

基隆市立南榮國民中學 112 年度
親職教育活動手冊

112.10.06

NRJH



教育與教養沒有捷徑

唯有用時間關懷與陪伴孩子

目錄

一、活動計畫	2
二、教務處報告.....	3
▶基隆市國民中小學學生成績評量補充規定、補考實施要點.....	6
▶基隆市國民中小學常態編班办理流程及要點.....	10
▶基隆市立南榮國民中學 110 學年度辦理實驗教育入(轉)學要點.....	12
▶111 學年度國中教育會考及全國高級中等學校與專科學校五年制適性 入學重要日程.....	13
▶資安宣導、南榮國中科技特色.....	14
三、學務處報告.....	16
▶生活教育宣導.....	16
▶體育衛生宣導.....	31
四、輔導室報告.....	39
▶基隆市立南榮國民中學度技藝教育課程實施說明	40
▶基隆市立南榮國中推動「十二年國民基本教育—適性輔導」工作要點	41
▶特殊教育宣導.....	42
▶網路文章分享(親職、生命、性平).....	49
▶性侵害、性騷擾、性剝削防治宣導.....	52
▶家暴防治、諮商服務宣導.....	62
▶基隆市家庭教育中心、基隆市心衛中心聯絡資訊.....	63
▶親子相處的恆溫妙方.....	64

基隆市立南榮國中 112 年度親職教育活動實施計畫

壹、依據：本校輔導室年度工作計畫

貳、目的：

- 一、增進家長親職教育知能，建立良好的親子關係，發揮家庭功能。
- 二、經由親師合作增進學生身心健全發展，預防青少年不良適應行為之產生。
- 三、加強學校與家庭之聯繫，協助家長了解孩子的學習狀況，發揮親師合作的教育功能，並促進家庭與學校間的和諧關係。
- 四、結合進學禮活動，展現教學成果，增進親師良性互動，促進家長對學校教育的重視，並期能結合社會資源，共同推動學校教育，發揮輔導功能，以提昇教育品質。

參、實施時間：112 年 10 月 6 日（星期五）

肆、實施對象：本校教職員、學生家長與學生(新生全部)

伍、活動地點：各班教室及本校圖書室

陸、活動內容：

時 間	活 動 內 容	主 持 人	地 點
16：00-17：10	班級經營、學生用餐 、教職同仁用餐	各班導師 各處室	各班教室 各辦公室
17：10-17：55	進學禮預演	校長	圖書室
18：00-18：40	進學禮+寫在今日 寄語未來	校長	圖書室
18：40-19：00	學務處宣導	學務處	圖書室
19：00-20：00	親師交流	各班導師	教室
20：00~	收穫滿滿 快樂賦歸	輔導室	圖書室

柒、其他處室支援事項：

教務處：協助入校家長簽到及便當發放。

學務處：協助當日留校學生之管理。

總務處：協助簽到區場佈(2 張長桌)及星光大道場撤。

捌、本計畫依校務會議決議後實施。

【112 學年度親師座談會・教務處】

- 一、有關十二年國民基本教育課程綱要，相關宣導簡報及常見問答等資料下載網址如說明(路徑：教育部官網首頁/資料下載/十二年國教課綱座談會會議資料；網址：https://www.edu.tw/News_Content.aspx?n=0217161130F0B192&s=F203B0FC1270A1B9)，請各位家長自行下載使用。
- 二、函轉教育部國民及學前教育署委請國立臺北教育大學建置「國民中小學課程與教學資源整合平臺」之推廣文宣資料。資料下載網址如說明（平臺介紹短片：<https://reurl.cc/1Qjlap>）

三、112 學年度第一學期重要教學活動事項：

(一) 課後課程開課時間及結束時間：

	時間
七八九年級第八節課輔	112 年 9 月 18 日(一)起至 12 月 28 日(四)止
九年級夜自習	112 年 9 月 18 日(一)起至 12 月 28 日(四)止
學習扶助	112 年 9 月 25 日(一)起開課

(二) 本學期三次成績定期評量時間：

	時間
第一次定期評量	112 年 10 月 11、12 日（星期三、四）
第二次定期評量	112 年 11 月 28、29 日（星期二、三）
第三次定期評量	113 年 1 月 18、19 日（星期四、五）

(三) 學期結業時間：113 年 1 月 19 日(五)。

(四) 第二學期開學日：113 年 2 月 17 日(六) 正式上課。

- 四、以下收錄其他線上學習網站，亦可從校網進行連結（學校網頁→教學專題→防疫停課不停學-線上學習網站→均一教育平台、因材網、pagamo 教育平台），方便學生於課後進行線上學習。

