

國立新竹高級工業職業學校

111 學年度第 2 學期體育衛生暨健康促進委員會會議資料

■時 間：112 年 03 月 08 日（星期三）下午 16:00

■地 點：力行館興興藝講堂

■參加人員：詳如委員名單

紀錄：莊宜蓁營養師

項次	職 稱	姓 名	原 任 職 務	備 註
01	委 員	陳 世 程	校 長	兼主任委員
02	委 員	吳 妙 芳	秘 書	
03	委 員	詹 文 克	教務主任	
04	委 員	廖 倉 祥	學務主任	兼執行秘書
05	委 員	劉 金 龍	總務主任	
06	委 員	施 淑 真	人事主任	
07	委 員	李 芳 真	主計主任	
08	委 員	謝 建 中	實習主任	
09	委 員	陳 惠 青	圖書館主任	
10	委 員	林 佳 蓉	輔導主任	
11	委 員	邢 培 欣	體育組長	兼副執行秘書
12	委 員	鄭 智 仁	衛生組長	兼副執行秘書
13	委 員	莊 淑 智	訓育組長	
14	委 員	張 芳 綺	活動組長	
15	委 員	曾 筱 君	生輔組長	
16	委 員	周 芳 如	特教組長	
17	委 員	陳 芮 淇	體育老師	
18	委 員	林 建 發	體育老師	
19	委 員	王 心 怡	體育老師	
20	委 員	吳 欣 蓓	體育老師	
21	委 員	蕭 雅 月	護 理 師	
22	委 員	李 家 儀	護 理 師	
23	委 員	莊 宜 蓁	營 養 師	

壹、校長致詞：

貳、工作報告：

【體育組】

一、體育教學：

- 1.體育科教學項目進度表與行事曆，如附表。
- 2.依教育部體育署要求學校加強防溺宣導，體育組於開學第一週體育課時加入防溺救溺課程，以強化學生防溺救溺知能，也請教官室列入行事曆，於朝會時加強宣導。

二、工作計劃：

- 1.03/06 本學期 SH150 方案開始實施。
- 2.02/20 校隊開始練習。
- 3.體育組本學期重點校內外競賽如下：

■校外運動競賽：

- | | |
|----------|-----------------------------|
| 02/14-18 | 111 學年度高中排球聯賽北區複賽（彰師大進德校區）。 |
| 03/07-09 | 111 年新竹市中小學聯合運動會。 |
| 03/02-09 | 112 年全中運資格賽（羽球）。 |
| 03/10-11 | 112 年全中運比賽（跆拳道品勢）。 |
| 04/08-11 | 112 年全中運比賽（擊劍-個人軍刀）。 |

■校內運動競賽：

- | | |
|-------|---------------------|
| 03/06 | 全校班際慢速壘球比賽。 |
| 03/13 | 全校班際桌球比賽。 |
| 03/27 | 全校八人制足球比賽。 |
| 04/17 | 高二班際排球&高一班際籃球（男生組）。 |
| 05/08 | 高三男子組暨全校女子組班際籃球賽。 |

註：詳細內容請參閱 111 學年度第 2 學期體育組行事曆以上諸多活動請各處室同仁多多協助與支持。

- 5.本學期各運動校隊自 02/20 開始常規練習，請各位指導老師多費心，本學期校隊外聘社團指導老師名單如下：

- | | | |
|---------------|-------------------|-------|
| (1)棒球隊：楊文熹教練； | (2)排球隊：機械科林賢德技佐 | (男排)； |
| (3)籃球隊：鄭智仁老師； | (3)排球隊：邢培欣老師 | (女排)； |
| (5)羽球隊：邱奕維老師； | (6)田徑隊：林建發、王心怡老師； | |

三、111 學年度第一學期運動代表隊參賽獲獎紀錄

項次	項 目	名 次	班 級	姓 名	帶隊老師
01	新竹市 111 年度全市運動大會田徑錦標賽高中男子組 110 公尺跨欄	第二名	機加三	桑原佑堂	林建發
02	新竹市 111 年度全市運動大會田徑錦標賽高中男子組鐵餅	第三名	機加二	萬虹凱	林建發
03	新竹市 111 年度全市運動大會田徑錦標賽高中男子組鉛球	第五名	機加二	萬虹凱	林建發
04	新竹市 111 年度全市運動大會田徑錦標賽高中男子組標槍	第六名	機加二	鄒峻祐	林建發
05	新竹市 111 年度全市運動大會田徑錦標賽高中男子組 100 公尺	第六名	綜二丙	湯舜儒	林建發
06	新竹市 111 年度全市運動大會田徑錦標賽高中男子組 1500 公尺	第七名	室三甲	許程凱	林建發
07	新竹市 111 年度全市運動大會田徑錦標賽高中女子組 200 公尺	第五名	室二甲	陳蔓暄	林建發
08	新竹市 111 年度全市運動大會田徑錦標賽高中男子組 4x400 公尺接力	第三名	機加二 機加三 綜三丙 室三甲	蔡廷昇 桑原祐堂 楊子毅 許程凱	林建發
09	新竹市 111 年度全市運動大會田徑錦標賽高中男子組 4x100 公尺接力	第五名	機加二 機加三 綜三丙 室三甲	蔡廷昇 桑原祐堂 楊子毅 許程凱	林建發
10	新竹市 111 年度全市運動大會田徑錦標賽高中女子組 4x100 公尺接力	第四名	室二甲	劉懿瑩 陳蔓暄 鍾迦喬 王品人	林建發
11	新竹市 111 年度全市運動大會田徑錦標賽高中男子組田徑總錦標	殿 軍	機加二 機加二 機加二 機加二 綜三丙 室三甲 綜二丙	蔡廷昇 桑原祐堂 萬虹凱 鄒峻祐 楊子毅 許程凱 湯舜儒	林建發
12	新竹市 111 年中小學排球校際聯賽高中男子組	亞 軍	排球隊		林賢德
13	新竹市 111 年中小學排球校際聯賽高中男子組	殿 軍	排球隊		林賢德
14	新竹市 111 學年度中小學棒球周末對抗賽高中組	殿 軍	棒球隊		楊文熹 劉金龍
15	111 年度中小學羽球校際聯賽暨 112 年全中運羽球代表隊選拔賽高中男子團體組	亞 軍	羽球隊		邱奕維
16	111 年度中小學羽球校際聯賽暨 112 年全中運羽球代表隊選拔賽高中女子單打	季 軍	化一甲	何彥瑜	邱奕維
17	111 年度中小學羽球校際聯賽暨 112 年全中運羽球代表隊選拔賽高中女子雙打	亞 軍	化一甲 餐二甲	何彥瑜 劉思妤	邱奕維
18	111 學年度高中乙組排球聯賽新竹區預賽高男組	季 軍		排球隊	林賢德
19	111 學年度高中乙組籃球聯賽新竹區預賽高男組	冠 軍		籃球隊	鄭智仁
20	111 學年度普及化運動大隊接力新竹市複賽高男組	第二名		田徑隊	王心怡
21	111 學年度普及化運動大隊接力新竹市複賽高女組	第四名		田徑隊	吳欣蒨
22	112 年全國中等學校運動會新竹市代表選拔賽高中女子個人組品勢	第二名	室二甲	陳蔓暄	

四、111 學年度第一學期校內運動競賽成績記錄如下表：

競 賽	組 別	第 一 名	第 二 名	第 三 名	第 四 名	備 註
111 學年度全校班際羽球比賽	全 校	電 一 乙	電 三 甲	綜 二 甲	綜 三 丁	
111 學年度高二班際籃球賽	高二男子組	機 加 二	綜 二 甲	機 二 乙	機 二 甲	
111 學年度班際排球比賽	高一男子組	資 一 甲	機 一 甲	資 一 乙	電 一 甲	
	高三男子組	綜 三 甲	電 三 甲	機 加 三	板 三 甲	
	高 女 組	綜二丙丁	室 三 甲	機 械 聯	化 一 乙	

五、111 學年度第二學期體育組行事曆：

國立新竹高級工業職業學校 111 學年度第二學期體育組行事曆 (111/02/09)									
週次	日	一	二	三	四	五	六	行 事 內 容	備 註
111 上 21	01/15	01/16	01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/18 <u>週會 13</u> ：班級活動-全校大掃除 01/19 <u>結業式</u> (生、訓)，10：00 校務會議 01/21 <u>寒假開始</u>	01/16-18 期末考 01/21-02/10 寒假 01/20-01/29 春節
寒 1	01/22	01/23	01/24	01/25	01/26	01/27	01/28		
寒 2	01/29	01/30	01/31	02/01	02/02	02/03	02/04		02/04 補班(補 01/27)
寒 3	02/05	02/06	02/07	02/08	02/09	02/10	02/11	02/10 <u>寒假結束</u>	02/08 實施補考 02/10 寒假結束
01	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	02/17	02/18	02/13 <u>開學典禮</u> ，10:00 正式上課 02/13 各運動代表隊訓練名單更新確定 02/15 <u>週會 01</u> ：友善校園暨法治宣教(生)	02/14 輔導課開始上課 02/16-17 技高三模擬考(3) 02/18 補課(補 02/27)
02	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	02/25	02/20 運動代表隊晨間訓練開始 02/22 <u>週會 02</u> ：交通安全暨防災宣教(生) 02/23-24 班級幹部訓練(訓) 02/25-26 新竹市中小學游泳錦標賽(體)	02/22-23 綜高三分科模擬考(1)
03	02/26	02/27	02/28	03/01	03/02	03/03	03/04	03/01 <u>社團 01</u> (活)	02/27-28 228 紀念日連假 03/04 親師座談會
04	03/05	03/06	03/07	03/08	03/09	03/10	03/11	03/06-10 班際慢速壘球比賽(體) 03/07-09 新竹市中小學田徑錦標賽(體) 03/08 體育衛生暨健康促進委員會(體、衛) 03/08 <u>社團 02</u> (活)	03/14-15 技高三模擬考(4)
05	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16	03/17	03/18	03/13-17 桌球團體賽(體) 03/15 <u>週會 03</u> ：高二：安全教育-職安演講(訓)	
06	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24	03/25	03/22 <u>週會 04</u> ：自主學習(訓)	03/23-24 第一次期中考 03/23-24 輔導課暫停上課 03/25 補課(補 04/03)
07	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31	04/01	03/27-31 班際八人制足球賽(體) 03/29 <u>社團 03</u> (活)	04/01-05 清明節連假

