

臺北市立士林高商 104 學年度第 1 學期

學 校 日

活動手冊



了解孩子，就從參加「學校日」開始！

輔導室 編印

中華民國 104 年 9 月 12 日





目錄

-  活動程序 /02
-  校長的勉勵 /03
-  家長會資訊 /04
-  榮譽榜 /05
-  各處室宣導事項
 - 教務處 /06
 - 學務處 /08
 - 教官室 /09
 - 實習處 /17
 - 輔導室 /19
 - 圖書館 /22

附錄

- 好文章欣賞~「網住一片情」
 - 談師長如何陪伴網路沉迷的青少年/24
 - 父母成長的天空/28
 - 高職畢業生進路 /29
 - 各處室分機/30
 - 104 學年度第 1 學期行事曆/31



活動程序

日間部(高一 12:50~16:20；高二及高三 12:50~15:00)

日期	參與年級	時間	活動內容	參與人員	活動地點	主持人	承單	辦位	備註
中華民國 104年9月12日(星期六)下午	全體	12:50 ~ 13:00	報到	日間部出席家長及教師	行政大樓一樓穿堂	輔導主任	1.輔導室 2.圖書館 3.實習處 4.家長會		1.請服務同學引導(日)高一、高二家長至各班教室。 2.引導(日)高三家長至行政大樓5樓第三會議室。
	日高三	13:00 ~ 15:00	升學進路及親師座談	高三家長 導師 科任教師	活動中心四樓禮堂	教務主任 導師	1.教務處 2.家長會		1.13:00~14:00 高三進行升學進路座談會。 2.14:00~15:00 高三進行親師座談。
	日高一、高二		班級經營及親師座談	高一高二家長 導師 科任教師	高一、高二教室	導師	學務處		3.各科科主任及各班科任教師協助導師進行親師座談。
	日高二、高三	15:00 ~ 15:50	藥物濫用防治研習	家長自由參加	活動中心三樓演講廳	校長	教官室		請班上服務同學引導(日)高一、高二及高三有興趣參加本研習的家長至演講廳
	日高一	15:00 ~ 15:20	休息及引導						
		15:20 ~ 16:20	1.歡迎式 2.校務報告	日高一家長及教師	活動中心四樓禮堂	校長	1.教師會 2.家長會 3.各處室 4.各科科主任		



校長的勉勵

敬愛的家長：

歡迎蒞臨參與本校學校日的活動。由於您的關心與付出，我們將手攜手、心連心，一起為我們孩子的成長與進步而努力。

本校以傳統「六藝」~禮、樂、射、御、書、數的精神為教育核心，設計相關學習活動，塑造學生優良的品格，培養學生多元學習的能力，滿足學生學習需求。因此，全面推動學生學習護照活動，透過服務、藝能、運動、合作、國際、閱讀、專業等各類學習護照的實踐與完成，使每位士商人都能淬煉成為「六藝俱全、具競爭力、快樂的學習者」，也希望您陪伴孩子享受這段豐富的學習歷程。期望士商人，學習過程懂方法、有效率、很愉悅、肯付出、能負責、會讀書、尚紀律、重禮貌、展專業、成人才。讓父母及師長們以士商人為榮！

今年本校畢業生總升學率達 93%。其中升國立大學率 45.3%，達國立大學標準之比率 84.2%。全體學生參加全國、技藝、技能或專題競賽獲得第 1 名 2 個、第 2 名 4 個、第 3 名 7 個、9 個佳作、8 個優選、1 個金腦獎。體育、藝能類競賽獲得第 1 名 22 個、第 2 名 32 個、第 3 名 35 個、15 個佳作、1 個特優。資訊、閱讀與投稿比賽獲得第 1 名 6 個、第 2 名 6 個、第 3 名 11 個、特優 5 個、優等 8 個、甲等 40 個、佳作 1 個。成績斐然。

感謝家長會與校方合作，為提供學生更好的讀書環境，自本學年度起教室冷氣機全部換新。並規劃了舒適安靜的自習中心，期望孩子因此學業更進步。為使本校學生更有競爭力，學校特地安排模擬考、寒暑假複習考及學業競試（本校行事曆與各項考試日期請詳見本校網站公告之行事曆）。請家長配合學校給予學生學業上的叮嚀外，更希望注意孩子生活作息的正常及心理上的支持。我們期望達到的教育是「全人」的發展，所以孩子平日參與社團及各項活動，對於品行之陶冶，學習做人處事之道都有很大的助益。

「學校日」活動是瞭解學校行政、導師班級經營、教師教學計畫及學生學習狀況最好之機會，各科教師之教學計畫，將建置在本校網頁中（士商→線上服務→學科教學計畫查詢→學科教學計畫表查詢系統→輸入 103 學年度上學期部別及班別），歡迎隨時上網查詢；此外，輔導室為本校家長規劃有許多家庭教育成長課程及活動，期望踴躍報名參加。並參閱網頁家長篇中學校日活動及親職教育詳盡的資料。

我們深信：您對孩子的關懷與努力的付出，孩子是有福的；更由於家長對學校的支持與配合，學校才會更進步；讓我們共同努力，共創士商美好的願景。敬祝

闔家平安 健康喜樂

士林高商校長 曾騰瀧敬上
104.09.12



家長會資訊

親愛的家長 您好：

很高興能與您在士商結緣，期待我們一起攜手幫孩子在學習的路上一路順暢，我們都是愛孩子，早早讓孩子去了解並學習適應學校相關規範、努力學習自己解決問題，才是孩子學習獨立往上唯一的要件。親、師、生三方溝通的管道順暢就幫助孩子更容易適應高職的生活，也唯有溝通和包容才能達到三贏的局面，家長會及學校所有成員皆願意搭起與您溝通的橋樑。

家長會辦公室位置在行政大樓三樓演講廳前，歡迎所有家長有空到家長會辦公室聚聚，讓我們互相分享經驗，也請您不吝賜教提供您寶貴意見，亦邀請您瀏覽家長會網頁(點選士林高商網頁→夥伴單位→點家長會即可進入)隨時了解本會訊息。本校學生自習中心開放，歡迎每位學生充分利用課後時間學習成長，開放時間有家長志工陪伴，也歡迎您加入陪伴志工的行列。如有意願當志工請填寫表格交給班導師或有任何問題需家長會協助的歡迎於週一至週五早上10:00至下午4:30致電家長會辦公室，2831-6582、2831-3114 分機412，傳真：2836-4084、2364-8211 E-mail：parents412@slhs.tp.edu.tw

家長會長期受到曾校長騰瀧帶領的行政團隊、老師和家長捐助會務或清寒愛心便當的善款，讓會務順利推動，非常感謝大家。今年也希望您伸出雙手，有錢出錢、有力出力，與我們一起努力共創讓我們的學校與孩子更美好的未來。

★家長會所能做的事：

1. 做為學生及家長和班級與校方通橋樑：例如：收集相關建議後提交校方修正校規。
2. 提供學生有更佳之學習環境：例如：爭取自習中心開放時間，冷氣之維修保養提供，弱勢家庭學生愛心便當之提供，統測考生服務....等等....
3. 更大之方向：結合外校團體針對政府教育方針之建議：例如：會長副會長及特教委員參與之特教權益促進聯盟，成功要求教育部暫緩執行理論多過於實做之特教新課綱。

