

臺北市立三民國民中學

114學年度第一學期

學校日手冊

~目錄~

各處室工作重點報告

- 1.教務處P1-P6
- 2.學務處P7-P10
- 3.總務處P11-12
- 4.輔導室P13-14

全球
遠望

三民
領航



臺北市立三民國民中學 114 學年度第 1 學期學校日

【教務處工作重點】 114.09.13

一、教務處重要行事活動

臺北市立三民國中 114 年度第 1 學期九年級複習考範圍

考試別	九年級第一次複習考						
日期	114 年 9 月 9 星期二				114 年 9 月 10 星期三		
科別	社會 70 分	數學 80 分	國文 70 分	作文 50 分	自然 70 分	英語閱讀 60 分	英語聽力 25 分
範圍	第 1~2 冊	第 1~2 冊	第 1~2 冊	寫作測驗	第 1、3 冊【生物 7 上+理化 8 上】	第 1~2 冊	英聽
考試別	九年級第二次複習考						
日期	114 年 12 月 23 星期二				114 年 12 月 24 星期三		
科別	社會 70 分	數學 80 分	國文 70 分	作文 50 分	自然 70 分	英語閱讀 60 分	英語聽力 25 分
範圍	第 1~4 冊	第 1~4 冊	第 1~4 冊	寫作測驗	第 1~4 冊	第 1~4 冊	英聽

臺北市立三民國中 114 學年度第 1 學期定期考查日期表

考試別	考試日期
第一次定期考	114 年 10 月 14 日 10 月 15 日
第二次定期考	114 年 12 月 2 日 12 月 3 日
第三次定期考	115 年 1 月 16 日、1 月 19 日

※如考試時間及範圍有異動，將隨時通知各任課老師及上網公告週知

臺北市立三民國中 114 學年度第 1 學期各項學藝比賽一覽表

比賽名稱	日期	比賽節次	參賽年級
地理知識大競賽	9/2(二)	考試時間 12:25-13:10	八、九年級
書法比賽	9/25(四)	午休	七、八年級
字音字形比賽	10/29(三)	考試時間及批改時間 7:40-8:10	七、八年級
作文比賽	11/21(五)	第六、七節	七、八年級
英語話劇比賽& 雙語成果發表	12/26(五)	第五、六、七節	七、八年級

二、成績評量規定

名 稱：國民小學及國民中學學生學習評量辦法

第 一 條

本辦法依國民教育法第四十條第一項規定訂定之。

第 二 條

國民小學及國民中學（以下簡稱國民中小學）學生學習評量，以協助學生德智體群美五育均衡發展為目的，並具有下列功能：

- 一、學生據以瞭解自我表現，並調整學習方法及態度。
- 二、教師據以調整教學及評量方式，並輔導學生適性學習。
- 三、學校據以調整課程計畫，並針對學生需求安排激勵方案或補救教學。
- 四、學生之法定代理人據以瞭解學生學習表現，並與教師、學校共同督導學生有效學習。
- 五、各級主管機關據以進行學習品質管控，並調整課程及教學政策。

第 三 條

國民中小學學生學習評量，應依領域學習課程、彈性學習課程及日常生活表現，分別評量之；其評量範圍及內涵如下：

一、領域學習課程、彈性學習課程：

（一）範圍：包括國民中小學課程綱要所定領域學習課程、彈性學習課程及其所融入之議題。

（二）內涵：包括核心素養、學習重點、學生努力程度、進步情形，並應兼顧認知、情意、技能及參與實踐等層面，且重視學習歷程及結果之分析。

二、日常生活表現：評量範圍及內涵，包括學生出缺席情形、獎懲紀錄、團體活動表現、品德言行表現、公共服務及校內外特殊表現等。

第 四 條

國民中小學學生學習評量原則如下：

- 一、目標：應符合教育目的之正當性。
- 二、對象：應兼顧適性化及彈性調整。
- 三、時機：應兼顧平時及定期。
- 四、方法：應符合紙筆測驗使用頻率最小化。
- 五、結果解釋：應以標準參照為主，常模參照為輔。
- 六、結果功能：形成性及總結性功能應並重；必要時，應兼顧診斷性及安置性功能。
- 七、結果呈現：應兼顧質性描述及客觀數據。
- 八、結果管理：應兼顧保密及尊重隱私。

