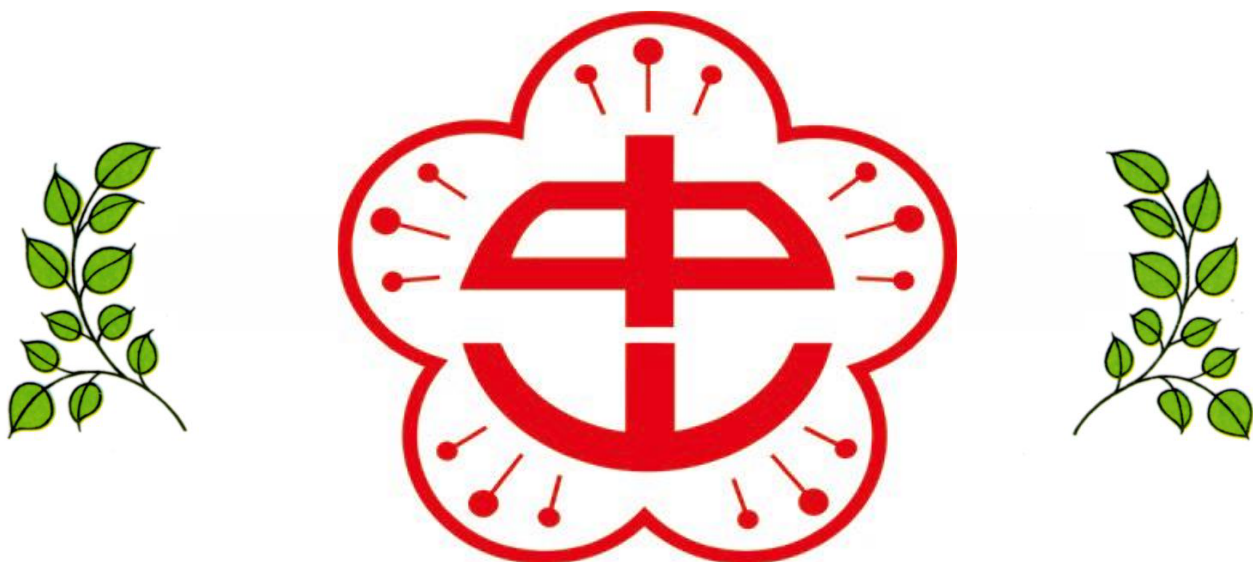




臺南市立中山國民中學親職教育日手冊

宣導資料	p.1
校長室報告	p.5
教務處報告	p.7
學務處報告	p.11
總務處報告	p.18
輔導室報告	p.22
技職教育宣講大綱	p.26
113 學年第 2 學期行事曆	

臺南市立中山國中 113 學年度導師名單

一年級		二年級		三年級	
班級	導師	班級	導師	班級	導師
101	黃惠瑜	201	胡啟泉	301	李孟怡
102	李秀玲	202	鄭麗娟	302	楊事娥
103	陳春蘭	203	余姿瑩	303	陳美伶
104	張志維	204	張語君	304	李佳臻
105	郭佩宜	205	王怡惠	305	鄭華斌
106	余燕萍	206	許騰峰	306	王姿敏
107	許惠茹	207	曾煥鈞	307	王雀姿
108	林儀婷	208	連明鴻	308	劉家強
109	黃于恬	209	邱勤予	309	羅佳民
110	張嘉玲	210	邱韻真	310	林慧音
111	陳孟宜	211	吳芝凡	311	林嘉南
112	周澄謙	212	盧信宏	312	黃靜儀
113	潘建蓉	213	黃汝孝		
114	廖婉君	214	蕭秋雲		
115	何憶婷				
116	黃于珊				

113 學年度第 2 學期親職教育日時間表

日期：114 年 2 月 27 日(星期四)

時 間	活動內容		地 點 / 負責人	
	一、二年級		三年級	
	活動內容	地 點 / 負責人	活動內容	地 點 / 負責人
18:00~18:15	報到、領取資料 家庭教育/自殺防治 /性別平等相關宣導	中山館/輔導室	報到、領取資料 家庭教育/自殺防治 /性別平等相關宣導	中山館研習中心/ 輔導室
	18:15~19:05 技職教育宣導 五專醫護職涯， 初相識	樹人護理專科學校 /護理科講師 李柏靜	18:15~18:40 校務報告、十二年 國教適性輔導宣導	林國斌校長
	19:05~19:40 校務報告、十二年 國教適性輔導宣導	林國斌校長	18:40~19:30 三年級教育會考 與多元入學 校內作業說明	本校教務處 吳偉碩組長
	19:40~20:30 親師會談	各班教室 / 導師	19:30~20:30 親師會談	各班教室/導師
20:30~21:00	檢討會(辦公室)			

心理健康知能-自殺防治宣導單



全國諮詢及救援服務專線

- | | |
|----------|--------------|
| 1 安心專線 | 1925(依舊愛我) |
| 2 生命線 | 1995 |
| 3 張老師 | 1980 |
| 4 婦幼保護專線 | 113 |
| 5 男性關懷專線 | 0800-013-999 |

關鍵一刻 拯救一生

Take a minute, change a life

如何幫助想自殺的人？



自殺徵兆

在對方最需要關心時，及時發現自殺訊息
適時給予鼓勵與協助



異常情緒反應

(透露自殺企圖/異常冷靜or開朗)

明確自殺計畫

(買農藥/木炭/寫遺書)

突然託付重要事物

(至親/寵物/財產)

如何幫助他？

該如何詢問呢？

1問

主動詢問，讓他
感受關心

Q:最近是不是感到不開心? 可以這麼說

Q:會不會有想不開的念頭?

Q:會不會覺得活著沒意義、沒價值,也沒有人在乎?