順祝 闔府安康！ 事事順利！

家長會會長 盧炫靄 104.9.12

自由捐款回條

班級： 年 班 學生姓名： 家長姓名： 聯絡電話：

現金，捐款金額 新台幣： 元整

匯入專戶，捐款金額 新台幣： 元整（合作金庫-士林分行 0470717598128）

清寒愛心便當，捐款金額 新台幣： 元整（陽信銀行-營業部 001420114661）

※請記得填寫您的大名，本會收到捐款後會儘速將收據交給您，感謝您的慷慨捐款！

志工招募回條

班級： 年 班 學生姓名： 家長姓名： 聯絡電話：

願意協助：家長會辦公室輪值，時間：星期_____ 10:00-13:00 13:00-16:30 18:30-21:00

電腦高手、網頁維護管理。 活動支援 其他： 抱歉，無法參加！

※請將回條送回家長會辦公室，謝謝您！



榮譽榜

103 學年度下學期-本學期 8 月

2015/2/11	賀！本校鄭愛玲等 6 位學生參加台北市高職校園閱讀代言人推廣閱讀經驗分享，榮獲優勝！	圖書館
2015/3/6	賀！本校王盈之等 7 位學生參加國立高雄第一科大"2015 實務專題研習營"榮獲佳績！	國貿科
2015/3/10	賀！本校 217 班李嫻蕙、許庭璋獲得 2014 專業英文詞彙能力大賽全國賽商管類金腦獎佳績。	教務處/教學組
2015/3/14	賀！本校夜間部鄭廷暉等 8 位學生 103 年第六屆全國高職學生網路文學獎獲佳績。	教務處/教學組
2015/3/19	賀！廣告設計科陳柏旭等 10 位學生參加第五屆臺灣創意之星設計獎 榮獲佳績	廣設科
2015/3/19	賀！廣告設計科林貞瑜等 3 位學生參加台灣電力海報設計比賽榮獲佳績	廣設科
2015/3/24	賀！本校進修部 105 班張筠榕獲得「全國音樂比賽」個人口琴獨奏 第一名！	夜間部/訓育組
2015/3/27	本校學生交通服務隊大隊長沈芸表現優異榮獲 104 年中等學校優秀青年	教室室
2015/4/7	賀！本校陳明慧、楊宇雯等 4 位同學榮獲 104 年度商業與管理群專題暨創意製作競賽複賽優勝	實習處
2015/4/15	賀！本校陳怡樺等 9 位同學榮獲 104 年度外語群專題暨創意製作競賽複賽佳作	實習處
2015/4/17	賀！廖羿婷等 6 位同學參加第 15 屆全國電力溝通宣導平面海報設計創意製作競賽榮獲佳績	廣設科
2015/4/22	本校葉雅惠等 7 位同學參加 104 學年度繁星計畫表現亮眼！國立名額占 86%。	教務處/註冊組
2015/4/23	本校參加臺北市第 12 屆中小學專題式網頁競賽得獎名單	電腦小組
2015/4/27	本校廖羿婷/張竹君/張妙瑄參加全國技能競賽北區初賽平面設計技術類，包辦前三名。	實習處
2015/4/27	廣設科陳玉廷等 6 位同學參加全國高職學生 104 年度設計群專題暨創意製作競賽複賽榮獲佳績	廣設科
2015/4/27	賀！張麗珍老師榮獲臺北市 104 學年度特殊優良教師暨教育部師鐸獎初審通過。	教務處/教學組
2015/5/1	賀！本校體育班葉耀文等 10 位同學參加 104 年全國中等學校運動會成績優異！	學務處/體育組
2015/5/5	賀！日間部 203 班黃千千同學獲得大葉盃財金全國高中職股王爭霸賽佳	教務處/教學組
2015/5/6	賀-本校黃郁雯等 13 位學生參加第 1040315 梯次讀書心得寫作比賽,榮獲佳績!	圖書館
2015/5/11	狂賀!!本校 208 葉耀文同學獲得亞洲青少年田徑錦標賽男子撐竿跳高金牌！	學務處/體育組
2015/5/13	賀！本校榮獲全國高職學生 104 年專題暨創意製作競賽專題組決賽第三名	實習處
2015/5/20	賀-本校陳采澄、吳沛融等 103 位學生參加第 1040331 梯次小論文寫作比賽,榮獲佳績!	圖書館
2015/5/26	本校榮獲師大教育實習計畫金球獎佳作!!!	教務處/實研組
2015/5/26	賀!!!本校莊念青老師及劉昆龍老師榮獲英文優良試題佳作!!!	教務處/實研組
2015/5/26	賀!!!教務處實研組副組長彭毓婷考上內工應外科正式教師!	教務處/實研組
2015/5/29	賀本校夜間部同學作品獲 2015 國際學校網界博覽會第一名	電腦小組
2015/5/29	賀本校同學作品獲 2015 台灣學校網界博覽會銀獎及佳作	電腦小組
2015/5/29	賀!!第 24 屆時報廣告金犢獎初審廣告設計科榮獲佳績	廣設科
2015/6/3	賀！本校獲臺北市 103 學年度高職學生英語讀者劇場比賽第 3 名佳績。	教務處/教學組
2015/6/5	賀！廣告設計科許湘汝、莊于漩、賴冠豪參加全國及坤泰盃攝影比賽獲獎	廣設科
2015/6/11	賀！國貿科學生通過第十屆"國際貿易大會考"取得證照!	實習處
2015/6/16	本校共 12 位師生於臺北市 104 年度高職人文閱讀活動績優表揚暨校園閱讀代言人成果發表獲獎	圖書館
2015/6/16	賀！本校榮獲臺北市 104 年度卓閱學校獎!	圖書館
2015/6/18	賀！國貿科學生參加國貿業務丙級檢定，通過率達到 70%，創新高!	國貿科
2015/6/22	賀！資處科 313 班 盧禹宏 同學，技優放榜，錄取:國立台灣科技大學資管系	資處科
2015/6/26	賀!!第 24 屆時報廣告金犢獎決賽廣告設計科榮獲佳績	廣設科
2015/7/7	賀！本校田徑隊葉耀文同學入選 2015 年第 9 屆世界青少年田徑錦標賽代表隊!	學務處/體育組
2015/7/9	恭賀！本校應外科主任張美惠老師榮獲博士學位！	教務處/實研組
2015/7/13	本校 103 學年度高三甄選入學共錄取 242 位，國立學校名額占 50%。	教務處/註冊組
2015/7/16	本校 103 學年度高三技優甄審共 14 位同學上榜，其中台科/北科/北商/雲科共 5 位！	教務處/註冊組
2015/8/6	賀！本校夜 406 鄭廷暉 大學登記分發錄取國立臺灣師範大學社會教育學系	夜間部/註冊組
2015/8/12	本校 103 學年度高三登記分發共錄取 560 位，國立學校名額占 48%。	教務處/註冊組



各處室宣導事項

教務處



一、本學年度教務處行政組長及協助行政教師如下：

- (一)教學組長：劉家欣組長；副組長：劉宛慈老師
- (二)註冊組長：林時雍組長；副組長：湯家興老師
- (三)設備組長：林彩鳳組長；副組長：莊伯萱老師
- (四)實研組長：劉昆龍組長
- (五)特教組長：簡冠瑜組長

二、103 學年度高三畢業生參加四技二專統測成績說明：

- (一)技職日間部繁星：推薦 6 人，錄取 4 人。
- (二)技優甄審：77 位學生申請，共 62 位同學獲正取或備取資格，正取 16 人次。
- (三)大學個人申請：國立大學 1 位、私立大學 9 位。
- (四)大學登記分發：私立大學 8 位。
- (五)技專甄選入學：國立科大(學院)：96 位，私立科大(學院)：126 位。
- (六)技專登記分發：國立科大(學院)：201 位，私立科大(學院)：278 位。
- (七)103 學年度四技二專日間部聯合登記分發各群國立學校錄取最低分數：
 - 1. 商管群-國立澎湖科技大學-應用外語系 440 分
 - 2. 外語群-國立金門大學-應用英語學系 521 分
 - 3. 設計群-國立金門大學-企業管理學系 512 分
- (八)103 學年度四技二專日間部聯合登記分發達國立學校最低錄取標準：
 - 1. 商管群--達最低錄取標準計 462 人
 - 2. 外語群--達最低錄取標準計 109 人
 - 3. 設計群--達最低錄取標準計 52 人合計 623 人(共 740 人報名上述三類群統測)符合國立錄取標準者達 84.2%
- (九)其他類群--達最低錄取標準計 17 人(共 37 人報名工管、幼保、家政生活、餐旅、日語、藝術影視、衛護等類群統測)

三、教務處重點工作

- (一)104 年度課程與教學設計領先計畫的推動與執行。
- (二)持續推動 103 學年教師專業發展評鑑，本次期程採初次多年期(3 年)的方式。
 - 1.103 學年辦理情形：(統計至 104 年 8 月 19 日)參與 103 學年度教專共 169 位教師。
 - 2.103 學年度進階人員培訓第 2 年共 17 位，至 103 學年度取得進階評鑑合格教師共 28 位。教學輔導教師培訓 7 人。
 - 3.103 學年度完成並繳交實作互評手冊人數：67 組(另一半教師辦理教學檔案)，目前證書申請中。
 - 4.103 學年度完成並新申請初階證書者及協助者，共 38 位。
- (二)持續開發校本特色課程、研擬因應 107 年新課綱課程。
- (三)高職優質化輔助方案各項子計畫執行。
- (四)加強招生宣導工作。

四、104 學年度第 1 學期各項重要考試日期

日期	考試項目	備註
8 月 26、27 日	高二、三複習考	
10 月 6、7、8 日	全校第 1 次期中考	
10 月 22、23 日	高三第 1 次模擬考	將公告班級成績排名
11 月 24、25 日、 26 日	全校第 2 次期中考	
12 月 21、22 日 12 月 22 日	高三第 2 次模擬考 高一(英文)、高二(數學) 學業競賽	將公告班級成績排名
1 月 15、18、19 日	全校期末考	

(一)請家長留意孩子的考試日期，隨時關心孩子是否有固定的讀書時間。

(二)其他重要行事，請參看學校行事曆。

五、學生修業三年畢業條件說明如下：

序號	總學分數	畢業必備四大條件	證書類別	備註
1	192~160	實習學分 30 學分以上	畢業證書	1. 每學期成績不及格可補考。 2. 補考未通過，每學期暑假及寒假可重修。
		專業加實習 60 學分以上		
		部定必修科目達 85% 以上		
		德行表現無三大過紀錄		
2	159~120	/	修業證明書	3. 單科上下學期平均及格者可取得上下學期的學分。
3	119 以下	/	成績證明書	

六、105 年重修班預定開設情形說明：

序號	開設時段	開設重修年級及班別
1	寒假	只開設高一~高三上、下學期，滿 15 人以上的專班。 不開設 15 人以下的自學班。
2	7 月份	高三上、下學期重修科目。(專班及自學班)
3	8 月份	高一、高二上學期重修科目。(專班及自學班)
4	學期中	高一、高一下學期重修科目。(專班及自學班)

為因應 103 學年度起適用學生評量辦法規定：單科上下學期平均及格者，可取得上下學期的學分。



學務處



1. 學務處成員介紹

學務主任：吳鳳翎（電話 28313114 分機 301）
學生活動組組長：陳麗雲（分機 305）
體育組組長：張祐慈（分機 306）
衛生組組長：林邵洋（分機 304）
生輔組組長：晏嘉鴻（分機 704）
相關問題，歡迎家長電話聯繫



2. 學務處與學生家長互勉

教育家普遍認同，學生的潛能有多種面向，根據美國哈佛大學教育研究所教授豪爾·迦納(Howard Gardner)：人類的智慧分為七種：「語言」、「邏輯-數學」、「空間」、「肢體-運作」、「音樂」、「人際」、「內省」，並將這七種智慧稱之為多元智慧(MI)，以鼓勵充分發掘學生潛能，適性發揮。

本校十分重視學生品德教育，並鼓勵學生發揮多元興趣、健康成長，學習尊重與關懷，以備將來進入大學或社會中，奠立良好的基礎。

近來有關校園霸凌的事件引起社會各界的關注，家長們更關心自身子弟的安危。本校已訂定有加強防治校園霸凌三級預防具體做法，加強校園安全管理、學生輔導及防治校園霸凌宣導，期使學生能在友善校園中快樂學習。

臺北市政府教育局以善閱讀、勤運動、能尊重及友善學校作為施政重點中五大具體行動之一項，本校將持續配合推動晨讀、班級文庫、閱讀 100 本好書及辦理各項班級運動競賽等活動。本校於 104 學年度第 1 學期依照本校學生的特質，學生活動主要工作重點在敬師、責任、尊重三項品德教育核心價值，以推動「優質文化、品德校園」。

