

新北市立尖山國民中學

107 學年度第二學期

家長日親職教育手冊



中華民國 108 年 3 月 15 日

目錄

壹、107 學年度第二學期重要日程提醒.....	3
貳、107 學年度第二學期校園環境設備改善及更新工程	4
參、107 學年度第二學期尖山國中學生服務學習計畫.....	5
肆、基北區十二年國民基本教育免試入學超額比序「服務學 習」採計規定	7
伍、新北市立尖山國中校園安全&交通安全宣導單.....	8
陸、近期網路販毒手法說明之參考	8
柒、新北市立尖山國中衛生組 健康促進宣導	9
捌、新北市立尖山國中衛生組午餐管理宣導	11
玖、防災教育—家庭防災卡宣導	12

壹、107 學年度第二學期重要日程提醒

段考	
第一次段考	03 月 26 日（二）～27 日（三）
第二次段考	九年級：05 月 07 日（二）～08 日（三） 七、八年級：05 月 14 日（二）～15 日（三）
第三次段考	06 月 26 日（三）～27 日（四）

作業普查	
時間	範圍
04 月 08 日～12 日	國文、作文、英語、數學、生物、理化、歷史、地理、公民
05 月 27 日～31 日	
注意事項	每班可提報兩名作業優良學生，敘嘉獎乙次。未交者可於一週內補交，未補交者該科記警告乙次

第八節課後輔導活動		
上課日期：108 年 02 月 18 日（一）至 06 月 21 日（五） 七年級、八年級：每週一至週五 九年級：每週一至週四		
七年級停課日期、事由		
1	02 月 23 日	補行 03/01 上班上課
2	02 月 28 日～03 月 01 日	228 連假
3	03 月 26 日～27 日	第一次段考
4	04 月 04 日～05 日	清明節連假
5	04 月 12 日	校外教學
6	05 月 14 日～15 日	第二次段考
7	05 月 31 日	全校才藝競賽
8	06 月 07 日	端午節連假
八年級停課日期、事由		
1	02 月 23 日	補行 03/01 上班上課
2	02 月 28 日～03 月 01 日	228 連假
3	03 月 26 日～27 日	第一次段考
4	04 月 04 日～05 日	清明節連假
5	05 月 14 日～15 日	第二次段考

6	05 月 22 日～24 日	隔宿露營及行前準備日
7	05 月 31 日	全校才藝競賽
8	06 月 07 日	端午節連假
九年級停課日期、事由		
1	02 月 23 日	補行 03/01 上班上課
2	02 月 28 日～03 月 01 日	228 連假
3	03 月 26 日～27 日	第一次段考
4	04 月 04 日～05 日	清明節連假
5	05 月 14 日～15 日	與七、八年級第二次段考同時停 05 月 07 日～08 日不停課

貳、107 學年度第二學期校園環境設備改善及更新工程

一、 本校近期內已完成之環境改善、教學設備更新等工程

	工 程 名 稱	備 註
1	至善樓耐震補強工程	
2	教室天花板油漆	
3	童軍活動場地整建	
4	學務處、總務處辦公室設備更新	
5	風雨操場柱子護套更換	
6	九年級教室冷氣機安裝	
7	生物教室、圖書館電腦設備、地下室集合空間更新整建	
8	生活科技教室設備更新	4 月底完工

二、 徵求有水電、木工簡易修理能力家長志工：總務處因專業、人力有限，常因

1、2 件設備小故障，修理廠商處理無法立即到校處理，如有志工可協助將大大降低不便性。

三、 九年級教室於去年 11 月底完成每班級 2 台冷氣機及插卡計費裝置的安裝

(經費來自新北市教育局)，今年夏天如果氣溫飆高，屆時將開啟冷氣，基

於使用者付費原則，將依據學校訂定之班級冷氣使用辦法收取費用。

叁、107 學年度第二學期尖山國中學生服務學習計畫

壹、依據：新北市立尖山國民中學服務學習實施計畫。

貳、目的：

- 一、激勵學生闡揚「人人為我，我為人人」的服務理念，建立正確的服務人生觀和生命共同體的觀念。
- 二、落實「生活即教育」、「服務即學習」的多元學習與價值觀，激發學生人文關懷的精神。
- 三、將服務學習融於家庭、學校、社區之中，培養學生關懷家人及關懷生活環境的美德，熱心公共事務之社區意識，並以服務回饋家庭、學校及社區鄉里。

