

臺北市立麗山高中 學務週報

第十九、二十週 115年1月4日至115年1月17日

一、1/20(二)休業式注意事項：

- (一)休業式為校內重要集會活動，全體同學皆須參與。
- (二)若因故需請事假或病假，應事先提交家長書面證明，或檢附就醫證明文件方能完成核假程序。
- (三)無故缺席者，將依校規休業式缺曠相關規定辦理。
- (四)當日參與休業式及到校活動，請務必依規定穿著全套校服。

時間	活動項目	對象/地點	內容說明
08:00 - 08:10	設備測試	高一、高三:各班教室 高二(未參加畢旅者):水滴會議室	測試線上休業式連線。
08:10 - 08:30	線上休業式	全體師生 / 高一、高三:各班教室 高二(未參加畢旅者):水滴會議室	1. 校長致詞 2. 各處室重要報告
08:30 - 09:30	分級活動	高一、高三:各班教室 高二(未參加畢旅者):水滴會議室	1. 高一：領取新教科書。 2. 高三：置物櫃檢查。 3. 高二：未參加教育旅行同學至指定地點自習。
09:30 -	統一放學	全校學生	依教官室廣播引導後，全校統一放學。

二、宣導傳染病防治措施：

(一) COVID-19、流感等呼吸道傳染病：請維持個人衛生好習慣、勤洗手，如有發燒或呼吸道症狀、出入人潮擁擠且無法保持社交距離或通風不良之場合時，建議配戴口罩。考量時序入冬為呼吸道傳染病好發季節，以及後續春節連續假期探親旅遊等活動頻繁，COVID-19 傳播風險增加，且接種疫苗後產生抗體約需 2 週，自 115 年 1 月 1 日至 115 年 2 月 28 日擴大 COVID-19 疫苗公費接種對象為「滿 6 個月以上尚未接種之民眾」，以提升民眾免疫保護力。疫苗接種資訊參考 <https://reurl.cc/GGLgGD>

(二) 腸胃炎等腸道傳染病：冬季為腸道傳染病流行期，在外用餐應注意個人及環境衛生，用肥皂或洗手乳洗手，不生飲、不生食，與他人共食時應使用公筷母匙。

(三) 登革熱防治措施：如出現發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉關節痛、出疹等症狀，應儘速就醫，就醫時應告知醫師旅遊史及居住史，若發現確診病例，應落實校安通報作業，以利掌握校園疫情發展。有關蚊媒傳染病及防疫等相關資訊，請逕至衛生福利部疾病管制署全球資訊網 (<http://www.cdc.gov.tw>) 查詢或下載運用。

(四) 避免食品中毒事件：儘速於 2 小時內食用完畢；若未馬上食用，應予以適當保溫，應避免長時間置於細菌快速繁殖之危險溫度帶 (7°C-60°C)，且不置於地面、病媒出沒或髒污等地方。請同學寒假期間可至行政院食品安全辦公室食品安全資訊網 (<https://www.ey.gov.tw/ofs/>) 隨時關注食安相關議題。

- 三、視力保健：避免寒假期間同學因長時間近距離用眼及長時間使用 3C、看電視等情況，造成同學近視或近視度數持續增加，本校利用視力矯治回條方式，提醒家長寒假期間應多帶孩子到戶外活動，並掌握「3010120」秘訣，用眼 30 分鐘、休息 10 分鐘、每天戶外活動 120 分鐘以上，以延緩孩子近視度數增加。為避免開學後就醫人潮多，增加候診時間，可利用寒假期間撥空帶往合格眼科醫師接受複檢。如需複檢單，可下載列印 <https://reurl.cc/mk47e1>。
- 四、菸害防制教育宣導：家長寒假期間多陪伴孩子，關心孩子金錢花費及交友狀況，別讓孩子落入菸品及檳榔致命的吸引力中，影響自身的健康。
- 五、高一新生健康檢查(理學、血液、尿液、胸部 X 光、牙科) 報告異常者，請多加利用寒假期間完成複檢，並將複檢回條於開學後交至健康中心，以確保學生健康與校園安全。
- 六、目前仍有流感、新冠、腸病毒、腸胃道疾病等各類疾病流竄，提醒同學注意個人衛生習慣，若有呼吸道症狀請戴口罩，吃飯前、如廁後請洗手提醒同學落實生病不上學。南棟一樓用餐區開放用餐區，若有呼吸道相關症狀者，請注意飲食過程中的飛沫傳染風險，建議維持適當的防疫距離。再次提醒打菜過程中建議戴上口罩，降低飛沫傳染疑慮。各班如有疫情，請通報衛生組及健康中心，請衛生股長及導師一同協助督導同學消毒，避免疫情快速擴散。
- 七、環境整潔需要靠全校師生共同努力，感謝導師持續督導同學認真執行掃除工作，維持校園整潔。有申請家長自送(訂)午餐的同學請於餐袋上書寫班級座號，並妥善處理廚餘及餐盒垃圾，勿整包不分類直接丟棄在中棟地下室資源回收場內的大型垃圾桶。
- 八、高一、三大掃除時間為 1/23 第七節。高二因段考後隔天直接畢業旅行，請導師自行利用可能的時間大掃除。衛生組會利用各班返校打掃的時間多安排半小時進行班級大掃除，請高二同學(211 除外)及 107 班回班上進行清空教室工作。211 班同學因無參加教育旅行，故時程比照高一同學。1/23 起各班完成大掃除後，教室應淨空，個人物品可放置於下學期規劃的班級置物櫃內；班級公共物品原則上亦應淨空，不建議留於上學期使用的教室。若有特殊需求，至多可裝箱放好、貼好說明，整齊放在教室內，須於下學期開學日 2/23 前移至新班級教室內，請勿造成新接班級的困擾；過往經驗建議提早移至新教室內，避免被視為無主物品，學校不負保管之責，請自行考慮清楚。掃具留於原掃區(教室、外掃區)即可、無須歸還給衛生組。