希望家長在家庭教育中共同配合推動，讓本校全體學生成為一個尊師重道、關懷社會、感恩惜福、自我負責的時代青年。

3. 學務處工作目標

1. 安排動靜有序的校園環境，希望培養『創意、整潔、禮貌、公德心、責任感』學習知識與技能，成為對社會有貢獻的公民。
2. 安排各種體育、社團、週會、班會等活動，並舉辦各項校園活動與競賽，開發同學多元智慧、建立自信的人格。
3. 透過服務學習、清潔活動，培養學生榮譽感與責任心，並鼓勵學生的優點，培養健康快樂的人生觀。



壹、校園安全：

校園安全維護有賴學校、警方與家庭共同持續不斷的檢討與配合，經由教育與警政資源之整合，才能有效防範各項危害校園事件發生，藉此保障學校師生安全，促成友善校園目標之實現。臺北市教育局反霸凌及本校校安通報專線：

- 一、臺北市教育局反霸凌專線：『市民熱線 1999』轉 6444
- 二、本校校安通報專線：02-28330218 反霸凌專線：02-28330218
- 四、本校反霸凌信箱：anti-bulling@slhs.tp.edu.tw 或進入本校網頁之下方處反霸凌信箱點選進入。

貳、學生校外輔導委員會：

一、未滿 18 歲之學生，不得於上課時間內及夜間十二時以後於網路咖啡店消費或滯留；

未滿 15 歲之學生，不得於夜間十時以後於店內消費或滯留。

二、同學因補習、打工而較晚返家時，請多留意夜歸時是否有陌生人跟蹤，搭乘計程車請謹慎選擇，上車後請撥電話告知家人（朋友）計程車車牌、司機姓名，並預估到家時間，以維安全；並提醒同學注意服裝勿暴露。

三、綁架詐騙（轉載節錄自臺北市警察局防制詐騙專區）

（一）案件發生時之守則：

1. 如果家中不幸發生遭綁架事件，請秘密報警處理，警察會協助您如何應付歹徒，與警方充分合作，絕大多數的案件被害者都可以平安歸來。
2. 如歹徒來電，先要求確認被綁者是否安全，如確認安全，則與歹徒約定一個代號。
3. 凡其來電先報代號，以免其他歹徒藉機勒索。
4. 對歹徒遺留之現場痕跡，及各種錄音帶、照片均需保持原狀。

（二）家庭預防守則：

1. 充分了解孩子的作息時間、地點及養成外出一定告知行蹤的習慣。
2. 常與學校聯繫，勤於參加學校舉辦的各種活動，並知道班級導師的辦公室與晚上的聯絡電話與住址。學校電話：2831-3114 轉（301 學務處）（705 教官室）（511 輔導室）（801 夜間部）。

（三）請各位家長協助參予「家長緊急聯繫卡」（如下圖）討論及共同填寫，每位家長請平常攜帶於身上等，以便接獲詐騙電話時能緊急聯絡。

台北市立士林高商家長緊急聯繫卡	
家長緊急聯繫查證電話：	
1. 學校電話：02-28330218(校安中心)	
	02-28313114轉704、706
2. 導師	電話：_____
	同學(好朋友)電話：_____
	同學(好朋友)電話：_____
3. 士林(分)局勤中心	電話：02-28813411
4. 後港派出所	電話：02-28812212
5. 警政署反詐騙查證專線	電話：165、110

防制詐騙三步驟	
防制詐騙三步驟	
家長接獲小孩(學生)被綁架電話應採行的三步驟： 應變口訣：「一聽」、「二附」、「三查」	
1. 一聽：聽清楚這個電話說什麼？對學生遭綁架、正在醫院急救等緊急狀況要來家長監聽要應保有戒心。	
2. 二附：聽完後，立刻附電話不要歹徒繼續操控你的情緒	
3. 三查：快報學校緊急聯繫電話聯絡導師、警務處或小孩好友長輩，確認小孩學習狀態，並報165、110反詐騙諮詢專線。	

參、弱勢關懷：

一、校內急難救(慰)助金申請：

- (一)學期初申請應於開學 20 日內依規定提出申請(含資料完備)，學期中申請應於每月 10 日前申請(含資料完備)，始得請領次月補助金，否則不予以辦理追補相關補助金。
- (二)急難慰助金不受上述時程限制，惟應完成相關資料完備及繳交備審。申請表可向班級導師或學校承辦單位領取。

二、教育儲蓄戶申請：

- (一)因經費勸募資源有效，主要以學生「教育生活費」為主要支應(出)。
- (二)專戶內相關明細、申請表及訪視紀錄等公開資訊，可於學校網站上專頁查詢並下載

三、教育部學產基金申請：

- (一)申請資格、相關準備資料或文件等訊息可於網頁上 (<http://edufund.cyut.edu.tw/HomePage/BoardShow.aspx>) 查詢。
- (二)另相關申請表格或申請方式等可逕向教官室索取並詢問。

四、校外急難救(慰)助金申請：

長期提供本校學生申請計有「行天宮急難救助金 (<http://www.ht.org.tw/ed2.html>)」及「財團法人台北市政府教育局認助清寒學生基金會 (http://203.71.210.5/aid_fund/index.html)」等 2 項，相關申請表均可於學校教官室網頁內下載或逕至教官室索取

★上述 3 項申請，均應由導師或輔導老師協助學生完成提出及申請程序，以維個人權益。

肆、交通安全

- 一、為維護師生上、放學及用路人安全，請勿於校門黃網區及人行道兩旁之紅線區域迴轉及臨停，以維護學生安全，讓交通更順暢。請騎車及開車接送的家長配合，讓同學由右方車門上下車；校門口之紅線及公車站請勿臨時停車，亦請勿在門口違規迴轉，以免影響後面來車，造成交通壅塞。

學生上放學的安全需要您的幫忙、學生的健康需要您的培育，請各位家長做個優良的示範，讓同學從做中學，短程距離鼓勵孩子徒步上學以促進健康。



二、學生年滿 18 歲已考取機車駕照，在家長同意後，可向學校申請機車停車證，奉核可後即可騎機車到校（校內備有停車棚，但不可搭載同學），另請家長叮嚀貴子弟勿危險駕駛並遵守交通規則及學校相關規定，以維自身安全。

三、反手開車門宣導：

基隆市警察局交通隊認為使用離車門較遠的手開車門，雖然感覺奇怪、不順手，但經過實際操作，發現可強迫自己轉動肩膀和頭部，透過車窗直接查看後方來車，方便判斷對方行進速度和方向，同時拿捏力道緩慢開門，因此這個習慣(觀念)值得推廣民眾參考，避免不當開啟車門衍生意外。請您接送孩子上、下學時一定要注意，提醒孩子反手開車門以維安全。

四、校園週邊交通狀況現況分析

觀察校園周邊交通事故發生點位與區域特性，發現大部分集中於士商承德路口以及中正路上各主要路口，另學校鄰近天文館、兒童新樂園等人潮聚集，16 時至 18 時為事故發生最高時段，另經實勘發現，士商路及基河路交岔口：路寬、車多、駕駛人車速度較快，地理位置也最近本校。

- (一) 士商路 137 號旁馬路：無紅綠燈管制，車少、駕駛人車速度較快。
- (二) 中正路與士商路口：車多、人多、小車都在搶道、人行通過斑馬時間僅有 50 秒。
- (三) 中正路捷運站附近：車多、人多、小車都在搶道、公車併排。



五、本校交通搭乘參考：(詳細搭乘資訊請參見家長日資料網路版)

- (一) 捷運資訊：淡水信義線「士林站」下車步行約 15 分鐘可達 或轉聯營 620、223、302、206、255、304、250、508 於士林高商或陽明高中站下車。或轉搭紅線接駁公車 3、12 於士林高商站下車。
- (二) 公車資訊：(詳如下圖)

站名	可搭乘公車
陽明高中	206、223、250、255、255、26、288、288、302、304、508、536、601、620、68、紅10、紅15、紅7、紅9
天文館	紅12
兒童新樂園	紅30、288、41
士林高商	255、620、41、紅30、557
士林區行政中心	47、68、250、255、304、310 公車、508、515、516、618 620、303
士林	68、203、216、218、224、266、277、280、290、308、310、508、601
外縣市直達	基隆客運、中壢客運

公車資料來源：臺北市政府交通局

六、家長導護志工宣導：

親愛的家長：

您好！歡迎您的子女成為士林高商的一份子。為營造家長與孩子們共同在士林高商一起成長茁壯的契機，期盼您能撥冗協助學校的各項工作，使校務順利推展。有您的熱心參與配合，教育理念才能落實於社會中的每一個角落。

有鑑於此，首要之務在於家長委員會，因感於交通導護志工人力不足，對於學生們上學的交通安全影響甚鉅。為使我們的孩子能快快樂樂上學、平平安安回家，學務處特別製作此份調查表，盼望家長們能發揮您的熱心、善心與愛心，群策群力、共同參與交通導護志工的行列。感恩您！

謝謝您的熱心服務，士林高商感謝您！

請欲參加交通導護志工行列的家長填妥下列表格，由貴子弟回擲教官室以利妥善安排，讓孩子們能在您的導護下平平安安上學。非常期盼您的熱忱參與，感恩您願播善根種福田！

交通導護志工服務時間：早上 07:20 至 07:40，16:10 至 16:30

萬分感謝！

星 期	一	二	三	四	五
請 填 註 服 務 時 間					
學生班級姓名					
志工家長姓名					
聯 絡 電 話	(住家)				
	(公司)				
	(手機)				

