

新北市立五峰國民中學 110 學年度「家長日」學務處宣導事項

家長是學校教育的重要合夥人，每位孩子背後都有一雙支持的手及一顆奉獻的心，陪他們走過成長的每個階段，感謝各位家長支持與奉獻，在新學年新開始之際，期盼我們親師一起用愛並攜手營造一個安全無威脅、和諧包容、積極進取的學習環境，陪伴孩子走過國中狂飆期的成長階段，以下學務處列相關的措施懇請家長支持、配合：

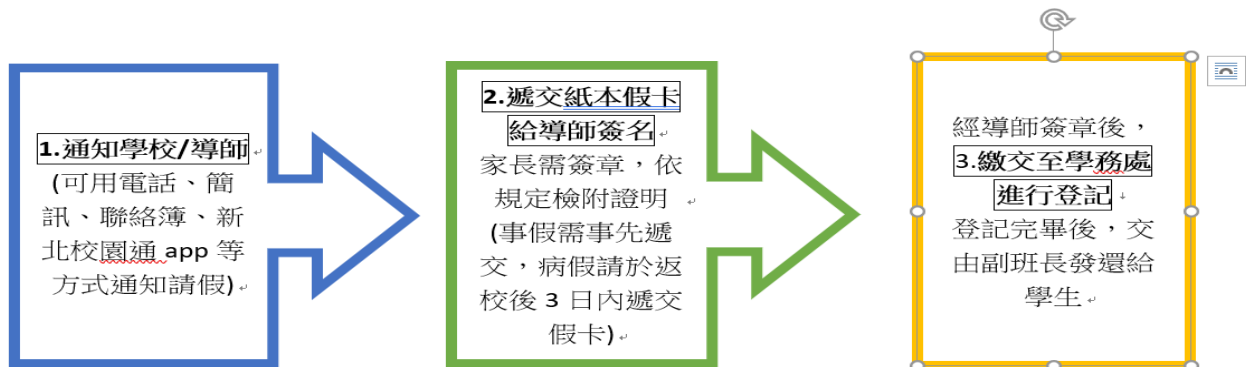
一、**學生事務**

- (一)請鼓勵孩子參加學校辦理的各項藝能活動，展現多元才藝之學習成果。
- (二)學務處協助辦理「仁愛基金」、「教育儲蓄專戶」、「午餐減免」、以及「教育部學產獎學金」各項急難救助業務，若家長需要申請可與導師聯繫，由導師轉介學務處提出申請。(各項補助申請條件不同，可親洽學務處課外活動組諮詢)
- (三)上放學時段，敬請家長接送孩子時協助配合，提供「家長接送區示意圖」(如附件一)。
- (四)中興路前門、大新街後門，開放時間為早上 7:00~7:30，下午 16:50~17:10。
因後門道路狹小，請開車的家長從前門接送，以免影響交通遭民眾檢舉。
- (五)體適能和服務學習已納入 12 年國教超額比序升學計分(如附件三、四)：請家長注意孩子服務學習時數情況，五學期至少需三學期完成服務學習，每學期完成六小時以上服務時數，並多鼓勵孩子全力以赴參與體適能檢測。
- (六)天氣炎熱，請家長注意孩子戲水之安全，附上水域安全宣導(如附件五)。
- (七)體育課程安排以個人技能為主，減少體育器材共用，並確實做好消毒。
- (八)體適能測驗及各項班際競賽是否辦理待教育局指示，以安全為第一原則。
- (九)新北市政府明定學校等機關禁用一次性餐具(即免洗餐具，例如：早餐店或便當店提供的紙杯、塑膠杯、紙餐盒等)，請家長協助孩子配合一起愛護地球做環保，謝謝。
- (十)請各位家長鼓勵孩子餐後在午餐隔板內進行潔牙以維護口腔健康。

二、**掌握最新消息**：各處室重要訊息於**本校網站**(<http://www.wfjh.ntpc.edu.tw/>)「本校重要公告」，歡迎上網查詢，而**家庭聯絡簿**也是重要訊息傳達管道，提醒您每日查閱孩子的家庭聯絡簿，多與導師保持聯繫。