國立新竹高級工業職業學校 111 學年度第二學期體育組行事曆 (111/02/09)														
週次	日	一	二	三	四	五	六	行	事	內	容	備	註	
08	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08	04/08	<u>校慶園遊會</u> (活)			04/08 校慶園遊會		
09	04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/10	<u>校慶補假</u>			04/10 校慶補假		
								04/12	<u>社團 04</u> (活)			04/11-12 技高三模擬考(5) 04/11-12 綜高三分科模擬考(2)		
10	04/16	04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/17-21	班際排球比賽-高二男(體) 班際籃球比賽-高一男(體)			04/16 專案技能檢定學科測驗		
								04/19	<u>週會 05</u> : 健康促進專題演講(衛)					
11	04/23	04/24	04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/24	特教週活動開始 餐服科班際比賽			04/28 高三輔導課最後一次		
								04/26	<u>社團 05</u> (活)			04/29-30 四技二專統測		
12	04/30	05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/03	<u>週會 06</u> : 自主學習(訓)			05/02-04 高三期末考 05/02-04 高一、高二第二次期中考 05/02-04 輔導課暫停		
13	05/07	05/08	05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/08-12	班際籃球比賽-全校女、高三男(體)			05/10-11 綜高三分科模擬考(3)		
								05/10	<u>社團 06</u> (活)					
14	05/14	05/15	05/16	05/17	05/18	05/19	05/20	05/17	<u>週會 07</u> : 國際交流禮儀講座(活)			05/17 高三補考 05/19 下午停課布置會考場 05/20-21 國中教育會考		
15	05/21	05/22	05/23	05/24	05/25	05/26	05/27	05/24	<u>週會 08</u> : 選課說明會(教)					
16	05/28	05/29	05/30	05/31	06/01	06/02	06/03	05/31	<u>社團 07</u> (活)			06/01 畢業典禮		
								06/01	畢業典禮-上午(訓)					
17	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08	06/09	06/10	06/07	<u>週會 09</u> : 高一自主學習-環境大掃除(衛)			06/04-07 高二校外教學參觀		
18	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16	06/17	06/14	<u>社團 08</u> (活)			06/17 補課(補 06/23)		
19	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24	06/21	<u>週會 10</u> : 社團成果發表會(活)			06/22-25 端午節連假		
20	06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30	07/01	06/28	<u>週會 11</u> : 自主學習(訓)			06/26 本學期輔導課最後一次上課		
								06/30	<u>結業式</u>			06/27-29 高一、高二期末考		
								07/01	<u>暑假開始</u>			06/30 校務會議、07/01 暑假開始		
暑 1	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08	07/03-08/29 社團與運動代表隊暑假增能活動						
暑 2	07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15					07/13 實施補考 07/14 新生報到(含服裝套量)		
暑 3	07/16	07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22					07/17-08/11 高二、高三暑期輔導課		
暑 4	07/23	07/24	07/25	07/26	07/27	07/28	07/29							
暑 5	07/30	07/31	08/01	08/02	08/03	08/04	08/05					08/02-03 綜高三學測模擬考(1)		
暑 6	08/06	08/07	08/08	08/09	08/10	08/11	08/12					08/07 公告新生編班名單		
暑 7	08/13	08/14	08/15	08/16	08/17	08/18	08/19							
暑 8	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24	08/25	08/26	08/23-24	新生訓練			08/23-24 新生訓練		
								08/25	新生健檢-上午			08/25 新生健檢		
112 上 01	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31	09/01	09/02	08/30	開學典禮, 10:00 正式上課			08/29 校務會議		
								08/30-09/05	友善校園週(生)			08/29 暑假結束		
								09/01	各項運動校隊遴選(體)			08/30 開學典禮		
								08/30	<u>週會 01</u> : 交通安全暨法令宣教(生)			08/31 輔導課開始		

六、體育科教學進度表

國立新竹高級 工業職業學校			111 學年度第二學期			班 級：高一		教學 體育 科目			教學進度表			
每週 時數	2	課本 名稱	體育第二冊		編著者		沈易利等		冊次	2	出版社	華 興 文 教	擔 任 教 師	劉金龍、陳苡淇、林建發、鄭智仁、 邢培欣、吳欣蓓、王心怡
週次	日	期	預 定 時 數	業 進 度			實 際 時 數	作 業 進 度		備 註				
				預(章節內容)定		頁 次		上課場地(實際)	預 定		實 際			
一	自 02 月 12 日 至 02 月 18 日		2	1. 課程說明 2. 安全教育課程-水域安全 3. 綜合體能訓練			B 場地		2	無	無	2/13>開學, 10:00 正式上課 2/14>第八節輔導課開始 2/16-17>技高三第 3 次統測模擬考 2/18>補行上課(2/27 二二八連假)		
二	自 02 月 19 日 至 02 月 25 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 排球基本技術-接發球			B 場地		2	無	無	2/22-23>綜高三第 1 次分科測驗模擬		
三	自 02 月 26 日 至 03 月 04 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 田徑-基礎技能訓練 3. 田徑-循環訓練			C 場地		2	無	無	2/25-2/28>二二八紀念日連假(2/18 補假)		
四	自 03 月 05 日 至 03 月 11 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 田徑-基礎技能訓練 3. 田徑-接力跑			C 場地		2	無	無	3/8>教學進度表繳交截止 公布第一次期中考考程表		
五	自 03 月 12 日 至 03 月 18 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 排球基本技術-舉球			D 場地		2	無	無	3/14-15>技高三第 4 次統測模擬考		
六	自 03 月 19 日 至 03 月 25 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 籃球基本技術-投籃			D 場地		2	無	無	3/23-24>第一次期中考考試 3/25>補行上課(4/3 清明連假)		
七	自 03 月 26 日 至 04 月 01 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 桌球-正手發下旋球			E 場地		2	無	無	3/29>高一英文說故事比賽 4/1-5>清明連假(3/25 補假)		
八	自 04 月 02 日 至 04 月 08 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 桌球-發手發下旋球			E 場地		2	無	無	4/1-5>清明連假(3/25 補假) 4/8>校慶園遊會		
九	自 04 月 09 日 至 04 月 15 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 籃球基本技術-防守(滑步)			A 場地		2	無	無	4/10>校慶園遊會補假 4/11-12>技高三第 5 次統測模擬考 4/11-12>綜高三第 2 次分科測驗模考 4/13-14>高三作業抽查		
十	自 04 月 16 日 至 04 月 22 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 籃球基本技術-防守 (交叉步)			A 場地		2	無	無	4/19>國文作文比賽 公布高一、高二期中考及高三期末考 考程表		
十一	自 04 月 23 日 至 04 月 29 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 排球基本訓練-扣球			B 場地		2	無	無	4/29-30>四技二專統一入學測驗		
十二	自 04 月 30 日 至 05 月 06 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 排球接發球戰術隊型變化			B 場地		2	無	無	4/29-30>四技二專統一入學測驗 5/2-4>高三期末考(含藝能科)暨 高一、高二第二次期中考		
十三	自 05 月 07 日 至 05 月 13 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 田徑-鉛球投擲			C 場地		2	無	無	5/10-11>綜高三第 3 次分科測驗模考 5/10>國語暨母語演講比賽		
十四	自 05 月 14 日 至 05 月 20 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 田徑-滑步練習			C 場地		2	無	無	5/16>公布高三補考考程 5/17>高三補考 5/19>國中會考考場布置(下午停課) 5/20-21>國中教育會考		
十五	自 05 月 21 日 至 05 月 27 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 羽球基本訓練-反拍長球			D 場地		2	無	無	5/20-21>國中教育會考 5/22-26>高一、高二作業抽查		
十六	自 05 月 28 日 至 06 月 03 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 羽球基本訓練-正拍切球			D 場地		2	無	無	6/1>畢業典禮 公布高一、二期末考考程(含藝能科)		
十七	自 06 月 04 日 至 06 月 10 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 桌球基本訓練-接下旋發 球(搓球)			E 場地		2	無	無	6/4-7>高二校外教學參觀		
十八	自 06 月 11 日 至 06 月 17 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 桌球基本訓練-發球結合 反手搓球練習			E 場地		2	無	無	6/17>補行上課(6/23 端午節連假)		
十九	自 06 月 18 日 至 06 月 24 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 籃球基本訓練-三人戰術跑 位			A 場地		2	無	無	6/22-25>端午節連假(6/17 補假)		
二十	自 06 月 25 日 至 07 月 01 日		2	期末考			A 場地		2	無	無	6/22-25>端午節連假(6/17 補假) 6/27-29>高一、高二期末考(含藝能) 6/30>結業式 7/1>暑假開始		

國立新竹高級 工業職業學校			111 學年度第二學期		班 級：高二		教學：體育 科目		教學進度表				
每週 時數	2	課本 名稱	體育第四冊		編著者		劉家豪、 林慶宏等	冊次	4	出版社	均 悅 文 化	擔 任 教 師	劉金龍、陳芮淇、林建發、鄭智仁、 邢培欣、吳欣蓓、王心怡
週次	日	期	預 定 時 數	業 進 度			實 際 時 數	作 業 進 度		備 註			
				預(章節內容)定		頁 次	上課場地(實際)		預 定	實 際			
一	自 02 月 12 日 至 02 月 18 日	2	2	1. 課程說明 2. 安全教育課程-水域安全 3. 綜合體能訓練			B 場地	2	無	無	2/13>開學, 10:00 正式上課 2/14>第八節輔導課開始 2/16-17>技高三第 3 次統測模擬考 2/18>補行上課(2/27 二二八連假)		
二	自 02 月 19 日 至 02 月 25 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 排球基本技術-扣球			B 場地	2	無	無	2/22-23>綜高三第 1 次分科測驗模擬 考 2/25-2/28>二二八紀念日連假(2/18 補假)		
三	自 02 月 26 日 至 03 月 04 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 足球-定點傳接球			C 場地	2	無	無	2/25-2/28>二二八紀念日連假(2/18 補假)		
四	自 03 月 05 日 至 03 月 11 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 足球-跑動式傳接球			C 場地	2	無	無	3/8>教學進度表繳交截止 公布第一次期中考考程表		
五	自 03 月 12 日 至 03 月 18 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 排球基本技術-攔網			D 場地	2	無	無	3/14-15>技高三第 4 次統測模擬考		
六	自 03 月 19 日 至 03 月 25 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 籃球基本技術-兩人換防			D 場地	2	無	無	3/23-24>第一次期中考試 3/25>補行上課(4/3 清明連假)		
七	自 03 月 26 日 至 04 月 01 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 桌球-正手拉弧圈球			E 場地	2	無	無	3/29>高一英文說故事比賽 4/1-5>清明連假(3/25 補假)		
八	自 04 月 02 日 至 04 月 08 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 桌球-正手挑球			E 場地	2	無	無	4/1-5>清明連假(3/25 補假) 4/8>校慶園遊會		
九	自 04 月 09 日 至 04 月 15 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 籃球基本技術-小組協防			A 場地	2	無	無	4/10>校慶園遊會補假 4/11-12>技高三第 5 次統測模擬考 4/11-12>綜高三第 2 次分科測驗模擬 考 4/13-14>高三作業抽查		
十	自 04 月 16 日 至 04 月 22 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 籃球基本技術-防守 (半場人盯人)			A 場地	2	無	無	4/19>國文作文比賽 公布高一、高二期中考及高三期末考 考程表		
十一	自 04 月 23 日 至 04 月 29 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 排球多項技術組合			B 場地	2	無	無	4/29-30>四技二專統一入學測驗		
十二	自 04 月 30 日 至 05 月 06 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 排球六人制比賽應用			B 場地	2	無	無	4/29-30>四技二專統一入學測驗 5/2-4>高三期末考(含藝能科)暨 高一、高二第二次期中考		
十三	自 05 月 07 日 至 05 月 13 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 足球基本技術-盤球			C 場地	2	無	無	5/10-11>綜高三第 3 次分科測驗模擬 考 5/10>國語暨母語演講比賽		
十四	自 05 月 14 日 至 05 月 20 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 足球基本技術-拉球			C 場地	2	無	無	5/16>公布高三補考考程 5/17>高三補考 5/19>國中會考考場布置(下午停課) 5/20-21>國中教育會考		
十五	自 05 月 21 日 至 05 月 27 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 羽球基本訓練-網前小球			D 場地	2	無	無	5/20-21>國中教育會考 5/22-26>高一、高二作業抽查		
十六	自 05 月 28 日 至 06 月 03 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 羽球基本訓練-挑球			D 場地	2	無	無	6/1>畢業典禮 公布高一、二期期末考考程(含藝能科)		
十七	自 06 月 04 日 至 06 月 10 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 桌球基本訓練-正手挑球			E 場地	2	無	無	6/4-7>高二校外教學參觀		
十八	自 06 月 11 日 至 06 月 17 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 桌球基本訓練-反手挑球			E 場地	2	無	無	6/17>補行上課(6/23 端午節連假)		
十九	自 06 月 18 日 至 06 月 24 日	2	2	1. 綜合體能訓練 2. 籃球基本訓練-半場區域 防守			A 場地	2	無	無	6/22-25>端午節連假(6/17 補假)		
二十	自 06 月 25 日 至 07 月 01 日	2	2	期末考			A 場地	2	無	無	6/22-25>端午節連假(6/17 補假) 6/27-29>高一、高二期末考(含藝能科) 6/30>結業式 7/1>暑假開始		

