

壹、校長談話



親愛的家長大家好：

很快，孩子的高中篇章又翻過另個頁面，祝福所有家長夥伴們，龍年吉祥、諸事順心，相信春節期間，大家都享受了一段美好的親情時光。此刻，瑞榮謹就竹塹教育、走過溪畔、近期重點等面向，再向各位家長夥伴進行簡要說明：

一、竹塹教育

頭前溪兩岸的大新竹都會圈是臺灣的科技首都，這個福氣的寶地迎來全國的精英在此安身立命，大新竹都會軸線已經往北岸的竹北市慢慢偏移，不論產業聚落或人口遷移都一樣。

一個光榮的臺灣科技首都，不應只有蓬勃產業動能與優質素養人民，交通、服務、文化、教育工程…等等建設都應與時俱進，頭前溪南岸的新竹市已有 10 所公立大學或高中職，北岸的竹北市只有竹北高中和六家高中兩所公立學校，後中和大學教育投資與均衡至為重要。

因應大新竹產業與人口變遷需求，陽明交通大學開啟頂大回饋在地高中教育先聲，將策略攜手竹北高中，投注有形與無形的雄厚資產及資源，共同合作締造一所大新竹區典範高中，刺激區域共好，提升大新竹整體教育動能，讓更多的明星校群來共同照顧大新竹子弟。

二、走過溪畔

在家長會朱曉傑會長、家長夥伴、校務顧問群和全體教職員工生的攜手合作之下，孩子們在升學進路、科學、語文、藝術、體育、技藝、科展及數理資訊等各項競賽也都有亮麗的好表現，深覺欣慰。

上學期我們已經逐漸擺脫新冠疫情的干擾，啟動了很多原來的日常與經常，包含校慶黃金週的運動大會和園遊會、包高中和學生夜讀活動、高一高二的校外教學參觀、英國海外遊學團與日本國際教育旅行…等等。

符應大新竹科技首都的國際化需求，竹北高中除了是臺灣國際交流 NPDL 計畫的創始學校之一，也是竹苗第一也是唯一成立雙語教育實驗班的國立高中，也已經和加拿大布萊斯學院（Blyth Academy）簽訂國際學程「高中雙聯學制」計畫，113 學年開始的高一新生，將啟動這個重要的國際化計畫。

三、近期重點

112 學年下學期同樣需要家長夥伴的多方支持與協助。在此，瑞榮特別摘要幾項重點：

- (一)**推展改隸程序**：上學期期末校務會議通過接受陽明交大邀請，兩校將共同啟動後續的改隸規劃程序，本學期將依照教育部相關規定推展相關程序。
- (二)**啟動雙聯學制**：下學期我們將開始宣導國際學程「高中雙聯學制」計畫，未來同學只要另外修習 6 科加拿大全英語高中學科課程，畢業後同時取得台加高中雙文憑。
- (三)**深化特色課程**：在陽明交大的全力協助下，竹北高中將有很大的契機與支持，我們規劃社會人文、AI 理工及生物醫學等特色實驗班進行拔尖選才，策略培養大新竹資優子弟。
- (四)**勾勒校務發展**：竹北高中第六期校務發展計畫（108 學年-112 學年）將在本學期結束，本學期也將同步召開校務發展會議發展第七期（113 學年-117 學年）校務發展計畫。



- (五)**提醒網路陷阱**：請孩子務必審慎在網路上的所有言行，也要留意網路陷阱，不論是文字、圖片或影片，都要避免可能的無心霸凌或侵犯，甚至不小心涉及法律問題。
- (六)**倡導手機善用**：請孩子適當適時的用手機，避免手機使用無度，甚至過度依賴成癮變成手機的奴隸，這將嚴重影響同學的學習與心性，葬送寶貴的高中黃金時間。
- (七)**涵養生活禮節**：希望孩子的班是最溫暖有禮的班級，上課前後主動向老師問個好，不拘形式的簡單問候，感謝老師的充分準備與教導，也展現孩子的好修為與好涵養。
- (八)**有品味的學習**：教室是孩子們一天相處與學習的地方，我們是有品味有品質的溪畔子弟，不應該在髒亂的環境下過一天，該提醒孩子隨時保持教室整潔，環境美雅了再上課。

四、結語

孩子的學習需要穩健、友善、精緻的學習環境，但個人能力終究有限，需要所有家長夥伴、學校同仁與行政團隊一如以往的攜手合作。

最後，祝福所有溪畔親師生，健康、平安、豐美、喜樂！

校長 陳瑞榮 敬上
中華民國 113 年 3 月 9 日
于親師座談會



貳、親師座談會實施計畫

國立竹北高級中學 112 學年度第 2 學期親師座談會實施計畫

壹、目的：

- 一、藉由親師互動，讓教師、家長了解學生在家、在校表現，以期共同引導學生行為，提升學習效能。
- 二、協助學生家長與導師了解學生升學進路與準備，使家長與導師能成為學生之後盾，成為一個親師夥伴學習社群，以期共同協助學生生涯規劃。
- 三、親師校務交流，促進理解，溝通共榮。

貳、實施對象：親子教育全校學生家長、班級座談會：高一、高二學生家長。

參、實施時間：113 年 3 月 9 日〈星期六〉上午 08:10~12:00。

肆、座談方式：

日期	時間	活動名稱	地點	參加人員	主持人／ 講師	備註
3 月 9 日 (六)	08:10~08:20	報 到	體 育 館	學生家長、教師	承辦單位	
	08:20~08:25	校務意見交流	體 育 館	學生家長、教師	校長	
	08:25~08:50	各處室報告	體 育 館	學生家長、教師	各處室主任	
	08:50~09:00	Q&A 時間	體 育 館	學生家長、教師	校長	
	09:10~10:00	改隸陽明交大附中 說明會	體 育 館	學生家長、教師 及校友	校長	
	10:10~11:00	班級座談會	各班教室	學生家長、教師	各班導師	請參閱 A
	11:10~12:00	高一選組 班群說明會	B1 視聽教室	高一學生家長、 教師	輔導處 陳婉如老師	請參閱 註 B

註 A：各班導師指派乙名同學，負責班級座談紀錄；遴選服務同學 2~3 名，負責場地引導，於 9:50 攜帶班牌至體育館協助引導學生家長至各班教室參加班級座談。

註 B：請高一班派學生於 10:55 帶領班級家長委員至 B1 視聽教室參加選組說明會。

伍、注意事項：座談會意見單請家長填妥後，於會後送交導師，交輔導處統一彙整。

陸、本計畫陳 校長核定後實施。



參、各處室的叮嚀

一、教務處的叮嚀

(一)本校各學制取得畢業資格條件說明(節錄自學生手冊「國立竹北高級中學學生成績考查補充規定」)

(110學年以後[含110]入學適用)

1. 普通科學生

- (1)畢業之最低學分數為 150 學分成績及格。
- (2)部定必修及校訂必修至少需 102 學分且成績及格。
- (3)選修學分至少需修習 40 學分且成績及格。
- (4)修業期間德性評量之獎懲紀錄相抵後未滿三大過。

2. 普通科舞蹈班學生

- (1)畢業之最低學分數為 150 學分成績及格。
- (2)部定必修及校訂必修至少需 102 學分且成績及格。
- (3)選修學分至少需修習 20 學分且成績及格。
- (4)修業期間德性評量之獎懲紀錄相抵後未滿三大過。

3. 普通科體育班學生

- (1)畢業之最低學分數為 150 學分成績及格。
- (2)部定必修一般科目至少須 80%及格，部定必修體育專業科目至少須 85%及格。
- (3)選修科目學分至少須 70%及格，始得畢業。
- (4)修業期間德性評量之獎懲紀錄相抵後未滿三大過。

4. 職業類科學生(含資訊科、商業經營科、門市服務科)

- (1)畢業及格學分數至少為 160 學分。
- (2)表列部定必修科目學分均需修習，並至少 85%及格，始得畢業。
- (3)專業科目及實習科目至少須修習 80 學分以上，其中至少 60 學分及格，含實習(含實驗、實務)科目至少 45 學分以上及格
- (4)修業期間德性評量之獎懲紀錄相抵後未滿三大過。

※前項各科班畢業條件相關之科目名稱、修習學期及學分數以本校課程發展委員會送主管機關審核通過之課程計畫內容為準。

(二)本校學生學期成績不及格之處理方式：

1. **學習扶助教學**：高一二每學期第 1、2 次段考後，成績未達 50 分者，可參加補救教學課程，評量優異者可調整當次段考成績至多 50 分為限，依據「國立竹北高級中學扶弱增能教學實施辦法」辦理。



2. **補考**：當學期結束後有補考的機會一定要鼓勵孩子儘量把握，因為這是最直接、容易的補救方式。
3. **重補修**：如貴子弟補考後，補考成績與學年成績均未及格，就需通過重補修才能取得學期學分，若補考成績或學年成績其中之一及格則不需重補修。

► 整理高中各種重補修情形如下表：

◎以普通科高二國文為例，上下學期均為必修 4 學分

上學期	下學期	學年平均（計算至小數第一位）	重補修方式
及格	不及格	及格	不必重補修，直接取得完整的 8 學分
不及格	及格	及格	
不及格	及格	不及格	直接取得下學期 4 學分，需重補修上學期後才能取得上學期 4 學分
及格	不及格	不及格	直接取得上學期 4 學分，需重補修下學期後才能取得下學期 4 學分
不及格	不及格	不及格	重補修上學期後取得上學期 4 學分 重補修下學期後取得下學期 4 學分

學生應視自己的情況後登記正確的重補修課程，以免權益受損。

- (1) 依據高級中學成績考查辦法規定，高中職階段仍有**重讀**機制（即一般所謂「留級」），計算方式為該學年結束，辦理補考、重補修後，結算取得總學分數未達全學年應得學分數 $1/2$ 者，得重讀。請各位家長務必隨時關心孩子的課業情形。
- (2) 請家長陪同學生利用學生成績系統檢視每學期學分取得情形，並督促其儘快完成不足學分之重補修，以免無法取得畢（修）業證書，徒生困擾。
- (3) 網址：學校首頁/資訊服務/校務系統之學生成績系統線上查詢，
https://cpshs-hcc.k12ea.gov.tw/SCH_UI//Login.aspx。
- (4) 教務處實驗研究組依照學年學分制的精神，一律於暑假開設重補修課程。請於 5 月開始密切留意學校首頁綜合性公告及股長訊息通知。



(三)有關學生成績計算等相關規定請參閱學生手冊，請連結本校首頁/右下方

「校園文件」/學生手冊及班級通訊，下載學生手冊電子檔查詢。

※網址：<https://www.cpshts.hcc.edu.tw/home?cid=1653>

(四)112學年度高一升高二選組說明及時間表：

1. 普通班高一升高二選組請就以下二個類組選填：

志願代號	對應類組
311	文組 (文史法商)+數 A
312	文組 (文史法商)+數 B
320	理組 (數理)+數 A
330	理組 (生醫)+數 A

2. 高一選組時程如下：

	日期	選組作業
一	5 月 10 日開始	發選組卡
二	5 月 23 日至 5 月 30 日	選組卡經家長、導師、輔導老師核章後交回
三	暑期輔導課前	公告選組結果

3. 特殊選才：112 學年度(113 年)教育部共核定 58 所大學辦理特殊選才，招收名

額超過 1618 名，各校考試項目及招生日期可於大學多元入學升學網
(<https://srecruit.moe.edu.tw/>) 查詢參考。

(五)國立竹北高級中學112學年度第2學期各類校內外獎助學金一覽表，請見附錄(二)



二、學務處的叮嚀

(一)學務處本學期重要活動如下：

日期	星期	活動內容	備註
02 月 16 日	五	開學典禮	
03 月 09 日	六	高一、二親師座談會暨 改隸陽交大附中家長說明會	歡迎家長參加
03 月 29 日	五	溪畔暮春晚會	歡迎家長參加
04 月 24-26 日	三至五	高二校外教學參觀	
04 月 25-26 日	四至五	高一校外教學參觀	
05 月 01 日	三	高二英語歌唱比賽	
05 月 25-26 日	六、日	班際排球比賽	
06 月 03 日	一	畢業典禮	歡迎家長參加
06 月 28 日	五	結業式	
06 月 30 日	日	英國海外遊學出發	0630-0720

(二)國際教育旅行:日本國際教育旅行已於112年/1203-1208辦理完成，並與日本佐野高校簽訂M.O.U.。113年日本教育旅行，預計113年12月出發，報名及教育旅行相關課程預計於113-1辦理。

(三)海外遊學:113 年英國海外遊學活動，於 06 月 30 日-07 月 20 日辦理。行前課程於 112-2 辦理。

(四)本校性侵害、性騷擾或性霸凌申請調查或檢舉之收件單位學務處生輔組，電話：03-5517004。受理後，由本校性別平等教育委員會成立調查小組進行調查。調查完畢後，可以進行相關的輔導、教育、與改進措施，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，以達到性別平等教育法之目的。

(五)各類急難救助金：

- 1、教育部學產急難救助金：教官室生輔組協助家中突然遭遇變故（3個月內）的同學申請教育部學產急難救助金等。詳細申請辦法及申請表格請洽詢生活輔導組。
- 2、財團法人台北行天宮急難濟助」：濟助對象涵蓋家庭急難、學生急難及醫療急難濟助，詳細辦法可上行官網站查詢。詳細申請辦法及申請表格請洽詢生活輔導組。
- 3、教育儲蓄戶：照顧對象包含就讀公立高中職(包括公立完全中學高中部及公立完全中學國中部)及公立國民中小學(包括附設幼稚園)之下列家庭之在學學生：
 - (1)低收入戶。
 - (2)中低收入戶。
 - (3)家庭突遭變故，致無法順利接受教育者。
 - (4)前三款以外家庭須協助順利就學之特殊個案學生。

