者。

(四)性霸凌：指透過語言、肢體或其他暴力，對於他人之性別特徵、性別特質、性傾向或性別認同進行貶抑、攻擊或威脅之行為且非屬性騷擾者。

(五)性別認同：指個人對自我歸屬性別的自我認知與接受。

(六)校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件：指性侵害、性騷擾或性霸凌事件之一方為學校校長、教師、職員、工友或學生，他方為學生者。

五、防制學生藥物濫用資源網 <https://enc.moe.edu.tw/Poster> 宣導相關防制活動、法規宣導及毒品認識及拒毒預防等訊息資源了解。

六、教育部反霸凌專線電話「1953」





總務處工作報告



壹、 總務工作目標

- 一、完善的教學設備
- 二、舒適的學習環境
- 三、安全無虞的校園
- 四、綠色環保的校園

貳、 例行工作項目

- 一、開學前水塔清洗。
- 二、每月定期除草，校園綠美化。
- 三、飲水機水質檢測(三個月一次)。
- 四、電梯保養檢修及高壓電氣設備維護。

參、 本學期重點工作事項

- 一、防災教育的推廣。
- 二、校園安全的維護。
- 三、學校公物的愛護。
- 四、校園綠化美化的推動。
- 五、節能減碳宣導與力行。

肆、 本學期各項工程說明

- 一、新設(北溫)非營利幼兒園裝修工程施工及 111/11/1 幼兒園開辦。
- 二、活動中心新建工程-109/8/25 動工，預計 111/11 完工、112/6 前啟用。
- 三、A、D 棟廁所門片搗擺及無障礙設施改善工程因多次流標，第 4 次招標於 7/21 決標、8/15 開工，上課期間要求廠商注意施工動線、施作安全及降噪，減少影響師生作息。





輔導室工作報告



壹、與您一起協助孩子掌握人生關鍵時刻

一、用心與學習，學生未來之路更寬闊

（一）主動關懷的認輔制度，陪伴孩子成長：

1. 個案輔導：輔導教師團隊提供專業個案輔導，給孩子最好的支持（責任班參見附件七）。
2. 認輔資源：教師及志工多年經驗及持續專業精進、傳承，以真誠用心的關懷、溫暖的雙手，使北投國中輔導網絡更加綿密、周全。
3. 專業支持：駐區學校社工員專業資源的進駐，導入、提供親師生整體系統的支援。
4. 社區網絡：善用社區輔導資源網路（學生輔導諮商中心、少服中心、少輔會、中途學園等）引導適性發展，提供多元照顧。

（二）健全完善的生涯發展教育：

輔導室團隊透過建置「生涯領航儀表板-生涯輔導記錄數位化手冊」，協助學生清楚掌握自己的學習歷程，提昇學生在九年級升學選校時做出最佳選擇的信心。課程簡介：

1. 七年級：透過課程及生涯檔案建置，協助學生了解生涯規劃教育基本概念並進行自我探索。
2. 八年級：鼓勵學生伸展多元學習觸角，透過參與各類活動發覺自己的興趣與志向，發展個人的優勢能力；辦理職業試探及社區高職參訪活動，引導學生認識職業世界以及升學進路。
3. 九年級：透過課程、各類宣導及升學選校諮詢，協助學生依據個人學習狀況與興趣志向進行生涯規劃，做出最好的選擇。

（三）性別平等教育建構正向的價值與態度：

青少年階段對性別課題充滿好奇又勇於嘗試，是建立正確性別互動與尊重態度的最佳時機，輔導室結合領域課程融入議題教學、宣導講座，適時傳遞正確資訊給孩子，讓學生懂得自我保護並尊重彼此。

（四）豐富的職業試探課程，引導學生認識不同職業類科：

1. 八年級社區高職參訪：於本學期第二次段考（111年12月2日）下午，帶領全體八年級學生分別參訪兩所職校，實地體驗不同職群的學習主題與職場特質，以利九年級選修技藝教育學程及未來生涯發展與進路選擇之參考。
2. 職業輔導研習營：寒暑假期間，提供臺北市高職各類科的課程活動，讓孩子在全日

課程安排中，更深入了解該類科。學生可自由報名參加多梯次營隊。

3. 技藝教育課程：未來有志就讀高職的九年級學生優先參與，表現優異同學有機會獲得申請「技優生」入學的管道，增加進入公立學校機會。本學期報名參加之課程如下(報名參見附件八)：

- 【士林高商】：商業與管理職群、設計職群。
- 【泰北高中】：設計職群、藝術職群。
- 【惇敘工商】：動力機械職群、電機電子職群、土木建築職群。
- 【開南中學】：餐旅職群。
- 【稻江護家】：家政職群、餐旅職群。
- 【馬偕護專】：醫護職群。
- 【幼華高中】：商業與管理群-電子競技。

(五) 多元能力開發教育，啟發學生學習動力：

邀請稻江護家餐飲管理科林嘉莉老師開設「天才小廚師」、什木工地木工教室江鳴謙老師開設「手作木工班」課程，激發潛能開發，建構多元能力。

(六) 生命教育議題融入各個領域課程、小團體輔導及宣導活動辦理：

全體教師與輔導室團隊共同投入學生情緒管理、解決問題能力的養成，實踐引導每個孩子成為身心健康、珍愛自己、尊重生命的全人教育。

(七) 細膩完備的特殊教育，照顧每一個有需要的孩子

1. 特殊教育：天使的孩子需要更多細膩的照顧，一流的特教專業團隊，規劃完整的個別化教育，讓孩子的成長都有屬於自己的天空。
2. 資源教學：針對情緒障礙、學習障礙及自閉症的孩子，提供國文、英語、數學及特殊需求等個別化教學，設計適合他的學習內容與教學方式，讓孩子的學習更有效
3. 資優教育：專業數理師資設計加深加的課程內容，重視學生個別化特質，創造學習的高峰經驗。
4. 特教服務：在情緒與學習上需要協助的孩子，由專業的資源班教師提供完整的個別輔導服務，不僅關心孩子的課業，最主要的是協助他們與班級同學有更愉快的相處與相互扶持。

二、成長與合作，學校與家庭雙倍加分

(一) 家長也是輔導高手

為您邀請專業督導，以工作坊形式(本學期預定實施辦理 12 小時)增進認輔志工專業知能與輔導實務能力，歡迎加入本校認輔志工行列。

(二) 一起貼近孩子的心

1. 輔導室於 111 年 7 月 15 日辦理家庭教育講座，邀請親子天下作者澤爸分享「打開

親子溝通的黃金之鑰」，獲得家長熱烈迴響，歡迎家長日後繼續追蹤北中 FB 或校網資訊，參與親職講座，一同與孩子學習及成長。

2. 若家長有長期進修規畫，第 30 期「父母成長班」即將熱烈開課，歡迎成長學習再充電。詳細課程內容如後，並同步公布於學校校網首頁，場場精采、名額有限，熱烈報名中！

貳、特教宣導：普通班學生與家長也需瞭解的『特殊教育』（參見附件十）

參、親職專題(參見附件十一)：

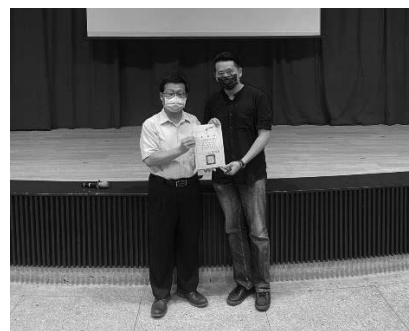
一、等待與尊重 最難的教養功課；

二、承接孩子的情緒安全網，從「願意陪伴的承諾」開始(參見附件十)

三、我和我的孩子：一本給家長的手冊(青少年篇)

教育部 111 學年度針對國中七年級新生家庭，分別發送《我和我的孩子——本給家長的手冊》青少年篇親職教育手冊，本校已發放給七年級同學來轉交家長，針對家有青少年階段孩童的家長可能面對之親職課題，透過簡單易懂的條列式小提醒，協助家長快速檢視自己、孩子及親子互動的需求，輕鬆學習親職知能及技巧。

請掃 QR CODE 連結觀看詳細內容 →



臺北市立北投國中服務學習實施計畫

110 年 9 月 6 日行政會議修正通過

一、依據

依臺北市政府教育局北市教中字第 10140376300 號函頒「基北區十二年國民基本教育免試入學超额比序『服務學習』採記規定」辦理。

二、目的

- (一)增進學生關心自己、關懷生活環境及參與公共事務的意願與熱忱。
- (二)輔導學生認識生命的意義，培養多元價值觀，啟發學生人文關懷的精神。
- (三)提供學生回饋學校、鄰里、社區及社會，從生活體驗中，落實五育適性發展的全人教育。