2應

耐心傾聽,讓他知道自己不孤單

3轉介

重要親友 持續支持與關懷

安心專線 1925(依舊愛我)

各縣市心衛中心 醫療機構

1925

依舊愛我

難過時需要的不是道理,而是感同身受陪伴。

24小時急難心理援助專線 1925 依舊愛我

心情溫度計

請仔細回想一下,最近一週中(包括今天),這些問題使你感到困擾或苦惱的程度,然後圈選一個最能代表您感覺的答案。

	完全沒有	輕微	中等程度	厲害	非常厲害
① 睡眠困難,譬如難以入睡、易醒或早醒	0	1	2	3	4
② 感覺緊張不安	0	1	2	3	4
③ 覺得容易動怒	0	1	2	3	4
④ 感覺憂鬱、心情低落	0	1	2	3	4
⑤ 覺得比不上別人	0	1	2	3	4
★ 有自殺的想法	0	1	2	3	4

簡式健康量表

前五題總分

- 0-5分 一般正常範圍
- 6-9分 輕度情緒困擾,建議找親友談談,抒發情緒
- 10-14分 中度情緒困擾,建議尋求心理衛生或精神醫療專業諮詢
- 15分以上 重度情緒困擾,建議尋求精神醫療專業諮詢

★ **有自殺的想法**

有自殺想法評分為2分以上(中等程度)時:建議尋求精神醫療專業諮詢

得分說明

社團法人台灣自殺防治學會

全國自殺防治中心

陪你破浪前行

守護生命，人生旅程不孤單

乘風破浪的同時，
倘若有人能敏銳、溫柔的接住我們，
或許我們能感到有勇氣繼續前航。

臺南市政府教育局

學生輔導諮商中心 06-2521083 <http://cs.tn.edu.tw>

歡迎多加利用【教育部家庭教育資源網】

<https://familyedu.moe.gov.tw/>

家庭教育諮詢專線

412-8185

手機撥打請加06

服務時間

服務時間	一	二	三	四	五	六
上午 09:00-12:00	♥	♥	♥	♥	♥	♥
下午 02:00-05:00	♥	♥	♥	♥	♥	♥
晚上 06:00-09:00	♥	♥	♥	♥	♥	♥

Facebook Instagram Line 官方網站

防治數位性暴力宣導單

5不

不違反意願



不可強迫他人拍攝
或傳送影像

不聽從自拍



不要聽從引誘拍攝
自己的影像

不倉促傳訊



傳送訊息及影像前
應再三確認

不轉寄私照



收到他人私密照，
轉傳即違法

不取笑被害



取笑或檢討被害人
是更大傷害

就是5件不要做的事



4要

要告訴師長



比起獨自面對
師長可提供更多協助

要截圖存證



有明確的證據
有效將歹徒繩之以法

要記得報警

110

不只為了自己
避免更多無辜者受害

要檢舉對方



就算是假帳號
讓管理者依規定處理

若真的不小心在網路上遇
到騷擾或威脅，你可以透
過「4要」來尋求協助



“

請記得，不管發生什麼事，勇敢把話說出來是解決問題的第一步，同時可以尋求多元的協助管道。

”

協助影像
下架

iWin網路內容
防護機構

提供陪伴
與輔導

婦女救援基金會

兒少陪伴
與輔導

台灣展翅協會

事件
諮詢

數位女力聯盟

校園相關
資源

教育部性平教育資訊網
校園輔導及通報機制

法律
扶助

法律扶助基金會

心理
諮商

衛生福利部安心專線1925
張老師生命專線1980
生命線專線1995



113 學年度第二學期班親會校長室報告 校長林國斌 114.02.27

各位尊敬的家長、老師、同學：

感謝各位撥冗參與本次班親會，藉此機會向各位報告本學期我校各項發展及重要工作進度，並共同展望未來的努力方向。

一、學校發展與教學成果

1. 教育理念與目標：

本校秉持「全面發展、品格兼備」的辦學精神，致力於培養學生具備扎實學科基礎、創新思維及社會責任感。本學期，我們持續推動素養導向課程，強調學生在知識、技能與態度等各方面的均衡發展。

2. 教學成果：

- **學科成績提升：** 各班在期中及期末考試中均展現出不錯的進步，部分科目成績更有明顯提升。
- **專題與實作：** 透過專題研究、實作課程及多元評量，學生在問題解決及創新應用上有顯著表現，尤其在科技、藝術及體育各方面的競賽均能獲得佳績。

3. 師資與專業成長：

教職員積極參與區域及全國性教學研習，並藉由校內經驗分享會，提升整體教學品質與專業素養。

二、校內活動與安全衛生措施

1. 豐富校園活動：

- **校慶及社團活動：** 舉辦校慶慶祝活動、社團成果展示及發表，讓學生在活動中培養團隊合作精神及創意思維。
- **學科競賽及講座：** 舉辦多場學科競賽與專題講座，鼓勵學生跨領域學習與交流。

2. 安全與衛生管理：

- **防疫及安全演練：** 定期進行防疫檢查與安全演練，確保校園環境安全無虞。
- **健康促進：** 舉辦心理健康講座及壓力調適活動，並設有專業輔導團隊，關心每位學生的身心發展。

三、學生品格與素質培養

1. 品格教育與社會服務：

鼓勵學生參與社區服務與志工活動，透過實際行動培養愛心、責任感及公共意識。

2. 多元學習與自我挑戰：

除了學科學習外，學校積極推動藝文、體育、科技等多元課程，讓學生在不同領域中發展潛能，培養自主學習能力與終身學習的精神。

四、家校合作與未來展望

1. 家校溝通機制：

- **家長聯絡平台：** 本學期持續運作家校聯絡平台，並定期舉行家長座談會與家訪活動，促進家校雙向溝通。
- **資訊透明：** 學校各項決策、活動安排與學生成績均公開透明，讓家長能夠及時掌握孩子在校情況。

2. 未來工作重點：

- **推動智慧學習：** 計畫引進更多數位學習工具與資源，提升教學效率與學生學習動機。
- **優化校園環境：** 持續改善校園設施，營造安全、舒適的學習與成長空間。
- **深化品格教育：** 透過多元課程及實踐活動，加強學生的品格與社會責任感培養。

結語

各位家長，您的信任與支持是學校不斷進步的最大動力。未來，我們將持續與家長攜手合作，共同為孩子們創造一個充滿愛與關懷的學習環境。希望透過本次會議，能夠聽取各位寶貴意見，進一步完善學校各項工作。讓我們一起努力，迎向更美好的明天！