【詳細申請辦法及申請表格請洽詢訓育組。】



4. 教育部國民及學前教育署補助急困學生：本校請向生輔組提出申請

(1) 目的：

- A. 補助失業者之子女，積極協助因經濟問題致非自願失學之學生。
- B. 協助國民中小學、高中職學生安定就學之目的。

(2) 補助對象、補助項目及補助基準：

就學層級	補助對象	補助項目	補助基準
高中 (職)	1. 低收入戶、中低收入戶之在學學生。 2. 家庭突遭變故（包括失業、被裁員、給予無薪假）及任何一方身障或身殘，致經濟陷入困境無法順利就學，經學校認定需要幫助之在學學生。 3. 債信不良家庭子女未能申請就學貸款者。	就學安全網以外之其他就學或生活所需費用。	視個案情形予以補助（補助費用應扣除已享有政府補助部分）。

(六) 須申請學生平安保險之同學請至健康中心洽詢。

(七) 學校首頁上「資訊服務」點入後之「校務系統」

(https://academic.cpshts.hcc.edu.tw/SCH_UI/Login.aspx)，可查詢學生成績、曠缺課記錄、獎懲記錄…等相關資料，歡迎各位家長及同學多加利用。
由學生帳號登入(帳號:學號；密碼:預設為身份證字號)

(八) 本校餐廳整建工程，於 112-1 完成，優化食品衛生環境，新增室內用餐交誼空間，並提供現場熱食販售。感謝家長委員對於食品衛生督導的協助及指導，針對團膳菜單部分，營養師定期公告在本校首頁上，請家長參閱，也謝謝家長委員一起關心學生團膳用餐情形。

(九) 請家長綁定竹北高中行動校園推播 APP。詳如附錄四。本校學生之缺曠、獎懲，均可由行動校園推播 APP 查詢，學生曠課、獎、懲均會推播訊息至家長端手機。學生曠課通知紙本，放置學務處班級櫃，由副班長取回班上給同學核對是否正確。記過處分通知紙本；事假、曠課達示警節數(達該學期上課時數 1/3)，另有紙本郵遞通知家長。

(十) 學生請假，請依學校請假辦法完成請假手續。



三、教官室的叮嚀

◎友善校園宣導-詐騙防制：

- 一、本學期友善校園週自113年2月16日起至2月23日止，年度宣導主題：「校園詐騙防制—你快樂我平安」，近年來隨著社群平台及社交軟體興起，詐騙手法也新穎多元，據統計以「假網拍詐騙」、「投資詐騙」、「ATM解除分期付款」、「假愛情交友」、「假冒親友詐騙」、「購買遊戲點數」、「打工詐騙」等為多數，敬請家長留意及關心孩子行為。（參考教育部與內政部~~112.06.19致家長的一封信）
- 二、收到可疑簡訊附短網址（近期以.xyz為大宗）請小心，切勿點擊連結、輸入個資或安裝不明程式，可使用「防詐達人」辨識網址求證。
- 三、家長及全校師生可透過「教育部詐騙防制專區」或查詢「內政部警政署165全民防騙」網站公告資訊，或加入內政部警政署165反詐騙LINE官網下載最新詐騙手法，以避免受騙上當。



◎避免手機沉迷：

- 一、隨著手機智能化的普及，我們享受到了極大的便利，但令人擔憂的是缺乏自制力的孩子會對智慧型手機產生依賴性，尤其是各種遊戲的湧現，我們可發現自己孩子話變少了，回家後馬上窩進房間，也不知道在忙甚麼？
- 二、兒福聯盟發表「2023台灣兒少網路安全暨網路識讀現況調查報告」，調查青少年（國中生和高中生）使用網路的情形，發現孩子們即使扣掉用網路做功課的時間，平均每日仍然使用網路高達4.6小時（相當於每週32.2小時），表示青少年在上課時間之外，回家幾乎都掛在網路上，長期使用3C產品易造成孩童作息不正常、白天精神不濟、上課無法專心、忽略課業及現實的人際關係等問題。



三、兒少面臨的三大網路危機-騙財、騙色、騙個資

危機一：騙財，平均每五個就超過有一個兒少曾被詐騙

危機二：騙色，兩成一曾遇過網友特殊要求，其中五成九被網友要求交往

危機三：騙個資，四成一的兒少曾給網友個資。

四、以下協請家長叮嚀、注意：

- (1) 不流連網際網路商店，並避免利用色情網路、光碟、解碼器等接觸色情，確保身心健康。
- (2) 「愛自己、愛別人、珍惜生命」，提倡正當娛樂，以遏阻模仿網路危險遊戲導致之意外事件，另為避免過度沉迷，協請家長應注意孩子的上網時間及行為，並與孩子共同制訂上網公約及培養正確的網路使用態度與習慣。
- (3) 不私拍不雅照片，更不應 P0 上網；同時應注意網路使用之禮節與規範，並尊重個人隱私權益，避免觸法。
- (4) 不違法上傳不當影片、竊取他人網路遊戲虛擬貨幣及道具、入侵他人網站竊取或篡改資料等，具備網路使用的認知素養，並尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。

☆本校學生攜帶行動載具使用管理辦法(109.7.8校務會議通過)：

1. 上課、集會、集合……一律不得使用(含收發簡訊、看文章、打電玩等行為，另請關機或轉靜音模式)。
※但為因應臨時、教學需求、緊急狀況或學生特殊需要，經任課老師同意後得開放使用。
2. 可使用時間：每節課下課、午休12:00-12:30
3. 違規處理方式：
 - (1) 違犯上述使用規定者，一律小過處分。
 - (2) 各項考試(段考、模擬考、小考、平時考)使用手機者，以違犯考試規定該科目零分計算及記大過處份。



◎校園安全防護：

為綿密校園安全工作，學生於校內如遇突發狀況，除尋求班導師、教官室、警衛協助外，亦可運用『視訊通話聯繫站』進行聯繫，目前已設置2處、預劃設置5處，以作為緊急求助需要。(同步連線至教官室及警衛室)

已設置(2)		備考
體適能教室	學生宿舍及藝能館間	1. 設置位置於學生出入頻繁經常活動處。 2. 由於經費有限，本學期設置點預計113-1學期前完成，後續滾動擴充，以強化校園安全維護工作。
預劃設置(5)		
行政大樓5樓自習教室	K館	
健康中心處	童軍社辦(鄰餐廳)	
舞蹈劇場		



◎交通安全宣導：

- 一、根據道安會統計，交通事故發生地點計有近6成發生於路口，其中2成發生於無號誌路口，為降低路口事故，交通部以「路口安全」為主題，「車輛慢看停，行人停看聽」為口號，籲請各校加強對駕駛人「無號誌路口/閃紅閃黃路口」優先權宣導及「禮讓行人」，對行人著重於「勿任意穿越路口」，以強化正確的交通安全觀念。
- 二、本校運用交通部「道安資訊查詢網」之資訊，查詢112年1-10月份學校周邊200公尺交通意外事故熱點（網址-<https://reurl.cc/dW74ry>），計有中央路、縱貫公路等處26件34人受傷，請家長們可善加利用「道安資訊查詢網」掌握區域熱點狀況，俾減少交通意外事件。

肇事地點排行				
項次	地點	件數	死亡	受傷
1	三民路、中央路、中華路(新竹縣竹北市)	8	0	9
2	三民路、中華路(新竹縣竹北市)	4	0	7
3	中央路(新竹縣竹北市)	4	0	5
4	中央路、文昌街(新竹縣竹北市)	4	0	5
5	中央路、中央路 30 巷(新竹縣竹北市)	3	0	5
6	中央路、新光街(新竹縣竹北市)	2	0	2
7	三民路、竹義街 42 巷(新竹縣竹北市)	1	0	1
	合計	26	0	34

三、協請家長叮嚀，以下情形：

1. 嚴禁同學邊走邊講手機、聽音樂、滑手機等危險行為，尤其是上、放學或行經路口務必當心、注意，以免肇生意外。
2. 依據道路交通管理處罰條例：「行人未依規定行走行人穿越道」、「行人未依標誌、標線、號誌指示或手勢指揮穿越道路」罰鍰都是 500 元，請務必當心留意！
3. 搭乘校園專車同學，上車後務必配戴口罩及繫上安全帶，以保障行車安全，下車時務必再行檢查個人物品，以免遺漏亦可能增添無法拾回風險。
4. 根據交通部道安委員會統計分析，全年自行車事故多達近萬件(造成 117 人死亡、13340 人受傷)，若沒配戴安全帽習慣，當發生事故時，就易造成頭部較嚴重外傷。為維護同學安全，請於騎自行車上下學時，務必戴上安全帽，並繫好繫帶。
5. 教官室已將「本校騎腳踏車暨戴安全帽管理辦法」及「本校學生騎乘機車/微型電動二輪車通學實施辦法」放置教官室網頁，請協助提醒孩子上網瀏覽並確實遵守。
6. 搭乘火車到校同學請注意，候車時請勿跨越黃色警示線，在月台上等待列車進站時，應與月台邊保持安全距離，以維護自身安全。
7. 本校校門口為網狀線，為避免交通阻塞，嚴禁有車輛臨停、迴轉。



※依據道路交通標誌標線號誌設置規則第 173 條：「網狀線，用以告示車輛駕駛人禁止在設置本標線之範圍內臨時停車，防止交通阻塞。」，網狀線通常劃設在無紅綠燈的路口，主要目的是保持路口淨空，確保其它路口車輛進出時，不被其他停靠的車輛堵住，維持交通順暢。

◎請假注意事項：

為避免缺曠影響個人權益，以下敬請遵守：

- (1)利用學校網頁/資訊服務/學生成績系統查詢(查詢出缺席、獎懲等紀錄)，俾掌握即時資訊，快速處置。
- (2)收到生輔組發送之缺曠核對單(白單)，應於三日內完成處理(銷假)，如發現資訊有誤時，應儘速向任課老師說明，並請老師於白單上填註更正說明及簽章，以利生輔組幹事後續處置。
- (3)如收到 APP 通知訊息或個人缺曠通知單(黃單)，代表已逾時銷假超過二周，針對先前校方的提示未予重視，後續將按學生請假規定辦理。

※依據「本校學生請假辦法」第 4 條規範：

逾期辦理請假手續者，依不遵守請假辦法處置：

1. 逾期 30 日內(含例假日)始辦理請假手續者，記警告乙次。
2. 逾 30 日至 60 日內(含例假日)辦理請假手續者，記警告兩次。
3. 逾 60 日至 90 日內(含例假日)辦理請假手續者，記過乙次。
4. 逾 90 日至 120 日內(含例假日)辦理請假者，記過乙次警告乙次。
5. 逾期超過 120 日辦理請假者，記過兩次。

◎防範一氧化碳中毒暨用電安全須知：

- 一、一氧化碳是一種無色、無味、無臭、無刺激性的氣體，由於不似瓦斯般有氣味，故常有發生中毒而不自知的狀況，為預防其發生，千萬不可將熱水器裝在室內，煮食東西時要注意空氣之逆流，千萬不要讓原本無毒的煤氣因缺氧造成燃燒不完全產生有毒的一氧化碳。
- 二、一氧化碳中毒的緊急處理應立刻將病患移至通風的環境下，若有意識不清，需保持呼吸道暢通，依照心肺復甦急救流程處理後盡速送醫。
- 三、有關用電安全，請遵守防範電氣火災「四不一沒有」原則：
 1. 用電「不」超載
 2. 電線「不」折損
 3. 可燃物「不」擺放
 4. 插頭不用「不」插，「沒有」安全標章產品不買不用，以降低意外發生。





◎行動校園 APP 推播系統：【敬請下載安裝】

- 一、《行動校園APP推播系統》涵蓋家長端及學生端。學生在校成績、獎懲、缺曠、請假查詢、在校綜合表現、學期成績、學年成績及歷年成績、歷年獎懲紀錄查詢及正常放學時段外，因臨時事、病假因素提前離校等，家長均能即時掌握、隨時查詢。
- 二、《行動校園APP推播系統》每推播新訊息，手機端的APP會顯示未讀訊息筆數，以便家長即時瞭解子弟在校整體表現（父母手機均可同時綁定，不限1人）。

※安裝步驟一：學生先安裝「亞昕行動校園」APP

搜尋「亞昕行動校園」，下載安裝及並依身分管理選項登入
或直接以手機掃描右方 QR code 下載安裝及登入



步驟二：由學生端邀請家長下載 APP 並綁定學生帳號(學生無使用手機者，請依此步驟綁定家長手機)

1. 由學生帳號(帳號:學號；密碼:預設為身份證字號)登入竹北高中學生校務系統
2. 學生登入後可產學生 QR code，請家長掃描並加入後即可綁定
3. 綁定教學影片 <https://youtu.be/OHBV21n6tFo>
4. 教學手冊 <https://reurl.cc/xQWYvV>

※學生在校表現、成績、獎懲、缺曠及請假訊息，即時以本 APP 簡訊推播，除學期末寄紙本學期成績單外，學期間成績、獎懲、缺曠等在校表現，不另以紙本郵遞方式通知！



◎防制藥物濫用宣導：

- 一、毒品的種類不斷推陳出新，並透過各種不同的包裝避人耳目，易降低施用者對於毒品的警戒性，販毒集團可能透過通訊軟體販賣、利用短影音 APP 附加 QR 碼提供貨品，提醒家長特別留意孩子網路行為，尤其對於各式通訊軟體上奇怪的暗語及販售高於平常市價金額的物品都要提高警覺，避免學生涉入網路販毒。
- 二、大麻與「墨西哥鼠尾草」(Salvia divinorum)在臺灣分別列為第二、三級毒品，千萬不要購買、使用，相關資訊請參考教育部防制學生藥物濫用資源網站 (<http://enc.moe.edu.tw/>)。
- 三、倘學生不幸誤觸毒品，請立即聯繫師長及尋求學務處、輔導處及教官室協助，瞭解其使用毒品的情境及原因，俾對症下藥徹底根除，協助孩子走出對毒品的依賴性。