線上教學資源

康軒學習網	https://www.yourclass.com.tw/
南一線上學習網	https://student.oneclass.com.tw/
翰林線上學習網	https://eventprotect.hle.com.tw/

因材網	https://adl.edu.tw/HomePage/home/
均一教育平台	https://www.junyiacademy.org/
教育雲線上教學便利包	https://learning.nchu.cloud.edu.tw/onlinelearning/
英語線上學習平台	https://www.coolenglish.edu.tw/
PaGamO 線上學習平台	https://www.pagamo.org/
科普一傳百	https://etrans.tw/
LIS 情境科學教材	https://lis.org.tw/

以上資訊可參考本校網站：<https://nrjh.kl.edu.tw/> 教學專題 / 防疫停課不停學-線上學習訊息。

- 五、「基隆市國民中小學學生成績評量補充規定」請參閱資料 (p.6)。
- 六、「基隆市南榮國民中學學生成績評量結果未達丙等之預警、輔導、補考實施要點」請參閱資料 (p.8)。
- 七、「基隆市國民中小學常態編班办理流程」請參閱資料 (p.10)。
- 八、「基隆市立南榮國民中學常態編班實施要點」請參閱資料 (p.11)。
- 九、「南榮國中實驗教育入(轉)學要點」請參閱資料 (p.12)
- 十、九年級適性入學時程表請參閱資料 (p.13)
- 十一、九年級學生模擬考及教育會考相關事宜：

次別	考試範圍	考試日期
第一次	1~2 冊(自然 1、3 冊)	112/9/5、6(二、三)
第二次	1~4 冊	112/12/21、22(四、五)
第三次	1~5 冊	113/2/21、22(三、四)
第四次	1~6 冊	113/4/16、17(二、三)
教育會考	1~6 冊	113/5/18、19(六、日)

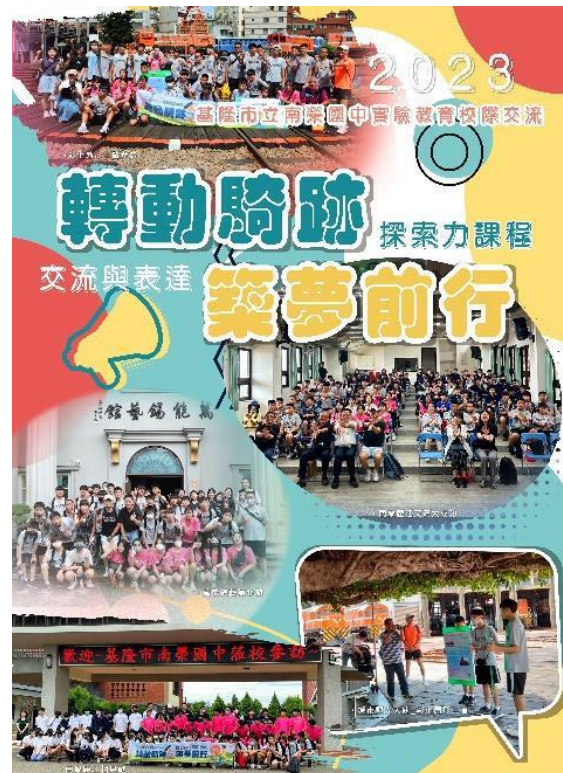
- 十二、資訊教育宣導 (p.14)。
- 十三、南榮國中科技亮點特色 (p.15)。
- 十四、本校於 10/ 6 (五)18:00 – 20:00 辦理新生進學禮暨親師座談會，感謝家長撥空出席與會。
- 十五、本校邀請基隆商工與二信中學攜手建置 AI 課程，將 AI 融入各班學習，本學年開設感測器應用、AI 科技、智慧城市等課程。

十六、本校發展特色課程「攀樹與定向越野」課程，特將活動延伸與小學共享，邀請小六學生與家長參與於 9 /17(日)、10/ 07(六)及 113 年 4 月 24 日舉辦體驗營，特聘請專業教練與校內領有證照教師共同授課，第一梯次已舉辦完畢，檢附課程海報與活動照片供參。