第 五 條

國民中小學學生學習評量，應依第三條規定，並視學生身心發展、個別差異、文化差異及核心素養內涵，採取下列適當之多元評量方式：

- 一、紙筆測驗及表單：依重要知識與概念性目標，及學習興趣、動機與態度等情意目標，採用學習單、習作作業、紙筆測驗、問卷、檢核表、評定量表或其他方式。
- 二、實作評量：依問題解決、技能、參與實踐及言行表現目標，採書面報告、口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、作品製作、展演、鑑賞、行為觀察或其他方式。
- 三、檔案評量：依學習目標，指導學生本於目的導向系統性彙整之表單、測驗、表現評量與其他資料及相關紀錄，製成檔案，展現其學習歷程及成果。

特殊教育學生之學習評量方式，由學校依特殊教育法及其相關規定，衡酌學生學習需求及優勢管道，彈性調整之。

第六條

國民中小學學生居住地區或就讀學校所在地區，發生災害防救法第二條第一款所定災害、傳染病防治法第三條第一項所定傳染病，或其他重大變故，致無法實體授課時，學校得以數位遠距教學或其他適當方式實施教學，並辦理學習評量。

第七條

國民中小學學生學習評量時機，分為平時評量及定期評量二種。

領域學習課程評量，應兼顧平時評量及定期評量；彈性學習課程評量，應以平時評量為原則，並得視需要實施定期評量。

前項平時評量中紙筆測驗之次數，於各領域學習課程及彈性學習課程，均應符合第四條第四款最小化原則；定期評量中紙筆測驗之次數，國民小學一年級及二年級，每學期至多二次，國民小學三年級至國民中學三年級，每學期至多三次。

學生因故不能參加定期評量，經學校核准給假者，得補行評量；其成績以實得分數計算。

日常生活表現以平時評量為原則，評量次數得視需要彈性為之。

第八條

國民中小學學生學習評量之評量人員如下：

一、各領域學習課程及彈性學習課程：由授課教師評量，且應於每學期初，向學生及其法定代理人說明評量計畫。

二、日常生活表現：由導師參據學校各項紀錄、各領域學習課程與彈性學習課程之授課教師、學生同儕及法定代理人意見反映，加以評量。

第九條

學生依國民中學技藝教育實施辦法，於國民中學階段修習抽離式技藝教育課程者，其職群所對應之領域學習課程學期成績，應包括抽離式技藝教育課程總成績，並按抽離式技藝教育課程每週節數占對應之領域學習課程每週排定節數之比率計算。

第十條

國民中小學學生領域學習課程及彈性學習課程之平時及定期學習評量結果，應依評量方法之性質以等第、數量或質性文字描述記錄之。

前項各領域學習課程及彈性學習課程之學習評量，至學期末，應綜合全學期各種評量結果紀錄，參酌學生人格特質、特殊才能、學習情形與態度等，評量及描述學生學習表現，並得視需要提出未來學習之具體建議。

領域學習課程之評量結果，應以優、甲、乙、丙、丁之等第，呈現各領域學習課程學生之全學期學習表現；其等第與分數之轉換如下：

一、優等：九十分以上。

二、甲等：八十分以上未滿九十分。

三、乙等：七十分以上未滿八十分。

四、丙等：六十分以上未滿七十分。

五、丁等：未滿六十分。

前項等第，以丙等為表現及格之基準。

彈性學習課程評量結果之全學期學習表現，得比照第三項規定辦理。

學生日常生活表現紀錄，應就第三條第二款所列項目，分別依行為事實記錄之，並酌予提供具體建議，不作綜合性評價及等第轉換。

第十一條

學校就國民中小學學生領域學習課程、彈性學習課程及日常生活表現之學習評量紀錄及具體建議，每學期至少應以書面通知學生及其法定代理人一次。學校得公告說明學生分數之分布情形。但不得公開呈現個別學生在班級及學校排名。直轄市、縣（市）主管機關應於每學期結束後一個月內，檢視所轄

國民中小學學生之評量結果，作為其教育政策訂定及推動之參考。

第十二條

學校應結合教務、學務、輔導相關單位及學生法定代理人資源，確實掌握學生學習狀況，對需予協助者，應訂定並落實預警、輔導措施。學生學習過程中各領域學習課程及彈性學習課程之學習評量結果未達及格之基準者，學校應實施補救教學及相關補救措施；其實施原則，由直轄市、縣（市）主管機關定之。直轄市、縣（市）主管機關依前項實施補救教學之辦理成效，應併同前條第三項國民中小學學生之評量結果，於每學年結束後二個月內，報中央主管機關備查。學生日常生活表現需予協助者，學校應依教師輔導及管教學生相關規定施以輔導，並與其法定代理人聯繫，且提供學生改過銷過及功過相抵之機會。