參、服務對象：

本學期規劃服務的單位或對象如下

(一)高齡長輩：

結合新北市政府推廣的「世代志工」計畫，推行服務長者的觀念，敬老、親老、懂老，本學期開始安排至養老院的服務學習，希望藉此讓學生能養成相關的知能，進而願意投入世代志工的服務行列。

(二)社會大眾：

規劃至資源回收場參訪，並且親身體驗資源回收的各項工作，養成學生垃圾減量，熱愛地球的環保觀念。

(三)社區：

藉由愛我家園—社區環境清潔打掃活動拉近學校與社區的關係，藉此培養學生愛社區，回饋社會的情懷。

(四)學校

提供校內各項志工服務機會，讓學生參與學校事務，培養學生參與公民事務的精神，培育學生成為世界公民。

肆、服務學習作小組成員

(一)校長：游翔越校長

(二)各處室主任：學務處賴正興主任、教務處許凌岑主任、輔導處鄭婉如主任、
總務處卓琇香主任。

(三)各處室相關組長：教學組俞大惠組長、輔導組鄭婉如組長、衛生組林盈在組長、訓育組吳文智組長。

(四)各年級導師代表：七年級八年級

(五)家長代表：莊濠榮會長。

伍、任務時間表：

項次	活動名稱	活動時程	申請年級	申請單位	核發時數	備註
1.	鶯歌市民農場	108.03.27	七年級	班級	3	
2.	舊鞋救命倉庫 (暫定)	108.05.15	八年級	班級	3	
3	我愛校園 全校大掃除	108.06.27	七、八年 級	班級	3	
4.	各式校園志工	108.02.11~ 108.06.28	全校	個人	依實	包括校園 司儀、音 響公差、 交通糾察 隊、秩序 糾察隊… 等。
5.	各類社團主辦 之服務學習活 動	108.02.11~ 108.06.28	全校	社團	依實	包括藝文 表演、愛 心物資募 集、義賣 活 動 … 等。
6.	愛校服務～暑 期返校清潔校 園環境(視情 況安排)	108.08.01~ 108.08.29	八、九年 級	班級 個人	依實	愛校服務 環境打掃

陸、通過標準，由各班班導師自行規範，服務時數可全數核定或部分核定，

✧ 七、八年級分別各進行兩次服務學習活動，期末將可取得 6 小時之服務學習時數，同步方可取得 12 年免試服務學習採計之分數。

肆、基北區十二年國民基本教育免試入學超額比

序「服務學習」採計規定

- 一、依據「新北市政府教育局推展學校服務學習實施要點」暨「基北區十二年國民基本教育免試入學超額比序服務學習採計規定」辦理。
- 二、依據上述要點，學校每學期應規劃每位學生6小時以上之服務學習活動，且學生以參與學校規劃之服務學習活動為主。
- 三、分數採計方式（非常重要請詳讀）
 - (1)每學期需服務滿6小時，方可得超額比序5分。每學期服務未滿6小時者，不能採計任何分數。
 - (2)採計分數期間，只採計至九年級上學期止。於七上、七下、八上、八下、九上，每學期服務滿6小時以上，擇3學期採計，最高得15分。
 - (3)服數學習時數採計不能用補做方式處理。若學生未能於每學期規定時限內完成至少6小時服務學習，即不能採計分數，也無法於其他學期做補時數取得分數。
- 四、本校依規定，安排相關服務學習課程供學生進行服務學習。若學生無法參加或任意請假，則學生需於課餘時間自覓服務學習機會，並自行補足時數，否則將無法取得超額比序分數。
- 五、各班導師會依每位學生狀況，於聯絡簿上黏貼未完成服務學習學生警示單，提醒各位家長。
- 六、所有的努力都是為了保障 貴子弟的升學權益，感謝您的協助。

伍、新北市立尖山國中家長日校園安全&交通安全宣導單

各位親愛的家長您好：

本學期有幾項交通安全措施與宣導提醒您配合

1. 本學期家長接送區規劃在校門口兩側，面對校門口右側為機車，左側為汽車，請您不要把車停在對面紅線禁停區等待，儘量離校門口 50 公尺處，以免影響學生上、放學動線及安全。
2. 騎機車接送小孩請您務必幫小孩戴上「安全帽」及禁止「三貼」超載、學童違規站前踏板，以維護學童交通安全及避免受罰（新北市道路交通安全督導會報提醒）。
3. 響應節能減碳，如您怠速超過三分鐘，請您將愛車熄火等待。
4. 兒童乘坐小型車後座請務必繫上安全帶。
5. 臨近學校路段速限應依標誌標線速限行駛。
6. 為避免學生購買或攜帶具危險性之玩具進入校園，或於把玩過程發生誤傷(食)事件，請家長於購買玩具時，應注意包裝上是否貼有經濟部商品檢驗標識，在網路或夜市等地購買時更須認清商品檢驗標識，以保障安全。