陸、春暉專案：

- 一、本校「春暉專案」工作旨在一「防制學生藥物濫用」、「消除菸害」、「預防愛滋病」、「拒絕酗酒」、「禁止嚼食檳榔」。其目的在於協助學生遠離有害物質，宣導健康觀念，進而維護學生身心健康。請各位家長協助勸導貴子弟養成良好之生活習慣，規劃健康而有意義之學習生活，勿深夜遊蕩，拒絕毒品誘惑、不吸食毒品、不吸菸、不酗酒、不嚼食檳榔，倘若有長期精神不佳，生活作息不正常，缺曠狀況嚴重暨吸食毒品之情事發生時，請儘速與本校教官室聯絡（02-28313114 轉 708 潘燦銘教官），以便協助辦理尿液篩檢及輔導戒治等相關事宜。
- 二、有關於毒品相關條例及法令，請各位家長參考附件一；另外，要如何觀察子女是否有可能已經接觸青少年常用毒品，相關資訊請參考附件二之反毒摺頁及要領，並請各位家長隨時留意孩子的狀況。
- 三、本校「特定人員」清查及尿液篩檢作法說明：
 - (一) 藥物濫用特定人員清查條件：（依據臺北市教育局北市教軍字第 10338934500 號函「103 學年度第 1 學期特定人員清查一案」）
 1. 曾有違反毒品危害防治條例行為之各級學校學生（包括自動請求治療者）。
 2. 各級學校之未成年學生，於申請復學時，認為有必要實施尿液採驗者。
 3. 有事實足認為有施用毒品嫌疑之各級學校學生。
 4. 前三款以外之未成年學生，各級學校認為有必要實施尿液檢驗，並取得其父母
或監護人同意者。
為有效防制毒品進入校園，如師長發現發現不明藥丸或藥粉，可送至教官室進行檢測；如學生疑似有濫用藥物之情事，亦請告知教官室配合進行尿液篩檢，以維護學生之身心健康。
 - (二) 依據臺北市政府教育局規定，於開學 2 週內依類別建立名冊並召開審查會議，簽請校長核定後送局。另依教育部規定，自 99 年度起，凡經檢、警發現學生有藥物濫用事實，而該生卻未列入校內「特定人員」名冊者，依規定議處。
 - (三) 依據「各級學校特定人員尿液篩檢及輔導作業要點」規定，各級學校於每學期開學、連續假期及長假後依特定人員名冊進行抽驗，或發現學生施用或持有不明藥物、有精神或行為異常，經觀察或以其他方式認為有施用毒品嫌疑者，得隨時採驗。
- 四、本校為落實「春暉專案」工作，特別針對吸菸同學，結合衛生署國健局戒菸專線服務中心，專線 0800-63-63-63 免費提供戒菸服務，也會不定期的配合醫院及健康中心辦理戒菸班，期許透過這些方式協助學

生遠離菸害，維持校園清新及健康校園，亦希望家長主動協助配合督促輔導，以維貴子弟之身心健康。如孩子已滿 18 歲，也可考慮各縣市醫院開立之戒菸門診。

五、近年來青少年網路交友盛行，請各位家長注意子女交友狀況，維持兩性關係正常交往，注意安全並妥採安全防護措施，以有效防治愛滋病暨自身安全。

◎學校有關規範摘錄如下：

攜帶菸品、檳榔、酒(含酒精性飲料到校)，以大過簽處。

酗酒、賭博、嚼檳榔者，以大過簽處。

吸食或注射違禁藥(毒)品者，以留校查看簽處。

攜帶違禁藥(毒)品者，以留校查看簽處。

販售或贈與違禁藥(毒)品者，以留校查看簽處。

違反上列事項特別嚴重者，將送交獎懲委員會處理。

◎菸害防制法修正案，摘錄重點如下：

1. 第 12 條及 28 條規定未滿 18 歲者，不得吸菸，父母、監護人或其他實際為照顧之人應禁止未滿 18 歲者吸菸；違反者，應令其接受戒菸教育，行為人未滿 18 歲者且未結婚者，並應令其父母或監護人使其到場。無正當理由未依通知接受戒菸教育者，處新臺幣 2 仟元以上壹萬元以下罰鍰，並接次連續處罰；行為人未滿 18 歲者且未結婚者，處罰其父母或監護人。
2. 第 15、16、31 條高級中等學校以下學校、圖書館等及其他供兒童及少年教育或活動為主要目的之場所全面禁菸，違反者處新臺幣 2 仟元以上 5 萬元以下罰鍰，並限期改正；屆期未改正者，得按次連續處罰。
3. 第 20 條各機關學校應積極辦理菸害防制教育及宣導。



尊重生命 拒絕毒品

違反「毒品危害防制條例」相關罰則一覽表				
分 級	第一級毒品	第二級毒品	第三級毒品	第四級毒品
常見濫用藥物	海洛因	安非他命	FM2	Alprazolam (蝴蝶片)
	嗎啡	MDMA (搖頭丸)	小白板	Diazepam (安定、煩寧)
	鴉片	大麻	丁基原啡因	Lorazepam
	古柯鹼	LSD (搖腳丸)	Ketamine (K他命)	Nimetazepam (一粒眠)
違法行為				
1. 製造、運輸、販賣	死刑或無期徒刑 (得併科一千萬元以下罰金)	無期徒刑或七年以上(得併科七百萬元以下罰金)	五年以上(得併科五百萬元以下罰金)	三年以上十年以下(得併科三百萬元以下罰金)
2. 施用	六月以上五年以下	三年以下	-	-
3. 持有	三年以下有期徒刑、拘役或五萬元以下罰金	二年以下有期徒刑、拘役或三萬元以下罰金	-	-
如何拒絕毒品				
<ol style="list-style-type: none"> 摒除不良嗜好，培養多元興趣，從事正當休閒娛樂。 不要出於好奇心以身試毒，堅決拒絕誘惑才是最大的勇氣。 尊重生命，勿以身試毒以免遺憾終生。 遠離是非場所，避免結交損友。 不輕易接受陌生人的飲料、香煙，以免不知不覺中沾染毒癮。 建立正當的情緒紓解方法，勿替自己找藉口吸毒。 認識正確用藥觀念，依照醫囑用藥，不養成依賴藥物的習慣。 				



K他命的吸食方式

口服



藥錠形狀的K他命



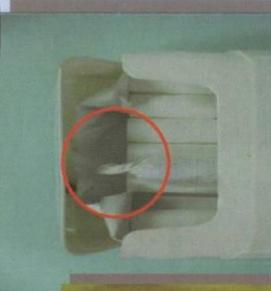
拉K

壓碎成粉末
以鼻子吸食

拉K後鼻子內
側固滯可能殘
留粉末顆粒

拉K後鼻子會
不停流鼻水

目前坊間的K他命有各種形狀與口味，K菸的形狀與一般菸摺也幾近相同，由於鑲入菸中吸食和拉K是青少年最常使用的施用方式，所以最好的防制方法就是不讓孩子吸菸



K菸的擺放方式



K菸



不是只有這樣的擺
放才需要注意哦！

「毒」百害 無「毒」有我

一 青少年常用毒品 一
“K他命”與“一粒眠”

家長教戰手冊

臺北市政府教育局 印製

實習處

一、本處室工作團隊

實習主任：周靜宜 實習輔導組長：陳澤宏 建教合作組：許瑛翎
 幹事：蔡志雄 商經科主任：劉敏慧 會計科主任：李淑慎
 國貿科主任：周玉連 資處科主任：徐必大 廣設科主任：邱玉欽
 應外科主任：張美惠請指教!

二、感謝家長會長期以來對實習處的支持及協助。希望在新的學期裏繼續給與支持與協助。

三、103學年度工作計劃執行結果如下：

(一) 士商四月天商業季活動：

(1) 商業季成績評定：104年4月11、12日辦理日高二、夜高三學生商業實習活動已完成。各項競賽成績評定如下：

項目 \ 名次	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名	備註
營業計畫	夜 301	日 203	日 209	日 211	日 212	
設立登記	日 201 日 206 日 212			日 203 日 209		
海報設計	日 220	夜 301	日 206	日 221	日 222	
店面佈置	日 222	日 213	日 220	日 221	日 209	
環境衛生	日 205	日 202 日 215		日 213	日 214	
財務報表	夜 301	日 201	日 210 夜 303		日 205	
稅務申報	日 211	日 209 日 214		日 213	日 201 日 205	
美食獎	夜 305	夜 303	夜 301	日 217	日 207	4/11
	夜 304	夜 302	夜 306	日 208	日 216	4/12
總成績	日 209	夜 301	日 210	日 213	日 212	商管群
	日 220	日 221	日 222	日 219	夜 306	非商管群

(2) 商業季商業實習獎勵：

每單一獎項及總成績第一名\$400、第二名\$300、第三名\$200、第四名\$100。

(3) 103學年度「士商四月天商業季-實習商店」活動結束，各參與班級基於回饋，捐助學校「急難慰助金」共計\$43,500元。

- (4) 「士商四月天-商業季」刊物第四期業已編輯完成，共發行 2,500 份，歡迎家長參閱指教。
- (5) 104 學年度士商四月天商業季活動預訂於 105 年 4 月中旬辦理（暫定於 4/9,10），相關業務已陸續進行中；敬請 貴家長屆時蒞臨指導及協助宣導，並共同參與孩子的活動。
- (6) 本學年度將利用週會時間針對日高二各小組負責人舉行商業季活動的說明會，以利下學期活動進行。

(二)技藝競賽及畢業班檢定成績：

103 學年度學生參加各項技藝競賽及畢業班檢定成績一覽表

檢定/競賽名稱	檢定/競賽結果
乙級檢定及格計	會計事務 4 位、電腦軟體應用 99 位、圖文組版 88 位
丙級檢定得証率 (103 學年度畢業班)	100%計 8 班、90%以上計 6 班、80%以上計 4 班
103 學年度全國高級中等學校商業類科學生技藝競賽	321班陳渝晴獲商業廣告職類第17名
	320班陳誼芳獲電腦繪圖職類第13名
	316班黃曼家獲文書處理職類第46名
	313班盧禹宏獲程式設計職類第15名
	303 班吳鎮宇獲會計資訊職類第 18 名
	303 班梁涵茹獲商業簡報職類第 19 名
	319 班黃如玉獲職場英文職類第 15 名