十七、本學期預計於 12 月底結合歲末感恩活動舉辦電商實務體驗課程暨二手拍賣規劃相關體驗活動詳細內容可參閱本校校網資訊。

十八、2023 校際交流活動於彰化鹿江中小學舉辦，檢附暑假辦理實驗教育校際交流活動成果海報供參。



基隆市國民中小學學生成績評量補充規定

96 年 3 月 30 日基府教學貳字第 0960070471 號函頒

97 年 5 月 21 日基府教學貳字第 0970128814 號函頒修正

101 年 8 月 27 日基府教學貳字第 1010173635 號函頒修正

104 年 2 月 17 日基府教學貳字第 1040206359 號函頒修正

109 年 2 月 15 日基府教學壹字第 1090204680 號函頒修正

全文十五點

- 一、本補充規定依國民教育法第十三條第一項及國民小學及國民中學學生成績評量準則訂定之。
- 二、基隆市公私立國民小學與國民中學(以下簡稱國民中小學)辦理學生成績評量,除依國民小學及國民中學學生成績評量準則之規定外,應依本補充規定辦理。
- 三、國民中小學學生領域學習課程成績評量範圍如下:
 - (一)國民小學階段:語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、健康與體育等七項領域。
 - (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、健康與體育等八項領域。
- 四、國民中小學學生日常生活表現之評量,應參酌下列行為事實記錄之:
 - (一)出缺席情形:含事假、病假、曠課、公假及喪假等紀錄。
 - (二)獎懲情形:依實際獎懲情形記錄之。
 - (三)團體活動表現:依班級活動、社團活動、學生自治活動、學校活動及綜合活動學習領域等參與情形評量,並以文字詳實描述。
 - (四)品德言行表現:依平日個別行為觀察、談話紀錄、家庭訪視紀錄之資料等評量,並以文字詳實描述。
 - (五)公共服務及校內外特殊表現:依實際表現記錄之。
- 五、國民中小學學生成績評量方式,由學校課程發展委員會通過後實施。領域學習課程及彈性學習課程定期評量中紙筆測驗之次數,每學期至多三次;除學校另有規定外,六年級及九年級下學期以二次為原則。
- 六、國民中小學學生領域學習課程及彈性學習課程之定期及平時評量,各占該學習課程之學期成績評量結果百分之四十及百分之六十為原則。領域學習課程之學期總成績,為各領域學習課程之學期成績,乘以各該領域課程每週學習節數所得總和,再以每週領域學習課程總節數除之。國民中學學生領域學習課程有二學科以上者,其成績評量得分科辦理,分科成績占該領域學習課程成績之權重比例,依各分科授課時數比例訂之。
- 七、國民中小學學生經核准給假,不能參加定期評量者,准予銷假後補行評量;未請假因故不能參加評量者,經申請後准予補行評量。補行評量應於學期成績評量結果完成前辦理。學生未參加定期評量且未補行評量者,該次評量成績以零分計算。
- 八、國民中小學學生補行評量成績依下列方式計算:
 - (一)經學校核准給假、大陸或國外轉學生轉入當學期或其他不可抗力因素,致

不能參加定期評量者，按實得分數計算。

(二) 非前款所列情形，補行評量成績在六十分以下者，依實得分數列計；超過六十分者，其超過部分以七折計算後列計。

- 九、國民中小學學生經學校核給公假，公假期間之平時評量，得以實作評量代替之。
- 十、國民中小學學生依規定辦理長期病假後復學者，得採計其復學後重讀之成績；請假期間提前復學者，成績計算應以復學後之成績為準。
轉入學生如其部分課程成績無法連貫計算時，得依轉入前就讀學校之課程成績計算，或按學科測驗之成績評定之。
- 十一、國民中小學學生成績評量之登記及處理應資訊化，並依下列規定辦理：
(一) 國民中學學生領域學習課程及彈性學習課程由學校教務處主辦；日常生活表現由學校學務處主辦；各班級導師及任課教師應配合辦理。
(二) 國民小學學生領域學習課程、彈性學習課程及日常生活表現，由各班級導師或任課老師辦理。
- 十二、國民中小學學生學習過程中各領域學習課程及彈性學習課程之成績評量結果未達及格基準者，學校應實施補救教學或相關補救措施。
學生經補救教學或相關補救措施成績評定及格者，前項學習課程成績應調整為六十分；不及格者，就其補救教學或相關補救措施成績或原評量成績擇優登錄。
- 十三、國民中小學應成立學生成績評量審查委員會(以下簡稱審查委員會)，研議、審查學生成績評量事宜。
審查委員會置委員五至十七人，由學校行政人員、教師、教師會及家長會等代表組成。
- 十四、國民中學學生除學校函送家長切結書經本府核准者外，均應參加國中教育會考。
- 十五、本補充規定經市務會議通過後函頒實施。