國立新竹高級 工業職業學校			111 學年度第二學期			班 級：高三		教學：體育 科目			教學進度表		
每週 時數	2	課本 名稱	體育第六冊		編著者		方進隆等	冊次	6	出版社	華 興 文 教 社	擔 任 教 師	劉金龍、陳芮淇、林建發、鄭智仁、 邢培欣、吳欣蓓、王心怡
週次	日	期	預定 時數	業 進 度			實際 時數	作 業 進 度		備 註			
				預(章節內容)定		頁 次		上課場地(實際)	預 定	實 際			
一	自 02 月 12 日 至 02 月 18 日		2	1. 課程說明 2. 安全教育課程-水域安全 3. 綜合體能訓練				B 場地	2	無	無	2/13>開學, 10:00 正式上課 2/14>第八節輔導課開始 2/16-17>技高三第 3 次統測模擬考 2/18>補行上課(2/27 二二八連假)	
二	自 02 月 19 日 至 02 月 25 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 排球防守隊形應用-單人攔網				B 場地	2	無	無	2/22-23>綜高三第 1 次分科測驗模擬考 2/25-2/28>二二八紀念日連假(2/18 補假)	
三	自 02 月 26 日 至 03 月 04 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 足球三角戰術應用				C 場地	2	無	無	2/25-2/28>二二八紀念日連假(2/18 補假)	
四	自 03 月 05 日 至 03 月 11 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 足球小組戰術應用				C 場地	2	無	無	3/8>教學進度表繳交截止 公布第一次期中考考程表	
五	自 03 月 12 日 至 03 月 18 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 排球基本技術-雙人攔網				D 場地	2	無	無	3/14-15>技高三第 4 次統測模擬考	
六	自 03 月 19 日 至 03 月 25 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 籃球五人全場盯人防守				D 場地	2	無	無	3/23-24>第一次期中考考試 3/25>補行上課(4/3 清明連假)	
七	自 03 月 26 日 至 04 月 01 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 桌球-雙打發球				E 場地	2	無	無	3/29>高一英文說故事比賽 4/1-5>清明連假(3/25 補假)	
八	自 04 月 02 日 至 04 月 08 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 桌球-雙打接發球				E 場地	2	無	無	4/1-5>清明連假(3/25 補假) 4/8>校慶園遊會	
九	自 04 月 09 日 至 04 月 15 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 籃球半場 1-3-1 防守				A 場地	2	無	無	4/10>校慶園遊會補假 4/11-12>技高三第 5 次統測模擬考 4/11-12>綜高三第 2 次分科測驗模擬考 4/13-14>高三作業抽查	
十	自 04 月 16 日 至 04 月 22 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 籃球全場 2-2-1 防守				A 場地	2	無	無	4/19>國文作文比賽 公布高一、高二期中考及高三期末考考程表	
十一	自 04 月 23 日 至 04 月 29 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 排球基本技術-三人攔網				B 場地	2	無	無	4/29-30>四技二專統一入學測驗	
十二	自 04 月 30 日 至 05 月 06 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 排球六人制比賽應用				B 場地	2	無	無	4/29-30>四技二專統一入學測驗 5/2-4>高三期末考(含藝能科)暨 高一、高二第二次期中考	
十三	自 05 月 07 日 至 05 月 13 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 飛盤基本技術-正手擲盤				C 場地	2	無	無	5/10-11>綜高三第 3 次分科測驗模擬考 5/10>國語暨母語演講比賽	
十四	自 05 月 14 日 至 05 月 20 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 飛盤基本技術-反手擲盤				C 場地	2	無	無	5/16>公布高三補考考程 5/17>高三補考 5/19>國中會考考場布置(下午停課) 5/20-21>國中教育會考	
十五	自 05 月 21 日 至 05 月 27 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 羽球雙打戰術-進攻				D 場地	2	無	無	5/20-21>國中教育會考 5/22-26>高一、高二作業抽查	
十六	自 05 月 28 日 至 06 月 03 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 羽球雙打戰術-防守				D 場地	2	無	無	6/1>畢業典禮 公布高一、二期期末考考程(含藝能科)	
十七	自 06 月 04 日 至 06 月 10 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 桌球雙打步法-八字形移動				E 場地	2	無	無	6/4-7>高二校外教學參觀	
十八	自 06 月 11 日 至 06 月 17 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 桌球雙打步法-0 字形/T 字形 移動				E 場地	2	無	無	6/17>補行上課(6/23 端午節連假)	
十九	自 06 月 18 日 至 06 月 24 日		2	1. 綜合體能訓練 2. 籃球全場 2-2-1/1-3-1 進攻				A 場地	2	無	無	6/22-25>端午節連假(6/17 補假)	
二十	自 06 月 25 日 至 07 月 01 日		2	期末考				A 場地	2	無	無	6/22-25>端午節連假(6/17 補假) 6/27-29>高一、高二期末考(含藝能科) 6/30>結業式 7/1>暑假開始	

七、游泳與自救能力指標

國立新竹高級工業職業學校游泳與自救能力基本指標（五級）

級數	類別	指標內容	說明 (名詞定義與檢測標準)
第一級	技能	游泳能力 水中閉氣拾物 3 次 連續韻律呼吸 10 次	頭部應完全沒入水中。 -
		自救能力 藉物漂浮 30 秒	藉助浮板、浮球或救生圈等任何漂浮物品，漂浮水面腳不落地。
第二級	技能	游泳能力 蹬牆漂浮 3 公尺以上後站立 打水前進 8 公尺	蹬牆後身體呈水平漂浮狀，身體穩定站立。 結合蹬牆與打水共 8 公尺。
		自救能力 水母漂（閉氣） 10 秒	-
第三級	技能	游泳能力 游泳前進 15 公尺	仰、蛙、蝶、捷或其他泳姿測驗，換氣 3 次（含）以上。
		自救能力 水母漂 30 秒	換氣 1 至 2 次。
		仰漂或立泳 15 秒（含）以上	仰漂（可助划），口、鼻應露出水面；立泳，頭部應露出水面。
第四級	技能	游泳能力 游泳前進 25 公尺	仰、蛙、蝶、捷或其他泳姿測驗，換氣 5 次（含）以上。
		自救能力 著衣仰漂或立泳 30 秒後游泳前進 10 公尺以上 上岸	穿著長衣褲（可不含鞋）。 仰漂（可助划），口、鼻應露出水面；立泳，頭部應露出水面。
第五級	技能	游泳能力 游泳前進 50 公尺（含轉身）	仰、蛙、蝶、捷式或其他泳姿測驗。 游泳轉身，需連續動作雙腳不著地。
		自救與救援能力 著衣仰漂或立泳 60 秒後脫除衣褲游泳前進 10 公尺以上上岸	穿著長衣褲（可不含鞋）。 操作過程不得觸碰池底。 仰漂（可助划），口、鼻應露出水面；立泳，頭部應露出水面。
		拋送漂浮物 3 至 5 公尺	漂浮物可利用日常可得物品，例如：寶特瓶、保麗龍等。

【衛生組】

一、校園飲食安全：

1. 依據教育部 105 年 5 月 27 日臺教授國部字第 1050041127B 號令訂定發布之「高級中等學校午餐供應會組織及運作要點」規定，目前校園食品督導考核業務由本校午餐供應委員會委員輪流協助執行兩週一次的督考業務，督考結果呈核後，相關缺失及需改善事項會函文給熱食部承包廠商，並將由營養師持續追蹤廠商改善狀況。
2. 目前本校熱食部廠商所販售之午餐及販賣商品，皆能依規定至「校園食材登錄平臺」進行食材登錄，本學期營養師會持續督導熱食部依規定每日落實登錄，並加強抽查廠商供餐資料登載是否詳實；為提供本校師生及家長透明化的餐飲安全資訊，目前「校園食材登錄平臺」網址已納入本校網頁「快速連結」供師生及家長查詢。
3. 自 103 學年度起，本校即依據學校衛生法第 23 條規定，將「學校供應膳食其食材應優先採用中央農業主管機關認證之在地優良農業產品，並禁止使用含基因改造生鮮食材及其初級加工品」納入熱食部場地出租合約中，目前熱食部皆依合約規定，使用國內具有 CAS、TQF 或 HACCP 等認證標章之優質豬肉及其相關製品，並請廠商檢具非基因改造食材證明文件，並提供完整食材來源廠商追蹤溯源及食材驗收資料，營養師會依規定不定期查核食材供應商及廠商校園食材登錄平臺登錄資料之正確性，請師生安心食用。
4. 依據 109 年 11 月 30 日臺教國署學字第 1090149041A 號有關「校園豬、牛肉原料原產地標示」學校後續應配合辦理事項，熱食部目前已配合衛福部規定張貼公告，標示使用豬肉、牛肉之原料原產地（國）。
5. 本學校網頁 <http://icschool.hcvshc.edu.tw> 進入學務處選單後，於衛生組頁面左方連結，設有「熱食部每週菜單」供師生及家長查詢熱食部當週菜單，方便學生選購餐食。
6. 本校防疫期間嚴禁止外訂餐食，本組會持續宣導同學務必配合訂餐相關規定或自帶便當，用餐期間為避免飛沫傳染，請學生使用隔板，並減少不必要的交談及共食餐點。
7. 為維護學生健康及門禁管制，也請師長盡量避免外訂含糖飲料獎勵學生。
8. 111.01.24 熱食部於依規定完成水塔清洗工及水質檢測工作（委外廠商：商勝消毒清潔有限公司）。
9. 111.01.24 熱食部依規定完成廚房內部及周圍環境消毒工作（委外廠商：商勝消毒清潔有限公司）。

二、社區健康服務：

1. 111 學年度第 2 學期「清淨家園全民運動」預定於 04 月 26 日社團時間偕同志工社進行活動，屆時社團指導老師黃安谷教官及衛生組同仁協助幫忙。
2. 111 學年度第 2 學期「竹工發揮愛心熱情捐血活動」，預定於 05 月 17 日（三）下