四、總務處的叮嚀

- (一)、平日上課時間家長如需至學校洽公、送物品，開車前來時請於校門口先停車並向警衛說明來意，以利警衛控管及維護校園安全，並請共同遵守政府防疫措施。
- (二)、學生臨時受傷如需要緊急使用電梯，可立即到總務處、警衛室、健康中心借用緊急臨時感應磁扣(當天放學歸還)；若需多日使用者，請到總務處領取電梯磁扣使用申請表，依照程序辦理借用，領取感應磁扣時須繳付 200 元押金(歸還感應磁扣時，返還押金)。感應磁扣為需求學生個人使用，請勿出借其他同學使用。
- (三)、為逐步修繕學校建築及各項設備，提升校園教學環境品質，近期各項國教署補助工程案(不含設備採購)執行進度如下：

編號	內 容	執行進度
1	112 改善無障礙校園環境計畫--行政大樓 電梯機組更新改善工程	預計 113 年 4 月 30 日完工

※相關工程雖已利用假期間儘量趕工，但仍會於開學後影響一段時間。總務處除要求廠商施工時儘量減少對教學區的干擾外，也促請廠商依約儘速完工，近期造成師生不便之處，尚請包容及見諒



五、輔導處的叮嚀

112學年度輔導處輔導教師與工作職掌介紹

- **輔導主任：楊家禎主任**，學校分機：280
輔導處行政業務規劃與執行；編列與管控經費執行；設置與充實輔導設備；分配與督導輔導教師工作執行；擬定各項會議資料並出席會議；召開處務會議；主持個案會議；輔導工作檢核、檢討與評鑑事宜；策劃並執行主管機關交辦之專案計畫；公文處理。
- **高一輔導教師：陳珮如老師**，學校分機：287
學生個別輔導 **101-119** 班（含高關懷個案輔導）；輔導工作委員會暨生命教育與家庭教育委員會議；高一生涯輔導：如高一選課選組輔導、學習歷程檔案講座、心理測驗（興趣量表、新編多元性向測驗等）；輔導股長日誌與訓練等工作。。
- **高二輔導教師：黃文毅老師**，學校分機：281
學生個別輔導 **201-219** 班（含高關懷個案輔導）；輔導工作委員會暨生命教育與家庭教育委員會議；高二生涯輔導：如轉組適應輔導（含適應調查表）、學測複習建議書、心理測驗（學系探索量表）；輔導股長日誌與訓練等工作。
- **高三輔導教師：張明敏老師**，學校分機：283
學生個別諮商輔導 **301-319** 班（含高關懷個案輔導）；輔導工作委員會暨生命教育與家庭教育委員會議；高三生涯輔導：如各項升學管道輔導、選填志願輔導；輔導股長日誌與訓練等工作。
- **輔導教師：吳穎老師**，學校分機：284
輔導工作委員會暨生命教育與家庭教育委員會議；輔導志工招募與培訓；辦理均質化業務、生命教育推動（含全校簡式健康量表施測與高關懷學生篩檢）；家庭教育推動（含家長讀書會）；性別平等教育推動與輔導；申訴評議委員會議；認輔制度推動；生涯講座規劃：如職涯探索講座、校系講座介紹及校友返校座談會、模擬面試系列活動；協助執行輔導行政等工作。



(二) 本學期重點工作

【心理測驗】

工作內容	辦理時間	備 註
高一心理測驗結果導師說明會	113.05.09	高一導師
實施高二「學系探索量表」測驗	113.4 月份	高二普科
辦理高二「學系探索量表」解釋測驗	113.4 月份	高二普科

【生涯輔導】

日期	項目	地點
113.03.05(二) 12:10-13:50	升學講座—個人申請志願選填輔導講座	B1 視聽教室
113.03.07(四) 12:10-13:50	升學講座—高三書審資料暨面試準備講座	體育館
113.3 月份 12:10-13:00	升學講座—警察大學/警察專科學校學長姊返校座談會	團諮室
113.4 月份 12:10-13:00	升學講座—學長姐學習歷程檔案經驗分享座談會	B1 視聽教室
113.4 月份 12:10-13:00	職涯講座—本學期預計辦理 2 場 屆時將報名表發至各班	B1 視聽教室
113.04.17(三) 18:30-20:30	家長講座—模擬面試家長志工講座	B1 視聽教室
113.4.15(一)-113.4.19(五) 113.4.22(一)-113.4.26(五)	12:00-14:00 高三書審資料諮詢	圖書館
113.5.6(一)~113.5.10(五)	16:00-19:00 普科模擬面試週	圖書館
113.6.11(二)~113.6.12(三)	12:00-13:00 職科模擬面試週	圖書館
113.05.08(三) 12:10-13:00	升學講座—學長姐選組/班群經驗分享	B1 視聽教室
113.05.20(一)- 113.5.27(一)	高一選組/班群輔導與諮詢	輔導處
113.6 月份	刊物出版—高二學測複習建議書	輔導處
113.7 月份	刊物出版—大學面試經驗分享彙編	輔導處
113.7 月份	升學講座—分科測驗選填志願輔導說明會	B1 視聽教室
113.7 月份	分科測驗選填志願輔導	輔導處

*確切時間請依輔導處公告及報名表為主



國立竹北高級中學第 26 期家長讀書會邀請函

在孩子的成長路上，我們竭盡心力扮演好「媽媽」、「爸爸」角色，有時得心應手，有時卻充滿挫折及無奈；為此輔導處於100學年成立『家長讀書會』，盼望爸爸、媽媽們一起來研讀有關親職教育、身心靈成長的書籍並分享教養子女的心得。

這期「家長讀書會」即將於 113 年 2 月 29 日(週四)正式起跑，歡迎您報名參加！這是一個溫馨、心靈交流的小團體，請勿擔心個人的學歷及經歷；無論是否有意願均將報名調查表交予貴子弟帶回（聯絡電話 03-5517330 轉 284 吳穎老師）。

【課程表】

次 數	日 期	星 期	時 間	內 容	
第一次	113 年 2 月 29 日	四	19:00~20:30	◎始業式、相見歡(地點：B1 視聽教室)	
第二次	113 年 3 月 14 日	四	19:00~20:30	高一二三班	大學班
第三次	113 年 3 月 28 日	四	19:00~20:30	導讀老師：何軒盛老師	導讀老師：陳增豪老師
第四次	113 年 4 月 11 日	四	19:00~20:30		
第五次	113 年 4 月 25 日	四	19:00~20:30	導讀書籍： 1. 重啟人生：一個哈佛教授的生命領悟，給你把餘生過好的簡單建議 2. 晚安，我的生命	導讀書籍： ． 終究一個人，何不先學快樂的獨老 ． 大人的青春，就該好好揮霍：不再窮忙，擁有富足
第六次	113 年 5 月 16 日	四	19:00~20:30		
第七次	113 年 5 月 30 日	四	19:00~20:30		
第八次	113 年 6 月 13 日	四	19:00~20:30	◎結業式暨心得分享	

費用：新台幣 1,600 元（統一購買書籍及辦理相關活動）

請延線撕下繳回

第 26 期家長讀書會報名調查表

國立竹北高中第 26 期讀書會回條（請沿線撕下，報名截止日期：113 年 2 月 22 日【週四】）

學生班級： 座號： 學生姓名：

☐ 願意參加（課程精采請盡量全程參與，並協助正楷填寫以下資料，以利後續聯繫）

家長姓名： 服務機構：

電話：(H) (0) 手機

電子信箱：

Line ID :

國立竹北高中 112 學年度家長協助擔任模擬面試委員與行政志工 意願調查

親愛的家長您好：

本校為協助高三參加大學甄選入學個人申請第二階段指定項目甄試的同學於應考前有 2 至 3 次模擬面試訓練的機會，將於 5/6~5/10 之 16:00~19:00 辦理高三普科模擬面試，6/11~6/12 之 12:00~14:00 辦理高三職科模擬面試，邀請熱心的家長擔任**模擬面試口試委員**，以便於協助提升學生實力及臨場應變的能力，孩子多一次的訓練，就多一分競爭力。也特別邀請高一、二家長參加及早為孩子的升學做準備。

如果您願意擔任本次高三模擬面試口試委員，輔導處將於 113/4/17(三)，18:30-20:30 舉辦家長模擬面試行前訓練課程，輔導處也會備妥近年來的口試問題題庫供大家參考，請參與的家長寬心。若您願意擔任模擬面試委員，可先加入模擬面試志工群組，屆時會邀請填寫時間調查表單！

輔導處

請掃 QR code 加入



六、圖書館的叮嚀

(一)圖書館開放時間如下，歡迎全校教職員工生多加利用：

1、學期間上課日：

週一至週五：08:00～17:00。

週一～週四：17:00～18:00 延長開館。

2、寒暑假期間上班日，非輔導課期間：上午 8 時至 12 時。

輔導課期間：上午 8 時至輔導課放學後並延長開館到 17 時，中午不開放。

(二)本校建置深耕閱讀認證系統，貴子弟可以直接利用線上測驗的方式，完成閱讀書籍的認證，目前系統內有 130 本書籍的認證測驗題庫，將視經費及使用率將逐年添購題庫，歡迎多加利用。

(三)薦書時間到囉！圖書館邀請各位夥伴推薦適合學生閱讀之新書、好書及視聽媒體，並提供推薦書單由圖書館進行新書採購。受理窗口為讀者服務組，推薦書單之電子檔、紙本內容請務必註明書名、作者、出版社、ISBN 等相關資料，越完整越有利於尋書、採購。在此提醒夥伴，推薦書籍請注重其延續性及時效性，以免造成日後資源上的浪費。



另提供 Google 表單填寫，LINK：<https://reurl.cc/1Y5DNQ>，QR Code 如右。

(四)「蒐集及運用資訊」為高中生階段亟需培養的能力，亦是「圖書館利用教育」的重要目標。圖書館每學期定期辦理書展、圖書館利用教育相關活動或講座，**請貴家長鼓勵孩子踴躍參與。**

(五)圖書館查詢台電腦、掃描及付費列印、影印服務：圖書館除館藏借閱外，另提供可上網查詢之電腦供同學於下課時間使用，並購書本掃描器供小論文及製作學習歷程檔案使用，另提供付費使用之黑白與彩色列印及影印服務，利用同學眾多，歡迎貴子弟運用。

(六)圖書館借閱規則簡介：借書需攜帶學生證，每位同學的借書量為 10 本，借閱期限 14 天，義工為 15 本，期限為 30 天。寒暑假期間學生借閱圖書期限及數量彈性調整延長（增加），以圖書館另行公告為準。借閱影音 CD、DVD，借期為 3 天，**歡迎您鼓勵孩子利用。**

(七)自習場地開放時間：

1. 圖書館五樓：平日週一至週四：17：30～21：00。

2. 行政大樓五樓：

(1)週一～週五：17：00～21：30。

(2)週六、日及其他放假日：08：00～17：00，自由入座。



(八)請利用學校首頁-優質服務-館藏查詢功能，免去在書庫大海撈針的困擾！如欲借閱之書籍不在館內，亦可使用預約功能，即可於書籍歸還時直接保留於流通櫃檯。推薦書籍前亦可先查詢是否已收錄於館藏中，避免重複推薦。目前館藏情形如下，期待愛閱人繼續薦書！

館藏增加量 館藏分類	108 學年度	109 學年度	110 學年度	111 上學期增加	館藏總數量
總類	19	43	7	4	1,614
哲學類	160	66	69	31	4,628
宗教類	9	9	4	15	1,223
科學類	171	91	74	17	5,300
應用科學類	350	78	100	48	4,689
社會科學類	227	155	108	100	6,158
史地類	19	83	6	8	3,112
世界史地	287	65	90	96	4,550
語文類	605	229	322	164	21,329
藝術類	613	77	103	38	6,831
其他	15	0	2	26	155
總計	2475	896	885	547	59,589

註：數據統計基準日：113.02.01。

(九)本校學生參加教育部中學生網站閱讀心得及小論文寫作比賽表現優異！感謝指導老師們的用心指導，得獎名單如下：第一學期小論文比賽：特優3組、優等1位、甲等6位；閱讀心得寫作：特優有7位，優等有19位，甲等有18位，共44位獲獎。獲獎名單已列印製作成海報，張貼在圖書館二樓玻璃門公布欄，恭賀獲獎的同學，謝謝國文科老師及指導老師的辛勤指導。

國立竹北高中一年級閱讀心得寫作比賽獲獎名單

班級	座號	姓名	作品標題	指導老師	等第
114	10	陳宇	直剖內心的吶喊	溫美貞	特優
108	13	張凱硯	青春豬頭少年不會夢到兔女郎學姊讀書心得	陳淑惠	特優
112	16	陳宥任	是我非我，千千萬個「我」	陳淑惠	特優
113	17	黃文聖	邊境流浪者	林惠寬	特優
114	31	蔡韻雯	那時候的回答，拯救你了嗎？	溫美貞	優等
107	6	林品瀚	"小王子"的閱讀心得	溫美貞	優等
114	28	鄒妍葶	「老師，你會不會回來」之讀書心得	溫美貞	優等
114	16	楊昊恩	陪伴，是世界上最奢侈的禮物	溫美貞	優等
109	11	張嘉恩	在天堂遇見的五個人閱讀心得	張碧芬	優等
101	17	陳柏宇	從工作管理到人生管理，從微小改變到人生蛻變	鄭怡真	優等
107	34	蔡季宸	自私的基因 讀後心得	溫美貞	優等
106	19	葉宇喆	攝影背後的思想	陳淑惠	優等
105	09	邱靖學	晨讀 10 分鐘	廖文麗	優等