基隆市南榮國民中學學生成績評量結果未達丙等之預警、輔導、補考

實施要點

105 年 03 年 16 日臨時校務會議通過

109 年 02 年 24 日期初校務會議修正通過

一、依據：

- (一)教育部 108 年 6 月 28 日修正「國民小學及國民中學學生成績評量準則」第十一條。基隆市政府 109 年 2 月 17 日基府教學壹字第 1090204680 號函頒修正「基隆市國民中小學學生成績評量補充規定」。
- (二)基隆市政府 104 年 02 月 26 日基府教學參字第 1040207117 號「基隆市國民中小學學生成績評量結果未達丙等之預警、輔導、補考實施原則」。

二、目的

為整合相關資源，針對學習低成就學生落實預警、輔導及補救措施並及時提供協助，縮短學習落差，提升學生學習成效與評量正常化。

三、預警及輔導措施

- (一)每學期利用校內會議、新生始業輔導及親職座談會等各項管道，向老師、家長及學生宣導成績評量相關規定。
- (二)期初預警：每學期初由教務處統計前一學期學習領域不及格之學生名單及科目，以書面通知學生及家長，於學校指定日參加學校辦理之補考補救措施。
- (三)期中預警：領域任課教師依據定期評量結果，針對學生學習成效不佳者，應提醒學生加強課業學習，並安排課餘時間進行課業教學輔導，適時給予補救措施，輔導方式由教師自行規劃，並做成輔導紀錄表。
- (四)期末通知：於每學期結束後一個月內，將學生學習領域及日常生活表現之成績評量紀錄及文字描述以書面成績單通知家長，使家長了解學生之學習成果。對於領域學期成績未達丙等之學生提醒其注意子女之學習成效，共同協助提升學生弱勢科目之學習成效或督促其行為之改善，期能順利領取畢業證書。
- (五)各班導師及任課教師對於學習低成就之學生應詳作記錄，以瞭解成績落後之原因，對於學習有困難之學生，應主動聯繫並協商提高該生學習成效之方案，並視需要得轉介輔導室或相關處室進一步協助。