午 13：00 - 17：00 舉行，當天將有捐血車蒞臨本校服務，參與捐血的學生均有獎勵，也歡迎各位同仁踴躍參加，捲起衣袖、響應愛心、捐出熱血。

三、環境教育計畫與成果申報：

1. 按照環境教育法第 19 條規定，「機關、公營事業機構、高級中等以下學校及政府捐助基金累計超過 50% 之財團法人，應於每年一月三十一日以前訂定環境教育計畫，推展環境教育，所有員工、教師、學生均應於每年十二月三十一日以前參加 4 小時以上環境教育，並於翌年一月三十一日以前，以網路申報方式向中央主管機關提報當年度環境教育執行成果。」
2. 按照環境教育法第 24 條規定，機關、公營事業機構、高級中等以下學校或政府捐助基金累計超過百分之五十之財團法人，違反第十九條第一項所定下列情形之一，經主管機關命其限期辦理，屆期未辦理者處新臺幣五千元以上一萬五千元以下罰鍰，並令其有代表權之人或負責環境保護權責人員接受一小時以上八小時以下環境講習：
 - (1) 未於每年一月三十一日以前訂定環境教育計畫。
 - (2) 未於每年十二月三十一日以前針對所有員工、教師、學生辦理四小時以上環境教育。
 - (3) 未於翌年一月三十一日以前以網路申報方式向中央主管機關提報當年度環境教育執行成果。經主管機關令其接受前項或前條環境講習，有正當理由無法如期參加者，得申請延期，並以一次為限。拒不接受第一項或前條所定環境講習或時數不足者，處新臺幣五千元以上一萬五千元以下罰鍰，經再通知仍不接受者，得按次處罰，至其參加為止。
3. 衛生保健組預計於 111 年 04 月 08 日結合 111 學年度「校慶園遊會」舉辦「全校教職員工生環境教育研習暨闖關活動」，屆時敬邀全校師生踴躍參加，以上皆列入環境教育時數登錄。

四、校園整潔及資源回收：

1. 環境整潔評分志工招募單將於開學後發給一年級各班，並由招募志工的同學負責校園整潔評分工作，請高一各班導師協助於班會時向班上同學大力宣導，擔任評分人員將於期末記功嘉獎、頒發服務證書，並累計服務學習時數。
2. 衛生保健組自本學期開始採不定期巡檢校園方式維護校園環境整潔，並將待改善之環境拍照存檔後以電子通訊軟體、電子郵件、口頭或書面方式通知負責所屬環境整潔區域之班級導師協助處理，並詳實記錄，每月統計環境整潔衛生最常出現問題的班級與導師，並要求限期改善。（111 學年度第一學期校園環境整潔競賽前五名與家長會獎勵金發放情形如 **附件一**）
3. 本學期「資源回收場」、「紙類回收室」與「垃圾子母車」由機加一班級環保小尖兵協助清潔與維護（特別感謝袁宗廷老師的幫忙），敬請各位師長督促同學確實做好垃圾分類與回收，全校師生共同維護校園環境整潔。（111 年 07 月至 111 年 12 月資源回收經費收支如 **附件二**）

4. 111 學年度校園戶外環境清潔責任區域分配採用抽籤方式決定，並於 08 月 02 日中午 11:00 分抽籤與分配完畢（若未抽籤之班級，由衛生組進行戶外環境清潔責任區域分配），請各位導師協助嚴密督導學生打掃，讓校園環境更加美好，111 學年度校園戶外環境清潔責任區域分配如**附件三**所示。
5. 全校各班外掃區域打掃用具擺放位置與領用說明請參閱**附件四**。

★衛生保健組將於期末清點各班掃地用具數量，如有缺漏或損壞之情事，請各班自行負責。

6. 本校廚餘清潔與回收工作由各班級自行協調人力負責處理，衛生保健組僅提供各班一個廚餘回收桶與蓋子，請同學們愛惜使用，如有損壞請照價賠償。
7. 重點環境整潔區域為「資源回收場」、「垃圾子母車」，近來常因學生資源回收分類不確實，造成衛生保健組需額外耗費時間與人力處理，請各位師長協助督促學生落實垃圾回收與分類，環保愛地球，救救北極熊。
8. 倒垃圾時間：早上 07:10-07:50，上午 08:50-09:10，中午 12:10-12:50，下午 15:50-16:20

五、健康中心：

1. 111 學年第二學期休學學生，相關資訊將以書面（掛號）通知。將於開學後以掛號寄出“休學生學生保險權益說明”予家長，並告知繳費期限於 111/02/24。全校投保名單經由與註冊組確認，預計三月中旬進行國泰人壽網站上傳作業，包括：繳交保費學生及免繳保費學生之學生總數，與具備學籍但不投保學生之名冊資料。
2. 申請學生平安保險，學生需準備診斷證明書（可於最後一次就診後請醫師開立）、就診期間收據（正本或影本/影本需加蓋醫院章以茲證明）、申請單（至健康中心領取及填寫），準備完成後將資料交至健康中心，以進行申請作業。
3. 學生保險給付部分：

每次住院及意外事故傷害門診醫療費用之理賠，係按收醫療費用金額，扣除不保事項（如掛號、診斷證明書費用）等，費用在 500 元以上者，始給付在投保限額內之保險金。

（1）住院醫療保險金：實際支出醫療費用金額扣除除外責任費用後在起賠金額 500 元以上者，依前開扣除後之金額給付（病房費部分每日以 1,000 元為限，每次住院最高給付金額以 5 萬元為限）。

上開扣除後之金額未達起賠金額 500 元者，國泰人壽不負給付責任。但為低收入戶、中低收入戶或其他特殊情形者，由教育部另訂計畫編列預算補助，由國泰人壽代為給付。

（2）傷害門診保險金：同一事故實際支出醫療費用金額扣除除外責任費用後在起賠金額 500 元以上者，依前開扣除後之金額給付。每一事故最高給付金額以 5,000 元為限。

上開扣除後之金額未達起賠金額 500 元者，國泰人壽不負給付責任。但為低收入戶、中低收入戶或其他特殊情形者，由教育部另訂計畫編列預算補助，

由國泰人壽代為給付。

4. 111 學年第二學期全校學生身高、體重及視力檢測，將依據體育課表安排測量時間，檢查時間表將發給體育組及各班，感謝體育組各老師的協助。
5. 111 學年第一學期申請學生保險的診斷及金額如**附件五**，請參閱。
6. 111 學年第一學期傷病統計如**附件六**，請參閱。
7. 針對新型冠狀病毒感染，於開學招集全校各班衛生股長，進行相關衛生教育宣導，及發給各班“防疫物資”，如**附件七**，請參閱。
8. 冰袋未歸還同學名單如下，已發出個別通知，如仍未歸還將以校規處理。機一甲(30 號)、機一乙(35 號)、化一甲(10、21、27 號)、化一乙(25、36)、圖一(12 號)、板一甲(17 號)、餐一甲(3、12 號)、機二甲(20 號)、機二乙(14、18、37 號)、綜二乙(26 號)、板二甲(8、17 號)、室二甲(23、34 號)、餐二甲(3、8 號*2 次)、機三乙(7、16 號)、室三甲(32 號)、化三甲(2 號)。

六、季節性流感防治

★實施衛生教育宣導：

1.落實良好衛生習慣：

平時應養成勤洗手及注意手部衛生、良好的呼吸道衛生及咳嗽禮節，儘量避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所。如有呼吸道症狀時應配戴口罩；打噴嚏時應用面紙或手帕遮住口鼻，或用衣袖代替；與他人交談時，儘可能保持 1 公尺以上。

2.落實「生病不上課、不上班」原則：

對感染流感之師生，請其戴口罩，指導其適當休息與適當補充水分，並依醫師指示接受治療，並儘量與家長溝通，讓學生在家休養直至症狀解除後 24 小時始返校上課，休養期間儘量不要外出參加任何活動或至短期補習班、課後照顧服務中心上課，以避免傳染他人。

3.注意流感危險徵兆，儘速就醫：

加強宣導生病之師生如出現呼吸困難、急促、發紺（缺氧、嘴唇發紫或變藍）、血痰或痰液變濃、胸痛、意識改變、低血壓、高燒持續 72 小時等流感危險徵兆應儘速就醫，以掌握治療的黃金時間。

★提供適當支持環境，落實疫情監測及通報機制：

- 1.提供充足且適當之洗手環境，保持教室之清潔與通風，並維持室內寬敞空間；如有需要，進行全面環境清掃及消毒工作。
- 2.隨時關心與注意學生之健康與請假情況，如學生出現異常之請假狀況時，應聯繫家長了解原因；如為疑似群聚感染情形，應進行必要之通報與預防措施。

參、提案討論：

肆、臨時動議：

伍、散會：

附件一

111 學年度第一學期校園環境整潔競賽

校園整潔競賽前五名與家長會獎勵金發放情形

項目 名次	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名
整潔競賽	機二乙 (獎金 1500 元)	電一乙 (獎金 1000 元)	餐一乙 (獎金 800 元)	綜二甲	餐一甲
	陳芳如導師 (獎金 500 元)	周筱媛導師 (獎金 500 元)	彭筱菁導師 (獎金 500 元)	楊宜璋導師 (獎金 500 元)	謝秀圓導師 (獎金 500 元)

※整潔評比全校第一名班級全班同學記小功一次、第二名嘉獎兩次、第三名至第五名各記嘉獎一次；另班級導師建議予以各嘉獎一次獎勵，以茲鼓勵。

附件二

國立新竹高級工業職業學校

110 學年度第一學期資源回收經費收支一覽表

111 年 07 月份	名 稱	數 量 (K g)	單 價	金 額	備 註
	紙類	1130	2	2260	
	保特瓶	80	2	160	
	塑膠	0	1	0	
	鋁箔包	70	1	70	
	鐵罐	3	2	6	
	鋁罐	6	10	60	
	鐵	0	4	0	
	燈管(具)	0	0	0	
	電池	0	0	0	
	CD	0	0	0	
	總金額：新台幣貳仟伍佰伍拾陸元整 (\$ 2556)				

111 年 08 月份	名 稱	數 量 (K g)	單 價	金 額	備 註
	紙類	1000	2	2000	
	保特瓶	110	2	220	
	塑膠	0	1	0	
	鋁箔包	43	1	43	
	鐵罐	3	1	3	
	鋁罐	1	10	10	
	鐵	3	4	12	
	燈管(具)	2	1	2	
	電池	0	0	0	
	CD	1	2	2	
	總金額：新台幣貳仟玖佰玖拾貳元整 (\$ 2,992)				

111 年 09 月份	名 稱	數 量 (K g)	單 價	金 額	備 註
	紙類	810	1	810	
	保特瓶	260	2	520	
	塑膠	35	1	35	
	鋁箔包	130	1	130	
	鐵罐	28	1	28	
	鋁罐	4	10	40	
	鐵	0	4	0	
	燈管(具)	0	0	0	
	電線	0	0	0	
	CD	0	0	0	
	總金額：新台幣壹仟伍佰陸拾參元整 (\$ 1,563)				

111 年 10 月份	名 稱	數 量 (K g)	單 價	金 額	備 註
	紙類	530	1	530	
	保特瓶	320	2	640	
	塑膠	0	1	0	
	鋁箔包	310	1	310	
	鐵罐	19	1	19	
	鋁罐	8	10	80	
	鐵	13	4	52	
	燈管(具)	0	0	0	
	電池	0	0	0	
	CD	0	0	0	
	總金額：新台幣壹仟陸佰參拾壹元整 (\$ 1,631)				