四、本校技能檢定目標為「一科一證照」，在校期間須報名參加下列檢定項目：

- (一)商業經營科：電腦軟體應用丙級
- (二)會計事務科：會計事務(人工記帳)丙級
- (三)國際貿易科：國貿業務丙級或電腦軟體應用丙級
- (四)資料處理科：電腦軟體應用丙級
- (五)應用外語科：全民英檢或多益
- (六)廣告設計科：視覺傳達丙級



輔導室

一、本校家長諮詢服務專線(若您有關於孩子在升學、親子溝通、交友或生活適應上的任何問題，除平日可與孩子的導師保持聯繫外，亦歡迎與輔導老師討論)：

主任輔導教師：趙慧敏(2831-3114 分機 511)

實習心理師：陳辭人(分機 517)



負責班級	輔導老師	聯繫分機
夜間部暨進修學校	呂靜淑老師	514
101-112、117-119	吳佳珊老師	512
113-116、120-122、213-216、220-222	楊孝媛老師	513
201-212、217-219	游青霏老師	515
301-322	姜金桂老師	516

二、歡迎學生家長或熱心輔導工作人士，具有專業知能者加入本校認輔工作行列，協助陪伴本校適應困難學生的成長，詳情請洽輔導室吳佳珊老師或趙慧敏主任。

三、請以包容尊重、關愛支持的態度對待孩子；勿因課業壓力造成適應挫折導致自傷事件，請勿以成績優劣責備子女。鼓勵孩子參加社團活動，培養正當休閒活動，平日注意孩子課業壓力、情感挫折、親子溝通、人際關係等，以預防自我傷害之發生，尤其是遠道就讀的學生生活、學業之壓力要特別留意，可參考教育部委託中國輔導學會增修之「校園自我傷害防治處理手冊」，請參考運用(教育部→單位介紹→訓育委員會→刊物彙集→綜合類)。

四、歡迎大家踴躍參加校內外的家長成長研習，有關本校本學期校內研，請參看附錄「父母成長的天空」，平日校外單位辦理的家長成長研習活動，歡迎家長隨時上本校行政單位→輔導室網頁→教師篇→教師研習→校外研習網頁。

五、本校訂有生涯輔導計畫，針對高一、高二、高三學生生涯輔導方面，輔導室有一系列之班級輔導主題，高二除資處科、廣設科外開有生涯輔導課程，指導學生如何準備甄選入學之備審資料，高三除定期提供書面資料外，本校「生涯處處是綠洲－升學進路輔導手冊【105年度修訂版】」，目前正修訂中。預計在下學期開學後(三月上旬)，印製、出刊發給應屆畢業班之學生。也歡迎全校師生及家長上本校行政單位→輔導室網頁→學生篇→生涯輔導→班級輔導→高三班級輔導→甄選面試或選填志願。

六、http://www.eteacher.edu.tw/iframe/faq_friendlyprint_20070730.pdf

本網站：認識孩子的網路世界~網路素養家長篇，敬請參考利用。

七、繫上紫絲帶愛家零暴力，當您看見或聽聞家暴，您可以發揮旁觀者關

心及協助精神，主動關心或撥打通報專線 113、110，就有機會協助一個家庭免於暴力。

八、民國 104 年 2 月 4 日總統府頒布「家庭暴力防治法部分條文修正案」，第 14 條將目睹暴力之兒童及少年納入保護令保護範圍。詳見修正案全文。

九、轉知：教育部「《消除對婦女一切形式歧視公約》簡稱 CEDAW」訊息，詳情請見網站：教育部「性別平等教育全球資訊網」→中文版→社會推展→宣導資料專區→大學篇→CEDAW 消除對婦女一切形式歧視公約線上觀賞。

九、每年 8 月第四個週日為祖父母節，今年是 8 月 23 日(週日)，台北市家庭教育中心(<http://www.family.taipei.gov.tw/>)經常辦理婚姻教育、親職教育等課程或活動，歡迎家長踴躍參加。

十、萬一不幸，您的子女遭受性騷擾性侵害或性霸凌事件時，除可依法提出告訴，使加害人接受法律制裁外，若加害人為在校(含他校)學生或老師身份，則可以協助子女至學務處啟動校園內申請(檢舉)校園性侵害性騷擾或性霸凌事件申請調查，若經調查屬實，將對加害人行政上之懲處(詳情請見本校網頁校園性侵害或性騷擾防治規定)，本室已將性別平等教育相關法規，如校園性侵害性騷擾或性霸凌防治規定、本校學生懷孕事件預防及處理辦法等(詳細內容請上本校首頁→性別平等教育→法令規章)

十、生命教育優良參考出版品(影片)參考目錄詳見輔導室網頁。

十一、心理諮商資源網路



機構	實施方式	聯絡方式	地點或網站	負責人員
光智 青少年心理衛生 中心	(夜間)家庭、個案諮詢輔導 17:30~20:30 (星期一至星期五)	(1)2886-2773	臺北市士林區通河街 137 號地下樓	值班人員
	電話預約：09:30~17:00	(2)2885-4250	kuangmhc@ms.17.hinet.net	
臺北市衛生局「社區心理諮商服務」	於北投區以外之 11 個行政區健康服務中心(本市民眾持健保卡及掛號費，即可由臨床或諮商心理師提供專業晤談服務)	北投區以外之 11 個行政區健康服務中心	北投區以外之 11 個行政區健康服務中心	心理師
臺北市衛生局 社區心理	電話諮商	0800-021995	臺北市金山南路 1 段 5 號	許昭瑜 小姐

衛生中心	09：00~17：00	T：3393-6779 F：3393-6588	Yu720@health.gov.tw	
臺北市立聯合醫院松德院區(自殺防治研究中心)	心情專線電話諮商 網路諮詢 (www.tcpc.gov.tw)	2346-6662	臺北市松德路309號	值班人員
臺北市家庭教育中心	幫幫我諮詢輔導專線(星期一至星期五)9:00~17:30(中午不休息)	2541-9981	臺北市中山區吉林路110號5樓 http://ttaipeifamily.womenweb.org.tw/#	值班人員
友緣基金會	電話諮商(週二至週五下午免費諮詢)	2769-3319	臺北市南京東路五段123巷8弄8號1樓	值班人員
社團法人中華白絲帶關懷協會	「家庭網安熱線」網路安全熱線(週一至週五AM9:30~11:30/PM1:30~3:30)	3393-1885(想想就想你幫幫我),其他時段請留言或網路諮詢	24小時網路諮詢: www.cyberangel.org.tw	



陸、圖書館

104 學年日本教育旅行☆招生中☆



本校赴日本教育旅行自 2008 年辦理迄今學生反應良好。本年度規劃安排於 12/13-12/19，活動地點為九州、鹿兒島、熊本、福岡等地，預計參訪鹿兒島商業高等學校、體驗來去鄉下住一晚~農家民宿、參加天山全日滑雪課程、豪斯登堡與古湯溫泉體驗等，在交流過程體會不同文化建立國際觀。日本教育旅行學生均以公假參加，教育旅行為學習活動非參加旅行遊樂園，亦即視同上課，若作業未繳、重要通知未到、缺課等未遵守師長規定者，學生仍以校規處份(記警告或公服等)，而表現優良者得酌予獎勵記嘉獎。

除了做最精彩、豐富的安排之外，本校亦盡可能的讓費用減至最低，因為學校的行程與一般觀光行程不同，費用可能相對較高，本次活動 7 天

6 夜費用(預估)為 40,000 元，包含所有機票食宿門票等費用。因日方學校需安排接待事宜，必須確認報名人數，若想參加這項活動請儘早報名，請上網填寫報名表(學校首頁有詳細內容公告、報名表)。本活動名額限額 32 人，原則上將依報名順序、未曾參加過本校日本教育旅行者，年級順位以及其他特殊考量順序錄取。備取 3~5 名-報名額滿為止。請把握機會報名，活動行程如附件參考。問題請洽:圖書館主任鍾允中,TEL:02-28313114#521,

FAX:02-28323143,e

mail: anthony@slhs.tp.edu.tw

右圖:與靜岡清水櫻邱高校交流日本學校報導



104 學年日本文化體驗教育旅行(草案)					
出發班機：CI118		桃園出發時間：08 時 30 分		日本到達時間：11 時 15 分	
回程班機：CI110		日本出發時間：18 時 05 分		台北到達時間：19 時 20 分	
日期	行 程			住宿飯店	
2015 年 第一天 12/13(日)	0540 士林高商出發=>0630 桃園國際機場=>鹿兒島空港=>日本庭園~仙巖園=>天文館商店街=>飯店=>交流活動準備			鹿兒島	
	早餐: 機上餐	午餐:風味料理	晚餐:鹿兒島風味餐		
第二天 12/14(一)	飯店=>鹿兒島商業高校交流=>高校午餐=>熊本城=>飯店 (依學校交流時間行程調整)			熊本飯店	
	早餐:飯店內早餐	午餐:學校內食堂	晚餐:飯店會席料理		
第三天 12/15(二)	飯店=>有明海渡輪=>長崎原爆資料館=>平和公園=>出島 =>1500 大村農家~和菓子體驗=>農家民泊			長崎大村 農家民泊	
	早餐: 飯店內自助 早餐	午餐:長崎風味餐	晚餐:手作農家料理		
第四天 12/16(三)	0900 離開農家民泊=>長崎豪斯登堡(需撰寫探索計畫書)=> 古湯溫泉=>滑雪服裝整備=>日式泡湯體驗			佐賀 (古湯溫泉區)	
	早餐: HOME STAY	午餐: 豪斯登堡(發 放代餐費日幣)	晚餐:自助料理餐		
第五天 12/17(四)	飯店=>全日滑雪課程(天山滑雪場) =>頒發滑雪課程證書=> 飯店=>日式泡湯體驗(消除疲勞痠痛) =>滑雪心得分享會				
	早餐:飯店內自助 早餐	午餐:滑雪場內午 餐	晚餐: 自助料理餐		
第六天 12/18(五)	飯店=>北九州小倉~門司港=>關門大橋=>北九州小倉城=> 博多運河城商城觀摩=>飯店			福岡	
	早餐:飯店內自助 早餐	午餐:風味料理	晚餐: 運河城(發 放代餐費日幣)		
第七天 12/19(六)	飯店=>Yahoo 福岡巨蛋見學=>太宰府天滿宮=>九州國立博 物館=>1600 福岡空港=>1920 桃園國際機場=>2050 土商			Home	
	早餐:飯店內自助早 餐	午餐: 風味料理	晚餐:客機上精緻餐 食		