105	30	徐筱晴	讓高牆倒下吧	廖文麗	優等
103	31	徐莘甯	我偷了一顆心臟	劉庭芳	優等
114	29	廖宇涵	偷書賊	溫美貞	優等
101	35	蔡家璘	榜首這樣 K 書	鄭怡真	甲等
109	30	曾立玓	被討厭的勇氣	張碧芬	甲等
104	33	陳品婕	羅密歐與茱麗葉	張碧芬	甲等
103	33	郭姿汝	心動而未言	劉庭芳	甲等
105	20	蕭程潁	好好說話	廖文麗	甲等
106	23	簡丞鴻	給孩子的西頓動物記	陳淑惠	甲等
110	13	陳柏宇	跨越時空的救贖	趙悅伶	甲等
101	16	陳彥宇	我的天才夢讀後心得	鄭怡真	甲等
104	21	蔡詠紘	孤獨的旅人	張碧芬	甲等
108	31	陳羽婕	閱讀心得	陳淑惠	甲等

國立竹北高中二年級閱讀心得寫作比賽獲獎名單

班級	座號	姓名	作品標題	指導老師	等第
210	29	古語晴	飄零於亂世的一代佳人	洪于香	特優
203	6	林加恩	核電真的安全嗎？	莊奕軒	特優
213	32	鄭芷綾	石光乍現	陳怡廷	特優
201	30	李苡菡	你走慢了我的時間	陳怡廷	優等
208	36	鄭舜心	面明圓缺	洪于香	優等
209	9	陳佑宸	用方法戰勝學習	陳冠蓓	優等
214	18	張皓宇	或許「被討厭」是一種幸福	鍾松枝	優等
217	39	柯梓菱	牆後世界	莊奕軒	優等
207	28	吳沂霈	你說，寮國到底有什麼？	洪于香	優等
211	28	姜昀蓁	善與惡	林佳儀	優等
217	41	高慈攸	信件中的故事	莊奕軒	甲等
208	17	陸竑宇	老人與海讀後感想	洪于香	甲等
206	29	林立雯	自己	鍾松枝	甲等
201	29	王思詠	郭婞淳 舉重若輕的信念 閱讀心得	陳怡廷 侯杰材	甲等
218	16	紀聿馨	做自己的勇氣	莊奕軒	甲等
210	10	紀柏辰	全球在紅色滲透下的影響	洪于香	甲等
213	25	傅如晴	靈魂不歸法律管	陳怡廷	甲等
217	40	范僑宴	我相信，你一定會成為克服萬難的人。	莊奕軒	甲等



■全國高級中等學校「第 1121015 梯次小論文寫作比賽」獲獎名單

班級	座號	學生姓名	作品標題	指導老師	等次
318	01	余曜廷	台灣公益彩券現況及消費者習慣調查-以刮刮樂為例	楊銘堯 范雁菱	甲等
318	13	王光潔			
318	35	蔣蘊熒			
318	08	陳官宏	音樂串流平台探索者-探討使用者對平台滿意度	楊銘堯 范雁菱	甲等
318	10	楊喆倫			
318	09	陳柏元	淺談快時尚的變革	楊銘堯 范雁菱	甲等
318	2	吳俊霆	淺談快時尚的變革		
318	18	李唯瑄	歡迎進入「雲端奇幻世界」－ 探討高中職生對雲端發票的使用狀況	楊銘堯 范雁菱	甲等
318	27	彭奕華			
318	14	任景安			
318	24	陳思仔	「Tok」出「You」的第一名-探討高中生觀看 TikTok 與 YouTube 的影片類型	楊銘堯 范雁菱	甲等
318	26	陳若婷			
318	23	許育馨			
318	28	曾詩婷	「食」在好安心？探討團膳品質及消費者滿意度-以竹北高中為例	楊銘堯 范雁菱	特優
318	25	陳星諭			
318	29	黃珮珍			
318	31	楊紫晴	「虛擬偶像」的崛起-發展趨勢與商機探討	楊銘堯 范雁菱	特優
318	17	吳昕語			
318	20	徐佳妤			
318	36	鍾詠婷	毛小孩陪你一起用餐-探討寵物友善餐廳行銷策略及消費者滿意度調查以私嚕の吃飯為例	楊銘堯 范雁菱	甲等
318	32	劉韶昀			
318	06	張柏元			
314	14	莊雲妘	How Taiwan' s Learning Materials Affect High School Students' Perceptions of New Immigrants' Home Countries: Do Stereotypes Exist?	蕭曉韻 Remina	特優
314	17	彭郁喬			
201	13	高浚廷	言之有味：Python 智慧寫作助手—基於自然語言處理的詞彙分析與同義詞平台	鄭妙靜	優等

(十)溪畔愛閱志工招募，協助諮詢服務、書籍流通、整架、清潔及植栽美化等工作，
 白天輪值時段，每一段以一個上午(09:00~12:00)或下午(13:00~16:00)為單位，
 歡迎您的參與~



(十一)112 學年度夜讀志工招募囉~~~

本校成立【夜讀志工團】已有多年，在歷屆志工爸爸媽媽將無限愛心轉化成陪讀的具體支持行動，呈現在孩子學業穩定成長表現和待人接物行為態度上，均有十足進步。

排班為每週一至週五，家長可選擇自己方便的時間參加，**值班時間為 19 時—21 時(可以有彈性)**，我們設有一個專用的家長會【夜讀志工團】辦公室，可以作為家長休息及教師解題之用，**主要工作為點名、夜讀氣氛掌控、夜讀點心準備及結束收拾、協助學生需求等等。**

我們希望孩子們多多參加夜讀；我們希望孩子們在人生中的黃金學習階段，能夠養成良好的讀書習慣和效率；我們希望志工爸爸媽媽適時的督促，能影響孩子平日待人接物的態度和行為；我們希望孩子讀書的環境和品質更好。這些希望，我們正在努力中，誠摯歡迎及期待您的參與，讓希望成真～

如您能夠撥出一些時間加入【夜讀志工團】，請您填寫以下表單以利排班，謝謝！



溪畔愛閱志工報名表單

<https://reurl.cc/XW015g>



夜讀志工報名表單

<https://reurl.cc/W32jQx>



圖書館網站

<https://reurl.cc/Gm38EG>



七、實習處與家長會的叮嚀：

- (一)、請督促同學注意「資訊素養與倫理」的議題：如電話詐騙、惡意電子郵件程式、網路釣魚、圖片中的惡意程式、偽裝修補程式等
- (二)、請管制提醒孩子避免網路沉迷，遵守網站內容分級與過濾、資訊隱私權、個人資料保護法、著作權法等。

父母是孩子的學習榜樣



「3不2要」 降低中毒風險



水瓶王vs老公仔



「眼見不為憑？認識Deepfake技術」

教育部中小學資訊素養與倫理推廣計畫

eTeacher
中小學網路素養與認知

深偽技術 (Deepfake)

Deepfake是深度學習
(deep learning)
和偽造(fake)的混
合詞。

泛指各種藉由人工智
慧達成的幾可亂真的
偽造圖片、聲音或影
片的技術。

Deepfake產生的影片會有破綻嗎？當然有！



Deepfake產生破綻的原因



Deepfake技術的極限

資訊業界和學術界在持續發展Deepfake技術的同時，
也在研發偵測Deepfake造假技術，但發展至今
Deepfake技術的破綻已經越來越少、越來越難偵測。



素材影片的品质

Deepfake影片破綻的產生原因是**素材的不足**

偵測Deepfake技術的方式

- ▶ 放大畫面
 - ▶ 觀察臉部的或頭髮邊緣有沒有不自然參差感
 - ▶ 觀察眼睛的方向是不是跟無法轉動、永遠望著固定方向
- 以上這些偵測造假的方法都需要分析高解析度的畫面，而且也不是一般大眾能夠輕易做到的。



想一想 如果變成Deepfake的主角，該怎麼辦？

1. 冷靜

急著爭吵可能會激起加害者情緒、讓
影片散佈得更廣，許多網路霸凌者最
期待看到受害者氣急敗壞的樣子。

2. 截圖存證

將相關內容全都截圖保存，對之後
的申訴或訴訟程序非常有幫助。

3. 申訴

若不幸變成Deepfake影片主角，應蒐證後向網路平臺申
訴或向iWIN網路內容防護機構(<https://i.win.org.tw/>)檢
舉。iWIN機構會協助要求網路平臺將影像移除。

4. 報警

電信警察可根據電信公司提供的IP使用時間與地點
資料，逐步縮小搜查範圍，找出犯罪嫌疑人。警方
也會協助要求網路平臺將影像移除。

5. 諮商及輔導

可透過教育部性平教育資訊網及校園輔導通報機制尋求協助；亦可撥打衛生福
利部安心專線1925、張老師生命專線 1980、生命線專線1995，對外尋求支
援避免沉溺於受害者的情境中。



iSafe

教育部全民資安素養網
<https://isafe.moe.edu.tw>國立竹北高級中學
National CHU-PEI Senior School

肆、亮麗的教學成果

一、教師榮譽表現：

1. 數學科侯杰材老師、體育科歐秀妙老師及健護科李英品老師擔任教育部 112 學年度學科中心種子教師，數學科蕭佑玟老師擔任教育部 112 學年度學科中心研究教師。
2. 數學科侯杰材老師、公民科吳明潔老師擔任「112 學年度地方政府精進高級中等學校課程與教學計畫」輔導員。
3. 國文科戴冠民老師參加「新竹縣 112 學年度語文競賽」教師組作文項目，榮獲優等。
4. 體育科歐秀妙老師參加「新竹縣 112 學年度語文競賽」教師組客家語字音字形項目，榮獲優等。
5. 本校參加「新竹縣 112 學年度語文競賽」榮獲高中組團體獎特優。

二、校內外學生榮譽表現：

1. 本校學生參加新竹縣 112 學年度語文競賽榮獲佳績！

班級	座號	姓名	參賽項目	組別	指導老師	名次
307	18	黃育緯	國語演說	高中學生組	林惠寬	特優 取得國賽資格
213	31	蔡宜珊	國語演說	高中學生組	林惠寬	特優
202	22	楊宥鈞	國語演說	高中學生組	林惠寬	優等
202	35	蔡孟欣	國語演說	高中學生組	林惠寬	優等
210	5	呂臣開	國語朗讀	高中學生組	林佳儀	特優
314	4	陳品睿	國語朗讀	高中學生組	林佳儀	特優
301	38	劉映彤	國語朗讀	高中學生組	林佳儀	特優
201	29	王思詠	國語朗讀	高中學生組	林佳儀	優等
201	30	李苡菡	閩南語朗讀	高中學生組	李況恆	特優
213	20	張芮榛	閩南語朗讀	高中學生組	李況恆	特優
208	28	辛芳妘	閩南語朗讀	高中學生組	李況恆	優等
206	4	林士竣	閩南語朗讀	高中學生組	李況恆	甲等
211	2	高皓恒	閩南語字音字形	高中學生組	陳音秀	特優 取得國賽資格
113	17	黃文聖	客家語朗讀	高中學生組	溫玉吉	特優 取得國賽資格 全國特優
214	22	陳虹臻	客家語朗讀	高中學生組	彭瑞連	優等
206	25	劉子睿	客家語朗讀	高中學生組	彭瑞連	優等
202	32	葉依珊	客家語字音字形	高中學生組	歐秀妙	特優 取得國賽資格



314	5	陳賢誌	客家語字音字形	高中學生組	歐秀妙	優等
212	14	朱熾羽	泰雅族語朗讀	高中學生組	張國隆	優等
213	30	劉曉圓	泰雅族語朗讀	高中學生組	張國隆	優等
214	18	張皓宇	作文	高中學生組	溫美貞	特優
207	34	莊晴雯	作文	高中學生組	溫美貞	優等
305	36	黃芃伶	作文	高中學生組	溫美貞	優等
304	39	劉映辰	作文	高中學生組	溫美貞	優等
315	17	張煦晨	寫字	高中學生組	陳相誼	特優 取得國賽資格
205	10	范植祐	寫字	高中學生組	陳相誼	特優
213	6	張彥德	寫字	高中學生組	陳相誼	特優
202	30	邱靖淳	寫字	高中學生組	陳相誼	優等
309	34	林苡潔	閩南語情境式演說	高中學生組	趙悅伶	特優 取得國賽資格
214	3	曾培源	閩南語情境式演說	高中學生組	趙悅伶	優等
214	2	沈亭萱	客家語情境式演說	高中學生組	鍾松枝	特優 取得國賽資格
314	23	賴韋彤	國語字音字形	高中學生組	王華生	特優 取得國賽資格
314	13	徐宇寧	國語字音字形	高中學生組	王華生	特優
201	18	陳冠翰	國語字音字形	高中學生組	王華生	特優
212	25	陳芷妍	國語字音字形	高中學生組	王華生	優等
學生共計特優 19 名，優等 15 名，甲等 1 名，取得國賽資格 8 名						

2. 本校學生參加 112 學年度全國高中英文作文演講比賽榮獲佳績！

班級	座號	姓名	競賽成績	指導老師	名次
301	02	李沐宸	全國高級中等學校英文作文比賽(北 3 區)	張嘉玲	優勝
314	04	陳品睿	全國高級中等學校英文作文比賽(北 3 區)	張嘉玲	優勝
201	11	唐浚宸	全國高級中等學校英文作文比賽(北 3 區)	盧嫦瑜	優勝

