

## 學生輔導中心

第 163 期心情專輯「蛤蜊的哲學」已出刊，請副班長至班級櫃領取並張貼於班級公布欄，也請全校師生至學校電子信箱收信點閱。

## 課外活動組

本組於6月1日(星期三)中午12時30分至下午1時10分，在綜合教學大樓8樓國際會議廳辦理「圓夢計畫成果發表會」，分享大專志工於圓夢小學教學實習暨圓夢長青樂齡趣志工服務心得，歡迎全校師生蒞臨共享圓夢美好時刻，詳情請至本校網頁學務處最新消息查詢。

## 軍訓室：

請同學勿將機車停放學校附近紅線區(含陽明街、幸福路、文化路巷口、新海路、漢生西路等)，新北市板橋分局交通隊將加強取締車輛違停。請依規定辦理停車證，停放學校停車場。

## 衛生保健組

請全校師生注意日常生活保健、多洗手、注意環境通風。若有特殊狀況如：罹患流感、腸病毒、紅眼症等高傳染性疾病，建議就醫及居家休息，並請通知健康中心(分機：1215)，進行追蹤管理。

## 生輔組

- 一、請同學依據學生請假辦法填妥請假單完成請假。請假單禁止塗改、偽造師長簽名，如有上述情事，將不予受理請假，並依據學生獎懲辦法予以懲處。
- 二、申請 104 學年度第 2 學期教育部學產基金助學金同學，請於 6 月 10 日(星期五)前(例假日除外)攜帶學生證至本組領取。
- 三、全校教室為日、夜間部合用，請同學使用後，務必將教室及座位抽屜清理乾淨，切勿將垃圾留在教室。同時，請將書籍、個人物品攜帶回家，以免遺失。



## 水域安全宣導週～體育組教你水中自救方法四步驟：

- 一、踩水：以腰為軸，下肢動作為主，頭出水面(雙腳若以蛙式蹬夾腿動作者稱蛙式踩水；用剪刀式踩水即可)。
- 二、水母漂：其方法為吸氣，身體放鬆，讓其自然漂流(雙手自然抱膝，使背部露出水面如龜狀)。
- 三、仰漂：深吸一口氣，頭往後仰；雙手向兩邊成大字形，掌心向上，加重背部重力，較易浮起。
- 四、水中浮具製作：當你著衣掉入水中，又離岸很遠，必須游一段距離才上岸時，則應把衣服脫掉，以便游泳。脫衣時，先吸一口氣作水母狀，用雙手解開鞋帶，脫去鞋子；再脫長褲，最後脫上衣，衣服脫掉可用於製作浮具。

## 安全宣導：

- 凡進入公共廁所或陌生場所時，宜提高警覺。
- 約會地點要儘量正常且安全，切忌單獨前往對方住處。
- 不論認識與否，勿隨意進入他人房間或臥室。
- 約會見面地點，應由女方主動提出，較具有安全保障。
- 同學儘量避免在夜間進出缺乏照明設備的狹窄巷道路段、停車場、公園、綠地、濃密灌木叢、空屋或荒僻的河堤等處單獨行走。
- 當單獨坐計程車時，須記下車牌車號及司機臉部特徵；夜間若獨自搭計程車時，可使用無線電呼叫計程車方式，讓自己多一層保護，亦可請友人送您上車，暗中記下車號，並在車窗外與您約定通話時間；上下車時應特別留意計程車內有無異狀，隨時提高警覺，有必要時，可請家人在目的地光亮地點等候。
- 約會時間不宜太晚，結束時亦不宜拖到午夜或凌晨。
- 不熟悉約會對象，應攜友人一同前往。
- 與對方共同進餐時，切忌喝下太多酒。

※內政部警政署 105 年 5 月 6 日(星期五)警署保字第 10500900871 號函通知，安全防護知識「民眾自我安全防護常識彙編—反暴力重大人為危安事件或恐怖攻擊」相關資料，請同學點閱(<http://ppt.cc/6DFim> 溫馨關懷/保護您小秘方)並下載運用，以增進師生自我安全防護意識。



※請尊重智慧財產權 勿非法影印 以免觸法※

☆請副班長在導生時間宣達並張貼於公布欄內備查☆

同學亦可至學務處網站/電子刊物/學務搶鮮報中點閱