第十三條

國民中小學學生修業期滿，符合下列規定者，為成績及格，由學校發給畢業證書；未符合者，發給修業證明書：

一、出席率及獎懲：學習期間授課總日數扣除學校核可之公、喪、病假及直轄市、縣（市）主管機關規範之假別，上課總出席率至少達三分之二以上，且經獎懲抵銷後，未滿三大過。

二、領域學習課程成績：

（一）國民小學階段：語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、健康與體育七領域有四大領域以上，其各領域之畢業總平均成績，均達丙等以上。

（二）國民中學階段：語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技、健康與體育八領域有四大領域以上，其各領域之畢業總平均成績，均達丙等以上。

第十四條

國民中小學就學生之學習評量結果，應妥為保存及管理，並維護個人隱私及權益；其評量結果及紀錄處理，應依個人資料保護法規相關規定辦理。

第十五條

為瞭解並確保國民中學學生學力品質，應由中央主管機關會同直轄市、縣（市）主管機關辦理國中教育會考（以下簡稱教育會考）；其辦理方式如下：

一、每年五月針對國民中學三年級學生統一舉辦，評量科目為國文、英語、數學、社會與自然五科及寫作測驗；其評量結果，除寫作測驗分為一級分至六級分外，分為精熟、基礎及待加強三等級。

二、中央主管機關應會同直轄市、縣（市）主管機關設教育會考推動會，審議、協調及指導教育會考重要事項。

三、教育會考推動會下設教育會考全國試務會，統籌全國試務工作；各直轄市、縣（市）主管機關應協助辦理全國試務工作。

四、教育會考考區試務工作，由考區所在地之直轄市、縣（市）主管機關辦理，並得個別或共同委由考區所在地之學校設教育會考考區試務會辦理之。考區試務會應依全國試務會之規劃，辦理全國共同事項。

五、中央主管機關得將下列事項委託大學、學術專業團體或財團法人（以下簡稱受託評量機構）辦理：

（一）第三款全國試務會之全國試務工作。

（二）命題、組卷、閱卷、計分、題庫建置、試題研發。

六、前款受託評量機構應具備學生學力品質評量之專業能力、充足之行政人員及健全之組織與會計制度。

七、國民中學學生除經直轄市、縣（市）主管機關核准者外，應參加教育會考，學校應協助學生報名，並不得拒絕學生應試。

八、教育會考之結果供學生、教師、學校、學生之法定代理人及主管機關瞭解學生學習品質及其他相關法規規定之使用。但不得納入在校學習評量成績計算。

前項第二款至第五款所定各會之委員及辦理教育會考之試務工作人員，對於試務負有保密義務，並應遵守下列迴避規定：

- 一、前項第二款至第五款所定各會之委員，本人或其配偶、前配偶、三親等內之血親或姻親或曾有此關係者，報名參加當年度考試時，應行迴避。
 - 二、監試人員本人或其配偶、前配偶、二親等內之血親或姻親或曾有此關係者，報名參加當年度考試時，應行迴避。
 - 三、前款以外試務工作人員，參與中央主管機關或受中央主管機關委託為辦理教育會考之命題、審查、組卷、閱卷、計分、接觸試題或試卷機會之人員，本人或其配偶、前配偶、三親等內之血親或姻親或曾有此關係者，報名參加當年度考試時，應行迴避。
- 各考區、考場規定較本辦法限制更嚴格者，從其規定。

第十六條

國民中小學學生各項學習評量相關表冊，由直轄市、縣（市）主管機關定之。

第十七條

國民中學及其主管機關為輔導學生升學或協助學生適應教育會考之程序、題型及答題方式，得辦理模擬考，其辦理次數，全學期不得超過二次。模擬考成績不得納入學生評量成績計算；相關處理原則，依中央主管機關之規定。