111 年 11 月份	名 稱	數 量 (K g)	單 價	金 額	備 註
	紙類	500	1	500	
	保特瓶	270	2	540	
	塑膠	20	1	20	
	鋁箔包	240	1	240	
	鐵罐	33	2	66	
	鋁罐	6	10	60	
	鐵	120	4	480	
	燈管(具)	0	0	0	
	雜電線	0	0	0	
	CD	0	0	0	
	總金額：新台幣壹仟玖佰零陸元整 (\$ 1,906)				

111 年 12 月份	名 稱	數 量 (K g)	單 價	金 額	備 註
	紙類	420	1	420	
	保特瓶	150	2	300	
	塑膠	2	1	2	
	鋁箔包	150	1	150	
	鐵罐	14	2	28	
	鋁罐	4	10	40	
	鐵	5	4	20	
	燈管(具)	0	0	0	
	雜電線	0	0	0	
	CD	0	0	0	
	總金額：新台幣玖佰陸拾元整 (\$ 960)				

國立新竹高級工業職業學校 111 學年度校園戶外環境清潔責任區域分配表

編號	班 級	導 師	打 掃 區 域	備註
01	餐二甲	王若權	欣學樓 1-3 樓靠中華路側→(a)2 樓男廁、廁所前地面、陽台(含隔音門); (b)3 樓樓板以下至 1 樓樓梯、1 樓樓梯間平面。	特教班
02	餐二乙	何紹綸	欣學樓 1-3 樓靠電梯側→(a)2 樓女廁、廁所前地面; (b)特教辦公室前空地、飲水機;(c)3 樓樓板以下至 1 樓樓梯、1 樓樓梯間平面。	
03	餐一甲	謝秀圓	欣學樓 B2-1 樓靠中華路側→(a)1 樓女廁、廁所前地面(磨石子地面皆算); (b)1 樓以下至 B2 樓梯、B2 樓梯間平面。	
04	餐一乙	彭筱菁	欣學樓 B2-1 樓靠電梯側→(a)1 樓男廁、廁所前地面、無障礙廁所; (b)1 樓以下至 B2 樓梯、B2 樓梯間平面。	
05	機一乙	王佩郁	(a)實習工廠區圍牆邊人行道;(b)藝德樓 1 樓健康中心、男、女、無障礙廁所; (c)實習工廠區大門外側含花園、內側至懿德樓(含機車棚地面、花園)。	實習工廠與外操場
06	板二甲	陳奇明	板金科辦公室、板金科各實習工廠週邊至操場邊地面、水溝、車道、走道。	
07	電二甲	黃加榮	(a)電機館廁所、電機科前走廊、洗手台;(b)圍牆內草地、走道、水溝; (c)創意中心內打掃;(d)創意中心前花園、水溝、階梯、無障礙坡道;	
08	化二甲	陳華芳	(a)化工館走廊通道(含階梯至鐵網間區域)、水溝、廁所、地面; (b)圍牆內空地、草地、水溝;(c)體育室與地下室;(d)化工科辦公室。	
09	板一甲	李正平	(a)地下道出口、東光陸橋圍牆(含牆後)至操場水溝間; (b)排球場、草地、水溝至鐵網間(含大樹下);(c)體育組前一般垃圾桶和回收桶。	
10	機二甲	黃世良	(a)機械館前草地、籃球場地、跑道至籃球場及機械館旁綠地、走道; (b)機械館靠運動場旁水泥地走道、水溝;(c)機械科辦公室; (d)販賣機周邊地面及機械科前地下室空地。(e)機械科館 1 樓男、女廁所	
11	室二甲	譚雅云	右半側運動場司令台、監理站圍牆邊樹下草地、水溝、跑道、操場及跑道內草地， 室設館至機械科間走道(至販賣機)、室設科辦公室及資源回收。	
12	機二乙	陳芳如	左半側運動場司令台、監理站圍牆邊至排球場間、操場、草地、水溝、跑道。	
13	製二甲	葉家榆	製圖科辦公室旁男女廁所、製圖科辦公室及週邊、懿德樓週邊、圍牆至機械科前草 皮間的車道、花園、水溝、走道。	
14	資一甲	羅筱恩	欣學樓 3-5 樓中華路側→(a)5 樓樓板以下至 3 樓樓梯、3 樓樓梯間平面; (b)3、4 樓男女廁所、廁所前地面;(c)3、4 樓廁所旁陽台(含蒸飯箱、隔音門)。	
15	綜二甲	楊宜璋	(a)竹工隧道(含三座樓梯、樓梯口);(b)垃圾桶、廚餘桶、紙餐盒桶; (c)力行館、東光陸橋間通道、車棚、花園、至變電室間空地、無障礙坡道。	
16	綜三丙	謝宜君	欣學樓 5-7 樓電梯側→(a)7 樓樓板以下至 5 樓樓梯、5 樓樓梯間平面; (b)5、6 樓男女廁所、廁所前地面(含飲水機);(c)5 樓語言教室前空地。	
17	化三甲	李佩娟	欣學樓 5-7 樓中華路側→(a)7 樓樓梯間至 5 樓樓梯、5 樓樓梯間平面; (b)5、6 樓男女廁所、廁所前地面(含蒸飯箱、飲水機);(c)7 樓天台。	
18	機三乙	游惠君	圖書館全區:(a)書庫區;(b)媒體區;(c)B1 閱覽室內外(階梯座位、樓梯、資源 回收桶、一般垃圾桶);(d)1F 走廊、前後方花園;(e)圖書館和至善樓間停機車處 地面、水溝、車道、花園。	
19	板三甲	王心怡	(a)行政大樓 B1 樓至 5 樓兩側樓梯間(含地下室階梯、扶手、平台); (b)1 樓至 4 樓走廊通道(含 1 樓川堂);(c)第一會議室及 2 樓水槽、洗手台。 (d)校長室、第一會議室、秘書室、總務處。	
20	機加一	陳昱志	(a)環保小尖兵(垃圾子母車、資源回收場、紙類回收室); (b)木工室前地面、紙類回收室前至側門花園及地面、廚餘回收場周邊地面。	
21	電三甲	陳志煒	(a)力行館內 1 至 3 樓樓梯;(b)力行館前外側樓梯、門廊、階梯; (c)力行館 2 樓桌球室、活動中心(含舞台、球場)、資源回收及一般垃圾桶。	
22	室三甲	蔡松柏	(a)至善樓 1 樓走廊;(b)導師辦公室及裡面的休息室; (c)導師辦公室附近環境整潔、洗手台、水溝、花園、石頭椅。	

國立新竹高級工業職業學校 111 學年度校園戶外環境清潔責任區域分配表					
編號	班 級	導 師	打 掃 區 域	備註	
23	機三甲	翁永春	(a)至善樓2、3樓走廊、1樓至4樓樓梯；(b)1-2樓間男廁、2-3樓間男廁；(c)教務處往欣學樓及學程教室2樓風雨走廊、洗手台、花園；	欣學樓7樓、力行館、新民樓、行政大樓	
24	資一乙	張家菱	(a)校門口公車亭地面、花園；(b)警衛室前門柱至欣學樓與行政大樓間停車場(進校門後左側停車場含花園、水溝)。		
25	製三甲	李佑宗	整個內操場區域，廣場、花園、水溝、司令台(重點為司令台周邊、導師室前大樹下、教官室前大樹下、總務處前大樹下)。		
26	綜三乙	張胤賢	(a)弘道樓、忠誠樓至內操場階梯間花園、水溝、走道(含校長宿舍前廣場、水溝、司令台及階梯)；(b)導師室旁木頭階梯、座椅花園、往導師室階梯。		
27	綜三丁	王柏昌	(a)欣學樓7樓男女廁所、無障礙廁所及7樓所有地面；(b)7樓空中階梯教室、陽台。		
28	化一甲	蘇靜雁	(a)力行館1、2樓男女廁所、廁所外側地面、1樓廁所間空地；(b)合作社及熱食部外走廊		
29	機加三	劉育樺	(a)力行館1樓穿堂走道(含3個出口平台及階梯)；(b)專任教師辦公室；(c)輔導室；(d)學務處。		
30	電一乙	周筱媛	(a)行政大樓與力行館前至圍牆間，廣場(停車場)、車道、花園、水溝；(b)水池周邊環境至地下道入口；(c)天橋旁人行步道至校門前。		
31	化一乙	賴亭瑜	(a)行政大樓1、2樓廁所(導師室旁1樓女廁、教務處旁2樓女廁)；(b)行政大樓3樓廁所、廁所前地面。(C)教務處內部。		
32	室一甲	施韻文	弘道樓1、2、3樓男女廁所(含廁所走道)。		
33	綜二乙	周盈君	(a)弘道樓B1-5樓兩側樓梯間、各層樓走廊通道；(b)弘道樓地下室及水溝；(c)新民樓中間1樓至3樓樓梯(含樓梯前走廊、販賣機週邊地面)。		
34	綜三甲	葉千雅	(a)新民樓前中線至弘道樓旁圍牆；(b)弘道樓周邊花園、草地(含羅馬階梯廣場、中央圓環走道)、水溝、走道、兩側階梯及無障礙坡道。		
35	綜二丁	陳逸帆	(a)新民樓前中線至忠誠樓(學程教室)四周至圍牆間；(b)忠誠樓(學程教室)1至2樓樓梯；(c)植栽場花架、座椅、盆栽、草地。(d)忠誠樓1、2樓走廊通道(含半圓廣場)、花園、水溝。		
36	電一甲	王溫鋒	(a)面新民樓左側→1樓女廁(含無障礙廁所)、2樓男廁、廁所前地面；(b)面新民樓左側B1-4樓樓梯；(c)面新民樓左側3樓2座拖把槽。		
37	機一甲	賴佳慧	(a)面新民樓右側→1樓半男廁、2樓半女廁、3樓半男廁、廁所前地面；(b)面新民樓右側B1-4樓樓梯；(c)面新民樓右側2、3樓洗手台。		
38	製一甲	施郁蕙	(a)欣學樓B1電梯口地面、B2電梯口地面、B2停車場與出入口綠色坡道；(b)欣學樓電梯(電梯地板需掃地與拖地，玻璃與牆面要擦乾淨)。(c)欣學樓各樓層電梯口地面及電梯門、門框。		
39	綜二丙	簡兆瑩	欣學樓3-5樓電梯側→(a)5樓樓板以下至3樓樓梯、3樓樓梯間平面；(b)3、4樓男女廁所、廁所前地面；(c)3樓消防陽台、4樓視聽教室前空地(含飲水機)。		
40	機加二	林信廷	(a)新民樓後方空地、木工室至植栽場間地面、水溝、花園、無障礙坡道；(b)後門及後門內外側地面；(c)落葉堆肥區內外(階梯、草皮、地面)。		

