



QRcode

敬請班長於班會宣讀，
並張貼於教室公布欄。

編輯單位：教務處

日期：113 年 8 月 30 日(星期五)

本周重點事項：

快樂迎接新學期-開學收心操

➢ **生理狀態調整：**

- 1.調整作息
- 2.注意飲食健康、多運動
- 3.多到戶外走走

➢ **心理狀態調整**

- 1.不大玩特玩，建議安排靜態活動
- 2.回顧假期
- 3.與好同學聯絡
- 4.每天靜下來一小時

➢ **整理自己**

- 1.整理書桌房間、確認開學用品
- 2.擬訂計畫

經過暑假的放鬆、休息、回顧與成長。在新學期開學，請大家盡快調整作息融入習慣學校的學習生活，並利用中午時間好好休息，讓自己充滿活力可以好好學習。

本學期宣導重點

- 多一些**關心**
- 多一分**關懷**
- 多一點**關愛**

共同營造友善校園環境



開學日間部學生校服更換或添購

時間：8/30、9/4-6 下午 2:50-4:30

地點：和平樓 3 樓交通安全教室

- 適用：1.高一新生校服尚需更換尺寸者，請帶原購買校服做更換。
2.全校學生尚需添購校服者。

交通齊心守 安全士商 GO

- 1.捷運環狀線北環段的承德路-福港街-士商路段**施工**中，分三階段交通維持，原陽明高中**公車站牌**已往士林方向移動 **135 公尺**，道路亦縮減較壅塞，故往返三重到士商的用路人，建議提早出門，以避免上班上學遲到，並請注意安全。
- 2.本校校門口左側及對面有家長接送臨停黃線區，敬請同學轉達家長，上放學接送，勿停於黃網區及紅線區，共同遵守交通規則，齊心守護交通安全，成為有品共好的用路人。

行萬里路

113 學年國際交流辦理
本學年日本教育旅行僅辦一團，熱烈招生中請洽圖書館或學校首頁公告！
2024 日本文化體驗 2024/12/8-14 廣島吳商業高校和歌山大學
驗教育旅行 報名表
滑雪課程 HomeStay 東京城市探索 農家生活體驗

讀萬卷書

自習中心自9月9日起
開放時間 16:10-20:10
自習中心預約系統
• 預約刷卡累計積分，學期累積積分前 10 名，愛閱讀獎狀 1 張 (愛閱讀)、敘小功乙次。
• 每學期末抽出 20 位認真讀書同學抽獎得禮物、敘獎乙次。
每天都是學習的好日子 自習中心邀請您

教育單位宣導事項：

拒絕菸害 享受純淨生活

依臺北市衛生局 113 年 8 月 13 日北市衛健字第 1133021980 號：**拒絕紙菸、水菸、雪茄、嚼菸、加熱菸、電子煙等**所有菸品，使生活更健康



學習歷程檔案數位學習課程簡報及影片

依教育部 113 年 8 月 13 日臺教授國字第 1135404168 號



英文佳句 You are never wrong to do the right thing. **堅持做對的事，永遠不會錯。**

學校活動預告：

1. 2-3 日高三複習考
2. 4-5 日體育班學測模擬考(第 1 次)
3. 6 日 期初教育實習輔導座談會
4. 6-13 日學測第 1 次英聽報名
5. 6 日社團迎新招生表演
6. 6 日轉復學生家長座談會
7. 6-10 日社團招生



113-1 學校行事曆



113-1 班會暨綜合活動
行事曆

同步公告於學校首頁、教室無聲廣播、教職員工電子郵件群組