3. 本校學生參加全國 112 學年度高中英文單字比賽區域(中區)決賽榮獲佳績！

班級	座號	姓名	競賽成績	指導老師	名次
301	12	莊秉紘	全國 112 學年度高中英文單字比賽區域(中區)決賽	羅彥婷	佳作
212	03	李阿諦	全國 112 學年度高中英文單字比賽區域(中區)決賽	雷佳惠	佳作



4. 本校學生參加新竹縣及全國112學年度學生美術比賽榮獲佳績！

班級	座號	姓名	類別	題目	名次
313	36	沈立航	高中普通科組 西畫類	隱界	縣第一名 全國佳作
213	34	蘇妤廷	高中普通科組 西畫類	童年迴旋曲	佳作
313	36	沈立航	高中普通科組 水墨畫類	Renovate	縣第二名 全國佳作
113	29	汪庭伊	高中普通科組 水墨畫類	反噬	佳作
202	30	邱靖淳	高中普通科組 書法類	烏來名湯泡湯感作	第一名
208	32	張詩聿	高中普通科組 書法類	吃冰(節錄)	佳作
203	27	朱文玉	高中普通科組 版畫類	渴望 慾望	第一名
311	18	李安亭	高中普通科組 漫畫類	啃食	佳作

5. 本校學生投稿參加2023竹塹文學獎榮獲佳績！

班級	座號	姓名	類別	題目	指導老師	名次
114	10	陳宇	竹塹文學獎比賽 青春散文組	〈知味〉	溫美貞	佳作 獲頒 4000 元獎金

6. 本校學生投稿參加苗栗縣第26屆夢花文學獎榮獲佳績！

班級	座號	姓名	類別	題目	指導老師	名次
314	09	謝昀劭	散文組	古今獨愛與讀愛之必要	陳韻竹	優選

7. 本校學生代表參加 112 年第 22 屆高中地理奧林匹亞〈個人組〉晉級決賽！

班級	座號	姓名	參賽項目	組別	名次
314	04	陳品睿	地理奧林匹亞	個人組	晉級決賽

8. 科學競賽表現優異：

競賽名稱	主辦單位	得獎種類	得獎學生	指導老師
2023 年 TRML 台灣區數學 高中競賽	九九文教 基金會	優良獎	301 班 合計 15 位學生 莊秉紘、李沐震、卓之皓、 周庭立、王屹閔、陳彥維、 陳詠傑、黃子誠、黃奕程、 劉名浩、蔡綸軒、盧昱辰、 藍紹庭、張婉婷、陳靜璇。	戴宇宏老師



競賽名稱	主辦單位	得獎種類	得獎學生	指導老師
112 學年度 數理及資訊學科 能力競賽 北二區複賽	教育部 國教署	數學科 第十名 (參加全國決賽)	206 班 林宥和	沈玟妤老師
		物理科 佳作	201 班 劉紘宇 205 班 黃威凱	許晉暉老師
		資訊科 佳作	306 班 溫博舟	林晉豐老師
		生物科 佳作	301 班 陳可芯	楊詠筑老師
		化學科 佳作	307 班 李承哲	張孟萱老師

競賽名稱	主辦單位	得獎種類	得獎學生	指導老師
112 學年度 數理及資訊學科 能力競賽 數學科全國決賽	教育部 國教署	表現優良獎	206 班 林宥和	沈玟妤老師

競賽名稱	主辦單位	得獎種類	得獎學生	指導老師
奧林匹亞競賽	國立臺灣 師範大學、國立 中山大學。	生物科-特優(可參加複賽)	301 班 劉嘉承	李品賢老師
		生物科-優良	307 班 石昀融	莊偉民老師
		物理科通過初選(可參加複賽)	301 班 陳詠傑	彭瑞銘老師
		物理科通過初選(可參加複賽)	201 班 劉紘宇	蔡榮泰老師
		物理科通過初選(可參加複賽)	203 班 傅少宇	吳佩珈老師
		化學科初選-榮譽獎	307 班 石昀融	宋美芳老師
		化學科初選-榮譽獎	109 班 陳昀叡	



9 舞蹈競賽表現優異：

A. 個人競賽表現

班級	姓名	國內/國際	比賽名稱 / 國際學校獎項	成績
116	張鈞雅	國內	112 全國學生舞蹈比賽-新竹縣賽 民俗舞	高中(職)個人 特優 (代表出席全國賽)
216	饒雅歆	國內	112 全國學生舞蹈比賽-新竹縣賽 民俗舞	高中(職)個人 優等
316	黃湘翎	國內	112 全國學生舞蹈比賽-新竹縣賽 古典舞	高中(職)個人 優等第一名 (代表出席全國賽)

B. 團體競賽表現

項次	國內/國際	比賽名稱 / 國際學校獎項	組別	成績	指導老師
1	國內	112 全國學生舞蹈比賽-新竹縣賽 民俗舞	高中 A 團體乙組	優等第一名 (代表出席全國賽)	黃少川老師
2	國內	112 全國學生舞蹈比賽-新竹縣賽 現代舞	高中 A 團體乙組	特優 (代表出席全國賽)	沈怡鈺老師

10. 門市服務科參加亞特盃運動會比賽成績優異：

班級	學生	項目	組別	名次
319	程奕揚	男子組 有氧登階	青年組黃級	第一名
319	張貽煊	女子組 有氧登階	青年組黃級	第三名
319	陳思妤	女子組 立定跳遠	青年組黃級	第二名
319	曾妍心	女子組 籃球籃下投籃	青年組黃級	第三名
319	謝予芷	女子組 籃球籃下投籃	青年組黃級	第四名
319	曾偉晟	男子組 100 公尺	青年組紅級	第五名
319	羅武駿	男子組 100 公尺	青年組紅級	第六名
319	范葉湘	男子組 有氧登階	青年組黃級	第三名
219	朱厚儒	男子組 籃球籃下投球	青年組綠級	第五名
219	胡兆均	男子組 壘球擲遠	青年組綠級	第二名
219	張恒軒	男子組 籃球原地運球	青年組黃級	第三名
219	王宥晴	女子組 籃球原地運球	青年組黃級	第二名
219	李羽晴	女子組 籃球原地運球	青年組紅級	第四名
219	張芷翎	女子組 籃球原地運球	青年組黃級	第一名
219	曾祺樺	女子組 籃球原地運球	青年組紅級	第二名
219	黃珮瑜	女子組 籃球籃下投球	青年組黃級	第二名
219	蔡繕慧	女子組 籃球原地運球	青年組黃級	第三名



119	李彥寬	100m		少年組黃級	第一名
119	林杰霆	籃球籃下投球		青年組綠級	第四名
119	張孜謙	有氧登階		青年組藍級	第一名
119	彭擇倫	200m		青年組紅級	第二名
119	黃亭淵	有氧登階		青年組綠級	第三名
119	劉士鋒	有氧登階		青年組綠級	第一名
119	黃沛吟	有氧登階		少年組藍級	第一名

11. 音樂比賽優異成果：

團體賽

混聲合唱	優等
鄉土歌謠-客語組比賽	優等
管樂合奏	為去年特優團隊，代表本縣參加決賽
銅管五重奏	特優

個人賽

項目	名字	等第
小提琴 B 組	江昕叡	特優
小提琴獨奏 B 組	陳宥綸	優
大提琴 b 組	彭睿祺	優
大提琴 b 組	陳孝晞	甲
大提琴獨奏 B 組	賴柏銘	甲
大提琴 b 組	管原暉	優
鋼琴 b 組	詹宇崴	優
二胡 b 組	邱一峻	優
笛子獨奏 B 組	鄭宥渝	優



12. 體育競賽優異成果：（僅呈現全國代表性成績）

田徑隊

選手姓名		賽事名稱	名次
315	江凱宸	新竹縣 112 年全縣運動會—4*100m 接力高中男生組	第一名
215	蘇柏亦		
115	高康洋		
315	林鴻恩		
215	徐世賢	新竹縣 112 年全縣運動會—4*400m 接力高中男生組	第二名
215	劉吳榮奕		
215	蘇柏亦		
315	江凱宸		
315	傅琬瑩	新竹縣 112 年全縣運動會—4*100m 接力高中女生組	第一名
315	戴梓薇		
115	李和錡		
215	許睿芮		
315	陳冠甫	112 學年度第 20 屆全國中等學校業餘高爾夫隊際錦標賽(高中組)—高中男子團體組	第三名
215	吳承恩		
215	邱子睿		
115	施友翔		

選手姓名		賽事名稱	名次
215	溫堉均	新竹縣 112 年全縣運動會—十項全能高中男生組	第一名
215	徐世賢	新竹縣 112 年全縣運動會—十項全能高中男生組	第二名
115	邱慶杭	新竹縣 112 年全縣運動會—3000m 障礙高中男生組	第五名
215	溫堉均	新竹縣 112 年全縣運動會—110m 跨欄高中男生組	第一名
315	陳博凱	新竹縣 112 年全縣運動會—110m 跨欄高中男生組	第二名
215	駱承毅	新竹縣 112 年全縣運動會—400m 跨欄高中男生組	第二名
315	陳博凱	新竹縣 112 年全縣運動會—400m 跨欄高中男生組	第六名
215	許恆翊	新竹縣 112 年全縣運動會—鉛球高中男生組	第二名
115	謝念祖	新竹縣 112 年全縣運動會—1500m 高中男生組	第六名
215	劉吳榮奕	新竹縣 112 年全縣運動會—800m 高中男生組	第三名
115	邱慶杭	新竹縣 112 年全縣運動會—800m 高中男生組	第六名
215	張晉瑜	新竹縣 112 年全縣運動會—鐵餅高中男生組	第一名
215	許恆翊	新竹縣 112 年全縣運動會—鐵餅高中男生組	第二名



215	駱承毅	新竹縣 112 年全縣運動會—400m 高中男生組	第一名
215	劉吳榮奕	新竹縣 112 年全縣運動會—400m 高中男生組	第三名
215	徐世賢	新竹縣 112 年全縣運動會—標槍高中男生組	第四名
115	謝念祖	新竹縣 112 年全縣運動會—標槍高中男生組	第七名
115	高康洋	新竹縣 112 年全縣運動會—100m 高中男生組	第二名
315	林鴻恩	新竹縣 112 年全縣運動會—100m 高中男生組	第三名
315	宋昀翰	新竹縣 112 年全縣運動會—跳遠高中男生組	第二名
215	張晉瑜	新竹縣 112 年全縣運動會—跳遠高中男生組	第四名
315	宋昀翰	新竹縣 112 年全縣運動會—三級跳遠高中男生組	第一名
215	蘇柏亦	新竹縣 112 年全縣運動會—200m 高中男生組	第二名
315	林鴻恩	新竹縣 112 年全縣運動會—200m 高中男生組	第六名
115	李和錡	新竹縣 112 年全縣運動會—3000m 障礙高中女生組	第一名
315	傅琬瑩	新竹縣 112 年全縣運動會—鐵餅高中女生組	第二名
215	許睿芮	新竹縣 112 年全縣運動會—100m 高中女生組	第二名
315	戴梓薇	新竹縣 112 年全縣運動會—100m 高中女生組	第三名
215	許睿芮	新竹縣 112 年全縣運動會—200m 高中女生組	第一名
315	戴梓薇	新竹縣 112 年全縣運動會—200m 高中女生組	第二名
115	李和錡	新竹縣 112 年全縣運動會—1500m 高中女生組	第二名
315	傅琬瑩	新竹縣 112 年全縣運動會—標槍高中女生組	第四名
215	駱承毅	112 年桃園盃全國分齡田徑賽—400 公尺跨欄 U18 男生組	第八名
315	宋昀翰	112 年桃園盃全國分齡田徑賽—跳遠 U20 男生組	第六名
115	李和錡	112 年全國中等學校田徑錦標賽	第八名
115	李和錡	112 年新北城市盃全國田徑公開賽—3000m 障礙高中女子組	第七名
115	李和錡	112 臺中盃全國中小學田徑賽—1500 公尺高中女子組	第八名
115	李和錡	112 臺中盃全國中小學田徑賽—3000 公尺障礙高中女子組	第六名

賽事名稱	名次
榮獲 新竹縣 112 年全縣運動會精神總錦標	
新竹縣 112 年全縣運動會田徑總錦標高中男生組	第一名
新竹縣 112 年全縣運動會田徑總錦標高中女生組	第一名
新竹縣 112 年全縣運動會績優學校高中組	第二名



游泳隊

選手姓名		賽事名稱	名次
315	李晨儀	112 年全國冬季短水道游泳錦標賽— 15~17 歲級 50 公尺仰式男子組	第五名
315	徐子晴	112 年全國冬季短水道游泳錦標賽— 18 及以上歲級 100 公尺仰式女子組	第三名

高爾夫球隊

選手姓名		賽事名稱	名次
215	吳承恩	2023 IMG 學院世界青少年高爾夫錦標賽— 中國區資格賽 華南站	第一名
215	吳承恩	112 年 08 月全國業餘高爾夫北區分區月賽(公開 AB 組)-男 A 組	第三名
215	吳承恩	112 年全國業餘高爾夫秋季錦標賽—男 A 組	第八名
215	吳承恩	112 學年度第 20 屆全國中等學校業餘高爾夫隊際錦標賽— 高中男子組	第四名

羽球隊

選手姓名		賽事名稱	名次
208	陸竑宇	112 年新竹縣『縣長盃』羽球錦標賽暨 113 年新竹縣全國中等 學校運動會團體項目選拔賽	第二名
204	李宇珩		
217	許哲豪		
305	許哲綸		
205	詹宇崴		