三、對象：本校學生。

四、服務範圍與服務時間

〈服務範圍〉

- (一)各學習領域之服務學習課程。
- (二)學校各處室提供之校內服務性活動。
 1. 交通類：交通服務、糾察等相關類型。
 2. 環保類：全校性資源回收分類、環保尖兵、衛生糾察等相關類型。
 3. 學術類：圖書館、實驗室、體育器材等相關類型。
 4. 典禮類：司儀、音控、旗手、會場引導、訓練服務等相關類型。
 5. 文書類：各處室小義工。
- (三)班級性服務類：經學校學務處核可之班級性服務志工。
 1. 寒暑假返校護校服務。
 2. 社區資源回收服務。
 3. 愛護鄰里社區服務。
 4. 校園美化綠化服務。

註：班級性服務之活動由導師代表申請，並選擇適當時間由導師帶隊參與該項活動。

- (四)本校學生社團經校方核可辦理之非政治性、商業性、營利性等的服務學習活動。
- (五)政府立案之人民團體、法人、服務機關(構)辦理之服務學習活動。

〈服務時間〉

類別/ 時間	7 年級上學期	7 年級下學期	8 年級上學期	8 年級下學期	9 年級上學期
班級性 服務活動	1. 寒暑假返校護校 (額外申請) 2. 愛護鄰里社區服務 3. 校園美化綠化服務 4. 綜合活動領域課程	1. 寒暑假返校護校 (額外申請) 2. 愛護鄰里社區服務 3. 校園美化綠化服務 4. 環境教育	1. 寒暑假返校護校 (額外申請) 2. 愛護鄰里社區服務 3. 校園美化綠化服務 4. 綜合活動領域課程	1. 寒暑假返校護校 (額外申請) 2. 愛護鄰里社區服務 3. 校園美化綠化服務 4. 環境教育 5. 綜合活動領域課程	1. 寒暑假返校護校 (額外申請) 2. 愛護鄰里社區服務 3. 校園美化綠化服務
校內性 服務活動	交通類、環保類、 學術類、典禮類、 文書類。	交通類、環保類、 學術類、典禮類、 文書類。	交通類、環保類、 學術類、典禮類、 文書類。	交通類、環保類、 學術類、典禮類、 文書類。	交通類、環保類、 學術類、典禮類、 文書類。
校外性 服務活動	自由選擇	自由選擇	自由選擇	自由選擇	自由選擇

註:以社團活動時間、假日、課餘或適當時間進行服務，利用課堂時間所進行之服務不列入本志願服務學習認證(除特殊狀況經學校學務處認可)。

五、實施方式

- (一)學校所提供服務學習之訊息，於開學前公告，並適時更新。
- (二)學生每次參加服務活動，均應取得服務主辦單位或服務對象(承辦人)之證明章記。
- (三)校內服務學習活動，活動前必須至學務處申請(附件一「校內服務學習活動申請表」)，並由指導老師／導師協同指導，以確保其教育意義及活動之正當性與安全性。
- (四)班級參加校外服務學習時，於5日前至學務處提出申請(附件二「校外服務學習活動申請表」)，申請前須取得家長之同意，並於申請時一併附上家長同意書(附件二-1「校外服務學習活動家長同意書」)。
- (五)個人參加校外服務學習時，事前至學務處領取申請表(附件三「校外服務學習活動申請表-個人」)，請家長簽妥同意書、並填妥申請表、取得服務單位認證章後繳回學務處訓育組。

六、認證方式

- (一)校內各行政單位之服務學習時數，由各單位組長或主任簽章證明與採計。
- (二)校內之全校性活動之服務時數，由主辦單位組長或主任簽章證明與採計。
- (三)教師或學生社團安排之服務活動，由主辦教師、社團指導老師或服務對象(承辦人)簽章並由單位主管證明，其服務學習時數由學務處訓育組採計。
- (四)參加校外服務學習者，由申請人將服務學習時數之證明文件，送交學務處訓育組採計。

七、考核與獎勵

- (一)每位學生至少服務3學期每學期6小時。(已記獎勵之勞務工作及銷過改過之服務不得重複登錄時數，如班級幹部、社團幹部、校隊等，但如為額外性之工作則可登錄。)
 - (二)由教師或業務單位安排之服務學習者，於活動結束後，由教師或業務單位(承辦人)將「學生服務學習證明」，送交學務處訓育組查核。(若為校外團體申請者，由申請人將「學生服務學習證明」，送交學務處訓育組查核。)
 - (三)若為個別服務學習者，於每學期結束前，由各班班長收齊「學生服務學習證明」，送交學務處訓育組查核。
 - (四)每學期服務時數達20小時以上者，學務處發給獎狀以茲鼓勵；服務時數達30小時以上者，予以嘉獎表揚。
 - (五)學生參與服務學習之表現，得列為本校學生各項升學或志工表揚推薦之參考要項。
- 八、本實施計畫經行政會報討論，陳校長核定後實施，修訂時亦同。

臺北市立北投國民中學學生手機及穿戴式裝置使用管理辦法

106.1.17 校務會議通過

111.08.25 校務會議修正通過

一、目的：為讓家長於上放學期間確實掌握學生行蹤，並避免學生濫用手機，造成家長與學校之困擾，及培養學生正確使用手機之觀念與禮節，專心課程學習以避免影響課堂安寧與秩序，特訂定本辦法。

二、對象：全校學生

三、申請時間：每學期開學後第一週統一申請，如學期中另有需求，可新增申請。

四、申請方式：

(一)學生於每學期開學第一週填具同意書，向學務處生教組提出申請。

(二)學生須經家長或監護人同意及確實瞭解手機使用規定，並切結遵守。

(三)各班請導師彙整名冊送學務處核備，始准予攜帶手機入校。

(四)如開學未申請，並於學期中有申請需求，可至生教組領取申請表申請。

五、學生手機使用規定：

(一)穿戴式裝置(指具備傳輸、通訊、錄音錄影及照相功能之裝置)，視同手機管理，請進行申請統一保管；未申請攜帶者通知家長將物品帶回保管。

(二)學生手機使用係為方便學生與家長聯繫、溝通；不得為交友、聊天、拍照、攝影、傳收簡訊、聽音樂及玩遊戲使用。

(三)使用時間限於上學進入校門前及放學離開校門後使用，**嚴禁在校期間使用**。

(四)若有緊急事件需與家長聯繫，經導師或學校老師同意後，方可至學務處領取使用。

(五)手機由學務處或導師於早自習後統一清點保管，並於放學發還，遺失、損壞學校恕不負任何賠償責任。

(六)手機及穿戴式裝置若未依規定交付保管，於上學期間開機使用或發出聲響，經查獲，由學務處通知家長取回家中保管至下次段考，(取回期間不可再帶至學校)，累犯者依校規處分並取消其申請資格，該學期不得再帶手機及穿戴式裝置到校。考試時間違反規定，依情節以違反考場規定論處。

(七)學生若利用手機從事不法行為，依情節輕重處以小過以上之處分。

(八)手機借予他人違規使用，所有人及當事人均視為違規。

(九)**未經申請攜帶手機到校，即依累犯規定處理**。

(十)家長如需於在校期間與學生連絡，請打學務處電話(02)28912091#300~304，代為轉知。

六、本辦法經校務會議核可後實施；修正時亦同。

臺北市立北投國中「校園禁用一次性及美耐皿餐具」實施說明

- 1、依臺北市教育局來文，本校自 105/08/01 起，全面禁止提供及販賣杯水及塑膠瓶裝水；如有供餐，不得使用一次性及美耐皿餐具。

★**一次性餐具：**指具有餐飲消費者一次使用且用過即丟之特性，而設計加工製成之下列產品：

1、塑膠類：

杯、碗、盤、內盤、碟、餐盒、湯匙、刀、叉、攪拌棒、杯水及塑膠瓶裝水。

2、紙類：

杯、碗、盤、內盤、碟及餐盒(扁紙杯除外)。

3、竹製及木製類：

免洗筷、竹製餐盒、竹叉、竹製攪拌棒及木製餐盒。

★**美耐皿餐具：**指以三聚氰胺-甲醛樹脂製成，供餐飲消費者使用之杯、碗、盤、碟、餐盒、筷子及湯匙。

- 2、為了維護良好的個人健康及生活環境，希望家長及學生能共同攜手配合校園垃圾減量運動，多多使用環保性餐具(如：環保杯、環保碗筷、環保餐盤、環保器皿…等)，你我犧牲一點點的不方便，可造就我們擁有更環保美好的生活環境及健康的身體，能使學校的垃圾逐步的減量，打造更美好的校園環境，非常感謝大家的協助！

- 3、以下幾點具體做法，懇請家長們共同配合指教：

(1)本校自 105/8/29 起不再回收杯水及塑膠瓶裝水。

(2)自 107 學年開始不再回收紙杯、紙餐盒等紙餐具，請配合多加使用環保餐具。

(3)因校園內不再販售塑膠瓶裝水，煩請家長代為提醒孩子攜帶環保杯、環保水壺。

(4)在學校早、午餐食用的餐具能以環保餐具替代一次性餐具。

★**本校資源回收分類**

1、紙類：書本、參考書、報紙、一般白紙、攤平的紙盒、紙箱。

2、紙飲料盒：牛奶盒、鋁箔包(請壓平並將吸管取出)。

3、塑膠瓶罐：養樂多瓶、玻璃清潔劑空瓶、浴廁清潔劑空瓶。

4、塑膠類：有回收標誌之塑膠類、塑膠杯(請將薄膜及吸管取下)、食品包裝內盒、3C 用品包裝內盒、布丁盒。

5、其他回收物：電池、光碟片、玻璃瓶、鋁罐、鐵罐、小型廢棄家電、雨傘。

★**一般垃圾(不回收)：**塑膠袋、塑膠布、塑膠墊、保麗龍、木頭、陶器、瓷器、玻璃、吸管、薄膜、碎紙屑、紙團。

學務處 衛生組 感謝您 111.9.