再次感謝各位的蒞臨與支持！

臺南市立中山國中 校長 林國斌 敬上

113 學年度第二學期教務處親師座談報告資料

【亮眼成績】

★★本校學生參加臺南市 113 年度語文競賽成績亮眼★★

303 班張宥蓁榮獲台語情境式演說第一名，將代表台南市參加全國賽

213 班林芯維榮獲客家語朗讀第三名

103 班周芳琪榮獲排灣族語朗讀第三名

301 班許翰禮榮獲國語字音字形優勝

304 班王宇澤榮獲國語演說優勝

207 班謝旻倩榮獲台語朗讀優勝

212 班張子家榮獲台語朗讀優勝

非常感謝欣美老師、美玉老師、小殷老師、麗娟老師、淑怡老師、美伶老師、汝孝老師、春蘭老師、孟怡老師、煥鈞老師和信宏老師的用心指導。

★★本校學生參加臺南市 113 學年度國中英語文競賽，成績亮眼★★

★英語說故事特優：208 朱晨瑋

★英語團唱優等：201 賴姿辰、201 蘇妘筠、203 賴昀潔、206 李怡穎、206 陳舒芃、
210 鄭安喬

★英語讀劇表現優良：103 鄭安娣、104 林玟愷、106 柯浚宥、107 莊羽捷、107 羅怡捷、
113 郭嘉歆、203 莊智宇

感謝美玲老師、啟泉老師、玉婷老師、惠茹老師、婉鈞老師、秋雲老師、春蘭老師、志維老師、燕萍老師、惠茹老師、姿瑩老師、騰峰老師、明鴻老師、韻真老師的指導，學生們努力練習，以及培德和偉碩暖心陪伴，國斌校長加油打氣

★★本校學生參加臺南市 113 學年度 PowerTech 全國青少年科技創作競賽，成績亮眼★★

★國中組第三名：303 蔡依璇、206 江恆綺、葉妤柔、黃凱歆、209 鄭亦宸

★國中組佳作：209 林宇澤、203 呂品晨、陳崇博、211 施哲宇

感謝有能老師、玠源組長、美伶老師、姿瑩老師、騰峰老師、勤予老師和芝凡老師的認真指導。

★★本校學生參加「2024i-STEAM PowerTech 青少年科技創作競賽」全國賽，成績亮眼★★

★全能組競賽【全國亞軍】：中山科技 B 隊-303 蔡依璇、206 黃凱歆、葉妤柔、江恆綺

★神動翻滾【單項銅牌】：中山科技 A 隊-209 鄭亦宸、209 林宇澤

★蟲蟲危機【單項銀牌】：中山科技讚隊-203 呂品晨、203 陳崇博、211 施哲宇

★清道夫【單項銀牌】：中山科技 A 隊-209 鄭亦宸、209 林宇澤

★清道夫【單項銀牌】：中山科技讚隊-203 呂品晨、203 陳崇博、211 施哲宇

感謝有能老師、玠源組長、美伶老師、姿瑩老師、騰峰老師、芝凡老師的指導與鼓勵，學生的積極認真。

★★本校學生參加臺南市 113 學年度手擲機創作競賽，成績亮眼★★

第一名 112 許殷淞、110 梁奕旭

第三名 305 吳冠佑、111 鄭潔音

第三名 309 王若緯、101 周阡澄

非常感謝志聰老師、莉琄老師、玠源組長、嘉南老師、華斌老師、佳民老師、嘉玲老師、孟宜老師、澄謙老師的指導。

★★本校學生參加 2024 年第 13 屆全國手擲機飛行競賽，成績亮眼★★

★特優第二名 305 吳冠佑、111 鄭潔音

★優等 305 林禹寬、309 王若緯

★甲等 110 梁奕旭、112 許殷淞

★甲等 104 陳伯愷、107 李語淞

感謝莉琄老師、志聰老師、嘉南老師、玠源組長、華斌老師、佳民老師、志維老師、惠茹老師、嘉玲老師、澄謙老師的認真指導和用心照顧，學生的積極認真，以及國斌校長的鼓勵和關心。

★★本校學生參加 113 學年度科技教育創意實作競賽（臺南市初賽），成績亮眼★★

★資訊科技組第一名：211 許兆亨、郭丞夏、施哲宇

★生活科技組第一名：107 李語淞、110 梁奕旭、112 許殷淞

感謝優秀莉琄老師、嘉南老師、玠源組長、芝凡老師、惠茹老師、嘉玲老師和澄謙老師的認真教導和陪伴，學生的積極認真，以及國斌校長的鼓勵和關心

一、重要行事曆

(一)課輔時間

名稱	第八節輔導課	夜自修	週末菁英班	學習扶助
起/訖時間	開始:114/02/17 三年級結束:114/05/15 一、二年級結束:114/06/13	114/02/17~ 114/05/16	114/03/08~ 114/06/14	114/03/03~ 114/06/13

(二)重要時程、段考、三年級複習考

重要時程	段考時程	三年級複習考時程
● 02/28(五)-3/2(日) 二二八連假 ● 03/21(五)-03/29(六)新生線上報到 ● 03/28(五)-03/29(六) 新生現場辦理審核暨線上報到 ● 04/03(四)-04/06(日) 清明連假 ● 04/21(一)-04/24(四) 辦理全國中等學校運動會，停課 ● 05/29(四)學力測驗 ● 05/30(五)-06/01 端午節連假 ● 06/16(一)畢業典禮 ● 06/30(一)休業式	● 03/18(二)-03/19(三) 第一次段考 ● 04/29(二)-04/30(三) 三年級第二次月考 ● 05/13(二)-05/14(三) 第二次段考 ● 06/26(四)-06/27(五) 第三次段考	● 02/19(三)-02/20(四) ● 04/17(四)-04/18(五)

二、課後輔導與課後學習

(一)第八節輔導課：一、二、三年級報名參加，除落實社團學習也強化教育會考表現。

(二)三年級勤學班：會考前提供學生良好的自修環境，協助課業解惑，提高複習效率，考出個人佳績。

(三)夜自習：周一到周五晚上 18:00~21:00，參加夜自習讀書效率好，歡迎家長鼓勵一、二、三年級的孩子們參加！

(四)學習扶助：主要幫助學業表現落後學生，透過小班與差異化教學，使學習進度能跟上，並確保其基本學力。

三、迎戰會考，A++精進營隊：聘請各科名師，幫助三年級學生提升會考解題能力

日期	講座/班別	講師
3月8日(六) 上午 9:00 至中午 12:30	歷史會考衝刺講座— 「信甫」老師，帶你成為歷史學霸	新北市立桃子腳國民中小學 何信甫老師
3月15日(六) 上午 9:00 至下午 4:30	公民會考衝刺講座— 「岱」你站上公民冠「均」王者	臺北市立大安國民中學 陳岱均老師