鹿兒島商業高校 Kagoshima Commercial High School <http://keinet.com/syougyok/>
〒892-0863 鹿兒島市西坂元町 58 番 1 号, TEL 099-247-7171, FAX 099-248-3170



附錄~ 好文章欣賞

「網住一片情」-談師長如何陪伴網路沉迷的青少年

金車基金會調查發現，電腦「宅童」愈來愈多，受訪的二千多名中小學生，七成五網路成癮，過半數國小就迷線上遊戲，平均每天上網超過三小時，造成晚上不睡覺、假日不外出、無網不快樂、法律知識不足等四大問題。(2008-06-18·聯合報)

爸媽禁玩線上遊戲，高一少年燒炭亡，遺書留 GAME OVER。新的學期即將開始，宜蘭縣一名剛考上國立高職的新生還來不及註冊，就因為爸媽將電腦用密碼鎖起來，不讓他打線上電玩遊戲「曙光 online」，而燒炭自殺身亡。(2007/08/30·今日新聞)

當你家的孩子花了太多的時間在網路上時，你是否會懷疑網路沉迷的症狀正出現在他的身上？或擔心上述的事件隨時會發生？目前有許多國小學童對網路的使用能力，已遠遠超過成人，有的上聊天室、msn，有的玩線上遊戲，或透過網路認識不少事情。青少年使用網路的行為與使用的時間、次數、年資有關，其中國中男性比國中女性更容易沉迷網路，低學業成就者易有網路沉迷的傾向，在網咖上網者易沉迷，男性且網齡未滿一年者易有網路沉迷的現象，其經歷的生活壓力事件，以「學校課業壓力」、「家庭壓力」與網路沉迷的關係最密切。國中生的網路使用行為與壓力生活事件有關，尤其以「每週上網時數」、「學校課業壓力」最具預測力。king(1996)表示每週上網超過 40 小時以上，並忽略了真實生活中的活動與社交，即已達網路沉迷的程度。

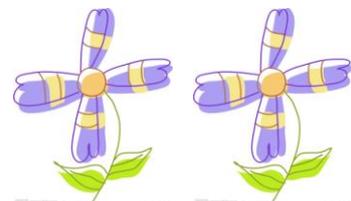
何謂網路沈迷？

青少年之網路沈迷其實是一種行為的失控，其原因是對於網路的使用產生了心理依賴。網路沈迷是指「因網路過度使用而造成學業、工作、社會、家庭及身心功能上的負面影響」，判定的標準共有七項，只要符合三至四項且情況持續 12 個月以上，即是「網路沈迷」：

1. 耐受性—強烈的使用慾望，想上網時間越來越長。
2. 戒斷性—停止使用網路後，會出現躁動不安、焦慮、念念不忘上網時發生的事情、發生與網路有關的幻想或夢、自主性或非自主性之手指打字動作等。
3. 上網的時間與頻率越來越超出原先的預期。
4. 想要努力停止或控制網路的使用，卻無法成功。
5. 會花很多時間在網路相關活動上。
6. 因網路使用而放棄或減少日常的社交、職務或休閒活動。
7. 即使察覺這種經由網路使用，而造成各種持續性重複出現在生理、心理、社交及職務上的問題，仍照常使用網路。

上述網路沉迷需經由專業的醫師診斷才能確認，因此，建議您可就近向社區心理衛生中心或附有精神科（成癮科）的醫院問問看。

首重早期發現、早期處理



青少年在網路沈迷之前的生活經驗大多有個人或家庭的壓力，例如：親子關係冷漠、校園霸凌、長期人際關係挫折、累積的課業壓力、喜歡高科技電子娛樂、家庭破碎或家庭支持功能薄弱等。網路使用者可藉由網路隱匿性擺脫現實生活的角色，進入網路虛擬的人際互動，獲得在現實人際中所沒有的肯定或關懷，此能加強孩子現實生活中與他人的聯結。網路也具備相當的吸引力，與生活壓力之間形成一吸一推的拉鋸戰，將網路沉迷者推向無法自拔的處境。因此，網路沉迷只是藉由不同工具或不同方式呈現個人在現實生活中的問題。

青少年網路沉迷行為的預防之道，在於早期發現、早期處理，若一旦沉迷或成癮症狀出現，才要解決問題就事倍功半了！真正的解決之道在於父母親與孩子之間發展出良好的依附關係，注重孩子全方位之發展，不以課業成就為唯一價值標準，當父母願意放棄個人的標準，傾聽孩子的心聲，父母即成為善於守護孩子的牧羊人，而孩子也在父母的引導下慢慢發展出運用內在資源的能力，這樣的孩子較能化危機為轉機克服人生的各種挑戰。



預防青少年網路沈迷的原則

1. 注重親子關係的品質

每個孩子都需要父母的陪伴，建議每天提供至少 15 分鐘的溫馨時刻，父母暫時放下對孩子的擔心，不責備數落孩子，很單純地與孩子相處，跟孩子說說話、做些家庭活動，或定期有家庭聚會的安排。有品質的溫馨時刻，會讓孩子留下美好的回憶，成為其內在支持力量的來源。

2. 了解並培養孩子的興趣與優勢力量

經常陪伴孩子的家長，才會了解每個孩子的差異狀況。每個孩子的優缺點不同，他(她)因何而快樂或因何而煩惱都不一樣，所從事的活動或興趣也不一樣，孩子的興趣和優點可以在父母的陪伴鼓勵下逐漸茁壯，這就是孩子的優勢力量，當然孩子也從父母鼓勵或肯定的眼神中，看到自己未來的可能性。

3. 鼓勵孩子參與多樣化的人際活動

孩子要學會獨立自主的精神，就像父母放風箏一樣，需要父母願意放手，風箏才會飛得高、飛得遠。父母可試著帶領孩子擴展他們的人際關係，例如參與夏令營、戶外活動、童軍隊或球類運動等，這些都是幫助孩子多認識他人的好方法，並體會網路不能完全替代現實人際關係的經驗。

4. 培養傾聽孩子的習慣

善於傾聽孩子的父母，能夠貼近孩子的視野，願意讓孩子帶領父母進入他們的主觀世界；而重視教導的父母，由孩子來追隨父母，有時孩子會焦慮達不到父母的期待。前者讓孩子願意主動開放自我，後者常見父母說一套，孩子做一套，或不願讓父母知道自己發生的事情。傾聽孩子有公式，師長要敏銳孩子的內心世界，將感受到傳達給孩子，並說出具體可行的期待，師長可以多多練習。

「你覺得…(情緒字眼)，因為…(事件描述)，我希望…(期待)」

「你覺得很生氣，因為我阻止你玩電腦，我希望你遵守我們的約定，先完成回家

功課，再上網。」

「我覺得很好的是…，假如你可以…就更好了」

「我覺得很好的是你願意開始好好唸書，假如你可以規劃讀書和玩電腦的時間就更好了。」

5. 電腦設備宜擺放在家中公共場所

每個孩子自我管理和控制的能力不同，針對自我掌控能力不成熟的孩子，可將電腦設備擺放在家中公共場所，例如客廳或飯廳的一個角落，家長可就近每週不定時不定量參與或觀察孩子的上網時間，同時還要參與手足間網路使用時間的協商，並將協商的使用時間與規則列印出來，讓孩子看過之後簽名護貝，放在電腦桌旁提醒孩子們，為其履行承諾而負責。

6. 師長協助孩子解決課業和同儕關係上的壓力

課業壓力和同儕壓力的大小，決定孩子校園生活的適應程度，關心孩子的父母也會希望孩子在學校快樂的學習，開開心心地長大。

(1) 課業壓力方面

師長應了解孩子的智能水準，訂定合理的課業期待，當孩子有憂鬱、焦慮、注意力無法集中等現象，也會影響其課業表現，師長應多關心孩子的心理健康，孩子才能發揮其應有的課業表現。當孩子成績退步時，不要急著責備孩子，了解孩子的困難，協助孩子找出建設性的解決方法，才是真正對孩子有助益的行為。當師長認同學業成就以外的多元價值時，孩子即能發展出其他方面的潛力，找到自尊與自我價值感。

(2) 同儕關係的壓力

班級中難免有些孩子會成為被欺侮或欺壓別人的人，當孩子班級表現與其他同學差距太大時，就會遭遇排斥或攻擊。教師應維持其專業的客觀中立，鼓勵班級發揮相互協助的氣氛，師長的角色不在仲裁誰是誰非，而是讓孩子在每一次的事件當中更加了解自己，學會問題解決的技巧。這些在同儕關係上有壓力的學生，也可藉助心理諮商的資源，提供關心和協助，師長可多加利用之。

7. 教學活動多元化與創意化

網路中影像聲光帶來的強烈感官刺激，是容易讓學生沈迷網路之致命吸引力，學校應鼓勵教師專業自主，激勵學校課程多元化與創意化，讓各科領域的教師以創意的教學法，例如分組學習、統整教學、體驗學習、協同教學、資訊融入，並靈活運用多媒體素材等方式，使孩子覺得學習是有趣的而非挫折的。



如何陪伴網路沉迷的孩子

師長陪伴網路沉迷孩子的目標不是「戒除」上網，而是合理的上網，可控制的上網，維持網路世界與真實世界的協調與平衡。

師長陪伴網路沉迷孩子的原則：

1. 師長先放下對上網的刻板印象，並用關心、同理、引導的態度陪同孩子。

當父母親覺得孩子出現網路沉迷的跡象時，先不要過度焦慮或一味指責，收集資訊是首要之務，了解孩子的網路世界有那些新奇有趣的事務吸引他，並與他一起討論。千萬不要先急著糾正孩子的思想，當孩子發現您關心接納的態度時，會願意告訴您更多與他問題有關的想法和感受。