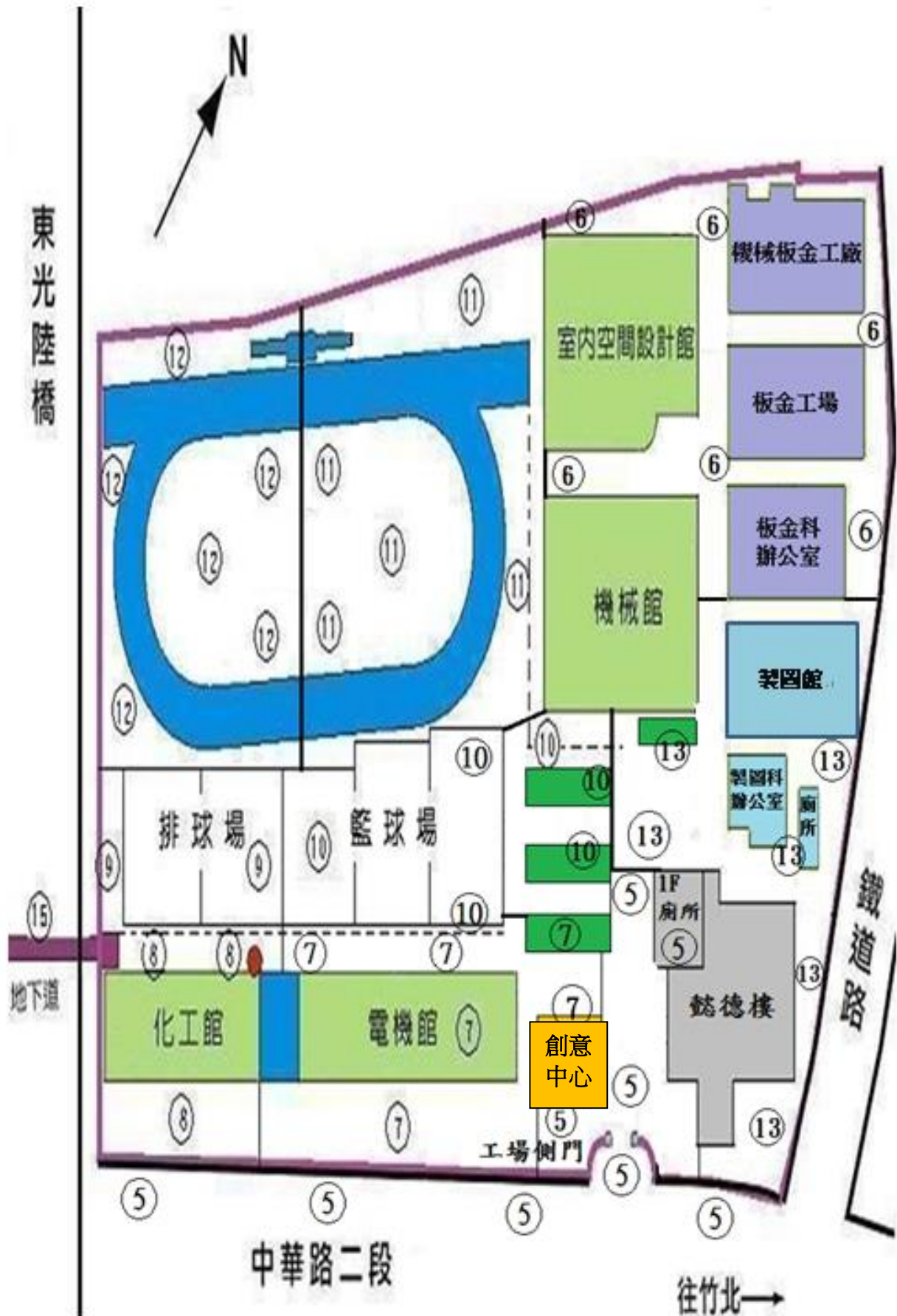
【請各位導師協助分配打掃工作、指導學生打掃工作要點，並確實督促】

- ◎請各班衛生股長、衛生幹事確實負責執行勤務，環保股長確實督促並做好垃圾分類與資源回收。
- ◎每日上下午皆須安排清潔打掃人員，並將垃圾清空，請負責外掃區的幹部確實督導同學打掃工作。
- ◎掃具或清潔用品不足的部分，請幹部至學務處衛生保健組或找營養師領取使用。
- ◎如有任何疑問或是清潔責任區域有不清楚的部分，請洽學務處衛生保健組。

校本部



實習工廠與外操場

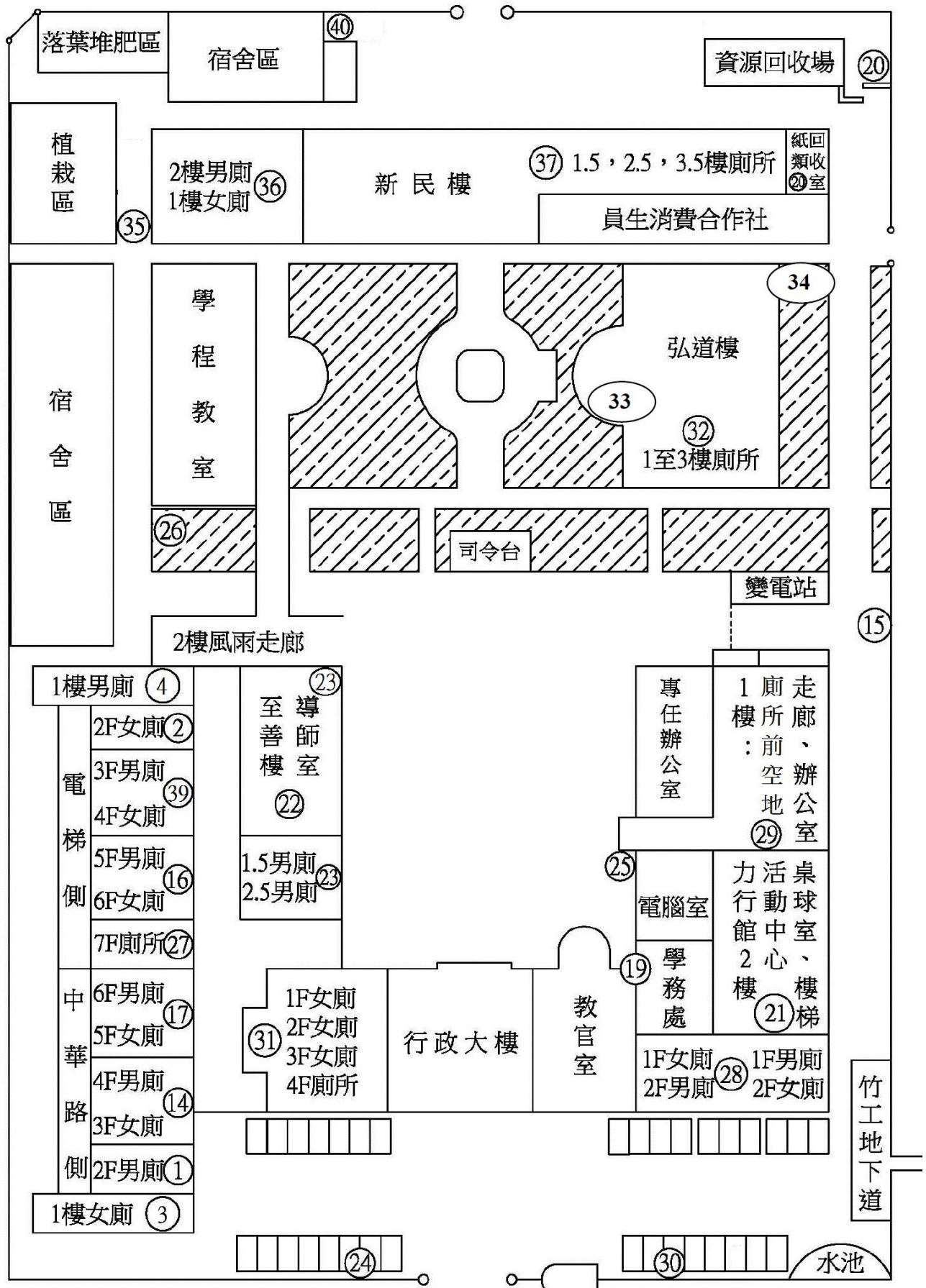


全校各班外掃區域清潔打掃用具 擺放位置暨領用說明

- 一、全校各班外掃區域已於 110 年 08 月 28 日（星期五）分配完成，若班級外掃區域的打掃用具不足，請各班導師協請衛生股長帶領數名同學於 9 月 1 日（星期一）放學前至學務處衛生保健補齊打掃用具（因應開學首 2 日，不需使用打掃用具領用申請單），爾後的打掃用具領取時間為每週三下午 15：50 分至 16：10 分止，若衛生組長不在，請找營養師領取打掃用具（請先至衛生組領取打掃用具領用申請單，填寫完成並交由班級導師簽章完成後，再憑單領取掃具）。
- 二、若班級對於掃具擺放位置有疑慮者，請參閱附件：打掃用具擺放位置及說明、文字版校園平面圖，打掃廁所之班級清潔打掃用具皆放置於廁所掃具間內；其餘外掃區域標示掃區編號的位置即為打掃用具擺放位置。
- 三、其中未標示打掃區域編號的班級，請參閱附件說明，建議可將外掃區域清潔打掃用具擺放於班級教室中，待打掃時間再將打掃用具攜至外掃區域使用。
- 四、負責打掃廁所的班級，請先行檢視您的掃區所屬廁所掃具數量是否足夠，**建議廁所內要擺放一組掃把和畚斗**，打掃方式依序如下：
 1. 先將地面全部掃過一遍（包含便間和掃具間地板），廁所垃圾全數分類倒掉。
 2. 刷洗小便斗與大便斗（先倒入鹽酸後等待約 3-5 分鐘，再加水刷洗乾淨）。
 3. 嚴重髒汙時使用水管打濕整間廁所地面，使用地板刷和清潔劑刷洗乾淨後拖乾。
 4. 若髒汙程度較輕微時，使用清洗乾淨的海棉拖把將廁所地面來回拖過數次。
 5. 用乾淨的溼抹布將洗手檯、小便斗感應器、窗戶平台，擦拭乾淨不留灰塵。
 6. 上學期間請保持廁所乾燥，或派員於下課時間巡視廁所環境整潔。
- 五、如有任何疑問，請洽學務處衛生保健組。



文字版校園平面圖



國立新竹高級工業職業學校

111 學年度第一學期申請學生保險診斷及金額

診 斷	事 故 日 期	受 理 日 期	理 賠 金 額	給 付 日 期
氣 胸	111/03/09	111/06/27	28,255	111/07/01
其 他	111/06/16	111/07/01	50,000	111/07/07
跌 倒	111/02/20	111/07/15	240	111/07/27
其 他	111/07/13	111/07/22	7,094	111/07/27
跌 倒	111/05/10	111/08/29	1,450	111/09/05
車 禍	111/08/22	111/09/08	4,646	111/09/16
車 禍	111/05/20	111/09/13	3,715	111/09/19
其 他	111/08/28	111/09/13	45,969	111/09/16
車 禍	109/09/25	111/09/16	5,000	111/09/21
跌 倒	111/06/13	111/10/05	5,000	111/10/11
跌 倒	111/09/16	111/10/20	5,000	111/10/25
其 他	111/10/16	111/11/02	50,000	111/11/09
其 他	111/11/06	111/11/16	1,390	111/11/22
跌 倒	111/09/30	111/12/08	567	111/12/15
跌 倒	111/11/03	111/12/21	850	111/12/29
氣 胸	111/11/22	111/12/29	5,115	112/01/04
其 他	111/12/29	112/01/05	780	112/01/10
骨 折	111/10/19	112/01/12	1,883	112/01/17
憂鬱症	111/11/15	112/01/31	42,932	112/02/08
其 他	112/01/14	112/02/03	10,699	112/02/07
理 賠 總 金 額			\$270,585	