其他體育傑出賽事

選手姓名		賽事名稱	名次
207	林采靚	2023 年「主委盃」網球錦標賽	第三名
112	林燦峰	2023 年全國障礙超越公開賽暨小騎士 Pony 挑戰賽(第 2 場)	第一名



伍、親職教育文章分享

「爸媽也是為你好」

高學歷理智型父母，小心孩子用「無能」回報你

作者：天下讀者俱樂部、馬大元、天下雜誌出版

文章出處：<https://www.cw.com.tw/article/5128600>

孩子的人生，有很大機會和你過去所經驗的完全不同。甚至，孩子未來生活的方式、從事的職業，目前可能都還沒出現。父母以從眾、過時的經驗，對孩子的規劃越多，只會讓孩子更侷限、更墨守成規，甚至更脆弱。

長年的心理研究與臨床經驗顯示，許多人心理問題的源頭，來自於早年的「親子關係」。而提升心靈的最終目的，也離不開培養「心理健康的下一代」。

綜覽各家心理學著述，你會發現，最終的建議總是殊途同歸：對孩子的心理發展最有幫助，最可以培養出健康、開朗、正向、有自信孩子的父母，稱之為「恰如其分的父母」。對比於此，則是各種「過」與「不及」的父母，包含「理智型父母」、「情緒型父母」、「溺愛型父母」與「忽略型父母」。他們的心中，都有一套固著的劇本，導致重複使用僵化、不合時宜，甚至失職的方式教養下一代。

「理智型父母」：通常為高學歷，要求完美，愛分析，有些焦慮、神經質，甚至強迫症傾向。對於孩子有過高的期望，博覽群書，期待以最理想之方式教養子女。對孩子從小即訂定明確的目標，什麼年紀該學會什麼一一規劃、刻意栽培，希望孩子能在特定的領域領先群倫。會花費大量時間在孩子身上，陪孩子寫功課、準備考試、上才藝班，對於孩子的生涯發展早有定見。

這一型父母常見的對白包括「媽媽也是為了你好……」、「照這樣做就對了……」、「吃得苦中苦，方為人上人」、「相信爸爸，不會錯的！」、「總有一天，你會了解我的苦心」、「為了你的將來，讓你恨我也沒有關係」、「等你長大後，你就會懂的……」

心中劇本：先苦後甜，才是人生的真諦。我是人生的過來人，我知道什麼對你最好，我希望你實現比我更好的人生。孩子的成長，如果一切都照我的規劃，就可以少走許多冤枉路，比別人提前得到成功與幸福。

問題：凡事總為孩子做決定，即使是最好、最正確的決定，都可以讓孩子喪失掌控感、自信心與決策能力。現今社會，十分流行「選擇困難症」與「拖延症」，與父母從小過多、過度的介入不無關係。



同時，過度理智，會讓孩子感受不到父母可以提供的、最重要的生長養分：「關愛」。雖然理智型父母會覺得「我提供給你豐富充實的人生」就是最好的愛，但是孩子所體會到的全然不是如此。孩子會覺得，你愛的是「我的表現」，而不是「我這個人」。

否認人與人之間的差異性、自以為是的同理心、認為「我做不到，你也一定做不到」、「錯誤的「將心比心」……這一切都成為親子關係的殺手。

孩子真正的潛能，通常是未知的。而我們現在正處於一個快速變動的時代，五年、十年之間，世界就可能出現極大的不同。也就是說，孩子的人生，有很大機會和你過去所經驗的完全不同。甚至，孩子未來生活的方式、從事的職業，目前可能都還沒出現。

最幸福的孩子，能夠在人生的旅途上，一路做自己「喜歡」而且「擅長」的事情；如果能夠不斷找到這樣的領域，他自然可以走得輕快、開心、熱情洋溢。

父母以從眾、過時的經驗，對孩子的規劃越多，只會讓孩子更侷限、更墨守成規，甚至更脆弱。臨床上，不乏這樣父母以既定劇本「荼毒」孩子而不自知的案例。如果你所規劃的，完全不是孩子潛能與愛好之所在，而你又固執己見。換來的，可能是更可怕的怨恨與報復。

常見的「被動攻擊」：宅男宅女啃老族，用我的「無能」來回報給你；或是「隱藏式攻擊」：表現優異、一路順風，遠渡重洋，然後與父母老死不相往來……都是理智型父母常遇到的心碎結局！

失職的父母，追根究柢，常常都有一個共通的原因……就是自己早年的親子關係也不健全。孩子對於父母永遠都是又愛又恨，所以無意識間，也會採用與父母類似或互補的方式，與自己未來的子女、其他人以及世界互動。這樣導致問題會世代代以不同的型態不斷傳遞下去，影響可謂十分巨大與深遠。

（本文摘自天下雜誌出版《導演症候群》）



陸、別平等教育文章分享

拒絕數位性暴力！如何幫助孩子避免私密照流傳網路上？

作者：蔡宜芳諮商心理師（親子天下嚴選）

文章出處：<https://www.parenting.com.tw/article/5096217>

你可以決定要當孩子生活中的軍師還是間諜，當孩子願意信任你、和你分享，你就成為孩子的「軍師」，為孩子出謀劃策；當孩子越不敢跟你說發生什麼事，你就變成孩子的「間諜」，孩子怕被罵只敢跟朋友說，反而風險越高。

近幾年來，我在教育現場中，開始處理到一些不同以往的事件。

例如：

國二女孩把裸照傳給好幾名網友，認為只要沒有拍到臉就沒差。

國三幾位男孩轉傳某某同學的清涼照，造成當事人極大的痛苦。

當發生這些案件，學校依法通報性平案件，由社工和警察介入處理，學校也會進行輔導。而面對越來越多這樣的事情，身為大人的我們，還能做些什麼？

隨著科技的進步以及通訊科技的發達，網路的隱匿性及快速傳播的特性，讓性暴力的型態更趨多元。根據 Web885 網路諮詢熱線的統計，2021 年到 2022 年數位性暴力相關諮詢案件從總案件數的 4 成提升到 5 成。

因此，非常榮幸能參與前天展翅協會舉辦的「成為正義第三者，拒絕數位性暴力」記者會，一同為防止兒少性剝削努力。

每當我們在網路上看到遭外流的性私密影像，都是對被害人的再一次剝削，遭轉傳的影像在無遠弗屆的網路上流傳，對被害人帶來永久的壓力與傷害。當性影像被散布時，第三人可以採取哪些行動呢？

1. 制止散布行為或惡意言論
2. 不點閱、不分享、不下載
3. 呼籲大家拒看
4. 檢舉影像和散布帳號

當你這麼做，就能防止數位性暴力的繼續蔓延，也可以減少對被害人的傷害。若第三者袖手旁觀，或是起鬨留言、求上車，只會助長暴力持續發生。



希望你我都能成為正義第三者，無論是支持安慰的一句話或是檢舉的一個小小舉動，都能發揮關鍵性的作用，組長並降低數位性暴力帶來的傷害，也才能進一步營造友善的社會環境，讓被害人安心求助。

身為父母的我們，可以怎樣陪伴孩子、預防數位性暴力呢？

1. 預防勝於治療：

平常不只有問孩子功課，而是和孩子談談學校生活和他的朋友，例如問孩子「你都跟朋友玩些什麼？聊些什麼？」「IG、抖音上面有什麼好玩的事情可以跟我分享嗎？」也可以邀請孩子帶朋友回家、認識孩子的朋友，幫助孩子理解什麼是健康的人際關係。

和孩子談談愛情、身體界線、性，例如：分享你和另一半是怎麼認識的？怎麼決定走入家庭？談戀愛到結婚有哪些不同？當你們開始討論這些，你也有機會理解孩子對於愛情的想法和價值觀。

2. 幫助孩子學會如何保護自己：

如果男女朋友或網友希望自己能分享私密照，甚至有情緒勒索的言語像是：「你如果愛我，就會願意跟我分享。」孩子可以練習明確的說「不」，如果男女朋友或網友因此不開心，孩子可以把這句話改成：「你如果愛我，就會尊重我的意願。」

讓孩子知道分享影像的風險、學會說不，沒有人應該在壓力下分享影像。以及未經他人同意，絕不分享他人的照片。

3. 父母開放、不批判的態度：

不管事前或事後，開放的態度能讓孩子願意與你分享任何事情，發生事情也能勇敢跟你求助。

你可以決定要當孩子生活中的「軍師」還是「間諜」，當孩子願意信任你、和你分享，你就能成為孩子的「軍師」，為孩子出謀劃策；當孩子越不敢跟你說發生什麼事情，你就變成孩子的「間諜」，孩子怕被罵只想逃，只敢跟朋友說，反而風險越高。

4. 若孩子遭受數位性暴力（例如私密照遭外流），第一時間你很可能會感到震驚、憤怒、不知所措，等你平靜下來之後，可以好好的陪伴孩子聊聊。因為私密照被散布不是孩子的錯，你的聆聽和陪伴，是孩子最重要的力量。



柒、校各處室通訊錄

代表線:03-5517330

校長室

職稱	專線	分機
校長	5517317	
秘書	5520457	202

教務處

職稱	專線	分機
教務主任	5517319	210
教學組		211
教學組		219
註冊組	5558869	212
註冊組		215
註冊組		218
實研組		214
實研組		220
試務組		216
試務組		220
設備組		213
設備組		217
舞蹈班	5510184	341
特教組	5541936	225

學務處

職稱	專線	分機
學務主任	5517024	230
訓育組		231
訓育組		236
課活組		235
衛生組		234
體育組	5520454	232
營養師		238
護理師		345

教官室

職稱	專線	分機
主任教官	5517004	240
生輔組		242
生輔組		243
宿舍		335

實習處

職稱	專線	分機
實習主任	5517342	250
工科主任		251
商科主任		254
資訊科		252
商經科		337

總務處

職稱	專線	分機
總務主任	5513376	260
文書組		261
文書組		264
庶務組	5514604	262
庶務組		265
庶務組		266
出納組		263
出納組		267

人事室

職稱	專線	分機
人事主任	6568397	270
人事室		271

會計室

職稱	專線	分機
會計主任	5517315	275
會計室		276
會計室		277

輔導中心

職稱	專線	分機
輔導主任	5514542	280
輔導教師		281
輔導教師		282
輔導教師		283

圖書館

職稱	專線	分機
圖書主任	5510089	290
讀者服務組		291
讀者服務組		292



捌、112 年度班導師名單及通訊方式

總機代表線：03-5517330

班 級	導 師	科 目	分 機	班 級	導 師	科 目	分 機
101	鄭怡真	國文	355	111	聶智慧	數學	354
102	戴宇宏	數學	355	112	劉亞騏	藝能	354
103	劉庭芳	國文	355	113	曾美媛	公民	353
104	黃建華	數學	355	114	劉益賢	英文	353
105	廖文麗	國文	355	115	陳俊樑	體育	353
106	張宏印	數學	355	116	張育綺	英文	353
107	溫美貞	國文	354	117	鄭銘雄	資訊	353
108	鄭小嵐	歷史	354	118	吳雨函	英文	353
109	張碧芬	國文	354	119	林晉維	特教	227
110	趙悅伶	國文	354	資源班	蕭伶真	特教	342
201	侯杰材	數學	226	211	游淑芬	數學	226
202	黃琬庭	英文	330	212	陳柳均	地理	332
203	陳昱瑋	化學	344	213	陳怡廷	國文	333
204	蔡素華	國文	333	214	黃玲毓	英文	331
205	林欣樺	數學	226	215	歐秀妙	體育	346
206	鍾松枝	國文	334	216	李宜錚	舞蹈	341
207	陳志誠	數學	226	217	劉世能	資訊	252
208	洪于香	國文	333	218	姚鐙雅	商經	337
209	陳冠蓓	國文	334	219	董怡軒	特教	227
210	沈玟妤	數學	226				
301	曾婉琦	化學	344	311	黃秋萍	英文	330
302	王藝錡	數學	226	312	吳明潔	公民	332
303	陳瑟云	數學	226	313	陳韻竹	國文	330
304	陳宿惠	物理	344	314	蕭曉韻	英文	334
305	陳逸淇	化學	344	315	陳信廷	體育	346
306	徐邑芬	國文	333	316	劉芝蘭	英文	331
307	王華生	國文	334	317	俞安宇	資訊	252
308	陳音秀	英文	331	318	楊銘堯	商經	337
309	許昱萱	英文	330	319	金培華	特教	227
310	李克強	數學	226				



國立竹北高級中學 112 學年度第 2 學期各類校內外獎助學金一覽表

獎學金 名稱	金額	名額	成績條件				申請期限 (暫定，隨時 更新)	備 註
			學業	德行	體育	群育		
戴秀昆老師紀念獎學金	原則 5,000	-	-	-	-	-	113.3.4	1. 勤奮向學，家中經濟不佳致就學困難者 2. 家庭突遭重大變故者 3. 力爭上游，有顯著的進步，經三位以上老師聯名推薦
李陳洋夫婦紀念獎助學金	2,000	2	-	-	-	-	113.3.4	1、家庭主要生計責任者罹患重病或其他原因，無法工作，致生活陷於困境者。 2、經濟弱勢戶內人口遭受意外傷害或疾病，致生活陷於困境者。 3、學生本人遭受意外傷害或疾病，致生活陷於困境者。
清寒學生輔導費減免	半免/ 全免	-	-	-	-	-	113.3.4	1. 具中低收入、身心障礙、原住民清寒、其他清寒 2. 上學期申請通過者，減免該學年度兩學期、暑假與寒假之課業輔導費 下學期審查通過者，僅減免下學期與寒假之課業輔導費。
廣源慈善基金會助獎學金	12,000	3	60	-	-	-	113.3.7	1. 具以下資格：低收入戶、中低收入戶、特殊境遇家庭子女、弱勢家庭兒少(需提供證明) 2. 應備文件：學生本人郵局帳戶存摺封面影本、最近三個月全戶戶籍謄本正本掃描檔。 3. 學期成績採計 111-1 學期。 4. 繳交學習心得電子檔及學習單電子檔。 5. 請符合資格同學至註冊組領取相關申請表件
新住民及其子女培力與助學金	8,000	3	90(優秀組) 70(清寒組)	-	-	-	113.3.22	1. 資格：新住民/新住民子女。 2. 未領有其他政府機關及公營事業機關之獎學金或獎勵金者(低收入戶、中低收入戶除外) 3. 申請清寒獎學金須具備低收或中低收證明。 4. 特殊才能獎助勵金：109~111 學年度具特殊才能資格者。(資格詳見學校網頁資訊)