四、會考衝刺自修班：4月21日(一)至4月24日(四)臺南市辦理全國中等學校運動會停課，為了陪伴會考戰士們持續努力，學校預計會開設一班會考衝刺自修班，午餐費自付，請家長鼓勵學生多多參與。

五、113 學年度第二學期各項比賽時程：請鼓勵孩子參加，並且為他們加油打氣

賽事	時間	項目
市長盃語文競賽	4月13日(六)新化國小	作文、寫字、國語字音字形、 臺灣台語字音字形、臺灣客語字音字形
	4月13日(六)麻豆國小	臺灣台語朗讀、臺灣客語朗讀
	4月13日(六) 永康區復興國小	國語朗讀
校內國語文競賽	5月19日(一)至 5月20日(二)	國語朗讀、國語演說、 閩南語朗讀、閩南語情境式演說

六、113 學年度第二學期各項獎(助)學金開始申請，報名資訊請參閱學校網頁，線上報名，獲獎名單也將公布於學校網站。

七、寧南鳳凰文學獎，請鼓勵孩子踴躍參加。

1. 競賽組別：【新詩組】、【散文組】、【攝影短文組】

2. 報名時間：114 年 2 月 1 日起

3. 截稿時間：114 年 4 月 30 日止。

4. 投稿處：中山國中首頁【右側連結】

或網址：<https://forms.gle/w1YiTxD4Wy2TrEL9A>

5. 獎金優渥



★活動會再陸陸續續舉辦，詳情請看各單位網站、學校網站、臉書和通知。請家長鼓勵孩子多多參與，並預祝參與學生勇奪佳績、通過認證、收穫滿滿！

八、新生報到資訊：歡迎轉知給有小六學生的親朋好友

(一)114 學年新生係指 114 年 6 月即將畢業，預計 8 月入學國中一年級之學生。

(二)114 學年起，全市『自由類型』國中小全部恢復成『一般學區入學』。因此本校入學類型將從自由學區恢復成一般學區。根據『臺南市市立國民中小學新生分發入學要點』，欲就讀本校之學生(含轉學生)須符合下列條件：

1. 學生設籍里別位於本校學區內

中西區	小西門、永華、赤崁、法華、南門、南美、城隍、郡王、開山
南區	竹溪
東區	大同 1~4 鄰

114 學年國中新生造冊基準日是 114 年 2 月 5 日，在 2 月 5 日前已設籍於本校學區者，教育局會提供新生名單給本校。並請使用線上報到，時間為 3 月 21 日(星期五)中午 12 時至 3 月 29 日中午 12 時。

若是在 2 月 6 日(含)以後才遷籍至本校學區者，請家長於 3 月 28~29 日攜帶戶口名簿影印本到學校現場辦理審核暨線上報到。

2. 入學新生得於兄弟現就讀學校入學

若新生已有兄弟就讀中山國中，欲安排設籍於本市之子女就讀相同學校，請準備申請書(如附件)及證明文件，於 3 月 28~29 日到學校現場辦理審核暨線上報到。

3. 父母或法定代理人在本校學區內就業，其設籍本市之子女得就讀本校

若有上述事實，請準備申請書(如附件)及證明文件，於 3 月 28~29 日到學校現場辦理審核暨線上報到。

4. 具備本校學區居住事實，其設籍本市之子女得就讀本校

若有上述事實，請準備申請書(如附件)及證明文件，於 3 月 28~29 日到學校現場辦理審核暨線上報到。

本校首頁新生專區將陸續更新重要訊息，可掃描右側 QR-code 查看。
若有入學疑問，請洽本校註冊組(06-2134792 轉 103)。



【學務處】資料

一、113 學年度學務處各組組長及業務承辦人員：

職稱	姓名	分機	職稱	姓名	分機
學務主任	劉曜徵	201	生教組長	杜殷瑤	206
學活組長	劉宜珊	207	衛生組長	衛良夙	210
體育組長	金慶儒	202	協行教師	梁凱芹	203
幹事	謝政翰	208	護理師	黃春月、郭淑靜	205
午餐秘書	陳美玲	209			

二、本學期學務處活動簡曆：本表參考用，以本校行事曆或處室公告為準。

日期	活動內容	日期	活動內容
2/13(二年級) 2/10(一年級)	一二年級社團開始	6/2	畢業聯歡會(第五節)暫定
3/31 第五節	中山之星-歌唱選拔賽	6/12(二年級) 6/9(一年級)	一二年級社團結束
3/24~4/2	113學年度班際球賽(二年級)	6/9	上午畢業典禮 (6/6下午預演)
5/26 第五節	交通安全宣導	6/30	休業式

三、各組宣導事項

生教組

一、孩子請假請依據本校學生手冊 P.29-P.31 的學生請假辦法辦理，其中病假於返校內 3 日未完成補辦請假手續，或者，未事前辦理事假手續(緊急事故須家長以電話或具函向導師請假)，將以曠課論之，逾時不予受理。

二、交騎乘機車、腳踏車，請戴安全帽，若孩子穿著本校白色外套搭乘機車或騎乘腳踏車，請提醒孩子將外套拉鍊拉上，以免鈎到物品或車輛把手發生危險。

三、騎乘機車接送小孩的家長，請不要將機車騎上人行道，以維護孩子的安全。

四、若家長們發現小孩遇到校園霸凌，除了可以向學校反應，學校將依規定處理之外，家長們也可以撥打教育部反霸凌專線電話 1953，或者 iWIN 申訴電話 02-2577-5118。更多校園霸凌相關資訊，可以至教育部防治校園霸凌專區以及 iWIN 網路內容防護機構查詢了解。