三、**留意上學、返家時間**：敬請家長讓孩子於 7:00-7:30 到校，因在上學途中及校園內皆有安全疑慮，提醒孩子也不要遲到。懇請家長持續關心孩子的生活作息與在校學習情形，務必留意每日到校(早出門但在校外逗留)與返家(放學後逗留於公園或網咖)的時間，以及每日的出缺勤狀況，如有異常狀況，請與導師、學務處聯繫。

四、**請假方式**：



3. **中途離校者**：學生臨時因病(事)需中途離校，請孩子告知導師並聯絡家長，填妥「外出三聯單」並由**家長接回**方可離開學校，隔日持「請假卡」補辦請假手續。
- 五、**服裝儀容**：以安全、清潔、健康為原則。敬請家長當孩子出門前盡量看一下他的穿著，孩子出現偏差行為，通常從服儀開始。期待各位父母師長我們一起輔導提醒孩子（相信孩子必然氣質出眾、彬彬有禮），並引導孩子的創意發揮於藝能學科，非僅於外在奇異的裝飾。
- 六、**手機使用規定**：學生於上學期間及學校區域內不得使用行動電話，為避免干擾教師教學及影響學生學習，若特殊情況需要，可由家長**提出申請並經核准後**可攜帶，到校後由專人集中保管（行動電話為關機狀態，且不得發出任何聲響）；急需與家長聯絡，經導師同意後可在導師辦公室內使用。（請參閱附件二）
- 七、**家長自送飯盒**：家長於 11:50~12:05 從中興路校門（前門）進入，放置於警衛室置物架即可，或者依照本校規劃之送餐區等待學生前來取餐。敬請家長利用學校營養午餐的訂購服務，如有問題，學校可立即處理，必要時可向廠商求償。留意孩子自理午餐部分，勿訂購外面餐盒（新北市政府明定學校等機關禁用一次性餐具），既沒有保障又衍生許多問題。
- 八、**上放學交通路線**：目前中興路校門（前門）、大新街校門（後門）開放時間為早上 7：00~7：30，下午 16：50~17：15，騎單車上學者請從後門進入，並將自行車牽至自行車停車棚停放整齊，**請戴安全帽，不可雙載**。
- 九、**中興路正門家長接送區**：如下圖一
汽車接送請由此門，並請暫停於學校大門左右兩側二十公尺之外，下車及車輛起步左行時請注意後方來車。
機車可於門口暫停讓學生下車，比較安全。
地下停車場出入口、大門口禁止暫停車輛，也請勿在此接送學生。依教育局函文提醒家長，學校周邊家長接送區域為**禁菸區**，稽查人員會不定期查察並開罰。
- 十、**大新街後門家長接送區**：如下圖二
大新街後門接送區多為機車接送，汽車請勿在此停留接送學生，會有民眾檢舉違規，請家長多加小心。