獎學金 名稱	金額	名額	成績條件				申請期限 (暫定，隨時更新)	備註
			學業	德行	體育	群育		
學產基金獎學金	3,000	-	60	-	-	-	113.2.22	1. 限低收入戶學生申請 2. 不可有三次警告以上紀錄
新竹縣清寒優秀獎學金	1,000	20	80	-	80	-	113.03.5	1. 須設籍新竹縣 2. 須繳交文件：申請書、前學期成績單、戶口名簿影本、清寒證明
新竹市高中職以上清寒優秀學生獎學金	1,500	-	80	-	-	-	113.03.5	1. 設籍新竹市六個月以上家境清寒學生，且無享有公費或政府其他補助獎學金 2. 須繳交文件：申請書、前學期成績單、戶口名簿影本(由申請人加蓋私章)
新竹市大聖會獎學金	5,000	5	70	-	-	-	113.3.5	1. 申請表、學生證正反面影本、學期成績單、全戶戶籍謄本、導師推薦函 2. 申請表格請洽註冊組
國教署補助高級中等以下學校原住民優秀學生獎學金實施計畫	5,000	-	60	-	60	-	113.4.15	1. 具原住民身分。 2. 未領有其他政府機關及公營事業單位之原住民學生獎學金者。 3. 於前一學期改過銷過後，無小過以上之處分。
各縣市各類獎助學金，已公告在學校首頁資訊服務項下，請同學自行上網查詢相關規定。								

註一、註冊組會在本校網站，不定期更新最新獎助學金申請資訊，請有需要的同學至二樓教務處註冊組查詢。

註二、部分獎學金公文尚未到校，僅先表列，若有變更仍以公文為準。



國立竹北高級中學 112 學年度第 2 學期【試務】 各項考試日程表

日期	星期	考 試 類 別			監考
		高一二	普三	職三	
2/17	六	開學複習考			隨堂監考
2/22	四		模擬考 5		隨堂監考
2/22、2/23	四、五			模擬考 3	隨堂監考
3/6	三		化學歷史專 A 競試		三導監考
3/12、3/13	二、三			模擬考 4	隨堂監考
3/20	三		物理地理專 B 競試		三導監考
3/25、3/26	一、二	第 1 次期中考			表排監考
4/8、4/9	一、二			模擬考 5	隨堂監考
4/9	二		模擬考 6		隨堂監考
4/17	三		數學競試		三導監考
4/30、5/1	二、三		高三期末考		隨堂監考
5/8	三		模擬考 7		隨堂監考
5/13、5/14	一、二	第 2 次期中考			表排監考
5/15	三		高三學期補考		表排監考
6/26~6/28	三~五	期末考			表排監考
職科統一入學測驗：113 年 4 月 27~28 日 (六、日) 普科分科測驗：113 年 7 月 12~13 日 (五、六)					



【附錄三】

國立竹北高中 111 學年推動《行動校園 APP 推播系統》家長聯繫函

- 一、本校推動資訊化校園，協助家長即時了解學生在校表現，溝通親師即時聯繫管道，自 111-1 起推動《行動校園 APP 推播系統》，親師訊息同步零時差。感謝家長會大力經費支援。
- 二、《行動校園 APP 推播系統》涵蓋家長端及學生端。學生在校成績、獎懲、缺曠、請假查詢、在校綜合表現、學期成績、學年成績及歷年成績、歷年獎懲紀錄查詢及正常放學時段外，因臨時事、病假因素提前離校等，家長均能即時掌握、隨時查詢。
- 三、《行動校園 APP 推播系統》每推播新訊息，手機端的 APP 會顯示未讀訊息筆數，以便家長即時瞭解子弟在校整體表現（父母手機均可同時綁定，不限 1 人）。

四、家長及學生端 APP 推播系統安裝步驟

步驟一 學生先安裝「亞昕行動校園」APP

搜尋「亞昕行動校園」，下載安裝及並依身分管理選項登入
或直接以手機掃描右方 QR code 下載安裝及登入



步驟二 由學生端邀請家長下載 APP 並綁定學生帳號(學生無使用手機者，請依此步驟綁定家長手機)

1. 由學生帳號(帳號:學號；密碼:預設為身份證字號)登入竹北高中學生校務系統
https://academic.cpshts.hcc.edu.tw/SCH_UI/Login.aspx
2. 學生登入後可產學生 QR code，請家長掃描並加入後即可綁定
3. 綁定教學影片 <https://youtu.be/OHBV21n6tFo>
4. 教學手冊 <https://reurl.cc/xQWYvV>

國立竹北高中《行動校園 APP 推播系統》工作小組 敬上

竹北高中 111 學年推動《校園行動 APP 推播系統》回執聯

班級： 座號： 學生姓名：

本人已知悉學校推動《校園行動 APP 推播系統》，學生在校表現、成績、獎懲、缺曠及請假訊息，即時以 APP 簡訊推播，並已了解除學期末寄紙本學期成績單外，學期間成績、獎懲、缺曠等在校表現，不另以郵遞紙本方式通知。

- ☐《校園行動 APP 推播系統》家長端會安裝。
☐家長端已安裝並順利綁定，操作正常。

- ☐《校園行動 APP 推播系統》
家長未安裝，以後視情況需要再安裝。

其他：

家長簽章：



國立竹北高級中學
National CHU-PEI Senior School

國立竹北高中-急難獎助學金自我檢核表一覽表

學生姓名		科別	
年級		性別	☐ 男 ☐ 女
學號		聯絡電話	

獎助學金下列申請一覽表檢核打勾使用 ☐學務處 ☐教官室 ☐家長會 ☐教務處

1. 學產基金急難慰問金：(學務處生輔組) ☐ 全年接受申請(事發三個月內或重大傷病者於有效日期內)上限2萬元 ☐ 家中年所得148萬以下	2. 行天宮助學金：(學務處生輔組) ☐ 急難事故發生日起六個月內提出申請。 ☐ 里長證明文件，弱勢身分佐證文件。 ☐ 家中年所得148萬以下
3. 急難救助金：(學務處訓育組) ☐ 家庭變故 ☐ 申請表審查	4. 教育儲蓄救助金專戶：(學務處訓育組) ☐ 弱勢身分佐證文件，在學學生。
5. 救國團愛心急難扶助金：(學務處訓育組) ☐ 資格摘要：遭遇急難事故。	6. 蘭馨獎助金：(學務處訓育組) ☐ 母親單親，每校兩名，長期補助3年
7. 專車減免： ☐ 提出申請擔任車長(學務處生輔組) ☐ 導師於期初提出申請(學務處生輔組)	8. 工讀生申請：(學務處生輔組) ☐ 提出申請審核
9. 住宿減免：(學務處生輔組) 沒有減免，只有註冊組會幫原住民申請原民補助	10. 午餐團膳減免：(學務處衛生組) ☐ 弱勢身份擔任合作股長協助團膳事項
11. 青澀芷蘭獎助金：(學務處訓育組) ☐ 9月安排面試現場審核	12. 學生就學貸款：(學務處訓育組) ☐ 填寫申請表及台灣銀行辦理。
13. 學生平安保險：(學務處健康中心) ☐ 學生受傷費用501元以上隨時受理申請理賠	14. 廣源慈善基金會獎學金：(教務處註冊組) ☐ 校外紀念獎金
15. 家長會急難金：(家長會) ☐ 家長委員指定用途(依照捐款多寡申請)	16. 學雜費減免：(教務處註冊組) ☐ 填寫申請表及註冊組彙整辦理
17. 大聖會獎助學金：(教務處註冊組) ☐ 清寒優秀獎助學金 ☐ 依照校外規定審核辦理	18. 戴秀昆紀念獎助學金：(教務處) ☐ 校內紀念獎金 ☐ 提出申請
19. 課輔費減免：(教務處註冊組)	20. 教科書減免：(教務處註冊組)
21. 特殊學生助學補助：(教務處註冊組) ☐ 低收戶收入，收入148萬申請	22. 竹北市公所教育獎學金：(教務處註冊組)
23. 快樂學習協會獎助學金：(教務處註冊組)	24. 竹北市公所教育獎學金：(教務處註冊組)
25. 學業成績優秀獎學金：(教務處註冊組) ☐ 符合前三名資格會協助辦理 ☐ 教務處主動協助申請辦理	26. 校內外各項獎學金：(教務處註冊組) 113年3月至112年5月獎學金項目，請自行上網查詢公告校網，請自行上網查詢，申請時請注意校內收件截止日。



衛生組給家長的一封信～

重要的健康議題

親愛的家長，您好：

為配合本校健康促進學校議題「菸害防制」、「健康體位教育」及「預防流感」，特別提供相關資料，供您參考，希望您能瞭解，共同關心同學們的健康！

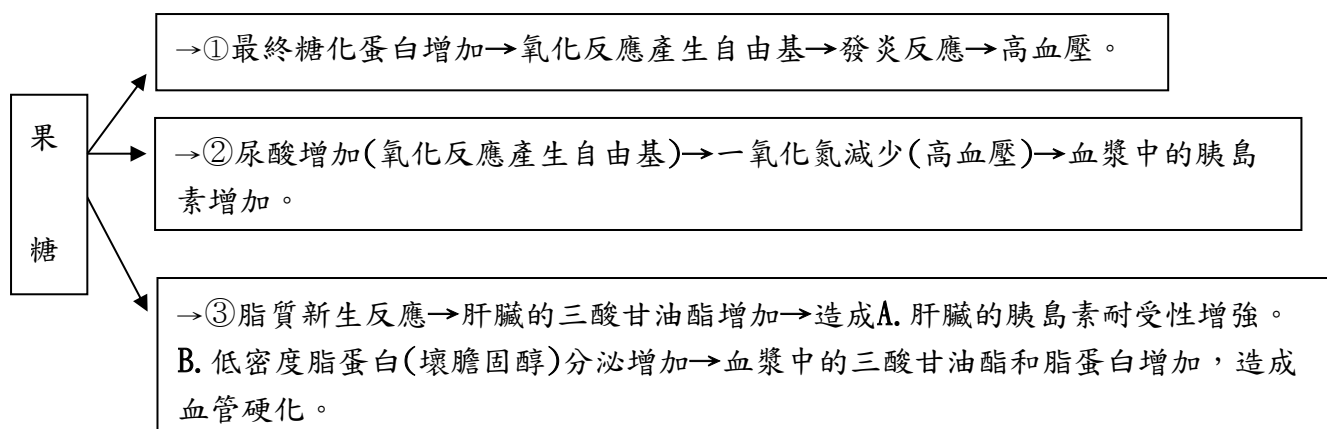
『菸害防制-電子菸的危害』

- (一)電子煙所含成分危害人體：食品藥物管理署統計 103 年由各稽查單位送驗電子煙檢體檢測尼古丁，檢出率達 82%。尼古丁是一種興奮劑，可刺激中樞神經，使人上癮或產生依賴。另外近期更檢驗出亦含有甲醛及乙醛成分，吸入甲醛或乙醛會刺激眼部及呼吸道，引起咳嗽、喘鳴、胸痛及支氣管炎，長期吸入可能引起慢性呼吸道疾病，也可能傷害旁人健康。
- (二)電子煙違反藥事法規定：衛生福利部自 98 年 3 月起，將含尼古丁成分之電子煙產品納入藥品管理，惟至目前尚未有核准之電子煙產品。倘宣稱具「幫助戒菸」、「減少菸癮」或「減輕戒斷症狀效果」等醫療效能詞句，即違反藥事法第 69 條規定。
- (三)家長及學生應避免使用電子煙產品，以共同維護大家健康。

『含糖飲料沒說的秘密』

世界衛生組織指出過重與肥胖是糖尿病、心血管疾病與癌症等慢性病之主要危險因子。而目前影響學子們健康最大威脅因子是『市售含糖飲料』，在日常生活圈到處林立各式各樣的手搖杯飲料店及便利商店，販售口味眾多的飲料，很方便也很誘人可口；加上媒體宣傳促銷，讓含糖飲料成為人人每日攝取水分的主要來源。

市售含糖飲料主要含有高濃度果糖，其在人體內的代謝與影響：



根據統計，國人飲料攝取頻率比 10 年前增加兩倍，五成學童每天喝 1 瓶飲料，名列世界第二，成人的含糖飲料攝取量根據靜宜大學的研究發現，19～44 歲的男性每週飲用含糖飲料



10 次，女性也高達 7 次。高果糖糖漿(簡稱 HFCS，由玉米澱粉加工製成)，優點是甜度高(是蔗糖的 1.6 倍)，比起葡萄糖會刺激胰島素升高血糖；果糖的代謝路徑不同於其他糖類，是直接經由肝臟儲存成脂肪。食物中糖的分解很複雜，需要靠身體的酵素像剪刀一樣慢慢剪碎，而被身體吸收利用。**高果糖糖漿不需「剪碎」，直接被利用來堆積脂肪，造成危害。**