前項模擬考，國民中學除自行或配合主管機關辦理外，不得協助其他機構、團體或個人辦理。

第十八條

公立國民中小學辦理學生學習評量相關事項，違反本辦法規定者，應依公立高級中等以下學校校長成績考核辦法及公立高級中等以下學校教師成績考核辦法對學校人員議處。

私立國民中小學違反本辦法規定者，直轄市、縣（市）主管機關應依私立學校法及相關規定處理。

第十九條

本辦法自中華民國一百十三年八月一日施行。

三、升學資訊

(一)台北市十二年國民基本教育資訊網，有詳盡的升學資訊，請家長多加利用。

<https://12basic.tp.edu.tw/>

(二)教育會考基本認識

項目	教育會考
法源依據	國民小學及國民中學學生成績評量準則
功能	可使每一位國三學生、教師、學校、家長、主管機關了解學生學習品質，並為下一學習階段(高中、高職或五專)做好必要準備。 國中可參酌國中教育會考評量結果，提供學生升學選擇之建議，輔導學生適性入學。可作為高中、高職及五專新生學習輔導參據。
施測對象	全體國九學生
辦理時間	115年5月16、17日(星期六、日)
科目	國文、英文(加考聽力)、數學(加考非選擇題型)、社會、自然及寫作測驗
題型	選擇題與非選擇題型
測驗難度	難易適中
計分方式	標準參照
結果呈現	國文、英文、數學、社會及自然評量結果分為精熟、基礎及待加強3個等級；寫作測驗分為一至六級分

四、114年度雙語及國際教育行事曆

項次	項目	實施時間	課程或活動內容
1	臺北市雙語課程學校 教育部雙語種子學校	全年	七-14節；八-14節；九-10節
2	英語檢測	1月、6月	七年級英語劍橋檢定、八年級多益普及測驗
3	七年級劍橋英語班	每週三第8-9節	七年級劍橋英語KET 1、KET 2各一班
4	英語話劇暨雙語成果發表會	12/26	八年級英語話劇比賽、七八年級雙語成果發表會
6	雙語公開觀課	9月-5月	配合相關課程進行
7	雙語節慶活動	10-12月	Halloween、Thanksgiving、Christmas...
8	韓國友校來訪	10月	入校接待
9	日本友校來訪	11月	入校接待
10	日本視訊交流	10-12月	配合相關課程進行
11	馬來西亞非同步課程	10月-3月	配合相關課程進行
12	馬來西亞友校來訪	5月	入校接待
13	出訪國際友校	暫訂4月	教育部國際教育交流計畫

歡迎聯絡我們：電話(02) 27924772

主任：200、教學組：201、註冊組：210、設備資訊組：204、課務組 203

臺北市立三民國民中學 114 學年度第 1 學期學校日

【學務處工作重點】 114.09.13

一、工作目標

- (一) 規劃多元、適性化的學生活動，鼓勵學生全方位發展。
- (二) 推動友善校園，落實法治、春暉、紫錐花、性別平等教育等政策。
- (三) 加強學生健康體能教育，推動健康促進活動，強化師生體適能。
- (四) 落實環境衛生保健工作，倡導環保節能、生態保育、傳染病預防、營養午餐等觀念。

二、工作內容

- (一) 實施品德教育及服務學習：從禮貌、尊重、互助、誠信、責任著手，貫徹學生生活教育及服務學習精神。
- (二) 推動學生亮點：開設多元社團，展現學生多元才藝長才，提供舞台展演機會，建立自信肯定自我。
- (三) 落實友善校園：鼓勵學生彼此以禮相待，尊重他人並要求自身言行舉止應合宜，營造友善氛圍。
- (四) 加強課間巡視及校外巡查：提昇學生學習風氣，特別留意校外安全死角，協請家長督促校外逗留遊蕩及交友情形。
- (五) 推動田園教育計畫：推動班級小田園及開心農社，學生實際體驗田園之樂及落實食品安全教育。
- (六) 推動環境教育計畫：利用校園環境自然環境資源優勢，推動環境生態教育，並結合自然環境景點參訪。
- (七) 推動 SH150 運動計畫：每週在校運動 150 分鐘，鼓勵學生利用課餘時間運動，培養強健體魄。
- (八) 成立多元優質校隊：
 - 1. 藝術類校隊：管樂團、醒獅大鼓社
 - 2. 體育類校隊：田徑隊、毬球隊、游泳隊、有氧韻律體操隊、滾球隊、*排球隊熱烈招生中
- (九) 校園事件窗口：性別事件申訴、霸凌申訴。

三、學務處重要行事活動一覽表

	活動名稱	參加對象/年級	時間	承辦單位
1	新生始業輔導	七	114/08/15	訓育組
2	HPV 疫苗在校接種	八	114/09/12	健康中心
3	教師節敬師活動	七、八、九	114/09/26	訓育組
4	臺北市學生音樂比賽	管樂團	114/10/20-22	訓育組
5	流感疫苗在校接種	七、八、九	114/10/23	健康中心
6	九年級校外教學(畢業旅行)	九	114/10/29-31	訓育組
7	九年級畢業照拍攝(個人、團照)	九	114/11/06	訓育組
8	教室布置評分	七、八	114/11/01	訓育組
9	第 40 屆校慶(運動會)	七、八、九	114/11/15	訓育組
10	校慶補假(停課 1 天)	七、八、九	114/11/17	三民國中
12	新生健康檢查	七	114/12/10	健康中心
13	班際體育競賽(桌球)	七	114/12/08-12	體育組