「女性生理用品補助計畫」 推動內涵及兌換方式

自 111 年 3 月 7 日起，每月派送本市國中女學生生理用品兌換券 2 張，提供學生自行至全臺萊爾富兌換生理用品，融合性平教育精神，期使學生正向看待月經議題。

(一)實施期程及兌換日期：111 年度 3 月至 12 月的每月 7 日

實施對象：本市公私立學籍之國中女學生

(二)實施方式：由臺北市政府教育局親師生平台(酷課 APP)派發商品兌換券，學生配合通路商 所提供之可兌換生理用品品項，進行選擇並兌換。

每生一個月各有 2 張商品兌換券，限當月兌換 完畢。

(三)兌換券須使用「學生本人」之帳號密碼登入方能取得，無法透過家長帳號親子綁定之方式取得。

(四)三種兌換方式提供學生依需求選用：

- 1、使用電腦：以學生帳號密碼登入親師生平臺，列印兌換券。
- 2、使用手機：以學生帳號密碼登入酷課 APP，秀出兌換券條碼。
- 3、逕至超商列印小白單：學生可記住兌換券之條碼編號，至萊爾富門市以 Life-ET 機器列印小白單。



臺北市立北投國民中學校園防疫相關措施

學生部分：

1. 早上入校門請先在校門口量完額溫再進入校園。
2. 如果學生有確診或是同住家人確診，請告知導師或是健康中心，需在家休息七天後再返校復課。
3. 請導師協助檢視學生每日出缺勤狀況，學生有請假缺席的情形，務必請老師打電話詢問原因，若因發燒、感冒(呼吸道疾病)、傳染病確診等原因請假，請導師主動通報健康中心，以利後續班級防疫工作的進行，避免疾病擴散。
4. 若有超過 37.5°C的同學或有呼吸道症狀，請用紅筆登記，請告知老師並戴上口罩並直接前往健康中心等待區做進一步處置。
5. 請學生家長協助學生準備口罩供個人防疫使用；學生有呼吸道症狀務必配戴外科口罩、平時需勤洗手、不握手、用餐不共食，以杜絕病毒、細菌傳播。
(請學生帶 2 個口罩放書包備用替換，無外科口罩可用一般口罩備用)
6. 班級每週一次漂白水消毒環境，可視班級狀況增加消毒次數，請帶著防疫水桶到健康中心領取漂白水使用，**班級累計消毒滿十日，可申請班級一日便服日。**
7. 若同學一旦發現感冒發燒咳嗽症狀，應立即就醫，請假在家休養，避免病毒擴散，直到發燒感冒症狀解除後 24 小時再返校上課。
8. 期初發給各班防疫物品如下：**【防疫物品務必妥善保管，若遺失恕不補發，若遺失或損壞請至合作社購買使用】**
☐防疫專用防疫水桶*1 ☐香皂*1

臺北市立北投國中新冠肺炎(COVID-19)開學防疫措施簡表

	項目	辦理事項/發生事件	應變處理	備註
個人健康管理	體溫量測	在家出門前自行量測體溫，發燒在家休息就醫不上學	在家測量耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ；額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ 者請儘速就醫並在家休息	1. 未到校需告知導師請假 2. 因發燒不核予假別，不列出缺席紀錄，以防疫假處裡 3. 防疫假不影響成績
	咳嗽呼吸道症狀	每日上學前請家長主動關心子女/學生身體健康並量測體溫	咳嗽、非過敏性流鼻水等呼吸道症狀，請儘速就醫並在家休息	
	衛生教育	加強勤洗手、不握手	餐前、便後、進班前、離校前、到家後應即洗手，以拱手代替握手	洗手臺備有肥皂
		呼吸道衛生與咳嗽禮節	噴嚏、咳嗽掩住口鼻，擤鼻涕後洗手	避免飛沫或接觸感染
		儘量避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所	出入密閉空間戴口罩	
		不共飲、不共食、不共用餐具	不與人共喝飲料、共吃食物、共用筷子、吸管、湯匙	
	口罩備用	自行準備口罩備用(請多準備幾個備用)	發燒、咳嗽或呼吸道症狀應戴上口罩	
	校內臨時體疾患	注意自身發燒、咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀	1. 有發燒、咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀，立即戴口罩並到健康中心 2. 健康中心依相關規定作業	
	其他	同住親友正在居家隔離/居家檢疫	1. 需告知導師及健康中心 2. 戴口罩、勤洗手、保持 1.5 公尺距離	如有不適症狀請撥打 1922
	公車捷運大眾運輸工具防疫	搭乘時避免用手碰觸口耳鼻並需配戴口罩	1. 下車時，應立即洗手 2. 公車/捷運為密閉空間，搭乘者請配戴口罩，如咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀應避免搭乘，或配戴口罩並與他人保持距離	
	校門防疫	防疫期間，進入校園之教職員工學生與訪客來賓實施體溫量測	1. 教職員工生於進入校門時進行體溫量測，額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ 者通知護理師進行安置、複測，耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ 者立即離校就醫 2. 進入學校，應立即洗手 3. 如有咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀須配戴口罩，建議就醫並告知健康中心 4. 學生入班均需測量耳溫並登記在體溫紀錄表上，早上 8:30 及下午 13:30 前交回學務處，班級遲交累計三次，需全班留下來做校園漂白水消毒之防疫工作	
	體溫量測		由負責同學協助進行班級體溫量測並登錄在體溫登記表，如有額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ 者應立即告知導師，並陪同至健康中心由護理師進行安置、複測	

	外賓訪客	來訪外賓、廠商、家長、校內工程人員進入校園	1. 進入校園需配戴口罩，未配戴者禁止進入校園 2. 由警衛協助進行體溫量測、手部消毒(噴灑酒精)	警衛室協助管制
校園消毒	環境消毒	教室、辦公室、專科教室漂白水稀釋後進行擦拭、拖地 經常接觸之物品表面(門把、桌面、電燈開關、樓梯扶手或其他公共區域) 體育設施與球具	1. 教室每週消毒至少一次，並派人至健康中心領取漂白水，返回班級稀釋後進行擦拭，稀釋比例 1:100(500ppm) 2. 專科教室任課教師指導學生進行消毒擦拭；學生於進入專科教室前與離開專科教室後應洗手 3. 體育設施定期消毒擦拭，各類球具借/還請班級維持清潔擦拭消毒 4. 班級消毒工作累計十日，可申請一日班級便服日	專科教室使用教師應指導班級學生進行漂白水消毒擦拭，防疫物資如有個別需求請向學務處健康中心提出 洗手臺備有肥皂，若用完請到健康中心領取，如有個別需求請向學務處健康中心提出
	個人消毒	加強勤洗手	進出各專科教室、碰觸各類公共設施後應立即洗手	
教室通風	門窗打開	打開教室窗戶、氣窗使空氣流通，維持通風良好	1. 中午吃飯期間開放冷氣時，須於教室對角線/前後對應窗打開，以確保通風良好 2. 開冷氣為密閉空間，請務必戴上口罩 3. 冷氣濾網、風扇葉扇定期清洗	盡量減少開冷氣，開冷氣為密閉空間，請戴上口罩
師長關心	導師與師長關心	關心並注意同學平時出缺席狀況 注意同學發燒、咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀	1. 有發燒、咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀應立即配戴口罩並至健康中心 2. 每日班級體量測記錄至體溫登記表再送回學務處 3. 健康中心依相關規定作業	班級導師及健康中心
通報作業	疑似感染、疑似確感	如發現疑似感染嚴重特殊傳染性肺炎通報衛生局或撥 1922 轉診	突發群聚疫情，依規定通報教育主管單位，召開緊急應變小組會議並協同地方衛生機關(台北市衛生局)處理	
確診個案	確診個案	確診案例之接觸者(同班同學、授課教師、社團同學、社團教師...等)	衛生單位開立居家隔離通知書，隔離至與確診病例最近接觸日後 14 日	生教組至「教育部校園安全通報網」進行校安通報
			暫停各項大型活動(如班際活動、校慶運動會、園遊會、取消跑班授課(如自主學習、多元選修、社團))	
停課	停課標準	1 班有 1 位師生列為確診病例，該班停課 1 校有 2 位(含)以上師生列為確診病例，該校停課 1 鄉鎮市區有 1/3 學校全校停課，該鄉鎮市區停課 若為跑班課程，1 班有 1 位師生列為確診病例，該師生修課課程停課		各縣市、各區域全國之停課，依指揮中心公布為實施依據