	大掃除清教室	清空置物櫃	進駐新教室	下學期置物櫃 啟用日期
高一 (107、含211)	1/23	1/20	2/23	1/22

高二 (211、含107班)	1/26~1/30	1/9	2/23	1/26~1/30
高三	1/23	1/20	2/23	1/22

九、歲末將至，請師生利用期末人力進行年終大掃除工作。

時間：115年1月15日至115年2月14日。歡迎利用時間進行打掃，建議近期即可分批處理，減少期末掃除負荷量，於新的一年有美好的新氣象。若各辦公室有外食餐和需求，請做好資源分類工作，再次提醒餐盒的透明蓋及咖啡蓋等軟塑膠類已無法在學校回收，請當一般垃圾丟棄。PIZZA盒內需無食物及油污才可回收，否則即當一般垃圾處理。各類回收瓶請進行清洗、分類、堆疊。相關垃圾及各類回收物品請妥善處理，放置於中棟地下室總務處安排地點。衛生組將利用寒假檢整掃具。

十、114學年度寒假返校打掃時間分配表如下：

日期	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30
星期	一	二	三	四	五
班級	201、202	203、204	205、206	207、208	209、210
日期	2/2	2/3	2/4	2/5	2/6
星期	一	二	三	四	五
班級	國際科展佈展	101、102	103、104	補考	補考
日期	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13
星期	一	二	三	四	五
班級	105、106	107	108	109、110	

十一、【多元生理用品宣導】臺北市政府補助高一女生及高二、高三具有低收及中低收入身分者生理用品兌換卷，每月提供200元等值生理用品，相關兌換步驟已公告於校網，請女同學踴躍兌換使用，不要浪費政府的美意。另外學校也有提供緊急使用的生理用品置於各辦公室，若用罄歡迎至衛生組補充，本年度於學務處及教務處提供無塑生理用品，若有需要請洽衛生組。

十二、 **【登革熱和屈公病宣導】**臺北市已出現登革熱本土個案，請大家多注意周遭容器或盆栽有無積水，若發現積水請立即協助處理移除，減少病媒蚊傳播風險。如穿著淺色長袖衣褲，塗抹含敵避(DEET)、派卡瑞丁(Picaridin)或伊默克(IR3535)等成分的防蚊液，以降低感染風險。返國後如出現類登革熱症狀請進行就醫，並通知醫生相關旅遊史。於放假期間如前往登革熱流行地區活動或旅遊，務必穿著淺色長袖衣褲並使用防蚊液等防蚊措施，返國(家)後應自我健康監測14日。師生在校園內若發現積水容器請立即清除，並請做好個人防蚊措施。

十三、 **【行人專用清潔箱相關宣導】**本市設置行人專用清潔箱之目的，係為提供民眾於行走期間投遞飲食或活動過程中所產生之一般廢棄物，非供家戶垃圾棄置之用；違反者將依廢棄物清理法相關規定裁罰。加強宣導家戶垃圾不得隨意投入行人專用清潔箱，並落實垃圾分類及資源回收觀念。