孩子愛喝甜，課業差，注意力不集中——含糖飲料屬於高升糖指數的食品，會造成血糖急速上升，剛開始喝感覺很好，但愈喝愈想喝，形成「糖上癮」，胰島素也會因經常劇烈改變而疲乏，引起糖尿病。碳酸飲料或濃縮果汁，只有熱量和糖，為無營養的空熱量，讓孩子減少吸收其他重要的營養素，如蛋白質和維生素等，腦力和生長發育不良，影響課業表現。

飲料也讓孩子長不高，14 歲以下孩童不能喝含咖啡因的飲料。 磷酸：可樂、汽水等碳酸飲料會影響鈣和鐵的吸收，可能讓孩子長不高。磷酸也會造成女性骨質疏鬆問題。草酸鹽：如咖啡、可樂、巧克力、可可、紅茶，含高量草酸鹽，很容易引起結石。

臨床醫學研究發現每天一至兩份含糖飲料或高甜度果汁比起一個月喝不到一份者增加糖尿病機會 26%、代謝症候群 20%、高尿酸血症 85%。 2010 年 11 月的 JAMA 期刊，由 Hyon.K. Choi 醫師和波士頓大學的合作團隊所發表。以每個月少於一份含糖飲料者為對照組，則每天喝大約一份者的痛風罹患率增加 74%，每天喝兩份以上者的痛風罹患率是對照組的 2.4 倍。

WHO 建議每人添加糖攝取量不應超過每日總熱量的 10%，以台灣人每日平均總熱量 1800 卡來計算，一天糖類攝取量應為 45 克以下。以 WHO 的數據來檢視目前市售各種飲料含糖量，可分紅燈與黃燈兩類(以每份計)：

★紅燈區：手搖蜂蜜柚子茶、手搖冬瓜茶：126 克，手搖養樂多綠茶：112 克，手搖奶茶：98 克，手搖金桔檸檬：91 克，手搖綠茶：84 克，手搖可可亞：68 克，可樂：66 克，美粒果：55 克，果菜汁：47 克。

★黃燈區：豆漿、豆奶：40 克，汽水：39 克，芭樂汁：36 克，咖啡：24 克。

「控制體重，減糖和減油一樣重要」，利用食物中天然甜味，也能做出好喝有味道的飲料。含糖飲料還有更多影響健康潛在危機，對於學童生長發育影響甚鉅。不建議以飲料鼓勵孩子，以白開水為最佳優先飲料(建議量 30 毫升/公斤體重/天)。

要維持健康體位，最重要的是健康飲食、規律運動及良好的生活習慣。為營造學生友善運動及健康飲食環境，本校持續透過體重追蹤管理、健康飲食課程及各種鼓勵運動措施，引導學生能關注這個議題，養成規律運動、三餐正常營養均衡、少喝含糖飲料、有充足睡眠的生活習慣，如此就能健康久久，遠離疾病的威脅。

為了孩子的健康與學習效率、減輕社會醫療與健保的負擔、惜物環保及省錢又經濟……等考量，請您能大力支持『喝水最水』的活動，鼓勵孩子多喝白開水、拒絕含糖飲料，讓孩子能擁有『好身體、做好事、讀好書』的成功基石。

衛生組 王云千營養師 敬上



『健康中心~新冠肺炎及流感防治宣導』

一、防疫專區

1. 請持續落實生病不上班不上課(出門前請先測量體溫)。
2. 進入校園請全程配戴口罩，以減少群聚傳染之機會。
3. 勤洗手。
4. 請家長督促小孩養成公筷母匙的好習慣。
5. 最新消息不定期公告於學校首頁-防疫專區。

二、流感專區：

1. 流感與感冒之差別

流感與一般感冒的差別		
項目	流感	一般感冒
病原體	流感病毒	鼻病毒、呼吸道融合病毒、腺病毒等
影響範圍	全身性	呼吸道局部症狀
發病速度	突發性	突發/漸進性
臨床症狀	喉嚨痛、倦怠、肌肉痠痛	喉嚨痛、噴嚏、鼻塞
發燒	高燒 3-4 天	少發燒，僅體溫些微升高
病情	嚴重、無法工作/上課	較輕微
病程	約 1-2 週	約 2-5 天
併發症	肺炎、神經症狀（雷氏症候群）等	少見（中耳炎或其他）
流行期間	冬季多	春秋冬季
傳染性	高傳染性	傳染性不一



2. 預防方式：

- A. 接種疫苗：為預防流感/新冠肺炎最有效的方式，尤其是免疫力較差的長者、慢性病患者等高危險族群及學生與醫護人員等高傳播族群。
- B. 生活好習慣：注意手部衛生及咳嗽禮節、生病在家休息、維持正常作息。
- C. 有感冒症狀請立即就醫，依醫囑服用藥物。

三、 洗手運動：（勤洗手遠離流感、腸病毒、感冒最好方式）



衛生組敬上



竹北高中自習場地使用辦法

1. 圖書館五樓

(1)供全校住宿生及高一、二同學使用，可容納 400 人，住宿生由舍監安排自習位置，其餘自由入座，須男女分坐。

(2)開放時間：

①平日週一至週四： 18：00～21：00

(17：00～18：00 可先到圖書館自習，而週五晚上因為住宿生都回家了，無舍監駐守，考量安全問題，因此不開放，同學可至行政大樓五樓找空位入座)

②特別開放段考前一週之星期五：17：00～21：00。

③特別開放段考前一週之週六、日：08：00～17：00。

註：②③開放前提是，住宿生當週有留宿需求時一併開放。

(3)假日僅開放行政大樓五樓，有需求者請各別向圖書館申請劃位。

2. 行政大樓五樓 (501、504、506，3 間自習室)

(1)可容納 300 人，高三優先使用。

(2)開放時間：

①週一～週五：17：00～21：30。本學期改採用不申請劃位。

週一至週五晚上高三優先使用，安靜入座。週五高一二學生可於每間自習室空位，入座自習。

②週五晚上若留校人數過少時，為節約能源，將調整部分同學座位，關閉人數較少的教室，請同學配合。

③週六、日及其他放假日：8：00～17：00，自由入座。全校學生皆可使用，由學校依據假日申請自習人數開放。有臨時狀況時，請向教官、校安人員或警衛反應。



竹北高中自習教室使用規定

（夜讀時程）

1. 按學校鐘聲作息。

（進場資格）

2. 自習教室僅提供本校學生、家長志工及本校教職員工子女使用，下課活動時以使用開放公共空間為限，私自進入未開放場所者，按本校相關規定處分。
3. 住宿生(含高三)、高一、高二學生使用圖書館五樓。高三學生及家長志工子女使用行政大樓五樓。

（自習環境管理）

4. 不應將夜讀座位視為己用，因白天時另有課程、老師備課時使用，離場時個人物品不應留在教室，學校有不定期抽檢，若有遺失學校將不負責。若有堆放情況，經公告或廣播後若沒有在公告時間內及時處理，將做資源回收。
5. 為長久經營夜讀場所，維護環境整潔，禁止攜帶飲料及食品到自習教室樓層食用，自己製造的垃圾請自行帶走，違者將安排擔任清潔服務工作乙次(未完成者警告乙次)。

（座位安排）

6. 使用行政大樓五樓自習室需先向圖書館提出申請，並須簽到退，憑簽名資料，作為保留座位之依據，若**應到未達兩次/兩週(含)者**，則取消座位給自由座同學使用。圖書館之座位安排由舍監另行規定。
7. 使用行政大樓五樓自由座同學進場時亦請先在空白簽到表上簽到，以確定當日自己的座位，若簽到表上空白但有物品佔位情形，仍以先簽名者為準。
8. 確定已登記有座位的同學不來，而要使用其座位自習時，請在當日簽到表上劃掉同學的班級座號，並填上自己的資料以確保個人出席資料的正確性。
9. 自習教室每日將有校安人員、師長或志工家長到場依據座位表進行點名，同學不可任意換位，更換位置請主動向校安人員、師長或志工家長報備，以免因出缺席登錄未到致座位遭取消。
10. 欲請假者請主動寫在簽到表上即可。

（自習秩序維持）

11. 自習教室內無論上課、下課時間，皆須保持安靜，**不得撥接使用手機、聊天走動、看漫畫小說、及其他影響自修品質之舉動**，討論功課請到場外。場外休息亦不大聲講話喧嘩。
12. 違反本注意事項規則者，經校安人員登記達3次以上者，則本學期不准入場。若違反校規，依校規規定處理。



夜自習公告

—圖書館5樓自習教室

1130216 版

一、開放日期、時間、對象及座位安排

(一) 開放日期：113/02/19(一)~113/06/28(五)

(二) 開放時間(配合住宿生作息)

1. 週一至週四 17:30~21:00 (17:00~18:00 可先到圖書館自習)

週五晚上、週六、日、國定假日等非上課日全天不開放

2. 期中考前的週六、日白天是否開放，將另行公告。

3. 遇有特殊狀況不開放，將另行公告。

(三) 開放對象及座位安排

1. 住宿生專區僅供住宿生使用，由宿舍舍監統一安排固定座位。

2. 採每日劃位登記方式，開放剩餘座位給非住宿生登記使用，額滿為止，敬請見諒。

(男生區座號：73~200；女生區座號：201~226；316~400，合計 238)

3. 欲使用圖書館5樓自習教室的非住宿生，請放學後到圖書館5樓簽到處選擇座位編號並實名制劃位登記，即可取得該座位當天使用資格。

三、圖書館5樓自習教室使用規範

(一) 請聽從宿舍舍監或其他師長管理、指導。

(二) 自習座位【不是個人的】，座位僅做為自習時段使用，不得置放個人物品佔用，會隨時清除用座位的個人物品，不得有議。

(三) 圖書館內(含自習教室)禁止飲食。

(四) 請同學維護使用座位的整潔，個人垃圾請自行攜離及回收分類，勿丟置於廁所垃圾桶，造成打掃同學的困擾。

(五) 若發生違規情事，依校規處理，並由相關處室通知家長配合管教，學校得不再同意違規同學使用自習教室等相關設施。

四、相關事項宣導

(一) 請同學勤洗手(手接觸眼睛、鼻子、嘴巴前，務必洗手)，做好個人健康管理，全程戴上口罩。

(二) 若有發燒、呼吸道症狀或其他身體不適，請勿進入自習，應盡速就醫。

五、夜自習開放相關規範之調整，將視狀況另行公告。



夜自習公告

—行政大樓 5 樓自習教室

1130216 版

一、開放日期、時間及座位安排

(一) 開放日期：113/02/16(五)~113/06/28(五)

(二) 開放時間

1. 週一至週五 17:00~21:30

週六、日、國定例假日 08:00~17:00

2. 遇有特殊狀況不開放，將另行公告。

(三) 座位安排方式說明

1. 開放高三同學申請，採自由入座。

2. 週六、日、國定例假日採「自由座」入座，教室優先開啟 503 教室，若人數超過每間八成，依序開啟 504、及 506 教室。但須配合「自習教室使用規範」並穿著學校制服方可入校(警衛管制)，無法配合使用規範者，不准使用自習教室。

三、行政大樓五樓自習教室使用規範

(一) 請聽從志工家長或師長管理、指導。

(二) 自習座位【不是個人的】，座位僅做為自習時段使用，上課日的白天並無使用權，白天時間教室將做為其他用途，「固定座位」的同學可置放個人物品於自己的座位(回家前請收置於抽屜內，勿置於桌面上)，但需自行承擔丟失之風險。

(三) 自習教室禁止飲食。

(四) 請同學維護使用座位的整潔，個人垃圾請自行攜離及回收分類，勿丟置於廁所垃圾桶，造成打掃同學的困擾。

(五) 若發生違規情事，依校規處理，並由相關處室通知家長配合管教，學校得不再同意違規同學使用自習教室等相關設施。

四、相關事項宣導

(一) 請同學勤洗手(手接觸眼睛、鼻子、嘴巴前，務必洗手)，做好個人健康管理，全程戴上口罩。

(二) 若有發燒、呼吸道症狀或其他不適，請勿進入自習教室，應盡速就醫。

五、夜自習開放相關規範之調整，將視狀況另行公告。



高級中等學校學生身心調適假(試辦)實施注意事項

- 一、教育部為協助學校依高級中等學校學生學習評量辦法規定，訂定學生身心調適假相關規定，協助學生重視心理健康，及覺察自己情緒，於短期心理不適時，平衡身心狀況，特訂定本注意事項。
- 二、身心調適假應依學校所定請假流程辦理，每次請假應以半日或一日為單位，一學期以三日為限。
- 三、身心調適假應出具家長或實際照顧者同意之證明，無須檢附其他證明文件，並依規定完成請假程序。
- 四、當日到校前，要請身心調適假之學生，應由家長或實際照顧者先行通知學校，並於返校後依規定完成請假程序。
- 五、當日已經到校之學生，要請身心調適假提早離校，應由學校了解學生身心不適之原因，並聯繫家長或實際照顧者，取得同意後，學生始得填寫臨時外出單，離開學校；情況特殊者，學校應聯繫家長或實際照顧者前來接送，始得離開學校。
- 六、定期學業成績評量及學期補考期間，不適用身心調適假。
- 七、身心調適假非屬事假，不適用高級中等學校學生學習評量辦法第二十五條第一項「缺課節數合計達該科目全學期總修習節數三分之一者，該科目學期學業成績以零分計算」之規定。
- 八、請身心調適假之學生，不得領全勤獎。
- 九、學生請身心調適假之資訊，學校權責單位應定期（例如每週、每兩週或每月）彙整提供給輔導處（室）參考。