◎防疫期間，幼兒園到高中屬特定人員上課，教職員工生進入校園進行體溫量測一律配戴口罩(若無醫療口罩，布口罩及一般口罩均可)，唯須注意室內通風良好，盡量維持社交距離；來訪之貴賓進入校園一律配戴口罩並進行體溫量測。

班級漂白水消毒檢核表

班級：

負責檢核同學：

消毒工作重點：+

【確實執行漂白水消毒請衛生組長登記在下方，學務處不定期抽查】

- (一) 使用漂白水消毒請注意安全，勿嬉鬧或任意潑灑，以免造成傷害。
- (二) 請衛生股長帶防疫水桶到健康中心，領取漂白水回教室後，加水加到水桶標線，用抹布擦拭講台、桌子、椅子、門把、窗台設施等，進行清潔與消毒。
- (三) 擦拭後剩下來之漂白水倒入拖把水桶再用拖把拖地，剩餘水請直接倒入洗手槽。
- (四) 不可與其他清潔劑混合使用，以防降低消毒功能及產生化學作用。
- (五) 擦拭消毒的接觸時間建議超過 10 分鐘，之後可再以清水擦拭，以降低異味。
- (六) 清潔消毒完後請同學務必要用香皂或清水洗手，保持清潔。

檢核表在班級體
溫登記表後方，
請導師幫忙協助
簽名認證，再到
健康中心申請一

日期 ^ρ	前後門把 ^ρ 及電燈開關 ^ρ	窗台、講桌 ^ρ	學生桌面椅子 ^ρ	教室地板 ^ρ	班級導師簽名 ^ρ
範例 1/1 ^ρ	√ ^ρ	√ ^ρ	√ ^ρ	√ ^ρ	○○○ ^ρ
ρ	ρ	ρ	ρ	ρ	ρ
ρ	ρ	ρ	ρ	ρ	ρ
ρ	ρ	ρ	ρ	ρ	ρ
ρ	ρ	ρ	ρ	ρ	ρ
ρ	ρ	ρ	ρ	ρ	ρ
ρ	ρ	ρ	ρ	ρ	ρ
ρ	ρ	ρ	ρ	ρ	ρ
ρ	ρ	ρ	ρ	ρ	ρ
ρ	ρ	ρ	ρ	ρ	ρ
ρ	ρ	ρ	ρ	ρ	ρ
ρ	ρ	ρ	ρ	ρ	ρ

請至健康中心申請一日便服日。

健康中心認證簽章：
學務處便服日登記：

校內發燒感冒症狀，會讓學生帶此就醫單就診，可用此請假或是請醫師開立診斷書或就診證明，再至學務處辦理請假手續。

臺北市學校校園就醫單

親愛的家長您好：

貴子弟因於學校出現身體不適之症狀，為更詳細了解孩子的健康狀況，惠請家長於就醫時，攜帶「校園就醫單」請家長及醫師協助填寫，如果有確診 A、B 流感或腸病毒，並先電話通知學校健康中心 28912091-308、303，俾利學校提供孩子更完善的照顧，並建立更安全的校園防疫機制。

學校名稱：台北市立北投國中 班級座號：

姓名：_____ 發病日期：_____

就診醫院名稱：

就醫日期：

症狀：☐發燒☐頭痛☐肌肉酸痛☐咳嗽☐流鼻水、鼻塞☐喉嚨痛☐腹瀉
☐身上起紅疹、水泡☐其他

診斷名稱：☐一般感冒☐流感☐水痘☐腸胃炎☐其他

是否快篩：☐否 ☐是，結果為_____流感。

建議事項：

醫療院所醫師簽章：

北投國中常見傳染病 處理流程

110.8.31日防疫會議通過制定

疾病	症狀	通報定義	請假天數	處理流程
發燒	耳溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ ，合併頭痛、腹痛、流鼻水、咳嗽等感冒症狀。	需通報導師及健康中心	病假至無發燒24小時過後才可到校上課	1. 落實生病不上課，請假在家休息，不要帶病上課。 2. 無發燒後返校須戴上口罩，注意呼吸道禮節。
流感	1. 突然發燒（耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ） 2. 肌肉酸痛或頭痛或極度倦怠感。	1.快篩確診(A或B) 2.無快篩，但醫師懷疑是且服用克流感(Tamiflu，口服)或瑞樂沙(Relenza，噴劑)者一律要通報	公假5天 (需附診斷書或校園就醫單)	1. 若確診或疑似個案 -> 請導師主動通知衛生組或健康中心->預約班級紫外線消毒時間。 < 導師得知學生確診時應立即通報，避免班級疫情擴散 > 2. 宣導勤洗手，注意呼吸道禮節。 3. 請學生勿共食，勿共飲。 4. 落實生病發燒不上課，請假在家休息進行自主健康管理。
腸病毒	1. 手足口病：口、手掌、腳掌及或膝蓋、臀部出現小水泡或紅疹。 2. 疱疹性咽峽炎：發燒且咽部出現小水泡或潰瘍。	1.經醫師確診 2.醫師懷疑疑似腸病毒或咽峽炎者一律要通報	公假7天 (需附診斷書或校園就醫單)	1. 若確診或疑似個案，請主動通知導師及健康中心。 2. 需在家休息進行自主健康管理，補習班也暫勿上課。 3. 需等到水痘都完全乾燥結痂才能返校上課。
水痘	皮膚出現水皰，疹子由軀幹開始往四周散佈。	1.經醫師確診 2.醫師懷疑疑似水痘者一律要通報	公假7天(含假日) (需附診斷書或校園就醫單)	1. 若確診或疑似個案，請主動通知導師或健康中心。 2. 在家休息，補習班也暫勿上課。 3. 勤洗手，注意個人腸胃道衛生，不要與人共食。
諾羅病毒	每日腹瀉三次以上且合併下列任何一項以上： 1.嘔吐 2.發燒 3.黏液狀或血絲 4.水瀉	經醫師確診 需通報導師及健康中心	公假2天 (需附診斷書或校園就醫單)	1. 若確診或疑似個案，請主動通知導師或健康中心。 2. 在家休息，補習班也暫勿上課。 3. 勤洗手，注意個人腸胃道衛生，不要與人共食。
紅眼症	眼睛刺痛、怕光、易流淚、大量黏性分泌物。	經醫師確診 需通報導師及健康中心	公假1-2天 (需附診斷書或校園就醫單)	1. 若確診或疑似個案，請主動通知導師或健康中心。 2. 復原前不可以下水游泳。 3. 注意眼部及手部清潔。

臺北市立北投國中健康促進相關議題宣導說明

「愛 “Eye” 」視力保健須知

不要讓孩子的『眼睛』輸在起跑點上，請共同珍惜愛護孩子的眼睛。

根據統計資料近視盛行率逐漸上升，年紀愈小增加愈明顯，小學一年級已達 20.4%、六年級 60.6%，國中三年級 80.7%。近視發生的年齡越小，加深速度越快，轉變為高度近視越高。「近視是一種眼球病變，罹患近視就不可能再回復到原來的視力了」。所以預防近視應從小做起，為減緩兒童太早罹患近視，惟小孩在家中的用眼習慣與環境，必須家長配合。

壹、視力不良的原因：

『長時間近距離不當用眼是近視主因』及『眼睛太早過度使用』

* 電視節目的增加導致電視兒童的普遍。

* 現今的幼兒很早開始看書寫字，為了不輸在起跑點的口號，造成了後遺症。

貳、近視的後遺症：

近視發生的年齡越小，加深速度越快，轉變為高度近視越高，而 600 度以上的高度近視引發視網膜剝離、青光眼、黃斑部出血、白內障等併發症的機率越高，最後導致失明機會也變大！