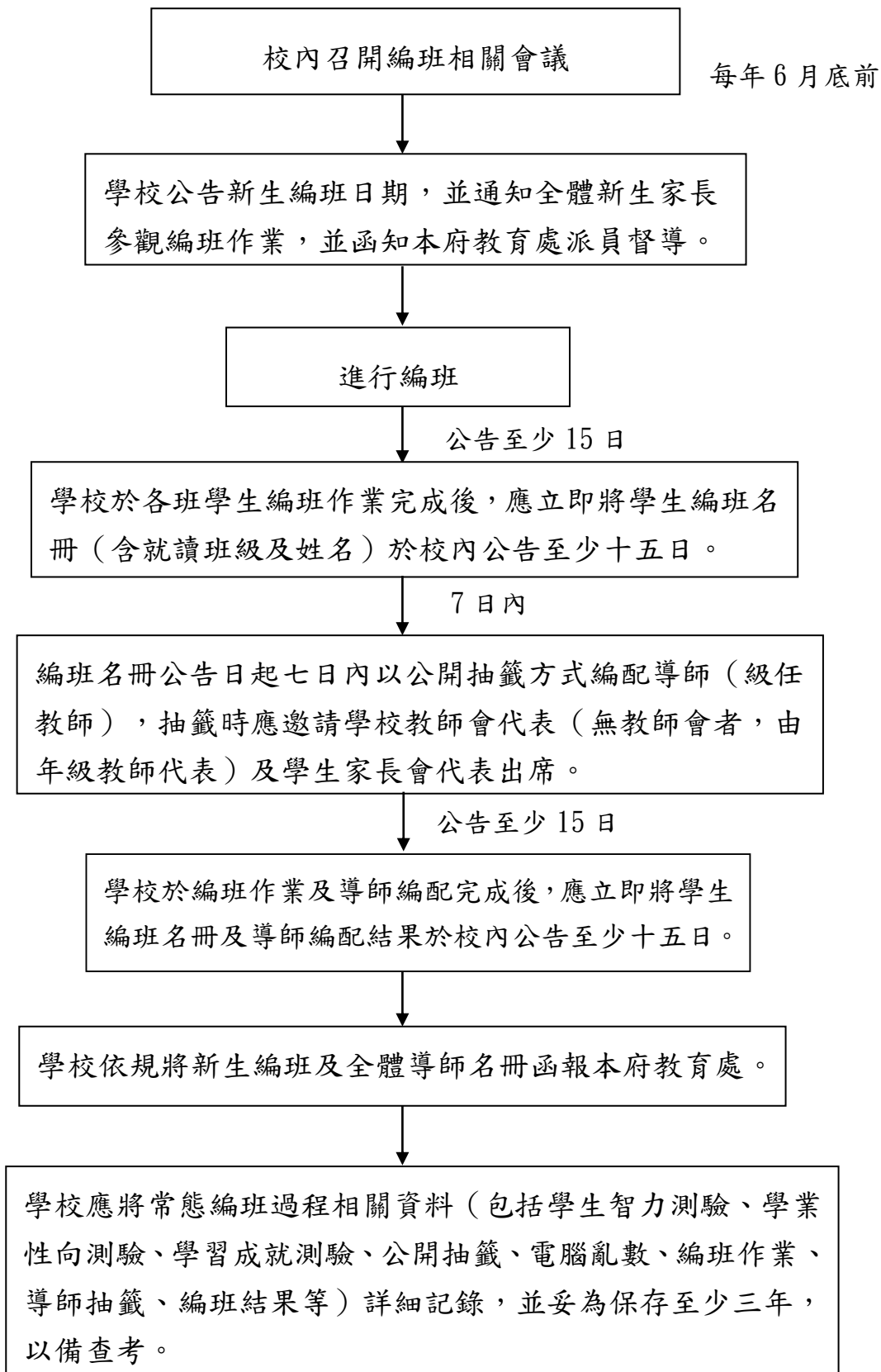
四、補考措施

- (一)實施方式：
 1. 於每學期第一次定期評量前，由教務處統計學習領域成績未達丙等之學生名單及科目，印製補考通知單暨家長同意書通知學生及家長。
 2. 每位學生各學期各科以公告時間補考 1 次為限，未繳交同意書回條或逾期未參加者，視同放棄補考機會。
- (二)考試日期：依教務處公告。

- (三) 考試範圍：以該學期教學內容為原則。
- (四) 評量方式：以多元評量方式辦理，並以同年級相同評量方式為原則，如紙筆測驗及表單、實作評量、檔案評量等。各教學領域應於每學期第一次領域會議，決定補考評量方式，並錄事於會議記錄。
- (五) 命題：每學期由各教學領域排定補考命題負責教師，依教務處公告之日程，於補考日程前一週繳交試題，由教務處製卷。
- (六) 監考：由各教學領域排定補考監考負責教師。
- (七) 閱卷：由各教學領域排定補考閱卷負責教師，於補考結束一週內完成閱卷及成績登錄。
- (八) 成績計算：補考及格者，該領域學期成績以 60 分計算；補考不及格者，由該領域學習成績及原始分數擇優採計。補考後之成績將取代學期領域成績。

五、本要點經校務會議討論通過後，經校長核定後實施，修正時亦同。

基隆市國民中小學常態編班办理流程



備註：111 學年度國中小編班作業統一採用「校務行政系統-升級與編班模組」，新生編班統一採電腦亂數方式。

基隆市立南榮國民中學常態編班實施要點

中華民國 96 年 08 月 08 日通過

中華民國 102 年 8 月 29 日校務會議修正通過

中華民國 105 年 8 月 26 日校務會議修正通過

一、依據教育部民國 98 年 07 月 14 台參字第 0940037455C 號令發布「國民小學及國民中學常態編班及分組學習準則」、基隆市政府 102 年 4 月 10 日基府教特貳字第 1020153111 號函頒實施「基隆市高級中等以下學校及幼兒園身心障礙學生就學輔導實施要點」及 102 年 7 月 5 日基府教學貳字第 1020166211 號函修正「基隆市國民小學及國民中學常態編班及分組學習準則補充規定」辦理。