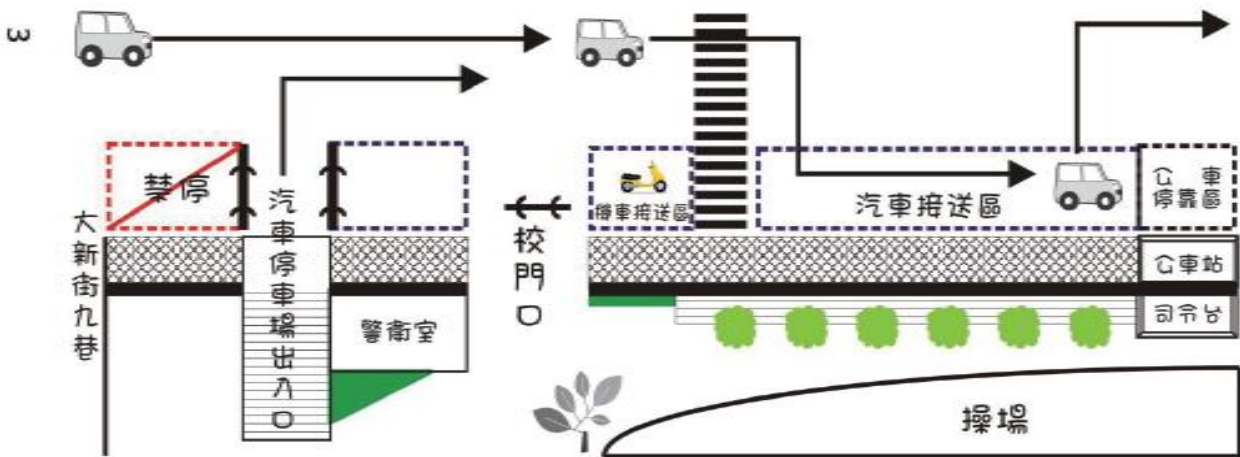
中興路正門家長接送區

◎說明：

- [illegible]



馬路如虎口，勿貪一時之快，而遺憾終生；多一點耐心，就多一份安心；五峰國中所有人員的交通安全，需要你我的共同努力，感謝大家的配合！



大新街後門家長接送區



附件二

學生校內攜帶行動電話管理要點

壹、依據：新北市政府 99 年 2 月 10 日北教特字第 0990117502 號函辦理。

貳、目的：為維護學校教學秩序，促使學生在校專心學習並兼顧學生與家長聯繫管道暢通，並培養學生自律及遵守團隊規範。

參、申請程序：於每學期由家長簽署同意書後，陳請導師及學務處同意後使用。

肆、使用時間：行動電話使用時段為：一、進入校園前。二、離開校園以後。

伍、管理方式：

一、禁止使用時段一律關機。

二、上課期間，家長臨時有事需要聯絡同學時，請一律打電話到學務處（電話為 29151264 轉 216）或導師辦公室，當學務處接到家長來電時學務處人員會知會導師或通知同學。

三、不得利用學校電源實施行動電話充電。

陸、違規處置：

一、凡違反上述規定者，經勸導後再犯記警告 1 次，累犯者記過處分，並代為保管後通知家長領回。

二、其他未按規定使用行動電話（例如：偷拍、錄音、上網、打電動、聽音樂…等等），依違規情節輕重給予處置。

三、利用行動電話作為聚眾滋事之聯繫工具者，記小過以上處分。

柒、其他：

一、在校外公共場合使用行動電話時，不得大聲喧嘩與口出穢言。

二、行動電話屬於貴重物品，如有需要帶行動電話者，必須妥慎保管，遺失自行負責。

捌、本管理要點經校務會議討論通過，並經校長核定後實施，修正時亦同。

新北市立五峰國民中學服務學習實施計畫概要

一、辦理時間：

- (一)班(週)會、社團(聯課)活動、早自習、午休時間或其他在校時間。
- (二)假日或課後適當時間。

二、實施內容：

- (一)學校每學期規劃每位學生六小時以上之服務學習活動(如寒暑假到校做環境打掃，每班原則上於寒暑假將會返校打掃1~2次，每次3小時)。由行政單位規劃並經服務學習工作小組會議通過之服務學習活動。
- (二)每位學生須把服務時數登錄於國中學生生涯輔導紀錄手冊或服務學習紀錄卡。
- (三)學生每次參加服務活動，均應取得服務主辦單位或服務對象(承辦人)之證明章記，或服務時數證書。
- (四)參加校外服務學習，須依服務單位性質，於一週前完成以下申請流程：
 - 1.經本校認可且公告於校網服務學習專區網頁之單位，經家長同意後填寫申請書(小張)，向導師完成申請即可。
 - 2.未經本校認可公告之服務單位，家長及導師同意後填寫申請書(大張)，應依程序完成核章。
 - 3.完成服務學習後攜帶申請書、服務學習紀錄卡及認證單位時數證明以及服務照片兩張至學務處進行覆核。
- (五)以班級或社團等團體模式參加校外單位服務學習活動，應依本校校外教學規定，須有二位家長陪同參加。
- (六)各領域、社團、班級可另規劃服務學習活動並向承辦單位提出申請實施。
- (七)各學期服務學習實施項目及時數等細項由服務學習工作小組討論後公告實施。