參、如何保護視力：

1. 眼不見為淨——以錄音機取代電視，增加用耳學習的方式，避免過度用眼的活動。
2. 常做望遠凝視——根據醫學報告，唯有時常望遠凝視，才能真正讓睫狀肌鬆弛避免近視的發生，每次 3-5 分鐘，讓眼部睫狀肌休息，多走向大自然可放鬆眼肌。
3. 定期做視力檢查——視力有問題宜找合格眼科醫生檢查，如果是假性近視，注意用眼習慣及寫字姿勢，好好保護眼睛，會自己好轉。
4. 良好的讀書環境——
 - (1) 室內光線要充足，反光角度要清除——桌上檯燈置左前方，房間日光燈由左後方照，不能只開桌燈，燈管擦乾淨。
 - (2) 閱讀及寫字的姿勢——書本與眼睛距離 30~40 公分。
課桌椅高度——端坐後眼睛與桌面距離 40 公分以上。
 - (3) 用眼 30~40 分鐘休息 10 分鐘，尤其打電腦要用 3010 愛眼守則，操作 30 分鐘休息 10 分鐘，眼睛與螢幕平行、距離 70~90 公分。
 - (4) 不要使用顏色太淺的鉛筆及格子太小的筆記本。
 - (5) 不要躺在床上及搖動的車上看書，以免眼睛疲勞。
 - (6) 看電視距離為電視畫面對角線 6~8 倍，室內仍須亮燈光，每天看電視時間不要超過 1 小時。
5. 攝取均衡適當的食物、不偏食，多吃新鮮蔬果，補充維他命 A，有易眼睛健康。
6. 充份的睡眠，適當的戶外運動，例假日陪孩子接近大自然，走向青山綠水的懷抱中。
7. 發現子女眼睛有眯眼、斜視、視力異常等現象，應帶往眼科醫生檢查。

美麗人生從眼睛開始 讓我們共同來愛護孩子的眼睛

健康中心 關心您

愛滋病防治宣導

一、愛滋疫情現況：

台灣愛滋防疫見效，108 年新增感染人數為 1599 人，已連續 2 年下降，創近 10 年來同期新低，防治成績傲視國際。根據最新統計數據，愛滋感染疫情已經反轉，每個月新發人數持續下探，且年輕族群的下降非常明顯，20 至 24 歲新發感染者人數已經位居第三。人數第一多為 25 至 29 歲、第二名 30 到 34 歲，也顯見青壯族群是未來的防治重點。根據疾管署統計，截至 108 年 11 月 26 日，台灣愛滋感染人數累計 3 萬 9514 人，其中今年新增 1599 人，較去年同期減少 202 人，降幅達 11%，新增感染者數已連續 2 年下降，為 2010 年以來同期最低數。其中以 20 至 24 歲下降最多，較去年同期減少 118 人，降幅為 31%。

二、愛滋病知識(摘自疾病管制署全球資訊網 <http://www.cdc.gov.tw/>):

(一)認識愛滋病毒

愛滋病是由人類免疫缺乏病毒(簡稱愛滋病毒)所引起的疾病。是一種經由性行為、血液或母子垂直傳染的疾病。愛滋病毒會破壞人體原本的免疫系統，使病患的身體抵抗力降低，當免疫系統遭到破壞後，原本不會造成生病的病原體，變得有機會感染人類，嚴重時會導致病患死亡。

(二)傳播方式

愛滋病毒的主要傳染途徑是性行為、血液或母子垂直傳染，故輕吻、蚊子叮咬、日常社交生活，如擁抱、握手、共餐、共用馬桶、游泳、一起上班、上課、共用電話、水龍頭，均不會傳染愛滋病毒。

(三)潛伏期

愛滋病的潛伏期，從感染到發展成為愛滋病患，快者半年至 5 年，慢者 7 年至 10 年或更久。愛滋病的「潛伏期」是指「感染愛滋病毒後，到發病的時間」。另外，感染愛滋病毒的「空窗期」指的是「感染愛滋病毒後，到可以被檢查出來的時間」。愛滋病毒感染後，通常需要大約 6—12 週才可以被檢查出來(現今已有較新的檢驗技術，可將空窗期縮短一半)，因此在感染初期，可能檢驗不出來是否已經得到了愛滋病毒，這就是所謂的「空窗期」。空窗期時，病患感染者體內的愛滋病毒數量多，傳染力強，會將愛滋病毒傳染給其他的人。

(四)治療方法與就醫資訊

目前愛滋病毒感染仍無法治癒，感染者必須像糖尿病和高血壓，耐心持續服藥才能控制病情，不規則服藥會導致愛滋病毒產生抗藥性，造成日後治療的困難。此外，必須採行安全性行為以防止不同株病毒重複感染，此為避免後續產生抗藥性病毒而無藥可醫的重要關鍵。

健康中心 關心您

結核病防治宣導

結核病的症狀是什麼？



- 持續三個禮拜以上的咳嗽
- 胸痛
- 咳嗽有痰或血絲
- 虛弱或疲憊
- 胃口變差或食慾不振
- 寒顫或發燒
- 晚上睡覺盜汗

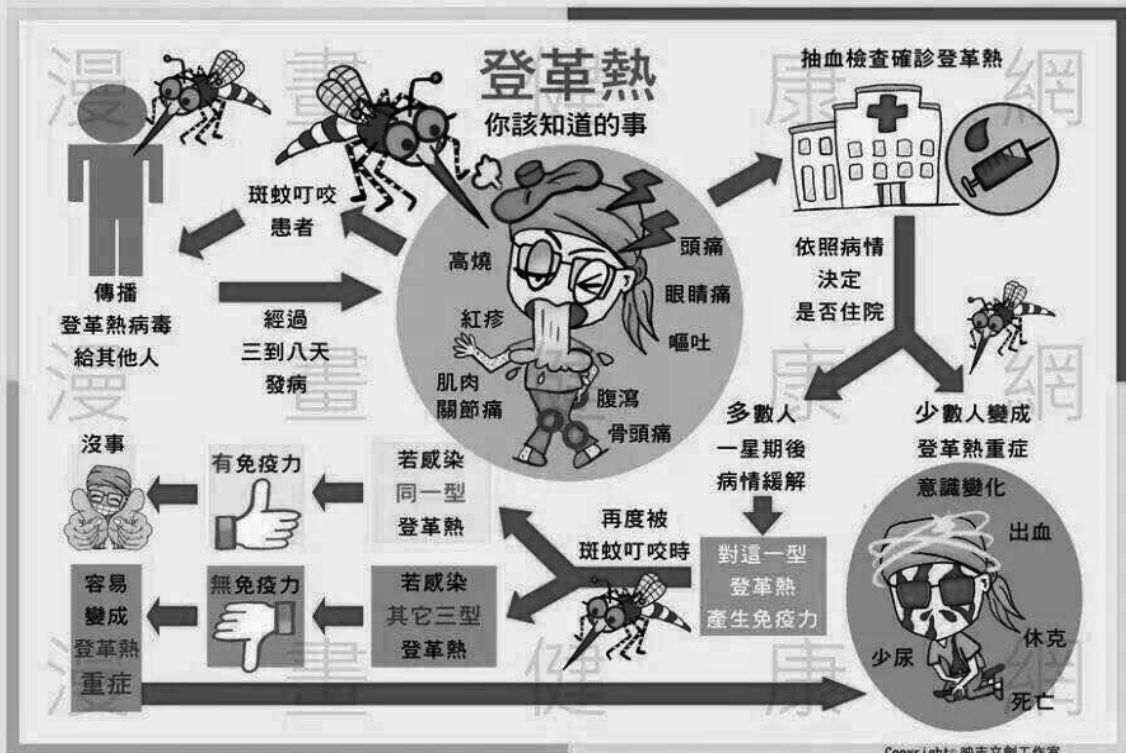
並非每個人都會有上述所有的症狀。



行政院衛生署疾病管制局



登革熱防制宣導



腸病毒防治小叮嚀

親愛的家長，您好：

孩子是國家未來的主人翁，看著孩子們健康快樂的成長，是我們最大的喜悅；腸病毒疫情已進入流行期，孩子們在教托育機構彼此接觸及互動頻繁，腸病毒容易快速傳播，更可能引起腸病毒群聚感染。為了確保孩子們的健康，請家長提高警覺，一同戰勝腸病毒。