五、為防制學生藥物濫用，若家長發現孩子有異狀，認為有必要實施尿液檢驗者，可與校方聯繫，校方可向中心學校索取尿篩試劑提供家長為孩子在家自行篩檢。學校也會定期於「臺

南市立中山國民中學」的 FB 粉絲專頁發佈反毒相關文宣。

六、由於學校現有工程執行，為保護學生安全，上放學不開放南門路的東側門，改由南門路上中山館(體育館)旁的無障礙坡道進出校園。



遭遇網路不當內容處遇原則



不刪除

在保留證據之前，包含網站內容務必不要刪除任何資訊、社群帳號、對話紀錄等。

保存證據

盡可能的將所有內容截圖、錄影、錄音，並蒐集、保存所有資訊，如網址、嫌疑人之社群ID、聯繫方式等。

尋求協助

立即尋求相關單位協助。
有害兒少身心健康內容請找「iWIN」。
性影像請找「性影像處理中心」。



如何瞭解子女是否有用毒品或濫用藥物？

家長要隨時、隨地關心孩子，只要早期控制好，後期就能從容面對，首先，從日常作息、與交友狀況開始觀察，如果孩子常藉口外出過夜，或是玩後回家卻要睡上兩天，日夜顛倒等，可能都是警訊。



其次，多數毒品都有影響中樞神經的作用，所以當孩子的表現異常，有時候特別興奮、或嗜睡、或容易情緒混亂等，要特別留意。

再者，孩子身上突然多了很多錢，或是零用錢常常不夠用，對錢的需求比以前大的時候，也都要提高警覺。



學活組

1、申請服務學習的流程與時效：

- (1)若學生要進行校外服務機構的服務學習前，請先至學務處領取校外服務機構家長同意書，由學務處核可後，再行認證，以免學生進行服務的機關團體不在認證範圍內而產生爭議。
- (2)完成志工服務後，請填寫志願服務卡並將服務機構證明與校外服務申請表送至學務處幹事處進行時數登記。
- (3)依規定採計國中在學階段服務總時數至少 50 小時，請每學期檢核志願服務時數，以免到三年級發現時數不足來不及完成。

2、校內、外各項藝文活動、競賽，皆會於學校網頁公告，請家長及同學查閱學校網頁，若有疑問亦可向學活組洽詢。

衛生組

1、疫苗接種：八年級女生 HPV 疫苗第二劑接種日期為 113/3/21(五)。

HPV 疫苗懶人包



更多 HPV 疫苗資訊

何謂HPV(人類乳突病毒)疫苗?

- 是一支能預防子宮頸癌的疫苗；
- 施打HPV疫苗可誘發人體免疫反應產生抗體，預防至少7成子宮頸癌的發生

公費補助對象?

- 具我國國籍之國中女生(含自學)：學校會進行接種通知
- 不具本國籍之國中女生，但父母有一方具本國國籍者，可事先向衛生局提出施打申請
- 非上述公費對象，逕洽婦產科院所自費施打

CEDAW第12條

採取一切適當措施以消除在保健方面對婦女的歧視

哪些人不建議施打?

- 接種任何疫苗後，曾出現過敏反應者
- 懷孕或準備懷孕之女性
- 有特殊疾病史者需諮詢醫師評估

貼心提醒：

因疫苗未能涵蓋所有型別的HPV感染，接種疫苗後，仍須：

- 採取安全性行為
- 30歲後至少每3年接受1次子宮頸抹片檢查

若有相關問題，歡迎撥打免費諮詢專線：0800-88-3513



臺南市政府衛生局 關心您

2、健康促進：

(1) 菸癮防制



(2)健康體位：本學期實施體適能與飲食教育健康護照，鼓勵學生執行六大目標:均衡飲食好習慣、喝足白開水、不(少)喝含糖飲料、不(少)吃零食、不(少)吃油炸食品、天天運動 30 分鐘，培養規律運動與正確飲食的行動力。

(3)口腔保健：本學期持續辦理餐後潔牙活動，每月潔牙達指定天數且表現優異學生將予以敘獎鼓勵

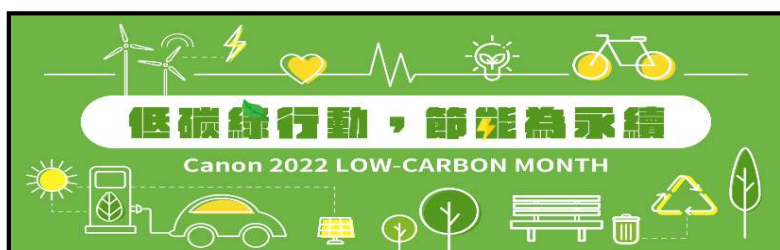


(4) 視力保健：「規律用眼 3010」近距離用眼每 30 分鐘即休息 10 分鐘，藉以減少眼部肌肉的壓力，家長定期（每半年）帶孩子至眼科院所接受視力檢查。

(5) 用藥安全：5 要要知道、要問藥師、要告知、要看標示、要遵醫囑；5 不 不過量、不併用、不輕忽、不飲酒、不亂買。

3、低碳校園

- (1) 落實停車熄火，實現校園零怠速。
- (2) 每周一日蔬食，健康生活新主張。
- (3) 減塑回收，節能減碳，綠色消費。



4、近期流行性感冒、腸病毒、諾羅病毒、水痘等傳染性高的疾病疫情嚴重，請家長及同學注意自身衣物保暖，做好勤洗手、勤消毒，勤戴口罩，保護自己，預防疫情蔓延。若不幸染

病，請落實生病不上課，避免校園群聚感染。



性別平等教育宣導

一、為什麼需要關注「性別平等」與「性剝削」？

1.現況與風險

- (1)網路普及使兒童暴露於性剝削風險 (如誘騙傳送私密照、不當影片接觸、網路霸凌)。
- (2)統計顯示，青少年遭遇性剝削案件中，「網路交友」為主要管道。
- (3)性別刻板印象可能導致孩子忽視自我保護，或對他人做出不尊重行為。

2.性別平等教育的重要性

- (1)教導孩子尊重不同性別、性傾向與身體自主權。
- (2)破除「受害者自責」迷思 (如「穿太少才會被騷擾」)，強調加害者的責任。
- (3)培養孩子辨識「危險情境」與「不當要求」的能力。