三、認證與登錄：

- (一)學校規劃之服務學習課程或活動，由學校各承辦單位認證，再由學務處覆核。
- (二)非學校規劃之服務學習課程或活動，由服務機關(構)、法人、經政府立案之人民團體發給服務學習時數證明，且需登錄於國中學生生涯輔導紀錄手冊或服務學習紀錄卡，並經學校相關接洽單位覆核。
- (三)俟學期末學生將國中學生生涯輔導紀錄手冊或服務學習紀錄卡自行統計後交予各班導師，由導師確認無誤後將服務時數輸入於校務行政系統。
- (四)寒暑假服務學習時數登錄，依學年度上下學期起迄月份計算。
- (五)其他身分學生
 - 1、非學校型態學生由設籍學校進行服務時數認證。
 - 2、重考生則由原畢業學校進行服務時數認證。
 - 3、轉學生於轉學前已完成服務學習，則由原學校進行服務學習時數認證；倘若未完成服務學習，則由轉學後學校進行服務時數認證。

四、輔導與獎勵：

- (一)對於參與服務學習有特殊需求或意願不高、表現不佳之學生，由導師、學務處或輔導處加強輔導。
- (二)依學生參與服務之表現，訂定獎勵措施，並予以表揚。
- (三)於期末執行活動成效檢討，辦理成果發表會及公開表揚。

五、本計畫經服務學習工作小組討論提校務會議通過後實施，修正時亦同。

附件四、體適能超額比序說明

本校為遵循部頒體適能實施計劃，配合本市國民中小學全面實施體適能檢測工作，一是檢測目前學生體能狀況，二是為了推展健康體適能，養成規律的運動習慣，而達到 **SH150** 健康體適能之目的。

*體適能檢測項目如下：

1、身體質量指數(BMI)計算公式：體重（公斤）÷身高（公尺 ² ）	
2、坐姿體前彎--柔軟度	4、立定跳遠--瞬發力
3、一分鐘仰臥起坐--肌耐力	5、跑走測驗--心肺耐力（女生 800 公尺、男生 1600 公尺）

* SH150 與 333 健康體適能（請家長陪同或鼓勵孩子一起運動）

除體育課程外，每周運動時數達 150 分鐘	每次運動至少三十分鐘
每週運動至少三次	每次運動量要達到心跳率（約 130 次/分）

免試入學 訂體適能門檻 仰臥起坐等 4 項計分 列超額比序

十二年國教將體適能納入免試入學超額比序項目，為避免標準不一引發爭議，教育部公布體適能計分門檻，在屈膝仰臥起坐、坐姿體前彎、立定跳遠及八百或一千六百公尺跑走四個項目中達到標準，超額比序時就可計分。

超額比序採計體適能分數門檻

資料來源：教育部

項目	男生				女生			
	13歲	14歲	15歲	16歲	13歲	14歲	15歲	16歲
▶肌耐力：1分鐘屈膝仰臥起坐(次)	29	30	32	33	23	22	22	23
▶柔軟度：坐姿體前彎(公分)	18	18	18	18	24	23	25	24
▶瞬發力：立定跳遠(公分)	148	165	175	180	120	122	125	127
▶心肺耐力：女800公尺跑走、男1600公尺跑走(秒)	676	659	619	578	316	323	320	311

附件五：水域安全宣導

水域安全宣導公告

學生從事水域活動的頻率較高，今年暑假期間已有多位學生不幸發生溺水死亡事件，究其原因多為「未選擇安全水域戲水」及「自恃會游泳而從事跳水或嬉鬧不經意推同伴下水等危險行為」，請家長們務必提醒您的子女於假期從事水域活動時，應留意「水上安全應從入水前開始」，讓我們一起來為孩子的安全把關。更多資料請參考「學生水域運動安全網」。