請落實以下各項防治措施，以減少感染機會：

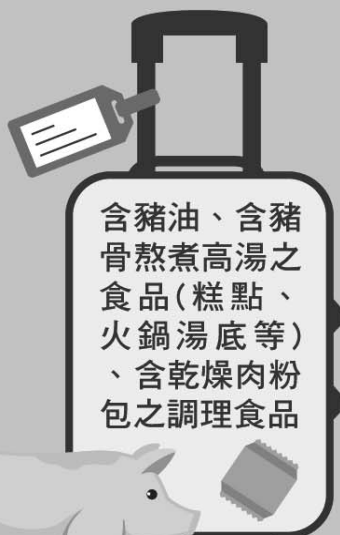
- ◆ **落實洗手 5 時機：**吃東西前、洗手後再抱小孩、看病前後、上廁所後及擤鼻涕後。
- ◆ **落實洗手 5 步驟：**濕、搓、沖、捧、擦，並加強個人衛生習慣。
- ◆ **避免接觸受感染者：**避免出入擁擠的公共場所，不與受感染者接觸。
- ◆ **增強免疫力：**注意營養、均衡飲食、適當運動、充足睡眠並注意環境衛生。
- ◆ **如有疑似腸病毒感染症狀：**手足口病、疱疹性咽峽炎、無菌性腦膜炎、病毒性腦炎、心肌炎、急性出血性結膜炎、發高燒等，請儘速就醫。
- ◆ **感染腸病毒時應注意：**
 - 多補充水分，請假在家休息 1-2 週，以避免傳染給同學。
 - 針對常接觸物體表面（門把、課桌椅、餐桌、樓梯扶把）、玩具、遊樂設施等一般環境消毒，漂白水可用 1:100 的比例泡製，泡製方式為 1 份漂白水加入 100 份清水進行稀釋，即 10 公升的清水當中加入 100C.C.的漂白水稀釋，這樣就能完成 10 公升，1:100 比例的漂白水。
 - 小心處理排泄物，處理完畢應立即洗手。
 - 家中感染腸病毒的孩子要與家中其他孩子適當區隔，以避免受感染。
 - 有下列情況須立刻至大醫院或本市 9 家腸病毒重症責任醫院就醫：
 - 1.嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力。
 - 2.肌抽躍（類似受到驚嚇的突發性全身肌肉收縮動作）。
 - 3.持續嘔吐。
 - 4.持續發燒、活動力降低、煩躁不安、意識變化、昏迷、頸部僵硬、肢體麻痺、抽搐、呼吸急促、全身無力、心跳加快或心律不整等。
 - 臺北市共有 9 家腸病毒重症責任醫院：臺大、北榮、三總、北醫、馬偕、國泰、新光、聯醫和平婦幼院區、萬芳。

預防腸病毒最有效的方法為正確勤洗手，如有相關問題，歡迎撥打臺北市政府衛生局防疫線 2375-3782、臺北市民當家熱線 1999 或疾病管制署防疫專線 1922。

非洲豬瘟防疫宣導

防非洲豬瘟 到底什麼能帶入境?

可以攜帶



含豬油、含豬骨熬煮高湯之食品(糕點、火鍋湯底等)、含乾燥肉粉包之調理食品

建議不要攜帶

需符合以下四點才是安全的罐頭

- 包裝之容器(如金屬、滅菌袋「Retort Pouch」、塑膠或積層複合等容器)應完全密閉。
- 該商品經高溫處理及可常溫下保存。
- 不可含有防腐劑。
- 應含有適當量湯汁。



罐頭



泡麵

含肉的樣態多不易判斷是否安全

不能攜帶



肉品與含肉食品

包含 香腸 臘肉 火腿 培根 肉鬆 肉丸 肉包 蛋捲等

主動申報檢疫以免受罰

違規攜帶疫區肉品
最高可罰100萬元

如果不小心帶進來但未入境 — 請丟到農畜產品棄置箱
若已經入境 — 請攜帶到防檢局各分局交由專人銷毀

行政院農業委員會
COUNCIL OF AGRICULTURE, EXECUTIVE YUAN

廣告

防溺水宣導



校園水域安全宣導

各位親愛的家長：

隨著天氣日漸炎熱，從事水域活動的機會增多，但也很遺憾常發生溺水死亡事件，發生主要在於「非上課時間及週末、假日下午時段」、「自行結伴出遊」及「溪流戲水」頻率最高，暑假期間請家長和學校共同關心學生水域安全：

- ☒ 選擇合法地點
- ☒ 應有家長陪同
- ☒ 留意天氣變化
- ☒ 避免危險行為
- ☒ 學會水中自救
- ☒ 不穿吸水衣褲



緊急聯絡電話：

- 1. 救災防護報案專線：119
- 2. 海巡服務專線：118
- 3. 報案專線：110
- 4. 行動電話急難救助專線：112

相關資訊網站：

- 1. 教育部「游泳121網站」
網址：<http://www.sports.url.tw/>
- 2. 內政部消防署防災知識網→登山防溺篇
網址：http://www.nfa.gov.tw/nfa_k/
- 3. 行政院災害防救委員會防救災數位學習網→水上活動注意事項
網址：<http://124.199.65.72/elearning/>

救溺五步

叫叫伸拋划 救溺先自保

叫

大聲呼救



叫

呼叫 119、118
110、112



伸

利用延伸物
(竹竿、樹枝等)



拋

拋送漂浮物
(球、繩、瓶等)



划

利用大型浮具划過去(船、浮木、救生圈、救生浮標、保麗龍等)



教育部 關心您

臺北市立北投國中 111 學年度輔導教師責任班級一覽表

1. 本校輔導人員包含輔導行政人員、輔導科任課教師、專任/兼任輔導教師及學校社工師。
2. 輔導行政人員為輔導主任（傅莉芬）、輔導組長（盤怡均）、資料組長（賴奕銘）、特教組長（劉婉亭）、技藝教育課程承辦人（郭雪英）。
3. 輔導科任課教師為盧奕利、劉理枝、徐霈真老師。
4. 兼任輔導教師，由徐霈真老師、劉理枝老師擔任；專任輔導教師由賴宛余老師、呂如婷老師、江衍成老師擔任；學校社工師由李婕妤社工師擔任。
5. 以上輔導人員依職務分工，每班皆有一位輔導專長教師擔任輔導科授課教師，進行初級輔導工作；兼任輔導教師或專任輔導教師提供責任輔導班級之二級輔導工作，依學生需求，轉介專任輔導教師與學校社工師提供三級輔導資源，以協助學生適應學校生活。
6. 本學年度責任輔導班級分工如下表，歡迎家長與貴子弟班級輔導教師或輔導組聯繫。

輔導教師電話：2891-25091*506、507、508、510。

輔導行政電話：2891-2091*500、501、502、503

輔導專線電話：2896-7438。

北投國中111學年度輔導教師責任班級															
辦公室	班級	導 師	授課	輔導 教師	辦公室	班級	導 師	授課	輔導 教師	辦公室	班級	導 師	授課	輔導 教師	
7A 715 716	701	陳琦君	劉 理 枝		5A 709 710	801	火光祖	盧 奕 利	賴 宛 余	4A 707 708	901	周芳俞	江衍成		
	702	林逸涵				802	邱睿怡				902	簡碧萱	徐 霈 真		
	703	蘇澤芬				803	林靜雪				903	李雅玫			
	704	管之瑜				804	盧奕利		江衍成	904	沈志龍				
	705	彭垂沅				805	高志輝		賴 宛 余	3A 705 706	905	侯筱珉			
	706	李灝銘				806	簡淑瓊				906	袁金玉			
6A 713 714	707	陳靜芳	徐 霈 真	賴宛余	4A 707 708	807	林子玲	呂 如 婷	907		陳靜媛	徐 霈 真			江 衍 成
	708	張婕妤				808	徐惠玲		908		王敏蕙				
	709	張玉鳳				809	葉俊慶		909		羅月美				
					810	劉元璞	910	鄭宜蘋							
								911							

111 學年度第 1 學期 家庭教育活動預告

★父母成長班：

全期收費 1200 元，全勤獎 200 元，家長委員、學校志工及舊學員均享優惠價 1000 元，校內教職員工免費參加，全勤者另有優惠。(單堂選課每堂\$200)，詳細課程內容如下，並同步公布於學校首頁，歡迎報名！

☺ 時間：每週二上午 9:30-11:30 ☺ 報名請洽輔導室/分機 501(在校生會普發報名表)