2. 確認孩子真正的問題焦點。

孩子的問題大多與課業、人際或家庭有關，有時也會凸顯孩子需要被關心、陪伴與瞭解的心情，這時家長需要傾聽孩子的心聲，數落或責備孩子對問題解決無益，只會增加孩子的防衛心理與親子關係的緊張。家長也可尋求學校老師或輔導人員的協助與配合，從日常生活中建立成就感及自信心，才能幫助他們遠離虛擬的網路世界。

3. 協助孩子規畫上網時間與時間管理。

當孩子的真正問題被了解後，就可以和孩子討論縮短上網時間的可能性，每個孩子改變的速度不同，在家庭或學校現實生活中找到替代性活動或焦點，以及適合孩子的增強物非常重要，例如：孩子喜歡吃蛋糕或冰淇淋、跟父母逛街、父母的陪伴，當孩子做到適當的行為就立刻酬賞，即能規劃好上網時間與時間管理。

4. 發展替代性的正向活動。

當師長介入孩子的網路使用行為時，要切入孩子的問題本質。父母的關心陪伴與多元的人際互動方式，可協助孩子發展替代性的正向活動，例如：安排放學後的籃球活動、街舞練習、種花、廚藝、畫畫、協助維修辦公室的電腦、到親友的店裡打工等等，每個孩子都是特別的，其替代性的正向活動也會很不一樣，須要師長耐心地發掘。

5. 培養自我負責的行為。

青少年透過加強現實世界的人際關係與家庭關係，學習釐清生活目標與時間規劃，這些都需要重要他人的適度規範與約束，以及適當的環境限制，才能逐漸改變網路沈迷者的行為。師長在協助青少年時，宜善用忽略、轉移及增強的技巧，當青少年培養出對時間的敏感度及對自我的監控能力時，就已經學會自我負責的行為了。青少年的網路沉迷行為須透過多元管道與多元策略以全面協助可能有網路成迷的當事人，師長最好能夠創造一個有助於改善網路沉迷的生活環境，鼓勵課業成就以外的多元價值，結合當事人的老師、家長、同學、朋友等重要他人，以共同創造有利的改變情境，使網路使用者再度取得現實生活與網路世界之平衡。



作者：伍淑蘭諮商心理師
出處：中興大學諮商中心

附錄~父母成長的天空

臺北市立士林高級商業職業 104 學年度第 1 學期 家長暨教師家庭教育研習報名表

項 目	內 容	人數及地點	師 資	備 註
一. 專題演講	104/10/30 (五) 13:10-16:10 與青少年子女 輕鬆談性說愛	100 人 學生活動中心 3 樓演講廳	郭雅真老師 (性別平等教育 專業講師)	報名即錄取， 請當日逕至會 場
二. 實務手作	104/12/8 (二) 13:10~16:10 親子溝通之 卡片傳情	30 人 行政大樓 3 樓 第一會議室	半隻羊立體書 實驗室	依報名順序錄 取，額滿為 止。將於活動 前一週書面通 知錄取家長。

請踴躍參加！輔導室/家長會誠摯邀請您（課程全部免費，並核發研習時數每場 3 小時）

※您的每次出席，貴子弟皆可記嘉獎 1 次。

※為響應環保，參加各場次請自備環保杯。

※活動時間或地點若有臨時修改，請於活動前一週見士商首頁重要公告

-----報名成長研習回條-----

我要參加的活動：(請勾選)

104/10/30 (五) 13:10-16:10 與青少年子女輕鬆談性說愛

104/12/08 (二) 13:10~16:10 親子溝通之卡片傳情

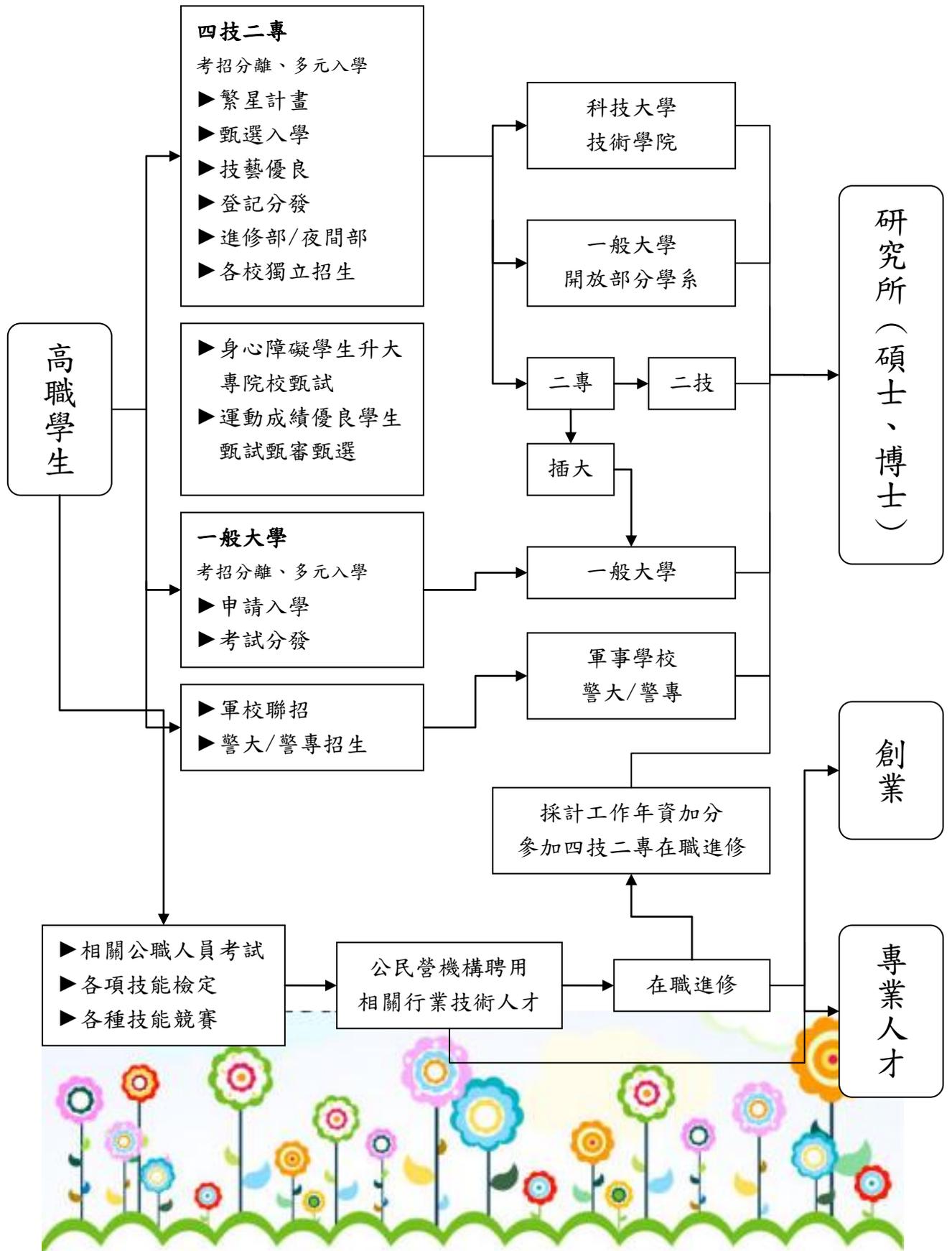
____年____班 學號：_____ 部別：_____ 間部

學生姓名：_____ 家長姓名：_____ 聯絡電話：_____

【請交與貴子弟攜至班上由輔導股長彙整後，於 9/14 (週一) 前轉交輔導室。謝謝您~】



附錄-高職畢業生進路



臺北市立士林高級商業職業學校各處室電話暨內線號碼一覽表

專線：

2832-4511 總務處（夜間值勤室）
 2833-0218 教官室（夜間值勤室）
 2835-2819 合作社
 2831-8611 校友會
 2831-6582 家長會
 2831-3043 輔導室

總機：2831-3114（代表號）

分機：

***101 校長**

102 校長室總機
 103 秘書室

***201 教務主任**

202、205 教學組
 203、216 註冊組
 204 實研組
 206 設備組
 222 特教組
 220-226 特教老師
 550 電腦繪圖教室
 217-219 大專任辦公室
 231 銅鈴軒
 230 演講廳
 209 特教烹飪教室【地中海餐廳】

***301 學務主任**

305 學生活動組長
 304 衛生組長
 312 日、夜健康中心
 306、307 體育組
 308、309 高二導師室
 310、311 高三導師室
 315、316 高一導師室
 302、318 生輔組組員（日）
 319 球員休息室
 320 柔道教室



傳真機：

2837-0840 校長室
 2832-1534 教務處
 2832-1529 學務處
 2836-4084 總務處
 2831-3115 實習處
 2831-3043 輔導室

***401 總務主任**

402、420 文書組長
 403 事務組長
 415、416 事務組幹事
 423 技工
 407 工友室
 422 工讀生
 406 經營組長
 405、421 出納組長
 411 傳達室
 409 第二會議室【行政大樓五樓】
 410 第三會議室【行政大樓五樓】
 424 禮堂

***501 實習處主任**

502 實習輔導組
 503、504 建教合作組
 505 實習處幹事
 506 應外科主任
 507 商經科主任
 509 國貿科主任
 508 會計科主任
 531 資處科主任
 532-537 資處科教師
 541 廣設科主任
 542-545 廣設科教師

***511 輔導室主任**

512-519 日輔導老師
 514 夜輔導老師

傳真機：

2832-1520 人事室
 2832-4349 會計室
 2832-4512 夜間部
 2832-1524 教官室
 2833-3096 特教組
 2831-7119 校友會

***521 圖書館主任**

522 圖書指導老師
 524 資訊組
 527-529 系統管理師
 525 技士
 526 資源中心
 530 自習中心

***701 主任教官**

704 日生輔組長
 703-711 日間部教官
 712 教官值勤室
 713 射擊教室

***801 夜間部主任**

802、813 夜教學組
 803、804 夜註冊組
 805 夜學生活動組
 806 夜衛生組
 807、814 夜導師、專任辦公室
 808 夜實習輔導組
 706、811 夜生輔組長