二、網路性剝削的常見形式

- 1.誘騙取得私密影像：假裝同齡網友，透過遊戲、社群平台 (如 IG、抖音) 建立信任，引誘

傳送裸露照片或影片。

2.以「愛情」或「金錢獎勵」為餌，威脅散布影像（數位性暴力）。

3.不當內容接觸：孩子可能無意間點擊暴力或色情影片（如短影音平台、彈出廣告）。

4.同儕群組流傳私密照，形成二次傷害。

5.網路詐騙與個資外洩：假藉「打工」、「遊戲點數贈送」騙取個資或影像。

三、家庭中的預防策略

1. 建立開放溝通

(1)避免指責式語言（如「不准上網」），改以「你最近在網路上有遇到奇怪的人嗎？」開啟對話。

(2)教導孩子辨識「危險訊號」：

☒ 網友要求「保密」或「傳送照片」。

☒ 被要求脫衣、視訊或談論性話題。

2. 強化網路安全措施

(1)共同設定「3C 使用規則」：約定使用時段、安裝家長監護軟體（如 Google Family Link）。

(2)檢查社群帳號隱私設定：關閉定位、限制陌生人私訊。

(3)提醒孩子「一旦傳送就失去控制權」，任何影像都可能被外流。

3. 性平教育融入生活

(1)透過繪本、新聞案例討論身體界線（如《蝴蝶朵朵》）。

(2)教導正確名詞（如陰部、胸部），避免害羞模糊化，讓孩子能明確表達不適。

(3)強調「即使犯錯，父母永遠支持你」：讓孩子知道求助不會被懲罰。

四、當孩子可能受害時，家長該怎麼做？

1.保持冷靜，優先安撫情緒：避免質問「你為什麼要傳照片？」，改說「謝謝你告訴我，這不是你的錯」。

2.證據保存：截圖保留對話紀錄、網址、對方帳號，勿刪除任何資料。

3.立即通報與求助：撥打 113 保護專線 或向學校師長求助。

4.若涉及影像外流，聯繫「iWIN 網路內容防護機構」（<https://i.win.org.tw>）要求下架。

五、法律與資源支援

1.《兒童及少年性剝削防制條例》：禁止拍攝、散布兒少性影像，違者最高處 10 年徒刑。

2.教育部性別平等教育網：提供教學資源與諮詢（<https://www.gender.edu.tw>）。

3.社群平台檢舉機制：教導孩子使用 IG、FB 的「檢舉不當內容」功能。

給家長的一句話

「保護孩子不是限制自由，而是賦予他們辨識風險的能力。」

從日常對話開始，成為孩子最信任的後盾。」

總 務 處

總務處成員一覽表 連絡電話 06-2134792#分機			
總務主任(301)	郭家樑	事務組長(302)	紀彥偉
出納組長(304)	楊千慧	文書組長(303)	吳美瑩
幹事(309)	楊素娥	協行教師(305)	曾瑞芬
日間守衛(306)	林猷富	夜間守衛(306)	陳清忠
假日守衛(306)	黃西波		

一、 113 學年度上學期已完成(或預備完成)工程

1、中山館耐震補強工程(全案獲國教署及教育局補助近 2500 萬元)

中山館辦理擴柱八處及增設翼牆八道，並針對中山館內多處空間進行雜物清除、運棄，地下室所有舊式裝潢板材全數拆除或覆蓋防火抗焰材質板材，以強化館場安全。於 113 年 11 月完工，已結案。

2、校舍女兒牆欄杆及樓梯防墜網設置計畫(獲教育局補助 73 萬)

忠孝、仁愛、信義、和平、樂群等校舍女兒牆及頂樓增設或補強欄杆，並於樓梯間增設防墜網。於 113 年 11 月完工，已結案。

3、校園染病樹木防治計畫(獲教育局補助 19.6 萬元)

分為染病樹木移除補植及防治兩部份，於 113 年 10 月完工，已結案。

4、忠孝、仁愛樓教室北側窗戶窗簾更新

本校各棟校舍教室共 17 間，因窗簾使用年限已久，多數老舊不堪，以分批採購換置方式，先行更換忠孝、仁愛樓，後續逐年辦理之。

施工期間感謝各位學生及家長們協助與配合，讓整體工程順利完成。

二、 本學年進行中或預備完成工程

1、敬業樓老舊校舍拆除暨教學行政大樓新建工程

目前進度為一樓結構鋼筋及板模組立，待完成監造單位確認後，即可安排混凝土澆置作業，因整個一樓量體極大，原先便規劃假期間進行灌漿作業，以期不影響學生作息及校園安全。目前工程進度為近 30%，如各

工項進行順利，可順利於 115 年上半年完成整體工程。工程期間造成不便，感謝各位家長、同學的配合與體諒。

2、中山館視聽設備改善財務採購

因應中山館於 114 年協辦全中運卡巴迪高中組賽程，特於 113 年向體育局提出計畫，申請補助採購雷射單槍投影機及主場館音響及喇叭全套設備，已於 113 年 12 月完成發包委託，預計於 114 年 2 月底前完成全案設施更新。

3、中山館消防設備管線改善計畫

因應本校作為 114 年全中運場館，113 年 12 月底消防局至本校中山館進行消防安檢擴大檢查時發現館內 12 處消防栓給水管線(暗管)因年久而鏽蝕、破損，啟動時會出現多處滲漏水，導致消防幫浦失壓切停的狀況。是時已緊急提送改善計畫至教育局申請補助，獲核准補助近 130 萬元，採用穿牆搭接明管的方式重新鋪接消防用水的輸送方式，預計於 4 月初完成本案。

4、114 年校園基地路平專案計畫

於 113 年提送獲核准補助 240 餘萬，將針對校內數學步道、西北側橡膠樹圓環周邊道路及信義、和平樓柏油路面進行修整，以維護校內師生行走安全。目前預計於六月辦理本案招標，規劃於暑假期間施工。

目前校舍新建工程尚需時一年許，對於校內教學場域勢必產生噪音、景觀、路徑等各類問題的影響，造成師生的不便實感抱歉，但希望透過本次工程，能讓學校建物功能設備更加完善，如中央穿堂、增加一樓教室及舞蹈班的術科專業基地等存在多年的問題，大致上都能獲得改善。施工期間如有各項需改善及改進的問題，請各位家長多多指導，在此先行至上萬分歉意與謝意，並請幫忙提醒孩子們注意校園內施工處及自身安全，感謝各位家長的協助。