國立新竹高級工業職業學校

111 學年度第一學期 每月傷病統計表

【110.09.01-111.01.20】

傷病種類與地點統計表													
科別地點	人 數	09 月份		10 月份		11 月份		12 月份		01 月份		總 計	
		人次	百分比	人次	百分比	人次	百分比	人次	百分比	人次	百分比	人次	百分比
外 科	操 場	55	34%	100	55%	103	56%	63	36%	40	44%	361	45%
	普通教室	8	5%	4	2%	8	4%	5	3%	6	7%	31	4%
	校 外	19	12%	6	3%	15	8%	8	5%	3	3%	51	6%
	其 它	46	29%	19	10%	22	12%	37	21%	22	24%	146	18%
	專科教室	30	19%	52	28%	32	17%	59	34%	19	21%	192	24%
	走廊樓梯	2	1%	2	1%	5	3%	4	2%	1	1%	14	2%
	總 計	160	100%	183	100%	185	100%	176	100%	91	100%	795	100%
外 科 總 計		150	42%	183	42%	185	59%	176	60%	91	66%	785	49%
內 科 總 計		78	22%	87	20%	128	41%	50	17%	46	34%	389	24%
確 診 通 報		129	36%	167	38%	77	25%	65	22%	53	39%	491	31%
總 數		357	100%	437	100%	313	100%	291	100%	190	100%	1588	100%

傷病年級統計表												
年級 \ 人數	09 月份		10 月份		11 月份		12 月份		01 月份		總計	
	人次	百分比	人次	百分比	人次	百分比	人次	百分比	人次	百分比	人次	百分比
一 年 級	134	47%	180	41%	203	65%	116	40%	85	45%	718	45%
二 年 級	115	32%	141	32%	112	36%	113	39%	75	39%	556	35%
三 年 級	108	30%	116	27%	75	24%	62	21%	30	16%	391	25%
總 數	357	100%	437	100%	313	100%	291	100%	190	100%	1588	100%

最新防疫規定

～請導師與衛生股長務必向全班宣達～

因應疫情，請各班務必遵守以下防疫規定：

1. 教室每日消毒2次：各班每日上、下午打掃時間確實消毒。
2. 開冷氣對角開窗：對角處各開啟一扇窗，每扇至少15公分。

防疫物資使用說明：

一、**酒精**：

用於手部清潔、耳溫槍消毒。

二、**漂白水**：

主要用於環境消毒：門把、桌面、電燈開關、水龍頭、或其他公共區域消毒。

三、**耳溫槍**：

每日量測體溫兩次（早上0800前、下午1300前）

（請各班妥善保管，學期末必須歸還，**若遺失須照價賠償**。）

四、**保鮮膜**：

使用耳溫槍請用保鮮膜保持個人衛生，用完請丟棄。

五、**隔板**：

用餐務必使用隔板並保持安全用餐距離，使用前、後請用漂白水清潔消毒，隔板務必妥善保存需重複使用。

（請勿塗鴉、破壞，**若遺失或汙損須照價賠償**。）

- 酒精和漂白水用完須拿空瓶於上、下午打掃時間至衛生組補充並登記。
- 所有防疫物「請酌量使用，請勿浪費！」
- 以上防疫物資「學期末皆須全數收回」，**若遺失或汙損皆須照價賠償**，請各班妥善保管。

防疫新生活



入校園
仍須配戴口罩



保持社交距離
室內1.5公尺
室外1公尺



落實實名(聯)制
資料僅保存28天，配合疫調



配合量測體溫
落實手部清潔
生病就醫後在家休息勿勉強上課、上班

COVID-19 疫苗系列專欄： 接種完疫苗後，還要戴口罩、保持社交距離嗎？

蔡懷德*

接種過 COVID-19 疫苗後，可獲得對於新型冠狀病毒(SARS-CoV-2)的保護力；即使受到感染，仍可明顯降低發病或重症的機會（約 67–95% [1,2]）；藉此也可減少傳播病毒的可能，以保護家人與朋友。

但是，疫苗保護力並非百分之百；接種疫苗之後，還是需要保持防疫習慣，如：戴口罩、勤洗手、保持社交距離（甚或更佳: keep physical distancing, but social connection [3,4]）、定期清潔消毒環境、與保持室內通風良好等等[5]。

新型冠狀病毒主要經由飛沫、接觸而傳播；感染者可以是無症狀、症狀輕微、嚴重肺炎、甚至死亡。此病的重症發生率約 19% [6]；死亡率可達 2.3% [6]。感染後即使無症狀或症狀輕微，仍具傳播力[7]。因此一定要保持對 COVID-19 的防疫警覺。

此外，由於新型冠狀病毒的基因會持續變異，即使自然感染後已經痊癒，仍可能再度感染變異株而發病[8]。接受過完整疫苗接種者，也有很低的機會再次感染發病（略低於萬分之一[9]）。因此，無論是感染後痊癒、或接種過疫苗，都還是要搭配其他防疫措施、以建立多層次的防護網。

戴上口罩與落實咳嗽禮節，可以阻擋大多數飛沫散播。勤洗手，可降低手污染污自己與環境的程度。保持身體距離但維持社交聯繫，可大幅減少飛沫接觸，但情誼存續。加上環境清潔消毒、室內良好通風等等，都可以幫我們建立更綿密的防護網、避免疾病傳播。

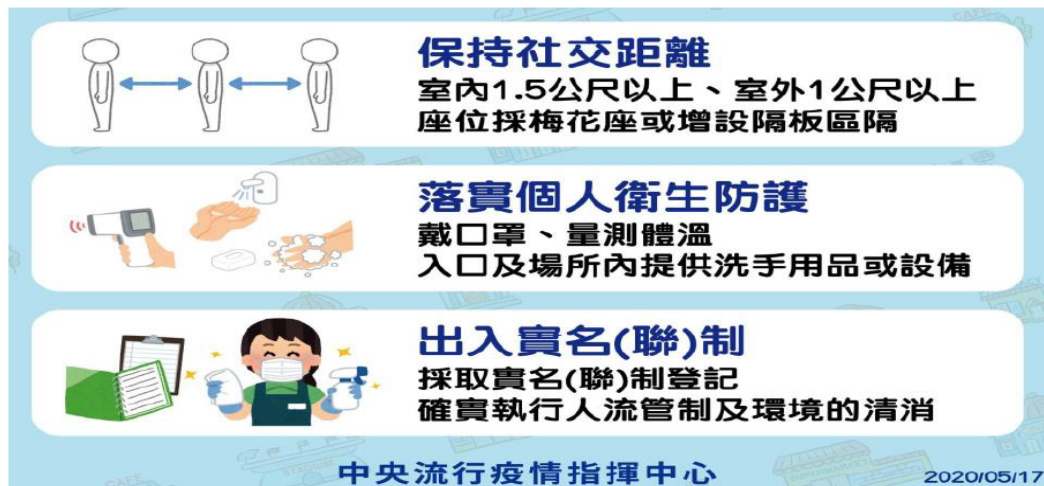
因此，不論在接種一劑或兩劑 COVID-19 疫苗之後，還是要維持戴口罩、勤洗手、保持社交距離等等習慣。多一分防疫警覺與措施，就進一步減少病毒的傳播、降低感染我們自己或身邊親友的機會，保障大家的健康與安全。

衛生福利部疾病管制署南區管制中心

通訊作者：蔡懷德*

E-mail : walter@cdc.gov.tw

DOI : 10.6524/EB.202110_37(20).0002



圖、各行各業一起來--防疫新生活運動[10]

參考文獻

1. Olliaro P, Torreele E, Vaillant M. COVID-19 vaccine efficacy and effectiveness--the elephant (not) in the room. *Lancet Microbe* 2021; 2(7): e279–80.
2. ECDC. Risk assessment: SARS-CoV-2 increased circulation of variants of concern and vaccine rollout in the EU/EEA, 14th update. Available from: <https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/covid-19-risk-assessment-variants-vaccine-fourteenth-update-february-2021>.
3. Allen, H., B. Ling, and W. Burton. Stop Using The Term ‘Social Distancing’ -- Start Talking About ‘Physical Distancing, Social Connection’. Available from: <https://www.healthaffairs.org/doi/10.1377/hblog20200424.213070/full/>.
4. Aminnejad R, Alikhani R. Physical distancing or social distancing: that is the question. *Can J Anaesth* 2020; 67(10): 1457–8.
5. Ayenigbara IO, Adeleke OR, Ayenigbara GO, et al. COVID-19 (SARS-CoV-2) pandemic: fears, facts and preventive measures. *Germs* 2020; 10(4): 218–28.
6. McIntosh, K. COVID-19: Clinical features. 2021/4/2; Available from: <https://www.wolterskluwer.com/en/solutions/uptodate>.
7. McIntosh, K. COVID-19: Epidemiology, virology, and prevention. 2021/4/23; Available from: <https://www.wolterskluwer.com/en/solutions/uptodate>.
8. Tillett RL, Sevinsky JR, Hartley PD, et al. Genomic evidence for reinfection with SARS-CoV-2: a case study. *Lancet Infect Dis* 2021; 21(1): 52–8.
9. CDC. COVID-19 Vaccine Breakthrough Case Investigation and Reporting. Available from: <https://www.cdc.gov/vaccines/covid-19/health-departments/breakthrough-cases.html>.
10. 中央流行疫情指揮中心：各行各業一起來—防疫新生活運動。取自：<https://www.facebook.com/mohw.gov.tw/posts/1567334196766326/>。

國立新竹高級工業職業學校

111 年度高級中等學校辦理健康促進學校計畫書

☒ 國立☐ 私立☐ 偏鄉學校（偏遠、特偏、極偏）

（註：欲辦理議題，請以勾選方式申請）

學校名稱 (全銜)	國立新竹高級工業職業學校	所屬縣 (市)	新 竹 市
申請辦理議題 (每校得申請 1-3 議題)			申請補助金額
必選議題 (三擇二)	☒ 健康體位 ☐ 性教育 (含愛滋病防治) ☒ 菸害防制 (含檳榔危害防制)	20,000 元	
自選議題 (五擇一)	☒ 正確用藥 (含藥物濫用防制) ☐ 口腔保健 ☐ 視力保健 ☐ 心理健康 ☐ 其他特色議題 _____	10,000 元	
申請補助金額 共 計	30,000 元 (每議題補助新臺幣 1 萬元，每校補助不得超過 3 萬元)		
現況說明	健康體位 因國人飲食習慣及家庭結構的改變，伴隨著食物的選擇趨向精緻化、油脂化和高熱量攝取及家長工作繁忙、單親家庭及隔代教養的學生比例偏高，突顯學生之健康生是值得大家關切的。有鑑於青少年的體位和體能是成年的基礎，其重要性不容忽視。研究顯示，肥胖兒童有二分之一的機率變成肥胖的成人，肥胖青少年的機率更高，達三分之二，肥胖對健康的影響，包括增加糖尿病、代謝症候群、血脂異常、高血壓及冠狀動脈心臟病等慢性疾病的風險，加上身體形象的改變，影響人際關係的建立，導致生理、心理、社會等之健全發展發生障礙；體重過輕會使抵抗力降低，容易感染疾病。因此維持理想體重應從小開始，協助建立良好飲食習慣及有恆的運動。 統計分析本校日間部 110 學年第一學期 466 位高一新生健檢體位資料，結果發現高一新生體位異常者 201 人 (43.1%)，其中過重及肥胖學生約 28.54%，其中過重 46 人 (9.87%)、肥胖 87 人 (18.67%)、過輕 68 人 (14.59%)，顯示青少年對食物的選擇及營養知識不足，且每日之活動量過少。由於健康飲食與身體活動是預防慢性疾病的主要二項措施，為推動本校師生健康體重管理活動，營造有益健康、成長的學習環境		