二、本校實施常態編班方式如下：

(一)各班採男女合班。

(二)新生入學編班作業若報到人數達 2 班以上，以公開抽籤方式進行。

(三)新生抽籤編班時，若同組中有 1 位新生因故未能參加抽籤者，以該組中其它新生抽籤之結果決定編班。若該組新生皆未到場，由現場人士代抽班級，不得有異議。

(四)新生編班作業完成後，新生各班導師以抽籤方式進行班級編配。如導師無法親自到場者，得委託相關人員代抽。

(五)學校於編班作業及導師編配完成後，立即於校內及學校網站公告編班名冊。

(六)新生編班完成後，補報到或轉入生之編班，由學校依人數較少之班級採公開抽籤之方式編配。

三、身心障礙學生若有特殊編班需求，依「基隆市高級中等以下學校就讀普通班之身心障礙學生教學原則及輔導辦法」辦理。

四、本要點經校務會議通過後實施，修正時亦同。

基隆市南榮國民中學 111 學年度辦理實驗教育入(轉)學要點

一、依據教育處 109 年 4 月 23 日基府教學參字第 1090218979 號函、基隆市南榮國中 109 學年度學校型態實驗教育計畫辦理。

二、新生入學辦理原則

(一)招生對象：設籍本市之新生；以設籍本校學區內之新生優先，若有餘額則開放設籍本市其它學區之新生入學。

(二)招生人數：新生普通班 2 班，每班 20 人(含特殊生酌減人數)；體育班 1 班，每班 20 人，共計 60 人。

(三)辦理方式：

1. 以設籍本校學區內之新生優先分發入學，額滿為止。學區里別包含誠仁、曲水、福仁、崇文、吉仁、育仁、英仁、龍門、德厚、文安、獅球、兆連、同風、明德、朝棟、書院、光華。
2. 學區內報到人數若超過招生人數，依學生設籍先後排序分發至額滿為止。若設籍日期相同，以抽籤決定。
3. 學區內新生報到作業截止後若尚有餘額，將於校網公告缺額，於指定時間開放設籍本市其它學區及學區內補報到之新生現場登記報到。若登記人數超過缺額人數，則於公告登記時間截止後，辦理現場抽籤決定。現場抽籤叫號三次未到者，視同放棄。
4. 新生辦理登記報到時均須攜帶一年內開具(以報到日往前推算)且含詳細記事之戶口名簿或戶籍謄本，於學校公告指定時間內完成報到作業。逾時或資料不全視同未完成報到手續。
5. 凡學區內因超額、未完成報到手續以及其它因教育選擇考量不就讀本校之新生，均依其設籍地距離，轉介至鄰近未額滿學校就讀。設籍本市其它學區但未獲錄取之新生，應返回其原學區學校辦理入學。
6. 報到作業完成後，若已錄取之新生放棄報到或轉出至其它學校，學校不另再辦理補報到招生作業，其釋出之缺額將於開學前依本校轉入學原則公告辦理。

三、轉入學辦理原則

1. 學校考量實驗教育系統性與學習歷程之完整性，轉入需以完整學期為範圍，學期當中不招收轉學生。如因學生轉出或其他原因而產生缺額時，統一於寒暑假開放辦理轉入登記，每學期以辦理一次為原則。各年級轉入之缺額及辦理登記時間於開學前一週於校網公告，開放設籍本市之學生辦理登記。公告時間截止後，轉入生依人數較少之班級順序編配。若登記人數超過缺額人數時，辦理抽籤決定；若登記人數不足，餘額則保留至下學期寒暑假辦理。
2. 因教育選擇考量欲辦理轉出之學生，若設籍本市其它學區，則返回其原學區學校辦理入學。若設籍本校學區，得依其設籍地距離，轉介至鄰近未額滿學校就讀。

四、本要點自中華民國一百零九年八月一日以後入學之新生適用之。

113學年度國中教育會考及全國高級中等學校與專科學校五年制適性入學重要日程表

教育部112年9月21日臺教授國部字第1120112155號函

月	日	星期	辦理事項
2月份	19	一	1. 19日-26日：身心障礙學生適性輔導安置報名 (臺北市、新北市、桃園市、臺中市及高雄市除外) 2. 19日-3月1日：藝才班術科測驗報名
	22	四	22日-3月6日：科學班報名

月	日	星期	辦理事項
3月份	1	五	建教合作班報名開始日
	7	四	7日-9日：國中教育會考報名
	11	一	1. 進修部辦理非應屆畢業生免試入學開始日 2. 11日-15日：特色招生專業群科甄選入學報名
	16	六	科學班科學能力檢定

月	日	星期	辦理事項
4月份	8	一	科學班報到
	12	五	寄發國中教育會考准考證
	13	六	1. 13日：身心障礙學生適性輔導安置高級中等學校集中式特殊教育班能力評估 (臺北市、新北市、桃園市、臺中市及高雄市除外)
	14	日	2. 13日-14日：特色招生專業群科甄選入學術科測驗
	15	一	3. 13日-15日：藝才班(音樂班、舞蹈班)術科測驗
	20	六	20日-21日：藝才班(美術班、戲劇班)術科測驗
	21	日	
	26	五	4月26日-5月3日：免試入學變更就學區申請
29	一	4月29日-5月1日：體育班、運動績優生(獨招學校)術科測驗報名	