針對戲水安全的問題，應注意下列事項：

- 一、選擇安全地點(符合標準的游泳池、設有救生員)戲水游泳。
- 二、切勿前往未設救生員之開放水域戲水游泳。
- 二、戲水游泳時，應注意安全並避免危險行為。
- 三、應有家長陪同、隨時留意學童狀況。
- 四、學會水中自救。
- 五、留意天氣變化。
- 六、穿著合適服裝、不穿吸水衣褲。

有關暑期防溺緊急聯絡電話資料如下：

- 一、救災防護報案專線：119
- 二、海巡服務專線：118
- 三、報案專線：110
- 四、行動電話急難救助專線：112

「生命無價」！教育部再次呼籲並提醒家長，多一份關心，多一點叮嚀，切勿輕忽任何可能發生的危險，避免溺水事件悲劇再次發生，讓我們共同守護學生生命安全！

五峰國中關心您

110-1 年度五峰國中「家長日」健康中心說明事項

1. 健康中心 110-1 學年度 7~9 年級學生健康相關活動(活動因疫情做滾動式修正)

活動日期	活動名稱	承辦護理師
9/7-10/31	全校身高視力體重測量	竹安
9/23(四)	7 年級尿液 初檢	竹安
9/30(四)	BNT Covid-19 疫苗(第一劑)	于真
10/13(三)	7 年級尿液 複檢	竹安
10/22(五)	8 年級子宮頸疫苗接種日(第二劑)	竹安
11/2(二)	7 年級健康檢查	竹安

➤ 後續疫苗接種:流感疫苗、BNT Covid-19 疫苗(第二劑),承辦護理師(于真)會再公告時間。

2. 健康中心業務說明:

(1) 全校學生身高/體重/視力篩檢:(請家長配合的事項)

- 每學期期初健康中心會幫學生測量身高/體重/視力篩檢,發下視力健康檢查複檢與矯治回條給學生,收到複檢矯治單者請家長於 2 週內帶孩子去醫院或診所複檢並繳回條,黃金矯治期很重要,延誤了影響一輩子就會造成遺憾喔。
- 依照教育部規定〈無論是否已配戴眼鏡者〉只要一眼裸視 <0.9 的學生一律發下視力不良通知單,請家長協助帶學生至眼科診所檢查(強調不可去眼鏡行檢查,因為不是由醫師檢查喔!! 請把珍貴的眼睛,交給專業的醫師喔!!)
- 鼓勵學生定期視力/口腔就醫的習慣,可利用寒暑假時間至眼科醫療院所,避開開學後的人潮;主動請醫師將檢查結果填寫在診所的複診單上並請醫師蓋章後,於開學後繳回健康中心即可。(健康中心鼓勵寒暑假定期檢查,養成自主健康習慣)
- 早晚及餐後潔牙、半年一次定期牙科檢查很重要。加強學童齲齒不良篩檢,以早期發現、早期治療,並能養成正確牙齒保健習慣。
- 生長遲緩的學童,收到健康中心異常通知,需至大型醫院的新陳代謝科或內分泌科詳檢,以免遺憾終身。

(2) 七年級新生會在校執行新生健康檢查:

- 9/23(四)為尿液檢查日,9/22(三)中午會集合內掃股長,預先發下檢驗尿管
- 11/2(二)為7年級健康檢查,屆時會發下注意事項醒,當天請勿請假。
- 檢查費用由新北市政府編列預算支付,若有不同意或僅部分同意檢查者,家長必須自費帶去醫院依教育局規定項目完成檢查並於期限內繳交檢查結果報告回學校

3. 學生平安保險:

- 110 年度由國泰人壽承保學生團保。醫療收據總額扣除不保項目(掛號費、診斷書費)後,若小於自付額 500 元則無理賠。(開學後發下學生團體保險家長通知書)。
- 教育部補助專案簡要說明:學生若有下列(低收入戶、中低收入戶、或其他特殊情形,理賠資料須附上證明文件影本。))。
- 保障期間為入學當年的 8/1 至國中畢業後當年的暑假 7/31 止。保費於開學註冊之學費繳費單內一起繳交,政府負擔一部分/家長負擔一部分,因此請家長每學期的學費要準時繳交,學費拖延繳交的話會影響其他人的權益。
- 意外傷害之急/門診、住院均可申請、外科疾病則須有住院才可申請;
要先向健康中心拿申請書填妥完整後再備齊相關文件(包含 1. 診斷書正本、2. 收據正本、3. 存摺封面影印本、(當存摺受益人是學生本人,需附上 4. 戶口名簿影本))送至健康中心。除特殊案件外,依學保理賠流程理賠金額通常會在資料送出之後的 4 週內匯