，增進學生健康體能及營養知能，爰經學校衛生委員會評估，提出校園健康體位健康促進學校計畫。

菸害防制

根據董氏基金會的調查，國內有 90% 的吸菸者是在 19 歲以前養成的習慣，在這之前若不吸菸，日後再吸菸的比例只有 10%，因此只要不讓青少年接觸香菸、吸第一口菸，日後有吸菸惡習的機率就不高了。除了家庭之外，學校是青少年最常生活的地方，因此營造無菸校園、無菸環境，加強菸害防制教育，是學校重要工作之一。

新興菸品電子菸對於青少年的危害，更是巨大。因此教導青少年認識電子菸，教導學生反菸、拒菸的正確觀念，應從國小到國中、高中（職）及大專院校教育課程，使學生擁有不吸菸及拒菸的態度及能力，如此不僅能有效減少吸菸率，也能使下一代生活在無菸的環境，因此，策訂及推展學生遠離菸害的校園菸害防制計畫。

正確用藥

根據中央健康保險署電子報，台灣人用藥量相當驚人，據健保局 98 年公布的統計資料，國人平均 1 年看診高達 15 次。中華民國藥師公會全聯會賴振榕常務理事表示，平均每張處方藥品約有 4.2 項，是美國的 2 倍，而藥品費用更占了健保費的 27%。衛生署調查，健保局醫療費用總支出 5 千億元，藥費高占 4 分之一，其中很多藥品都被浪費掉。有句俗諺說：是藥三分毒，且不分中西藥，若併用或併服保健食品，用藥安全風險更高。美國統計發現，每天因藥物錯誤或使用不當導致死亡的人數，相當於一架波音 747 飛機墜毀；而台灣歷年藥害救濟，從民國 88 年到 102 年共計累計有 2277 件，總給付金額為 \$3 億 5,589 萬 3,386 元。藥雖能治病，吃過多也會讓人承受藥物副作用或致命的危險。台灣人習慣看病一定要拿到藥，且常自認為疾病好了，就自行停藥，這樣不僅延誤病情、危害健康，也造成醫療浪費。

衛生福利部食品藥物管理署（下稱食藥署）為了解民眾對於使用指示藥與成藥情形，105 年進行用藥行為調查。報告指出近 6 成半的國人會自行購買指示藥或成藥情形，6 成 8 的民眾有處方藥與非處方藥的概念，但僅 5 成左右知道我國有藥品分級制度，顯示民眾對藥品分級制度認知尚待加強。

青少年階段是行為養成的初期，是建立正確健康行為模式的關鍵期，也是正確安全用藥觀念養成的關鍵階段，經由校園正確用藥教育推廣，教導學生能認識用藥常識，加強其生病時或有人提供藥物時，能運用所學的知識，正確的買藥、用藥，以預防傷害；更能將所習得的正確用藥知識傳達給家人，以維護家人的健康；不但能提昇學生日後用藥安全及自我照護行為能力，進而能影響家長正確用藥之行為。

計畫目標與內容 (請條列)	健康體位 一、建立學生對體重控制之正確知識，培養正確體重控制之觀念與行為，以實踐健康之生活。 二、降低體重過重及肥胖學生比率，促使學生維持健康體位。 三、協助學生設定其行為改變計畫，透過分析自己的飲食與運動習慣，以達到有效之體重控制。 四、使學生了解何謂健康飲食及平時如何選擇正確均衡的食物。 五、提升學生、家長、教師健康體位知能。 六、豎立健康飲食與運動風氣，修正飲食習慣與運動習慣。 1.每週三利用升旗集會時間進行健康操之活動。 2.測量學生身高、體重，計算其身體質量指數，篩選肥胖、體重過重個案。 3.建立體重過重個案管理專案，實施飲食狀況、身體活動情形之前測、後測等調查。 4.實施運動以及飲食指導，培養運動習慣及良好的飲食習慣。 七、加強學生健康體型意識之宣導。 八、以推行健康飲食及認識六大類食物為主要議題，設計相關主題活動，讓學生學習簡單易行的健康體重管理方法。 九、學校成立健康休閒性之運動團體，鼓勵學生參與。 十、配合現有教育、課程、親師座談等機制，提醒學生家長落實動態生活及健康飲食。 - 十一、鼓勵福利社供應廠商推動健康飲食、推動食品營養或份量標示，共同營造健康環境。 - 十二、商請體育老師針對體重過重學生，加強體重控制觀念與行為指導。 菸害防制 一、針對無菸校園之維護，訂定合理之輔導與管教要點，除了加強校園安全巡查之外，並納入學生手冊執行。 二、鼓勵學生參加本市辦理之各項無菸創意活動，並舉辦校園春暉專案才藝競賽—菸害防制漫畫、海報等藝文活動。 三、利用開學典禮、結業式、班會或週會活動時間，推動以拒菸為主題之全校性演講與活動。 四、對曾在校內吸菸或因好奇而吸菸及有意願戒菸的學生，成立戒菸班強制協助遠離菸害、戒除吸菸習慣，降低吸菸盛行率。 五、本校健康中心、學務處主動提供學生相關的菸害防制資源，並於校園內明顯處張貼菸害防制教育海報、標語，以提供（醒）學生相關
--------------------------	---

資源管道。

- 六、學校課程中能加入菸害防制相關的內容，並實施菸害認知檢測，以減低學生吸菸機率。
- 七、培訓戒菸教育種子師資，結合社區資源及家長志工團體，推動拒菸和戒菸，並利用親子座談時機實施菸害防制宣導。
- 八、與新竹市衛生所、鄰近醫院等配合辦理菸害防制教育宣導，運用專業師資實施菸害防制教育，讓學生更加清楚瞭解吸菸對於自己或他人的嚴重危害。
- 九、成立「無菸校園推動小組」，由本校健康促進委員擔任，配合健康促進會議，實施校園菸害防制活動。
- 十、不定期舉辦無菸校園教育宣導演講及座談會，加強學生無菸教育。
- 十一、於新生訓練時實施無菸校園課程。
- 十二、利用週會、班會實施無菸校園教育宣導及法規和討論題綱。
- 十三、校園各處張貼菸害衛生教育海報、標語，佈置無菸環境。
- 十四、不定期舉辦無菸校園漫畫、海報、創意標語等競賽。
- 十五、利用午餐時間、週會、班會、國防通識、健康與護理課程等時間播放有關無菸校園宣導短片。
- 十六、配合本校校慶、園遊會、開學典禮、結業式等，實施菸害防制宣導。
- 十七、不定期舉辦戒菸班，協請專業機構到校擔任講座，以提升正確的菸害知識及對健康的危害。
- 十八、實施無菸校園服務隊的組織及編組，成員由春暉社以及志工同學擔任，由生輔組長編組，執行巡視校園任務，採柔性方式勸導及相關獎懲措施。
- 十九、勸導本校教職員工與外賓勿在校園內吸菸。

正確用藥

- 一、結合本校健康促進計劃推動校內正確用藥教育相關活動，促進學生對用藥教育的重視。
- 二、落實學校健康教育，充實學生正確用藥常識與觀念，培養學生正確用藥五大核心能力
- 三、辦理本校推動校園正確用藥教育生活技能融入課程教學活動，展現活力與創意的正確用藥教學教育，提供學生才藝之發展平台。
- 四、結合教學與媒體的應用，建立校園永續倡導的用藥教育模式。
- 五、健康政策：將正確用藥教育納入為 110 年度健康促進學校之推動議題（依據臺教國署學字第 1090073867 號文）
- 六、物質環境營造：正確用藥海報之張貼與校內宣導活動

	七、健康社會環境：校園活動及正確用藥專題演講（有獎徵答）。 八、健康教學：將正確用藥教育納為常規教學（健康護理與軍訓課），辦理正確用藥安全專題演講，使五大核心能力融入生活技能，並進行正確用藥知能評量。 九、社區關係：清楚了解鄰近「正確用藥教育資源中心」資源，並推廣學生與家長正確用藥知識。 十、健康服務：健康中心藥物諮詢窗口與E化資源。
預期效益	健康體位 一、由健康知識介入後，經前後測結果進行分析，有八成學生願意改變生活型態，並減少攝取有害身體的食品。 二、降低因不健康飲食所導致腹痛、胃痛而來健康中心的學生比例。 三、願意參與健康飲食及改變生活型態之體重過重或肥胖者，於計劃結束前體重至少可減2公斤以上。 菸害防制 一、參與菸害防制系列活動的師生達全校總人數九成以上。 二、經教學前、後測結果進行分析，有八成學生對菸品危害認知、拒菸態度方面有顯著增加。 三、在校園各處聞不到菸味且看不到菸蒂。 四、對新興菸品電子菸有進一步的認識，並可以拒拿、拒吸、拒菸。 正確用藥 一、讓學生認知正確用藥五大核心能力內容，並展現於觀念及行為之改變，提昇用藥安全及自我照護行為能力。 二、透過實務經驗提升教學效能，及促進學生家庭之重視。 三、檢核學生在正確用藥教學實施前後之認知及行為改變，以評估教學成效。

貳、經費概算

一、健康體位

項 目	單 位	數 量	單 價	總 價	說 明
外聘講師鐘點費	元/時	2	2000	4000	1.辦理訓練、研討活動之授課鐘點費 2.外聘學者專家每節 2000 元、內聘 1000 元，助教減半。
內聘講師鐘點費	元/時	4	1000	4000	1.辦理訓練、研討活動之授課鐘點費 2.外聘學者專家每節 2000 元、內聘 1000 元，助教減半。
交通費	元/式	2	250	500	講師交通費
獎品費	元/式	24	50	1,200	才藝競賽、有獎徵答、圖書禮券。
雜支	元/式	1	300	300	凡前項費用未列之辦公事務費用屬之。
合 計				10,000	經費流用，請依「教育部補助及委辦經費核撥結報作業要點」辦理。

二、菸害防制

項 目	單 位	數 量	單 價	總 價	說 明
講師鐘點費	元/時	4	1,000	4,000	講演及戒菸班外聘教師鐘點費
獎品費	元/個	48	100	4,800	專題演講有獎徵答、圖書禮卷等。
交通費	元/式	2	400	800	講師交通費
雜支	元/式	1	400	400	凡前項費用未列之辦公事務費用屬之。
合計				10,000	上述經費得互相勻支(經費流用，請依「教育部補助及委辦經費核撥結報作業要點」辦理)。

三、正確用藥

項 目	單 位	數 量	單 價	總 價	說 明
獎品費	元/個	82	50	4,100	參與活動學生獎勵用。
設備使用費	元/套	1	3000	3,000	推動學生正確用藥宣導之影片製作，購買軟體之費用
物品費	元/式	8	300	2,400	推動學生正確用藥及評核相關物品費。
雜支	元/式	1	500	500	文具紙張耗材、宣導單張等。
合計				10,000	上述經費得互相勻支(經費流用，請依「教育部補助及委辦經費核撥結報作業要點」辦理)。