四、服務學習

十二年國教高中職免試入學之多元學習表現，「服務學習時數」列入計分。每學期服務滿6小時以上，可得4分，至少須做滿3學期。（時數以1學期為計算區間，不能跨學期累計時數；未滿6小時則不採計，也無法得分；上學期為08.01~隔年01.31、下學期為02.01~07.31），本校訂有實施要點並已施行，請關心孩子們的服務學習狀況，希望透過此項活動，讓孩子們學會付出，並從過程中培養更健全的人格！參與校外服務時，請記得先至學務處訓育組申請，方可進行。結束後，記得至「生涯領航儀表板」登錄服務時數，並交回學務處做最後審核才算完成，請貴家長務必協助督促，以免影響升學權益。

※歡迎聯絡我們：電話(02) 27924772

主任 300、訓育組 301、生教組 302、體育組 321、衛生組 322、

學務處網站資訊請參考，校隊、社團、各項活動皆有詳細介紹
<https://sites.google.com/smjh.tp.edu.tw/smjhsa/%E9%A6%96%E9%A0%81>



給家長的一封信

國中的孩子，外表像大人了，內心還是個孩子，有很多自己的想法，有時又盲目從眾，會不服家長的管教，但其實很需要家長您的陪伴。以下幾點宣導事項，懇請家長一起配合，家庭教育是重要的基石，有您的支持與陪伴鼓勵，使孩子在充滿愛的環境中成長。

壹、無菸拒檳防毒

一、無菸篇（校園禁菸、禁用電子菸及任何電子發煙器，部分以維他命棒廣告包裝）

1. 吸菸毒害：除了危害吸菸者肺部與其他器官的健康，製造出的二手菸更會嚴重影響他人。
2. 吸菸代價：除了買菸的錢，未來因治療吸菸所引發的疾病，會負擔可觀的醫療費用。在外觀上還可能產生皮膚老化、皺紋、青春痘、紅疹、落髮、手指(甲)&牙齒泛黃、蛀牙及掉牙等現象，影響自己的形象。
3. 醫療院所戒菸門診：
(1)衛生福利部國民健康署免費戒菸專線 0800-636363；
(2)各縣市衛生局(所)。

二、拒檳篇

1. 檳榔的危害：十個口腔癌患者中，有九個有嚼檳榔習慣。口腔癌會影響到口腔外觀、進食及寶貴的生命。
2. 檳榔引發的問題：嚼檳榔、檳榔西施等影響台灣國際形象，種植檳榔樹不利水土保持。
3. 只要有決心，戒菸戒檳非難事。

三、反毒害

近年來許多新興毒品包裝成糖果、咖啡即溶包等，混進青少年中，請家長務必注意孩子的交友情形以及精神狀態，以免毒品的危害。

貳、防疫疫情

- 一、近來新型冠狀肺炎、A 型流感（H7N9、H5N6）、流感、病毒性腸胃炎、腸病毒等校園傳染病流行，請大家做好自主健康管理如勤洗手、咳嗽戴口罩、打噴嚏時要用衛生紙或手帕遮住口鼻等；在校用餐勿交談，教室使用冷氣請打開門窗，以保空氣流通；注意家庭環境的衛生清潔；受病患污染物應立即更換，並以漂白水消毒環境或器物表面；若有疑似症狀，請立即就醫；落實生病不上課，並儘量在家休息，以降低群聚感染。
- 二、水痘發病學童應落實請假在家中休養，避免前往補習班、安親班及出入公共場所，與家中其他成員保持適當之距離，直到水痘完全結痂乾燥為止。
- 三、相關防疫措施可至衛生福利部疾病管制署 (<http://www.cdc.gov.tw>) 查閱旨揭傳染病最新疫情及衛教資訊，或撥打民眾疫情通報及諮詢免付費專線 1922(0800-001922)洽詢。
- 四、鑑於腸病毒為嚴重之疾病，受僱者如遇子女感染腸病毒，或家中子女因出現腸病毒確診個案致停課者(含公立幼兒園、補習班、兒童課後照顧中心及托嬰中心等教托育機構)，得向雇主請家庭照顧假，雇主不得拒絕，受僱者如因此致權益受損者，可電洽諮詢專線市民熱線 1999 轉 7023，將依個案事實依法論處。