月	日	星期	辦理事項
5月份	4	六	體育班、運動績優生(獨招學校)術科測驗
	6	一	體育班、運動績優生(獨招學校)放榜
	7	二	7日-8日：試辦學習區完全免試入學報名
	16	四	試辦學習區完全免試入學放榜
	18	六	18日-19日：國中教育會考
	19	日	
	20	一	1. 各就學區辦理優先免試入學開始日 2. 特色招生專業群科甄選入學術科測驗成績公告 3. 免試入學變更就學區審查結果通知截止日 4. 20日-24日：五專優先免試入學報名
	23	四	1. 23日-24日：技優甄審入學報名
	24	五	2. 23日-24日：實用技能學程報名
	30	四	5月30日-6月7日：各校直升入學報名

※備註：
1.有關國中教育會考、高級中等學校、五專各入學管道詳細日程(包括註明截止日者)，以各區各入學管道招生簡章內容為準，請詳閱簡章。
2.有關臺北市、新北市、桃園市、臺中市及高雄市等5市辦理身心障礙學生適性輔導安置入學管道詳細日程，以公告之招生簡章為準。

月	日	星期	辦理事項
6月份	3	一	身心障礙學生適性輔導安置結果公告 (臺北市、新北市、桃園市、臺中市及高雄市除外)
	7	五	1. 寄發國中教育會考成績通知單並開放網路查詢 2. 7日-13日：藝才班分發報名
	14	五	1. 各校直升入學放榜截止日 2. 技優甄審入學放榜 3. 五專優先免試入學放榜 4. 特色招生專業群科甄選入學放榜 5. 實用技能學程放榜
	16	日	運動績優生甄試術科檢定
	17	一	1. 技優甄審入學報到 2. 試辦學習區完全免試入學報到 3. 特色招生專業群科甄選入學報到 4. 實用技能學程報到
	18	二	1. 各校直升入學報到截止日(含報到後聲明放棄錄取資格) 2. 技優甄審入學報到後聲明放棄錄取資格 3. 試辦學習區完全免試入學報到後聲明放棄錄取資格 4. 各就學區優先免試入學放榜、報到截止日(含報到後聲明放棄錄取資格) 5. 特色招生專業群科甄選入學報到後聲明放棄錄取資格及遞補截止日 6. 實用技能學程報到後聲明放棄錄取資格 7. 五專優先免試入學報到截止日(含報到後聲明放棄錄取資格)
	19	三	19日-21日：特色招生考試分發入學學科測驗報名
	20	四	20日-30日：五專聯合免試入學報名
	21	五	各就學區免試入學公告實際招生名額、開放個人序位查詢及志願選填
	23	日	特色招生考試分發入學學科測驗
	24	一	1. 特色招生考試分發入學開放網路查詢學科測驗分數 2. 24日-28日：藝才班志願選填
	27	四	各就學區個人序位查詢、免試入學及特色招生考試分發入學志願選填截止日

月	日	星期	辦理事項
7月份	2	二	各就學區高級中等學校免試入學、特色招生考試分發入學報名截止日
	9	二	1. 各就學區免試入學及特色招生考試分發入學放榜 2. 藝才班(音樂班、美術班、舞蹈班、戲劇班及獨招學校)分發放榜
	10	三	1. 藝才班(音樂班、美術班、舞蹈班、戲劇班及獨招學校)報到 2. 五專聯合免試入學現場登記分發報到 3. 特色招生專業群科甄選入學續招學校簡章公告截止日
	11	四	1. 各就學區免試入學及特色招生考試分發入學報到 2. 體育班、運動績優生(甄審、甄試及獨招學校)報到 3. 建教合作班報到截止日 4. 藝才班(音樂班、美術班、舞蹈班、戲劇班及獨招學校)辦理報到後聲明放棄錄取資格
	15	一	1. 各就學區免試入學及特色招生考試分發入學辦理報到後聲明放棄錄取資格 2. 五專聯合免試入學辦理報到後聲明放棄錄取資格 3. 體育班、運動績優生(甄審、甄試及獨招學校)辦理報到後聲明放棄錄取資格
	30	二	各就學區高級中等學校免試入學續招學校簡章公告截止日



112 年上學期親師座談會 基隆市南榮國中資安宣導

南榮國中將以「未來力教育」作為實驗教育理念，深化強調「自主共學、表達溝通、關懷實踐、反思創新」的學生圖像，和與理念相符合的「適應未來能力」和「創造未來動力」核心能力，並透過「核心課程」和「培力課程」的課程結構，發展出體現「未來力教育」理念