三、為讓孩子學習為自己的行為負責，並養成良好生活習慣，學校在多次集會中亦向全體學生加強宣導，如是因物件設備老舊自然損壞，則由學校進行修繕更新。倘若出現蓄意破壞公物之情事，學校將會依校規追究相關責任，並請同學做出應有之賠償。

四、 本校家長會熱心協助校務推行，會長、副會長及各位委員們對於各項事務工作均給予極大的支持與贊助，在此敬邀各位家長能一同踴躍參與學校各類活動，不吝給予學校更多的協助，也可有更多陪伴孩子成長學習的時間。

113 學年度家長會經代表大會及家長委員會推選黃雅羚女士連任家長會會長，並於 113 年 10 月 25 日晚間辦理授證典禮，雅羚會長帶領家長會全體成員參與並協助學校各項業務工作推動，積極扮演家長與學校之間聯繫溝通的橋樑，並適時提供專業諮詢及建議，讓家長會與學校持續進步。期請各位家長踴躍參加家長會，與學校共同為孩子打造一個優質、安全的學習環境。

五、 總務處於寒假期間完成各樓棟水塔清洗(2 月 4 日)及進行各項設備及設施修繕及更換。如尚有須修繕但未及處理的部分，煩請各班負責的同學協助通報。另外，各教室及辦公室的電燈及吊扇規劃於 4 月初春假期間安排清洗，屆時將再提醒各班級同學，先行將桌面物品整理收納或掩蓋。

六、 自教育部於 111 年啟動全國各校「班班有冷氣」計畫後，本校各班級教室及專科教室均設置冷氣空調設備，並依教育局規定，於上課期間如室溫達 28 度以上，依實際需求得啟用冷氣設備。為有效進行能源管理與教育，本校謹依教育部規範及本校實施現況，修訂本校冷氣使用與維護管理辦法，並請全校各班級務必遵守規範，以其設備、資源得以永續使用。

七、 114 年度假日開放校園停車獲得停車管理處補助經費 48 萬，扣除半數為人事經費外，剩餘款項規劃設置及檢修校門周邊與校區內監視設備。

八、 本校守衛室人員執勤時間如下表(守衛室連絡電話：06-2134792#306)

日期	上午	下午	晚間
星期一至五 (上課日)	日間守衛(06:30~14:30)/夜間守衛(14:30~21:30) ※如無夜自習或寒、暑假期間，夜間守衛值勤至 18:30		
星期六	假日守衛(06:30~12:30/15:00~17:00)，夜間無執勤		
星期日及 國定假日	假日守衛(07:30~12:30/14:00~17:00)，夜間無執勤		

如家長或學生於平日夜間或假日，因故須至學校教室拿取個人物品或書籍，請務必先至守衛室登記，並配合守衛人員執勤時間，如遇守衛人員因巡查校園而未在守衛室時，也請於現場耐心等待。

建議到校拿取個人物品時間如下

上課日：晚間 18:30~20:00 之間

假日：上午 10:00~12:00 之間或下午 15:00~16:00 之間

小提醒：私人物品如具高價值或重要性，請提醒孩子避免帶到學校!!

九、本年度家長會為因應家長及孩子們遠途乘車的安全需求，委託駿昌遊覽車公司辦理四部學生專車，服務範圍包含南區、喜樹、灣裡、茄荳、湖內等區域，如尚有搭乘家長會學生專車需求或需新設站點、路線者，可直接與本校家長會秘書聯繫討論。

十、學生專車係為協助遠途學生平安上下學之用，但如果搭乘時有違反安全守則或影響他人權益之情形，經勸導後仍未改善，將通知家長取消其搭車的權利，所餘已繳專車費用經計算確認後退回，確保專車搭乘的品質與安全。

歡迎各界善心人士踴躍捐款，協助本校校務推動。

捐款專戶：台南南門郵局，局號：0031158 帳號：0439988

戶名：臺南市立中山國民中學家長會黃雅羚

或洽總務處：2134792#301 家長會秘書 - 郭家樑主任。

113 學年度第 2 學期親職教育日輔導室業務報告

輔導室團隊

職稱	姓名	職稱	姓名
輔導主任	簡妙諭	專輔教師	樊秀惠
輔導組長	廖虹芳	專輔教師	毛怡雅
資料組長	邱雅玲	專輔教師	孔玟淨
藝才班承辦人	張婉鈞	特教教師	翁子媛
協助行政教師	林欣美	特教教師	李清惠
		特教教師	鄭維倫

輔導組

一、國三應屆畢業生高中職免試志願選填試模擬輔導期程：

1、試模擬期程

(1)第一次已於上學期1/3-1/7完成

(2)第二次：4/4(五)中午12點~4/8(二)下午5點

2、第一次志願選填試探與輔導紀錄表(志願試選填結果)，預計於三月發放紙本於各班，輔導老師會依據各班進度發放及講解，提供三年級同學及導師升學諮詢輔導使用。家長可多加參考利用,並與貴子弟提早討論未來升學意向。

3、第二次志願選填試探與輔導紀錄表(志願試選填結果)，預計愈5月初發放紙本。

4、複雜的選填志願，希望學生能和家長溝通，依照學生的能力、興趣或是為了比序加分上做選擇，若有相關問題可先洽詢各班導師或來電 2134792 # 103 # 502 # 506

二、國三應屆畢業生升學資訊宣導相關網站

1、112年國中畢業生適性入學宣導網站

(<https://shs.k12ea.gov.tw/site/adapt-k12ea>) (QRcode→)

可下載適性輔導相關資源



2、教育部國民及學前教育署學生生涯輔導網

(<https://friendlycampus.k12ea.gov.tw/Career>) (QRcode→)