入該帳戶。

►如貴家長有疑問請撥打國泰學保免付費專線:0800-036-567 (8:30-17:30)

4. 衛生宣導：

(1) 為防範嚴重特殊傳染性肺炎擴散及維護校園健康，提醒教職員工落實防疫措施：

根據中央流行疫情指揮中心表示，目前國外疫情尚仍嚴峻，國內近期仍有新增感染源待釐清個案，提醒教職員工生務必遵守以下防疫措施，以落實個人基本防護：

(一)請維持安全社交距離(室外 1 公尺、室內 1.5 公尺)，如無法維持，應配戴口罩。

(二)遵守個人衛生禮節，以及勤用肥皂洗手，以保持手部清潔。

(三)倘有發燒、呼吸道症狀、嗅味覺異常或不明原因之腹瀉者，請儘速就醫，並在家休養。

(四)校內集會場所，如圖書館、體育館、會議室及特殊教室等密閉空間，務必保持室內通風；開冷氣教室應於教室對角處各開啟一扇窗，每扇至少開啟 15 公分，並加強使用前、後消毒工作。

(2) 發燒不入校園：有些疾病的發燒會斷續燒退燒退 3-5 天，且發燒期間細菌及病毒的濃度最高、傳染力最強，通常建議應退燒後滿 24 小時未再發燒才可到校，讓孩子能獲得充分的休養才恢復得快，也避免造成班上同學的群聚感染、影響其它家庭的不方便。

►建議家長幫孩子準備至少 3-5 片外科口罩在書包，並隨時補充或更換，以做為防疫備用。

(自己孩子臨時生病、或別人孩子生病且坐在妳孩子身邊，小孩在書包隨手就可以取得口罩保護用)

►退燒 24 小時後返校仍為生病期間，應請學生戴口罩到校上課避免交互感染。

►若醫師診斷、疑似流感、腸病毒、諾羅、水痘、疥瘡、頭蝨、腮腺炎、猩紅熱，請第一時間致電健康中心以便讓學校做好班級新增個案管理及班級環境消毒。

(3) 請老師提醒學生務必養成吃早餐及帶水壺、帶隨身毛巾及不熬夜的好習慣喔

(4) 〈依據學校衛生法第十五條、學校衛生法施行細則〉辦理。健康中心任何內服藥物(例如：退燒藥、感冒藥、止痛藥…等藥物)或侵入性醫療行為。只能提供基本的在校期間突發性意外受傷之傷口基本換藥及相關衛教。如遇到學童有身體不適(例如：發燒、腹痛、腹瀉、頭痛、頭暈、生理痛)之情形需麻煩家長到校帶回就醫。

迷思一

視力1.0表示眼睛沒問題

舊有的觀念，學校有發回條再去檢查就好，沒事不用去看眼科。

即便視力1.0，仍不代表當下、未來或半年內不會發生近視，最好能定期帶給眼科確認度數變化。要先能得到度數資料，可以提早發現先天視力問題，早期介入治療。

迷思二

不看電視等於不近視？！ 怕近視乾脆都不要看書了

沒讓孩子看電視，為什麼我的孩子還是近視了？
甚至有人說，要書讀得好，怎可能不近視？

別忽略！孩子在家沒看電視，

卻做更多**近距離**用眼的事！

看書不會近視，

看書**“不休息”**會近視

對抗近視，善用工具

中斷用眼
長時間out!

保持用眼距離
近距離out!