項	日期	課程名稱	講 師	講師簡介／課程摘要	負責組別	上課地點
1	09/13	始業式	全體學員	全體學員／相見歡	一	3 樓大會議室
2	09/20	銀髮族要運動	陳詠仁老師	國家運動防護講師／膝關節的健康(使用肌力帶)	一	1 樓團輔室
3	09/27	實用的社群軟體	蕭釗德老師	中央電機協會常務理事	三	2 樓藏淵閣
4	10/04	私房實用餐點	陳鴻琦老師	主講廚師	二	4 樓烹飪教室
5	10/11	你選皮球或鐵球？談新興毒品的危害	陳澤民校長	北投國中校長／認識新興毒品	二	2 樓藏淵閣
6	10/18	太極拳養生	陳連鑫老師	太極拳教練／太極拳知多少	三	1 樓團輔室
7	10/25	半日遊-貴子坑烤肉	李素珍校長			
8	11/01	神秘的小物	楊雅婷老師	北投自造教育及科技中心	二	自造教育中心
9	11/08	韓式料理入門泡菜篇	李玉茜老師	碼碼咪亞韓式中華料理負責人／搭配泡菜兩道家常料理	三	4 樓烹飪教室
10	11/15	一日遊作伙來海邊逛逛		全體學員	一	桃園觀音新屋
11	11/22	園藝好好玩-親子療癒手作盆栽	李晏菱老師	園藝輔導師／園藝為媒介達到輔助療癒目的	二	2 樓藏淵閣
12	11/29	結業式	全體學員	全體學員／結業 HAPPY 餐會	三	

★家長志工招募：

本學年度志工招募分為九組，隸屬不同處室，亦有不同培訓課程，您可選擇單組別或多組加入。若您有任何問題歡迎親洽或電洽輔導室資料組 2891-2091 #502、或家長會辦公室志工隊 2891-2091 #108、家長會 2896-2085。

項次	組別	工 作 項 目	所屬單位	服 務 時 間
1	圖書館組	協助圖書館工作、班書借閱	教務處	星期一至五（白天上課可任選時間）
2	校園安全組	協助校園安全巡邏	學務處	星期一至五（白天上課可任選時間）
3	導護組	協助導護學生上下學路隊	學務處	星期一至五 07:00~7:30（可任選）
4	舊衣回收組	愛心二手校服整理	學務處	星期一至五 07:00~7:30（可任選）
5	資源回收組	督導並協助整理回收分類	學務處	星期一下午 14:30~15:30
6	健康中心組	協助防疫量體溫、疫苗施打、健康檢查	學務處	星期一至五 07:00~07:30（可任選）
7	校園整理組	協助校園綠化美化，環境整理工作	總務處	每星期四上午 9:00~11:00
8	認輔組	關心陪伴認輔學生、自我成長也幫助別人	輔導室	星期一至五（依照課程安排）
9	行政資源組	統籌志工行政事宜（熟電腦文書佳）	輔導室	星期一至五（白天上課可任選時間）

臺北市立北投國中 111 學年度第 1 學期九年級技藝教育課程實施辦法

壹、依據：國民中學技藝教育課程實施要點。

貳、目的：針對技藝學習較有興趣的九年級學生，開設技藝教育選修課程，協助其對生涯的認識，以利於未來之生涯發展。

參、技藝課程開設職群及學校：

編號	開設職群	課程內容	授課高職
1	商業與管理職群	職群概論、文書處理、銷售實務、簡易記帳實務	士林高商
2	設計職群	職群概論、基礎描繪、色彩學、設計基礎、電腦繪圖 (泰北彈性主題課程-多媒體設計)	士林高商
3			泰北高中
4	動力機械職群	職群概論、機車基本認識、汽車基本認識	惇敘工商
5	電機電子職群	職群概論、基本電子應用、室內配線、工業配線	惇敘工商
6	土木建築職群	職群概論、識圖與製圖、木工、砌磚	惇敘工商
7	家政職群	職群概論、美容、美髮、手縫、車縫、飾品製作	稻江護家
8	餐旅職群	職群概論、廚藝製作、西點烘焙、飲料調製、餐飲服務技術	稻江護家 開南中學
9	藝術職群	職群概論、肢體律動、戲劇表演	泰北高中
10	醫護職群	職群概論、護理基礎、視光學科、高齡營養	馬偕護專
11	商業與管理群-電子競技	電競賽事剪輯、戰技技巧分析、簡易記帳實務、行銷實務	幼華高中

肆、實施對象：

以技藝表現優異或對技藝學習較具性向、興趣之九年級學生為對象，無記過記錄、出席穩定且學習態度良好者優先遴薦。

伍、實施方式：

一、上課時間：本學程為學期制，每週二下午第 5-7 節(補課週上到第 8 節)，每學期修畢一職群(上下學期不得報名同一職群)。

二、上課地點：各合作高職、五專。

三、學習評量：修習本學程成績及格者，由授課學校授予修習課程職群證明書。

四、交通方式

編號	授課高職	交通方式
1	士林高商	北投站搭捷運至士林站後轉搭公車前往
2	惇敘工商	至捷運新北投站搭乘該校接駁車前往
3	稻江護家	北投站搭捷運至中山國小站後步行前往
4	開南高中	至捷運新北投站搭乘該校接駁車前往
5	泰北高中	至捷運新北投站搭乘該校接駁車前往
6	馬偕護專	北投站搭捷運至關渡站 1 號出口轉乘接駁車
7	幼華高中	步行前往

陸、報名時間及方式：

※如有任何問題，請洽輔導室賴奕銘組長或郭雪英老師，電話(02)2891-2091 分機 502。



當孩子有 ADHD(注意力缺陷過動症)，家長可以怎麼做？

當醫生診斷出孩子是 ADHD，家長該怎麼面對？怎麼幫助孩子？以下分別從藥物治療和行為治療兩方面簡要說明，家長可以做的事。

一、穩定就醫服藥

- 藥物治療才能有效控制 ADHD 的核心症狀且持續有成效

藥物治療才能有效控制 ADHD 的核心症狀且持續有成效。

二、了解青春期中孩子的處境

- 青春期中對 ADHD 孩子來說較一般人更艱困，因為孩子此階段最在意的事就是「跟別人一樣」，且孩子開始進入年輕人的生活，有新的責任及社會活動，課業要求也提高了，需要更高的專注力。
- 學校老師在 ADHD 孩子青春期中扮演關鍵角色，因此家長應隨時與學校老師保持聯繫及互相合作，確保孩子能在學習及社交上得到應有的關注。
- 除了持續藥物治療外，運動也是一種精力抒發的管道，更是青少年間很好的互動與自制力培養，應多鼓勵及參與。

三、協助減輕孩子的作業壓力

- 確定孩子有能力完成作業，並讓孩子了解作業的內容及完成皆很重要。
- 建立孩子在固定時間地點完成作業的習慣。
- 給予清靜的寫作業環境，如擺設簡單、乾淨的桌面，避免孩子分心。
- 陪孩子分段完成作業，並於各階段完成時給予稱讚。
- 讓孩子了解未達成預定目標的後果。
- 用耐心、尊重及同理心與孩子溝通，幫助建立正面態度。

親愛的家長

完整的治療需要孩子本身、家人、學校師生、醫師等週邊人的協調合作，其中包含家長的親職教育及行為管理訓練、接納性的學校環境等等。而在治療計畫中，家長除叮嚀孩子確實服藥外，自身也需經專業人員或其他 ADHD 孩童家長的協助，培養耐心及特殊技巧，學會最有益的行為管理方式。

參考資料：

社團法人台灣赤子心過動症協會。注意力不足過動症家長手冊。民 108 年 8 月 22 日，

等待與尊重 最難的教養功課

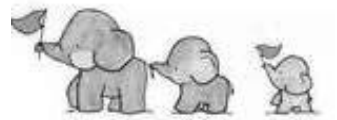
節錄自國語日報 文/陳採卿（臺北市教育局聘任督學）

最難教養是等待

孩子在成長歷程中，有許多困難關卡要克服，孩子的語彙有限，溝通時無法清楚表達意思，往往會有「皇帝不急，急死太監」的狀況。

當孩子遇到問題時，最著急的往往不是孩子，而是父母。父母會想很多、很遠，忍不住就出手代勞。我常常跟來找我諮商孩子問題的家長說，「等待」是最簡單、最有效的教養方法，但卻是父母最難做到的。當父母學會什麼都不要說，靜靜的觀察事情發展，尊重孩子成長的自由時，孩子的問題就解決一大半了。

「等待」，外表上看起來好像什麼事都不做，實際上，父母對孩子的愛和尊重，是做足了工夫，才能信賴孩子依自己的步調進行。



親密關係裡的愛

我喜歡看花，也關注四季的花開，欣賞花朵綻放的美。每個孩子都是不同的種子，懂得等待的父母，可以讓孩子適時適性開出不一樣的花朵，而且盡情盛開，在必要時，就把樹下的雜草拔除。給予豐厚肥沃的土壤，這土壤的養分就是親密關係。

我服務過的學校負責協助資源回收的阿伯，每星期來兩次，我發現他認真做事的態度外還多了自在，有種與眾不同的氣質。他養育一女、二男，三個都是醫生，女婿也是醫生，每星期兩次固定少量的工作，是他的運動。他告訴我，教養祕訣就是和孩子從小就保持親密的關係，孩子放學前，媽媽一定提早在家等候，只要孩子在家，就一定有大人，家裡充滿了愛。他謙虛的說，父母教育水準低，就用愛教養，讀書的事情孩子完全自主。