三、以下為113學年度下學期生涯發展教育相預定辦理之活動如下表列：

年級	核心內涵	生涯發展教育活動	實施時間
七年級	■生涯規劃教育之基本概念 ■生涯教育與自我探索 ■生涯規劃與工作/教育環境探索 □生涯決定與行動計畫	1.班親會家長座談會	114/02/27
		2.家長職業達人講座	114/06/27
		3.生涯檔案建置及應用實施活動	全學年
		4.國中學生生涯發展紀錄手冊建置與管理實施活動	全學年
		5.生涯檔案競賽	114/06/9-20
八年級	■生涯規劃教育之基本概念 ■生涯教育與自我探索 ■生涯規劃與工作/教育環境探索 生涯決定與行動計畫	1.班親會家長座談會	114/02/27
		2.家長職業達人講座	114/06/27
		3.生涯檔案建置及應用實施活動	全學年
		4.國中學生生涯發展紀錄手冊建置與管理實施活動	全學年
		5.技職教育宣導	114/03/21
		6.高中職入班宣導	114/02/18-114/03/11
		7.均質化參訪	114/05
九年級	生涯規劃教育之基本概念 ■生涯教育與自我探索 ■生涯規劃與工作/教育環境探索 ■生涯決定與行動計畫	1.班親會家長座談會	114/02/27
		2.家長職業達人講座	114/06/27
		3.生涯檔案建置及應用實施活動	全學年
		4.國中學生生涯發展紀錄手冊建置與管理實施活動	全學年
		5.技藝教育課程	全學年(每週一下午 5-7 節)
		6.技職教育行前說明會	114/02/13
		7.適性入學宣導	114/02/10
		8.五專、綜合高中宣導	114/05

年級	核心內涵	生涯發展教育活動	實施時間
		9.國中畢業進路介紹	本學期輔導
		■參訪活動 10.五專、職校參訪 11.均質化參訪 12.認識在地產業活動臺南市：技藝博覽會	114/05(會考後) 114/05 114/05

五、電話專線及網站宣導：

- 為落實友善社會、人文關懷，重視心理健康，防範自殺憾事發生，透過各通路宣導自殺防治求助資源，提升民眾危機敏感度，適時發現及時伸出援手救人一命。
 (一)「當您心情鬱卒，想有人陪伴談心事，請撥打 24 小時免費安心專線 1925(依舊愛我) 或心理諮詢專線 (06) 3352982「您還好嗎?讓我們一起談談臺南市政府衛生局 關心您」。
 (二)「喝酒不過量、健康最重要」酒癮戒治諮詢專線 (06) 2679751 轉 176。拒絕酒癮、健康就贏 臺南市政府衛生局關心您。
 (三)「關心孕產媽咪，支持與陪伴，產後不憂鬱，若有情緒困擾請撥打 1925 安心專線。
- 「未成年懷孕諮詢專線」0800-25-7085 (愛我，請您幫我)
- 財團法人中華民國兒童福利聯盟文教基金會辦理「兒福聯盟 - 少年專線服務 (0800-001769)」提供13歲至18歲之青少年免付費電話諮詢服務，服務時間為每週二至週六下午 4：30至7：30，期待透過此專線傾聽少年的需求，與少年討論其所面臨的問題，協助其抒發壓力，並引導、陪伴他們面對和解決困難。
- 全國家庭教育諮詢專線 412-8185(幫一幫我)
 服務時段：週一至週六上午 9 時至 12 時，下午 2 時至 5 時及週一至週五晚上 6 時至 9 時。
- 衛生福利部製作「自殺防治懶人包：關鍵一刻救一生」(心理健康之能防治宣導單-置於手冊目錄後一頁)，內容包含全國諮詢及救援服務專線、自殺徵兆及守門人技巧。

臺南市中山國中 113 年應屆畢業生

「適性輔導成功案例」分享

學校名稱	臺南市立中山國民中學		
學生姓名	林千沛	性別	☐ 男 ☒ 女
畢業班級	3 年 14 班	技藝學程 參與職群	112 上學期餐旅職群 -合作學校亞洲餐旅
技藝競賽相關獲獎紀錄： 1、112 學年度技藝競賽餐旅職群-中餐廚藝製作選手 2、112 學年度臺南市技藝優良人員			
畢業後就讀學校-新化高工			
學生心得	1、參加技藝學程心得感想： 參加技藝學程很有趣，也學到很多以前不知道的餐點製作方法，指導老師們無論在教學上或與我們互動的過程都很令人喜歡。 2、參加技藝競賽心得感想： 參加技藝競賽的過程雖然要一直練習相同的東西，但比賽讓我進步很多，對於比賽相關的技術也熟練了不少，而且體驗過在競賽中烹煮東西的經驗，很特別，希望未來能再有這樣的經驗。 3、參加技藝學程對學生涯發規劃的影響： 雖然高中沒有要走這條路，但不會影響我對製作美食的熱愛，我會一直保持對它的喜愛，如果有機會能去亞洲餐旅看望技藝學程老師，我會很開心；我會在自己選擇的路上保持我的喜愛，但也不會忘記老師在技藝學程上課時老師說的話，及教導的技術，希望未來有機會能再與上課指導老師一起製作美食、享受美食。		

資料組

- 一、辦理各類特殊需求學生鑑定申請。
- 二、身心障礙學生適性輔導安置於 114.02.19 送件辦理報名；114.06.03 公告安置結果。

- 三、114.06.25 辦理 113 學年度期末暨 114 學年度期初 IEP 會議，請特殊需求學生家長踴躍參加。本學期第十週身心障礙宣傳活動(暫訂)
- 1、辦理身心障礙體驗活動(一年級)：藉由體驗活動，理解身障朋友的不便並培養其同理心
 - 2、特教宣導影片(一、二年級)：金車愛泳不止息生命教育講座
 - 3、伊甸基金會愛心撲滿活動：將撲滿放置教室自由捐贈，並宣導關懷身心障礙朋友
 - 4、編輯專刊：出刊「班級輔導加油站」
- 五、身心障礙者權利公約(CPRD)宣導、特殊教育學生家長資源手冊，供家長參閱

身心障礙者權利公約(CPRD)宣導	
114 年度臺南市特殊教育學生家長資源手冊	
114 年度臺南市資賦優異教育家長資源手冊家長手冊	



技職教育宣講

講題：五專醫護職涯初相識

講師：樹人護理專科學校/護理科講師李柏靜

學歷：國立成功大學護理研究所一產兒組碩士

主要大綱：1、認識五專學制，未來展望、職場優勢

2、認識五專報名就讀流程