參、性別平等教育、防制霸凌、防制性剝削宣導

- 一、性別事件、霸凌事件通報窗口:學務處生教組。
- 二、臺北市性別平等教育網 <https://www.gender.tp.edu.tw/cht/index.php>
反霸凌網站資訊 <https://antibullying.children.org.tw/>
- 三、請家長協助注意孩子的網路交友情形，現今許多網路事件演變為網路霸凌、性剝削事件。(性剝削定義:係指下列行為之一:①使兒童或少年為有對價之性交或猥褻行為。②利用兒童或少年為性交、猥褻之行為，以供人觀覽。③拍攝、製造兒童或少年為性交或猥褻行為之圖畫、照片、影片、影帶、光碟、電子訊號或其他物品。)於實務經驗上，國中學生容易發生因網友/朋友要求自拍裸照、清涼照、親密照等在網路上到處流傳等事件。遵循四不保安全!!不拍攝!不引誘!不散布!不持有!

肆、教育部體育署 Sport Health 150 (SH150) 方案

- 一、SH150 為「臺北市中小學學生每週在校運動 150 分鐘實施計畫」，推動學生利用課餘時間每週在校運動 150 分鐘，增進各校學生每日在校身體活動的質和量，以提升體適能並培養規律運動習慣及技能。
- 二、請家長鼓勵孩子們假日多運動，養成規律運動習慣，有更健康的體魄。

伍、水域安全宣導

臺灣為海島國家，水上活動是熱門的遊樂選項，家長們若帶孩子從事水上活動，請務必選擇安全合格及有救生員的水域，也請家長特別提醒孩子，請勿自行跑至溪流、河邊等地方嬉戲玩水，多一分關心，多一份叮嚀，勿輕忽水域的危險性，及隨時注意孩子外出的動向，讓我們一起來為孩子的安全把關，避免溺水憾事發生。

陸、健促及環保宣導

- 一、健康體位
 1. 良好生活作息，睡滿 8 小時。
 2. 鼓勵學生多吃蔬菜、水果。
 3. 每天用電腦、看電視、玩電玩、打電話不超過 2 小時
 4. 天天運動 30 分；
 5. 每天喝 1500-2000CC 的白開水，少喝含糖飲料等。

二. 口腔保健

1. 蛀牙要治療，不然小毛病不解決，累積成大問題。
2. 飯後先漱口，再刷牙。
3. 使用牙線等輔助工具，減少對牙齒傷害，提高刷牙效果。
4. 每半年要洗牙一次，去除牙結石，順便檢查牙齒，預防保健。
5. 請同學在校準備一套刷牙工具，請保健股長午餐後提醒同學刷牙，且每個月月底要記得繳交”刷牙統計表”至健康中心。

三、禁用一次性及美耐皿餐具

1. 幫孩子自備環保水杯，鼓勵在校多喝白開水白開水便宜，就碳足跡而言，白開水排放的溫室氣體少很多，且學校會定期加強飲水機的水質檢驗。
2. 留心孩子的飲食習慣，鼓勵在校用餐學校午餐符合衛生相關規定，並有午餐食材登錄平臺追蹤食材來源。
3. 自備餐具，落實生活教育請家長引導或協助孩子準備可重複使用符合安全標準 304 不銹鋼餐具。

陸、感恩惜福零剩食，聖食大作戰！

- 一、關心孩子的飲食健康，一天至少有一餐（消夜也可以喔！），把握時間與孩子邊吃邊聊聊。
- 二、和孩子一起了解食物的珍貴、得來不易，世界上有許多地區因天災人禍飲食匱乏、營養不良而導致許多人死亡，以及家長辛勤工作來養育子女之不易。
- 三、愛就是把飯菜吃光光！飲食均衡，健康有活力，課業與各項活動都精神十足有好表現喔！

9招. 減塑生活

- 1 攜帶可重複使用的袋子
- 2 攜帶可重複使用的水瓶
- 3 攜帶自己的杯子
- 4 用可重複使用的容器裝餐點
- 5 向一次性的塑膠吸管與餐具說「不」！
- 6 別再使用塑膠製的袋子
- 7 在店內「慢食」
- 8 用玻璃瓶儲存剩下的食材
- 9 與您的朋友分享減塑生活妙招