陸、近期網路販毒手法說明之參考資料

資料來源：內政部警政署

一、利用通訊軟體 (WECHAT) 設立「支援版」聊天群組：

- (一) 支援版：係由遇到問題時，「叫支援」名稱衍生。
- (二) 群組名稱：多依地域區分，如「三蘆向前行」、「雙和出發 go」等，大群組成員超過 300 人，小群組為 20 多人。
- (三) 交易方式：由買毒品者發訊說明地點和需求，藥頭看到再私密對方。

二、網路販毒常見的術語、廣告：

(一)術語：

- 1、 「小惡魔」指毒品咖啡包。
- 2、 「梅 C 小姐」指可以沾番茄、芭樂的毒梅粉。
- 3、 「紅豆湯」指一粒眠。
- 4、 「貢丸湯」指搖頭丸。
- 5、 「悠閒」則 K 他命。

(二)廣告：

- 1、 「霧面銀色公仔限量出爐！」表示全新銀色包裝的毒咖啡到貨。
- 2、 「衣服不髒不用洗」，表示毒品很純，沒有亂加東西。
- 3、 「超優軟糖，能吃能睡能跳！」，表示毒品質量好，吃了沒副作用。

柒、新北市立尖山國中衛生組 健康促進宣導

2019.03

本學期健康促進學校政策及活動

健促項目	學校	家庭
視力保健	1. 每天戶外輕鬆遠眺 2. 高度近視及高危險群個案管理 3. 弱勢學生配鏡補助申請	1. 定期視力檢查(半年一次) 2. 遵醫囑矯治 3. 家庭戶外活動（曬太陽有助於預防近視） 4. 視力保健：近距離(30 公分以內)用眼 30 分鐘要休息 10 分鐘 5. 使用 3C 產品每天少於 2 小時
★口腔保健	1. 每天午餐後潔牙 2. 七年級入班貝氏刷牙法教學 3. 八九年級和護理師一起刷牙活動 4. 口腔巡迴醫療車	1. 叮嚀早起、餐後及睡前潔牙 2. 定期口腔檢查(半年一次) 3. 使用含氟牙膏（1000ppm 以上）及小頭軟毛牙刷
★健康體位 （含營養教育） 註：本校體位適中率稍低於全市平均	1. 寒暑假自主管理檢核表完成家長及導師認證者可參加抽獎 2. 健康飲食教育、健康體位班 3. 持續推動 85210（睡滿 8 小時、每週運動 210 分鐘、天天喝足白開水 1500c.c.） 4. 過輕過重學生體重監測、肥胖學生個案管理 5. 自立午餐學校營養師午餐菜單營養分析	1. 每天睡足 8 小時 2. 假日戶外活動 3. 均衡飲食、每日蔬果一拳半 4. 每天吃早餐 5. 每天喝足白開水 1500c.c. 導師小叮嚀：家長可以多關心孩子每天的飲食是否均衡，三餐定時定量，提醒少吃高糖、高鹽、高油的食物。
性教育（含愛滋病防治）	1. 健康、輔導課程融入議題 2. 衛生局媒合講師七年級入班宣導	教導孩子愛惜自己、尊重異性
菸檳防制	1. 校園（包含周邊）全面禁菸檳 2. 擬定校園菸檳害防制計畫、戒菸教育班 3. 七年級菸檳毒防制入班宣導	1. 以身作則避免二手、三手菸害 2. 避免嚼食檳榔，遠離口腔癌
全民健保（含正確用藥）	1. 健康課程融入議題	1. 教導珍惜醫療資源觀念 2. 遵醫囑服藥 3. 家中備有用藥諮詢電話（藥袋）