十四、 **【非洲豬瘟相關宣導】**因應疑似非洲豬瘟事件，為防範疫情影響校園食安，臺北市教育局已啟動加強稽查機制，嚴格把關校園豬肉與相關製品來源，持續增加不定期抽查頻率，確保飲食安全無虞。在兼顧營養與食安的前提下，可彈性調整菜單與食材來源，並視供應情形以雞肉、魚類、蛋類或植物性蛋白等替代食材，確保學生用餐品質穩定。為防範非洲豬瘟疫情，加強宣導返國時勿攜帶動植物檢疫物入境，並請配合環保機關進行廚餘清運及落實廚餘減量，於日常生活中落實惜食行動，包括：購買適量食材、善用剩食、外食打包、分享多餘食物等，並透過妥善規劃餐食分量與食材保存方式，以有效減少廚餘產生。

十五、 **【長照專線宣導】**有居住在臺北市的親友或長輩申請長照服務都可撥打1966長照服務專線，提供便利的長照單一窗口！

5分鐘內通話免付費！一通電話留下資訊，讓長照服務就近到您家。

十六、 高二教育旅行繳費期限為1/13-1/16，請有報名的同學準時繳費。

十七、 寒假期間若有以班級名義進行班級團體活動，請副班長向活動組提出申請。

十八、 未參加教育旅行的高二同學，請依全校正常作息出席：1/20(二)參加休業式，1/21(三)~1/23(五)到學校自習教室(非原班教室)自習，若高二同學無到校自習，請依請假相關規定辦理。提醒同學1/20(二)為休業式，若欲請事假應事先提出家長書面說明並檢附相關證明文件，病假應檢附就醫證明。

十九、 高三同學1/16(五)下午公假看學測考場，當天12:00放學。又當天中午的桶餐有計算在1月桶餐費用中，故有訂桶餐的高三學生可留校吃午餐，最晚請於12:55前離開教學區，教官室及生輔組將在午休提醒還留在教學區的高三學生離開教學區，前往圖書館K書中心或離校看考場。當天高三學生離開學校看考場後如欲返校，請於放學後再進入校園，以避免影響高一、二學生期末考。

二十、 兒少性剝削防制宣導：



二十一、 宣導學生安全守則：

(一)學生於校內外活動時，避免低頭使用 3C 產品或耳機，提高警覺注意周遭環境變化，如發現周遭出現行為異常、情緒明顯失控或其他不尋常狀況，無需判斷原因，應以自身安全為優先，立即遠離現場。

(二)謹記安全行動口訣「跑、躲、護」：

1. 跑（優先撤離）：遇到突發危險時，應迅速遠離危險來源，不圍觀、不拍攝、不停留，以自身安全為第一考量，持續撤離至安全處所。

2. 躲（降低風險）：如無法即時撤離，應就近躲入可上鎖或具遮蔽效果之空間，關閉燈光、手機靜音並保持安靜，利用桌椅或重物阻隔出入口，以降低被發現風險。

3. 護（保護要害）：於萬不得已情形下，應優先保護頭部、頸部及腹部等身體要害，並可利用書包、雨傘或隨身物品作為防護，並伺機迅速脫身離開。

(三)安全後之處置：學生於脫離危險後，應立即向師長、校安人員或家人通報，必要時撥打 110 或 119 尋求協助，並避免轉傳未經查證之相關資訊。

(四)如同學於宣導或事件（含新聞報導後之社會事件）發生後出現緊張、害怕或情緒不安等反應，可多運用校內輔導資源。

捷運站遇到恐怖攻擊要如何自保

一句口訣先記住



第一時間：先判斷是什麼狀況



能跑就跑 (優先)



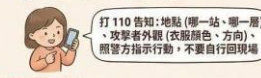
不能跑：立刻躲



真的避不開時：



安全後：立刻通報



這些事「千萬不要做」



二十二、反毒宣導：

《毒駕上路莫僥倖，唾篩檢測立現形》

(一)毒品唾液快篩執法已於114年11月20日正式執法上路

(二)拒絕檢測者，重處18萬元罰鍰，並當場移置保管車輛及「吊銷」駕照。

(三)快篩陽性者，汽車駕駛處新臺幣3-12萬元罰鍰，機車駕駛亦處1.5 - 9萬元以下罰鍰，並均當場「移置保管車輛」及「吊扣駕照」1年至2年。

警政署鄭重告誡！唾篩執法讓毒駕無所遁形，毒癮者應及早戒治，切勿錯上加錯，毒駕上路，家毀人亡！