減塑多健康

#拒絕一次性用品 #歸綠的生活

WWW.LESSPLASTIC.CO.UK

內政部消防署

水域安全防護網

多一分準備 少一分危險

選擇有救生人員值勤的水域從事水上活動，並聽從救生人員指揮。

避開危險區域

若發現水域有人溺水，應大聲呼救請求支援，並打119向消防單位求援，切勿自行貿然下水施救。

危險水域 禁止游泳 No swimming

大聲呼叫 撥打119

穿戴救生衣

如遇颶風、大雨等特殊情形，切勿冒險從事水上活動。

評估天氣

設有「禁止戲水(游泳)」或「水深危險」等限制標誌的區域，禁止戲水。

評估天氣

評估天氣

臺北市立三民國民中學 114 學年度第 1 學期學校日

【總務處工作重點】114.09.13

一、重要業務

- (一)目前**修建工程**：民生樓結構補強。
- (二)**校園安全維護**：警衛巡查、機械及定點保全及監視器【家長來賓請於警衛室更換識別證】
- (三)**各項設備保養維修**
 - 1、**冷氣**：全校冷氣每年於使用前由專業廠商進行機器及濾網全面清洗及保養，維護師生健康。
 - 2、**飲水機**：全校 19 座冰溫熱水飲水台，由專業廠商定期維護：進行管路清洗及濾心更換，每三個月抽樣檢測個別飲水台，依規定留存紀錄，並加裝漏電斷電系統，以確保飲用水之安全。
 - 3、**消防系統**：專業廠商每年維修、檢測及申報，並依滅火器之年限更新換藥。配合學務處防火防災宣導，教導師生正確使用滅火器及逃生演練，以增強危機意識，確保師生安全。
 - 4、**頂樓水塔及地下蓄水池**：依採購法規定，招標認證合格之優良水塔清洗業者，分別於每年 2 月及 8 月，學期開學前做水塔及水池清洗及維護，餘氯採樣，以確保飲水安全。
 - 5、**消毒防疫**：定期全校消毒防疫工作。
 - 6、**班級公物**：師生主動報修或事務人員不定期抽查各班公物設施，如有缺少或損壞情形，查明原因並作適當處理。

二、宣導事項

- (一)**學生繳費(四聯單、三聯單)**：使用校園繳費系統建立繳費單，以不印製紙本繳費單為原則，家長可使用親子綁定、下載酷課 APP 校園繳費系統接受推播，以悠遊付、Pay.Taipei、ATM、網路銀行、銀行 APP、信用卡等多元管道進行繳費，或持學校印發之紙本繳費單，於期限內至銀行、超商臨櫃等方式繳款。
- (二)**落實「節能減碳政策」**：依據臺北市政府市政會議決議，自 96 年度起各機關學校須達成每年減少 2 個百分點的用電量，已進行蒸飯箱減量、午餐熄燈節能、隨手關閉電源及水源等措施以落實節能減碳觀念。
- (三)**鼓勵學生服務學習**：學生可報名義工隊，利用課餘時間整理校園（雜草拔除、落葉及垃圾清除、場地布置等），充實公共服務時數。
- (四)**落實防災教育工作**：每學期辦理複合型防災教育宣導演練，加強學生避難逃生基本應變能力，共同防範災害發生，確保生命財產安全。

三、班級冷氣

- (一)**感謝家長會辛苦募款為各班教室安裝獨立空調**，已於 108 學年開學安裝完成正式啟用，早於政府班班有冷氣計畫(109 年 7 月)。
- (二)各班冷氣電費依教育局 111 年 2 月 9 日北市教中字第 11130282031 號函，111 年度開始每天 8:00~17:00、教室內溫度高於 28 度可使用冷氣，不收取費用，各班以插卡方式啟動冷氣機，惟不扣除儲值卡內金額。其他時間如需使用冷氣，各班級自行儲值冷氣使用費。