健促項目	學校	家庭
傳染病防治	1. 全校流感疫苗接種 2. 每日空氣品質監測 3. 不定期進行流感、禽流感（新型 A 型流感）、★登革熱、★茲卡病毒、伊波拉病毒、水痘、病毒性腸胃炎（輪狀病毒、諾羅病毒及腺病毒）、狂犬病、腸病毒、結核病宣導 4. 每週二次校園孳生源巡檢清倒	1. 清倒刷洗積水器皿 2. 多洗手、準備口罩 3. 定期消毒清潔經常接觸的物品表面，保持空氣流通 4. 維持良好衛生習慣、避免生食 5. 避免接觸禽鳥類，尤其切勿撿拾禽鳥屍體；食用雞、鴨、鵝及蛋類要熟食。 6. 腸病毒的傳染性極強，以 4 到 9 月為主要流行期 7. 茲卡病毒主要是人被帶有茲卡病毒的病媒蚊叮咬，經過約 3 至 7 天的潛伏期後開始發病。 8. 如有類流感症狀，請即刻戴口罩及就醫。 如學生得到法定疾病(流感、水痘、腸病毒……等)，請立即通知導師回報學校。
安全與急救教育	1. 訂定緊急傷病處理實施辦法 2. 本校 106 學年度已完成安心場所認證 3. 每學年進行學生複合式防災演習、教職員工 CPR 暨 AED 急救教育研習 4. 朝會一氧化碳中毒防制宣導 5. 健康課程融入議題	1. 叮嚀在外注意自身安全 2. 勿單車雙載 3. 勿至危險水域、危險場所



捌、新北市立尖山國中衛生組 家長日 午餐管理宣導

2019.03



本校學校午餐管理政策

- 一、依學校衛生法，成立學校午餐小組，其成員組成，現任家長應占四分之一以上，每月確實召開會議並作紀錄留存。
- 二、落實校園食材登錄，並切實查核登錄之真實性。本校校網「午餐專區」放有校園食材登陸平台連結以及每日菜色照片。
- 三、本於「地產地消」及「食用當季食材」之精神，各校於學校午餐相關規範可評估避免訂定「每週菜色不得重複」規範，以避免因規避菜色重複而造成食材選擇困難問題。



三、學校午餐營養素建議量（國中）

熱量(卡 I)	蛋白質(克)	脂肪(克)	鈣(毫克)
850	25~30	28	420
熱量的基準：以男女平均值 1/3~2/5 中間值。蛋白質的基準：佔總熱量 12~14%。 脂肪的基準：佔總熱量≤30%。鈣的基準：以男女平均值之 1/3~2/5 中間值。			

四、學校午餐食物內容（國中）－理想性

全穀雜糧類	乳品類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果	油脂與堅果類
每日 6 份	每週 2 份	每日 2 份	每日 2 份(深色蔬菜每日必須超過 1 份)	每日 1 份	每日 3 份

五、本年度營養午餐每週供應兩次水果、一次有機蔬菜，每週一為蔬食日。

六、由建國國小自立午餐供餐。

玖、防災教育—家庭防災卡宣導

臺灣地理環境特殊，無法避免颱風與地震等天然災害之發生，屬於高災害潛勢地區。一旦發生大規模災害，交通通訊往往相當混亂且可能中斷，家庭成員的團聚，常常會有所困難，此時突顯『家庭防災卡』的重要性。透過家長、學生的共同參與討論及填寫『家庭防災卡』並攜帶於身上或書包裡，使災時便於聯絡親人，更因彼此互動及參與防災教育課題，讓防災意識向下扎根，可減少災害造成的損傷。

凡事不怕一萬，只怕萬一，請各位家長返家後偕同小孩，共同書寫這張重要的家庭防災卡。同時，可和小孩好好的談談防災的重要性，並協助建立小孩危機意識，期待在災放發生時，能將災害降至最低。除此之外，請偕同小孩練習--1991 報平安留言平台--的使用，事先約定好使用的電話號碼，待有需要時可以得知家人或親友的訊息。

每位小孩的家庭聯絡簿最後一頁，印製的內容即為家庭防災卡(見附件)，歡迎大家善用。祝福大家!!

家庭防災卡				
人 WHO	· 緊急聯絡人 (本地)		· 緊急聯絡人 (外縣市)	
	稱謂 例：小阿姨	電話 / 日 例：04-2345-6789	稱謂 例：小阿姨	電話 / 日 例：04-2345-6789
	手機 例：093-434-5678	電話 / 夜 例：04-2987-6543	手機 例：093-434-5678	電話 / 夜 例：04-2987-6543

防震宣導--疏散時三不原則：不跑、不語、不推



每個家庭需準備一個緊急避難包，內裝 LED 手電筒、哨子、打火機、
緊急保暖毯、輕便雨衣、口罩、筆、礦泉水、營養口糧、童軍繩、
簡易醫療包、隨身包面紙、證件影本、若干現金、面紙、電池、
小型收音機等等。

緊急避難包應放置於家中及工作場所隨手可拿到的地方，包內的必需品，至少
每半年檢查更新一次。