電子式計時器

3010中醫用版
30分鐘休息10分鐘



舉著視力矯正器

保持視力矯正器
防止書桌傾倒



調整器

保持正確位置及方式
防止手鬆致使傾倒



遊戲桌椅

玩玩具也該調整桌椅
避免趴坐在地上

視力值不等於度數

來源：視力保健新觀念

一般來說6歲以前的小孩有80%都有**輕微的遠視**
每個孩子的眼球裡都有一個秘密帳戶
散瞳後的遠視餘額，就是他對抗近視的珍貴籌碼

您多久幫孩子的眼球查一次存款？



造成近視問題在於 長時間和近距離用眼

近距離用眼 (35cm以內)

閱讀、寫字、3c產品、玩積木拼圖、小玩具、畫畫...等。
(兒童身高矮，手長較短，以至於上述都是近距離用眼)

遠距離用眼

戶外運動、看電視(距離2-3公尺)、電影院、做家事、走路上學...等。



越早罹患近視，越容易成為高度近視，請務必定期追蹤，配合醫師配鏡及點藥...等治療。

學生每年近視增加幅度

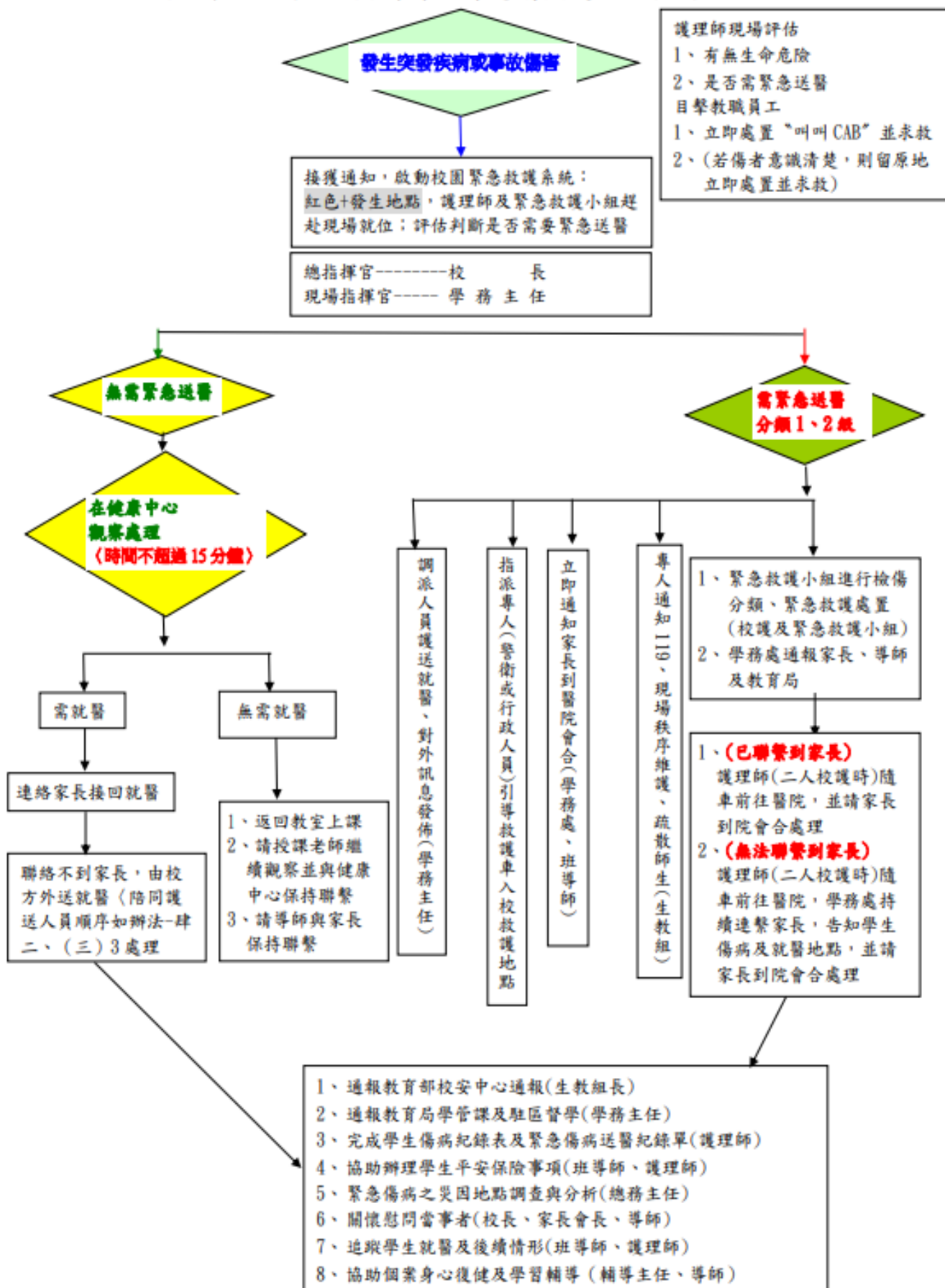
單位：度/年



孩子的健康未來
需要我們一同守護
請掃描QRcode
高度近視宣導影片

6. 「師生緊急傷病處理辦法」(依新北市教育局 108 年 12 月 23 日新北教體衛字第 1082377622 號函辦理，訂立教育部主管各級學校緊急傷病處理準則)

新北市立五峰國民中學學生緊急傷病處理流程圖 (表二)



急症傷害分類及處理表（表三）

嚴重度	極 重 度：1 級	重 度：2 級	中 度：3 級	輕 度：4 級
迫切性	危及生命：需立即處理	緊急：在 30-60 分鐘內處理完畢	次緊急：需再 4 小時內完成醫療處置	非緊急：簡易傷病處置與照護即可
臨床表徵	<p>死亡或瀕臨死亡。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 心搏停止、休克、急性心肌梗塞、疑為心臟病引起之胸痛、心搏過速或心室顫動 2. 昏迷、意識不清、對疼痛無反應、低血糖 3. 呼吸窘迫、呼吸道阻塞、連續性氣喘狀態 4. 頸（脊椎）骨折、高處摔下，長骨骨折、骨盆腔骨折 5. 溺水 6. 重度燒傷 7. 癲癇重積狀態 8. 嚴重創傷：無法控制的出血、如車禍、肢體受傷合併神經血管受損、大的開放性傷口、槍傷、刀刺傷等。 	