電影《喜宴》，描述的是家庭互動中父親與子女間的親密關係，李安導演拍攝完《喜宴》後曾說過一句話：「子女與父母的關係是能夠彼此相愛就夠了。」

父母讓孩子感受到愛，比愛孩子更重要，而愛的基礎是尊重，當生命被尊重時，才會綻放美麗的花朵。這觀念呼應了幼教之父、德國教育家福祿貝爾說的至理名言：「教育之道無他，唯『愛』與『榜樣』而已。」

教養中親子成長

記得兒子讀國中時，正值青少年的狂飆叛逆期，我雖然身為教師且是輔導專業，也常感無力，對他的焦慮和生氣經常要很用力才嚥得下肚。突然有一天，聽到他和同學講話時，說出對媽媽的信任及親密關係，驟然間我感到如釋重負，確實當時是靠著愛與等待陪伴孩子度過狂飆青少年期。

家庭是社會人際互動的基礎，孩子在良好的親密關係中成長，培養對人和對社會的信任及尊重的心理。父母是孩子認識世界的第一扇窗，一個充滿愛、有耐心、能尊重的父母，成為孩子模仿的榜樣，而孩子是父母最好的老師，從等待孩子成長的歷程中，一路驚滔駭浪卻增添生活許多驚奇，父母好像展開了一個新的人生。



附件十三 承接孩子的情緒安全網，從「願意陪伴的承諾」開始

本文取材自 親子天下 文/臨床心理師 - 陳品皓

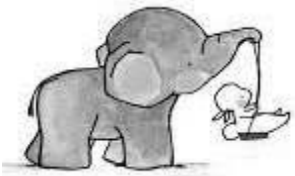
近三、四年，許多在學校服務的輔導教師，都發現青少年自我傷害事件的比例逐漸升高，不少家長除了對此感到憂心，更害怕孩子會從自我傷害，演變成更嚴重的自殺行為。其實，從學理概念與臨床認定上來看，「自我傷害」和「自殺」是兩件不完全相同的事，意義上有一些值得區別的地方。



自我傷害，學理定義為「非自殺性的自我傷害」，英文簡稱是 NSSI (Non-suicidal self-injury)，青少年會出現自傷行為，通常是他遇到一個巨大情緒議題，內心非常痛苦又無法處理時，經由觀察他人或自己偶然發現，當自己處在物理疼痛的狀態下時，原本心理的不舒服反而就因此快速緩解，於是他很快就學到了用物理的疼痛來轉移或舒緩心理疼痛的方法，這就是所謂的制約，而這裡所說的物理性的疼痛或傷害，就是我們所謂的自我傷害。家長和老師在理解了這些行為所代表的意義後，就會知道情緒或是心理議題，往往這些孩子心中最核心的困擾所在。

我們比較難以想像的是，現今這群在「網路世代」出生成長的孩子，他們所要面對的人際與環境壓力，遠比十幾年前超出甚多。舉例來說，同樣都是在校園和同學有人際衝突，在過去我們求學的年代，衝突的雙方放學後各過各過的，時間與空間營造一條無形的物理界限，讓彼此能夠在自己的空間裡消化情緒，就算衝突沒有解決，但我們仍然有物理距離所營造出的心理緩衝地帶。然而到了現在，24 小時不停歇的網路世界，孩子即使回到家，仍可能面臨對方在社群上提出攻擊、謾罵言論，使衝突持續放大，造成更大的心理壓力。

所以，孩子滑手機不單單只是「滑手機」這個行為而已，其實他們也同時在網路上繼續著現實中真實的人際關係，或甚至承受著許多衝突與情緒，當這些情緒累積到達臨界點、人際關係陷入孤寂，苦尋不到解決方法時，就很可能靠自傷舒緩心理傷痛。這時候，如果我們做父母的只看到表象的話，就很容易落入限制網路使用、拋出避開爭端的建議，而這些往往無助改善問題，因為對孩子而言，他們正陷落在巨大而綿密的情緒之網中，此時他們真正需要的是——家人的理解與陪伴。



那麼，到底怎樣的「陪伴」才能真正幫助到孩子？我的觀察是，陪伴是一種願意陪他留在情緒低谷、願意陪伴他面對困難的「承諾」，而這種陪伴，往往需要父母長期「練功」才能做到。尤其是父母發現孩子自傷的當下，往往驚恐、擔憂、焦慮情緒一鼓腦兒全部湧上，頓時無法消化，只好化為憤怒撲向孩子，以斥責、處罰做結。

那麼，在了解孩子自傷背後的原委後，家長可以做些什麼，甚或如何防患於未然呢？

首先，當我們發現孩子正在進行任何危及生命安全的行為時，即刻制止絕對是必要的。接下來，大人一定要先安頓自己，消化擔心的情緒，請試著讓自己慢下來，絕對是首要的第一步；第二步再回到問題根源，探究孩子遇到的情緒議題，陪著他一起面對。

當然，並非每個家庭都會遇到類似自傷的高壓情境，但透過刻意練習，「認真聆聽」家人對同一件事情的不同觀點，是身為父母的我們平常就可以做的。至於怎麼做？我們可以透過一個適合闔家參與的小遊戲來體驗聆聽的重要性。

有機會時，不妨和家人、朋友以「中性的名詞」為題，例如跑步、車子、溜滑梯等生活上常見的物件，請每個人花兩分鐘，在各自的紙上寫下這個名詞讓你聯想到的十個東西，任何東西都好，完全沒有正確答案。等到大家在各自的紙上都寫下自己想到的十個東西後，最後大家再一起出示自己所寫的內容，看看每一個人對於同一個名詞所想到的十個東西裡面，有多少相同的答案。

透過這個過程你會發現，儘管家人親友間，彼此可能有著同樣的文化、環境與背景，但是我們對於同一個熟悉的概念，大家所寫下的十個答案，常常最多只會有兩到三個相同，可能一半以上的內容與想法有極大差異。

透過這個過程，我們可以深刻的理解一個事實：當我們以為自己已經了解對方立場，其實可能有高達七至八成機率都僅限於自己的想像。因此，當我們自認為已經理解對方時，請別忘記這個遊戲帶給我們的啟發和提醒：透過日常的核對，了解對方想法，是為彼此建立良好連結的基礎。

（陳康宜整理，責任編輯：莊蕙慈）

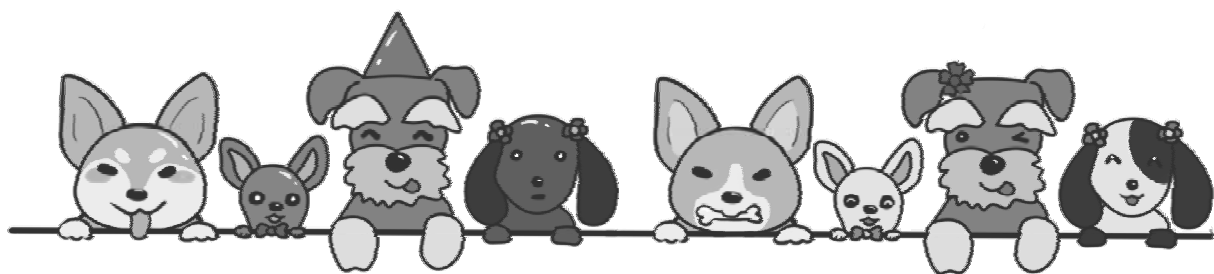


文章取自：<https://www.parenting.com.tw/article/5093059>

臺北市立北投國中 111 學年度導師及各處室辦公室分機號碼

總機：2891-2091

七年級		分機號碼	八年級		分機號碼	九年級		分機號碼
701	陳琦君	715、716	801	火光祖	709、710	901	周芳俞	707、708
702	林逸涵		802	邱睿怡		902	簡碧萱	
703	蘇澤芬		803	林靜雪		903	李雅玫	
704	管之瑜		804	盧奕利		904	沈志龍	
705	彭垂沅		805	高志輝		905	侯筱珉	705、706
706	李灝銘		806	簡淑瓊		906	袁金玉	
707	陳靜芳	713、7714	807	林子玲	707、708	907	陳靜媛	
708	張婕妤		808	徐惠玲		908	王敏蕙	
709	張玉鳳		809	葉俊慶		909	羅月美	
		810	劉元璞	910		鄭宜蘋		
						911	梁正雄	
處室分機號碼								
教務處主任		200		總務處主任		400		
教務處		201-211		總務處		401-406		
學務處主任		300		輔導室主任		500		
學務處		301-308		輔導室		501-510		



筆記欄...