四、校園開放：操場開放時間為清晨 5:30-7:00 及下午 5:40-9:00，另可付費租借室內球場(羽球場及籃球場)，有興趣者請洽詢事務組。

五、停車位租用：夜間及假日開放部分車位供里民租用停車，有興趣者請洽詢事務組。

六、志工招募：本校校地寬廣，綠地多，邀請對園藝設計、花木維護有專長的家長，共同投入校園美化綠化的工作，共同守護美麗的校園！

七、非營利幼兒園：由唐氏症基金會辦理非營利幼兒園，名為「三民亦禮非營利幼兒園」。連絡電話：2796-8321。

※歡迎聯絡我們：電話（02）27924772

主任 400、出納組 401、文書組 402、事務組 403

臺北市立三民國民中學 114 學年度第 1 學期學校日

【輔導室工作重點】114.09.13

一、學生活動

- (一)教育宣導活動：於學生班(週)會、朝會進行生命、性別平等教育、人際溝通、生涯發展、多元文化、升學進路、適性入學……等主題宣導活動。
- (二)生涯發展教育：透過課程、測驗及參訪或實作體驗活動協助學生自我探索、生涯覺察以及生涯探索與進路選擇。協助學生建立生涯檔案、適性升學。
- (三)技藝教育課程：提供 9 年級職業性向明顯的學生選讀技職教育職群類科試探學習，以作為升學科系的選擇的參考。
- (四)特需學生輔導：提供資優或身心障礙特殊學生鑑定、課程、安置、轉銜與升學輔導。
- (五)學生個案輔導：引進認輔教師、校內輔導系統，社服機構、醫療體系等校外輔導網絡。
- (六)中輟預防計畫：強化學生中輟復學輔導措施以達成全校「零中輟」目標。
- (七)小團體輔導：針對特定類型的學生議題進行小團體活動。
- (八)自我挑戰課程：多元獨特課程提供學習及生活上想作更多嘗試的學生另一種可能。

二、家長活動

(一)家長人力資源庫建立

志工家長招募：定期或不定期協助學校入班晨讀活動、圖書館整理、學生健檢、校園景觀美化、活動支援等。

(二)家長參與學生輔導

1. 二代校務行政系統：登入系統，關注貴子弟在校各項學習，提供生涯輔導建議。
2. 生涯大師出馬：114 年 12 月 12 日(五)下午，邀請家長擔任學生活動講座，分享工作及生涯點滴，開啟學生對工作世界的想像。

(三)專題講座：學期中辦理，相關訊息請留意輔導室邀請通知。

1. 親職講座：提供家長教養知能，強化親子關係提升家庭功能。
2. 升學輔導講座：提供升學資訊，並提供個別諮詢。

(四)網路資源：

1. 國中教育會考(cap.rcpet.edu.tw)，提供 114 年會考相關資訊。
2. 國中畢業生適性入學宣導網站 (shs.k12ea.gov.tw/site/adapt-k12ea)：提供十二年國教相關內容、適性入學及學制介紹等。
3. 天下雜誌親子天下網站(www.parenting.com.tw)：提供各項主題專欄，教育趨勢、家庭與生活、閱讀、人物專題……等，供家長參考並掌握新知。
4. 關注學校網站(www.smjh.tp.edu.tw)及 Facebook 三民國中粉絲團(reurl.cc/8Xoyvy)，掌握學校最新動態。

(五)三民家長交流道 LINE 群組：line.me/R/ti/g/tHf66PDRoy

三、教師活動

- (一)認輔方案：邀請校內教師參與認輔工作，提供學生更多的個別關懷。
- (二)教師研習：備課週或不定期辦理教師輔導知能研習、學期間提供輔導研習資訊。

聯絡我們：電話 (02) 27924772

主任：500、輔導組：501、資料組：502、特教組：521



親職相關資源

◆◆校內◆◆

1. 每學期校內辦理一次親職講座。
2. 學校首網不定期公佈北市親職教育的研習或活動，歡迎各位家長參加。

◆◆校外◆◆

(一) 親職教育資源



臺北市家庭教育中心 4128185

以電話晤談方式討論個人在生活上所遇到的婚姻、親子關係、家庭關係或個人困擾；並辦理各式婚姻、親職講座和小團體課程。

臺北市學生輔導諮商中心
諮詢服務專線 2563-0116



超過100個親職課題，透過簡單易懂的條列式小提醒，幫助家長輕鬆學習親職教育知能及技巧。

臺北市家庭暴力暨性侵害防治中心
2361-5295分機226、227

(二) 心理健康

- ◆ 臺北市社區心理衛生中心諮詢專線 (02)3393-7885(請幫幫我)
- ◆ 衛福部安心專線 1925 (諧音：依舊愛我)
- ◆ 生命線 1995、(02)2505-9595
- ◆ 聯合醫院松德院區心情專線(臺北市) (02)2346-6662
- ◆ 衛福部男性關懷專線 0800-013-999
- ◆ 張老師專線 1980

(三) 社會福利

- ◆ 衛服部福利諮詢專線 1957
- ◆ 臺北市社福中心 內湖區 2792-8701 提供民眾各類福利訊息諮詢及轉介服務。
- ◆ 外來人士在臺生活諮詢服務熱線 1990

(四) 資訊安全素養網路資源：

- ◆ 中小學資訊素養與認知網 <https://eliteracy.edu.tw/>
- ◆ 教育部網路守護天使3.0 <https://reurl.cc/eOX26m>
- ◆ 台灣展翅協會網路新國民 <https://www.smartkid.org.tw/>
- ◆ iWIN 網路內容防護機構 <https://i.win.org.tw/>