<p>重傷害或傷殘。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 骨折、撕裂傷 2. 眼部灼傷或穿刺傷 3. 動物咬傷 4. 氣喘、呼吸困難 5. 中毒（含食物中毒） 6. 腸阻塞、腸胃道出血、闌尾炎 7. 強暴 	<p>需送至校外就醫。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 脫臼、扭傷 2. 切割傷需縫合 3. 輕度腹痛 4. 輕度損傷 5. 單純性骨折無神經血管受損者 	<p>經擦藥、包紮、休息即可繼續上課者。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 擦傷、切割傷、抓傷、穿刺傷 2. 挫傷、腫脹、跌傷、打傷、瘀血 3. 灼燙傷、凍傷咬傷 4. 流鼻血等
學校處理流程	<ol style="list-style-type: none"> 1. 到院前緊急救護施救。 2. 撥 119 求救。 3. 啟動校園緊急救護系統。 4. 通知家長。 5. 指派專人陪同護送就醫。 6. 視需要教務處派人代課。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 供給氧氣、肢體固定或傷病急症處置。 2. 撥 119 求援或打電話給距離事故地點最近之責任醫院與急救醫院。 3. 啟動校園緊急救護系統。 4. 通知家長。 5. 指派專人陪同護送就醫。 6. 視需要教務處派人代課。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 傷病急症處理。 2. 啟動校園緊急救護系統。 3. 通知家長。 4. 由鄰近醫療院所處置即可。 5. 由家長自行送醫，若家長無法自行處理，則需指派專人陪同護送就醫 6. 視需要教務處派人代課。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 簡易傷病急症照護。 2. 擦藥、包紮、固定或稍做休息後返回教室繼續上課。 3. 有傷病情況發生時，請導師務必以通知單、聯絡簿或電話告知家長。 4. 不需啟動學校緊急傷病處理流程亦不需通報，僅需知會級任老師。