***851 人事室主任**

852-856 組員

***861 會計室主任**

862-865 組員

***412 家長會**

***314 教師會**

***413 合作社**

臺北市立士林高級商業職業學校104學年度第1學期行事曆

週次	月	日	一	二	三	四	五	六	教務處	學務處	其他處室	
預備週		16	17	18	19	20	21	22		20日 高一導師班級經營研習 21日 新生始業輔導	18日 沿津商業高校來訪(圖書館) 21日 高一交換服入隊通知單(學務處)	
1	8月	23	24	25	26	27	28	29	24日 全體教學研究會(08:20-09:10) 全校特教研習(09:20-12:10) 校務會議(13:00-15:00) 分科教學研究會(15:10-16:10) 25日 開學、註冊、正式上課 特殊需求學生期初IEP會議開始 資源班抽離課程開始上課 26-27日 期初複習考(任課老師隨班監考)	24日 環境教育暨全校教職員CCPR急救研習 25日 幹部訓練 26日 轉復學生家長座談會 教室創意佈置競賽(至9月15日) 校慶主題及logo甄選	23日 祖父母節攝影比賽(輔導室) 25日-12月14日 校長有約-我愛閱讀-班級競賽(上學期)(圖書館) 25日-105年5月3日 校長有約-我愛閱讀-個人競賽(圖書館) 25日至28日 友善校園週(教官室) 27日 期初交通安全教育諮詢委員會(教官室) 27-28日 (日夜)高二班級文庫領書1(圖書館)	
		30	31	1	2	3	4	5	31日 資源班外加課程開始上課 3-4日 體育班學測模擬考(第1次)	1-30日 各年級身高體重視力檢查 3日 高三第1次服儀檢查 4日 社團迎新表演 9月 高三畢冊招標	31日-9月1日(日夜)高一班級文庫領書1(圖書館) 31日-9月16日 四聯單代收繳費(總務處) 1-10日 全國第3梯次技能檢定報名(實習處) 防災教育宣導月(教官室) 1日-21日 學生防災教育宣導月(教官室) 2-11日 高一認識圖書館週(主辦圖書室) 3日 16:10 召開104-1特定人員名冊審議(教官室) 4日 晨讀-生命教育1(圖書館)	
2	9月	6	7	8	9	10	11	12		9月-10月 協辦臺北市美術比賽 10日 高二第1次服儀檢查 11日 高三導師會議 11日 三大服務隊期初編隊	7-18日 校外實居生活生活防範(教官室、各班導師、輔導室) 12日 家長防制學生藥物濫用講座(教官室) 12日 學校日(輔導室)	
3		13	14	15	16	17	18	19	13日 臺北市104年語文競賽(教師組)(大安高工) 15-16日 臺北市104年語文競賽(學生組第1階段複賽)(陽明高中)	16日 新生尿液篩檢(初檢) 17-24日 優良學生選舉宣傳期 18日 高二導師會議 18日 社團第一次上課	15日 召開「輔導工作委員會」、「學生事務與輔導工作執行小組」暨「推動生命教育工作小組」期初會議(輔導室) 15日 國中技藝班開始上課(實習處) 16-18日 四聯單收單(總務處) 18日 晨讀-生命教育2(圖書館)	
4	9月	20	21	22	23	24	25	26	24日 臺北市104年語文競賽(學生組第2階段複賽-朗讀、演說)(陽明高中)	21-25日 高二班際籃球賽 21-28日 教師節感恩活動 24日 高一第1次服儀檢查 25日 高一導師會議 25日 三大服務隊期初大會 25日 班級優良學生選舉投票	21-22日(日夜)高二班級文庫領書1(圖書館) 22日 認輔會議(輔導室) 23-24日(日夜)高一班級文庫領書1(圖書館) 23日 僑生迎新暨秋節慰問(教官室、學務處) 24日 實居生活座談會(教官室、學務處、各班導師、輔導室) 25日 高二生命教育講座(輔導室) 25日 兒少保護、性及家暴防治教育「創意海報標語製作比賽」(輔導室)	
5		27	28	29	30	1	2	3	27日 中秋節 28日 中秋節補假 1-2日 臺北市高職學生學習檔案競賽送件(木柵高工) 1-9日 臺北市高職學生優良書籍心得寫作競賽送件(大安高工)	30日 新生尿液篩檢(複檢) 2日 班級代表大會 2日 人口政策宣導(作文、書法)比賽 10月 高二校外教學招標	1日 校內急難救(濟)助金資格初審會議(教官室、各委員) 2日 學生交通安全宣導(教官室) 2日 高一性別平等教育週演講(輔導室)	
6	9-10月	4	5	6	7	8	9	10	6-8日 第1次期中考 7日 全校研習(教務處主辦-蔡淇華老師) 9日 國慶日補假 10日 國慶日		6日 生命教育工作坊-教師成長團體1(輔導室) 7日 全國商科技藝競賽第1次模擬(實習處) 8日 104學年度教育儲蓄戶期初會議(教官室、各委員)	
7	10月	11	12	13	14	15	16	17			12-13日(日夜)高二班級文庫領書2(圖書館) 13日 生命教育工作坊-教師成長團體2(輔導室) 14日 召開「性別平等教育委員會」(輔導室) 14-15日(日夜)高一班級文庫領書2(圖書館) 16日 防制學生藥物濫用講座(高一、高二代表)(教官室) 16日 晨讀-現代文學2(圖書館)	
8		18	19	20	21	22	23	24	22日 臺北市104年度高職學生閱讀播臺賽(初賽)南港高工 22-23日 高三第1次統測模擬考	19日-11月13日 臺北市音樂比賽 21日 新生胸部x光檢查 23日 高一健康操比賽	20日 生命教育工作坊-教師成長團體3(輔導室) 22日 台北市高中職總務人員性別平等教育研習(輔導室)	
9	10月	25	26	27	28	29	30	31	27-28日 體育班學測模擬考(第2次)	26日-11月17日 校慶運動會各項預賽	25日-11月7日 臺北市104年度「日本商業設計實習及文化見學團」(圖書館) 27日 生命教育工作坊-教師成長團體4(輔導室) 30日 家庭教育講座1(輔導室) 30日 晨讀-家庭教育1(圖書館)	
10		1	2	3	4	5	6	7		2-3日 新生健康檢查 6日 高一校歌暨鄉土歌謠比賽	日夜高一、二完成班級文庫自評2(圖書館) 6日 家庭教育委員會(輔導室) 6日 學生機車防衛駕駛(教官室)	
11	11月	8	9	10	11	12	13	14	12日 臺北市104年度高職學生閱讀播臺賽(決賽)南港高工	9-16日 臺北市舞蹈比賽	9-10日(日夜)高二班級文庫領書2(圖書館) 11-12日(日夜)高一班級文庫領書2(圖書館) 13日 晨讀-家庭教育2(圖書館) 13日 第2次讀書會(圖書館)	
12		15	16	17	18	19	20	21	21日 慶祝校慶(運動會)	20日 校慶運動會預演 21日 校慶運動會 21日 校慶卡拉ok決賽	21日 校慶辦理全民國防活動-縮影射擊遊戲(教官室) 21日 沈美紅老師獎助學金頒獎典禮(輔導室) 21日 性別平等教育週活動(輔導室)	
13	11月	22	23	24	25	26	27	28	23日 慶祝校慶補假 24-26日 第2次期中考 24日 第2次全校研習(輔導室主辦) 25日 校慶日(無慶祝活動)	27日 人口政策活動成果展	24日 全國商科技藝競賽第2次模擬(實習處) 24日 全校教師性別平等教育研習(輔導室) 26日 士林區校外會聯席會報(教官室) 27日 全國商科技藝競賽場地佈置暨第3次模擬(實習處)	
14		29	30	1	2	3	4	5	11/30(一)-12/3(四)停課 1-3日 全國技藝競賽 12/4(五)補上星期一的課務		30日 全國商科技藝競賽第4次模擬(實習處) 30日-12月8日 校慶書展(圖書館) 12月 交通安全宣導月(教官室) 12月 春暉官導員(教官室)	
15	12月	6	7	8	9	10	11	12	8日 高三作業抽查 9日 校內國語文競賽(字音字型) 11日 校內國語文競賽(朗讀、演說)	9日 新生心臟病篩檢 10日 高一第2次服儀檢查	8日 家庭教育講座2(輔導室) 11日 高三生涯講座(輔導室) 11日 晨讀-環境教育1(圖書館)	
16		13	14	15	16	17	18	19	14日 特殊需求學生期末IEP會議開始 15日 高二作業抽查	17日 高二第2次服儀檢查 18日 104學年度人口政策宣導成果展捐血活動	13-19日 104學年日本文化體驗教育旅行(圖書館) 18日 第3次讀書會-作者有約(圖書館)	
17	12月	20	21	22	23	24	25	26	21-22日 體育班學測模擬考(第3次) 21-22日 高三第2次統測模擬考 22日 高一(英文)、高二(數學)學業競試 23日 高一作業抽查		21-25日 高二班際排球賽 24日 高三第2次服儀檢查 週記抽查	25日 晨讀-環境教育2(圖書館)
18		27	28	29	30	31	1	2	1日 開國紀念日		28-31日 校長有約-我愛閱讀-班級獎勵(日、夜)(圖書館) 29日 國中技藝班結業式(實習處)	
19	1月	3	4	5	6	7	8	9		8日 社團最後一次上課 8日 下學期班級幹部改選		
20		10	11	12	13	14	15	16	15、18、19期末考	15日 學生事務會議德行評量	14日 校內急難救(濟)助金期末會議(教官室、各委員)	
21	1月	17	18	19	20	21	22	23	20日 休業式 21日 寒假開始		20日 召開「輔導工作委員會」、「學生事務與輔導工作執行小組」暨「推動生命教育工作小組」期末會議(輔導室) 20日 寒假交通安全宣導(教官室) 21日 期末交通安全教育諮詢委員會(教官室)	