科技領域暨實驗教育

111 年初步成果： 臉書社團：



引導孩子避開線上遊戲詐騙陷阱

因為「嚴重特殊傳染性肺炎」(COVID-19，俗稱武漢肺炎)疫情持續延燒，多數家長為了防疫減少外出機會，選擇在家度過假期時光，為了打發時間，線上遊戲同時也成為孩子消磨時光的選擇。隨著電玩產業迅速蓬勃發展，駭客也開始覬覦遊戲商機背後的個資與利益，以下整理幾個近期線上遊戲必須留意的詐騙手法，供各位家長參考：

1. 釣魚網站盜取帳號

遊戲帳號就是代表玩家，記錄了玩家一路以來的遊戲軌跡，裡面同時包含了各種得來不易甚至是花錢買來的寶物，駭客當然不會錯過每個「遊戲帳號」背後的個資價值，利用假的官方遊戲網站來誘騙玩家的帳號與密碼，登入遊戲時，請務必比對網址連結或者將遊戲入口網站加入書籤中，並且提醒孩子不輕易在非官方網站上登入帳號與密碼。

2. 偽裝成遊戲下載包的惡意軟體

所謂的下載包 (Downloadable Content，簡稱 DLC，又稱追加下載內容)，即是遊戲的附加內容，可以增加遊戲變化，如額外的關卡、劇情、特殊服裝、武器等，讓玩家獲得更多遊戲樂趣。駭客可能假借熱門遊戲的下載包，騙取玩家下載惡意軟體，更進一步植入病毒竊取玩家個資。家長可提醒孩子別亂下載來路不明的軟體或下載包，防止電腦設備中毒。

3. 遊戲付費提升盜刷風險

隨著行動支付的盛行，線上遊戲也會設置可以直接點選購買虛擬貨物及貨幣的付費機制，增加遊戲玩家信用卡被盜刷的風險，建議大家除了先提醒孩子線上購物前需先取得家長同意以外，也可以先瞭解遊戲付費流程以及不要將帳號綁定信用卡號碼，避免孩子誤點。

原始資料來源 [全民資安素養網](#)

2. 深化學校績效

各領域績效-實驗揚帆、南榮領航	
1	109 學年度全國學生美術比賽基隆市初賽佳作。
2	109 年基優盃「海上吸塵器」競賽國中組第三名。
3	109 學年基隆市童軍小隊長體驗營「精神總錦標」。
4	109 學年基隆市「兒童權利公約」一頁式懶人包」佳作。
5	109 學年度國中技藝競賽榮獲：餐旅職群-飲料調製組第 1 名、第 3 名、佳作；設計職群第 3 名、第 6 名；電機電子職群佳作
6	5G 新科技學習示範學校：110 年數位學習推動優良教案例徵選，本校榮獲自主學習組特優。
7	「當我們同在『疫』起-療癒『心』設計」探索力課程發展團隊入選，2021 年實驗教育國際研討會-疫情挑戰下的實驗教育實務報告徵稿。
8	基隆市 110 年度 SCRATCH 遊戲趣競賽，榮獲國中遊戲組銅牌。
9	110 年辦理【課程教學】micro:bit V2 感測器套件，結合聯合國「2030 永續發展目標」SDGs 17 項核心目標，發表初步成果。
10	111 年基優盃「海上吸塵器」競賽國中組優選。
11	教育部 111 年數位學習推動優良教學評選，全國國中組，榮獲新科技組佳作。
12	教育部 112-113 年 5G 新科技學習示範學校計畫-本校已經核定為 VR 與教育元宇宙融入教學 實施學校

南榮國中亮點特色

南榮國中為本市第一所公辦公營學校型態實驗教育學校，109 學年度「實驗揚帆 南榮啟航」-正式實施實驗教育。

1. 發展學校科技教育特色

發展學校特色-實驗揚帆、南榮啟航	
1.	109 學年 5G 新科技學習示範學校： (1) 透過 5G、VR/AR 學習載具，發展為全國 5G 教育示範學校。 (2) 透過 VR/AR 教材融入課程教學，拓展科技視野，厚植科技素養。 (3) 發展實驗教育理念 5G 新科技學習課程。
2.	109 學年清華 STEAM 學校： (1) 融入 STEAM 教育理念與內涵教學特色。 (2) 協助提升 STEAM 教學品質，為發展校本課程及實驗教育特色奠基。 (3) 增進學校 STEAM 教師團隊豐富藝術與設計專業能力與素養。 (4) 發展「海上吸塵器」、「八音木琴」與「烏克蘭麗麗」STEAM 實踐力課程。
3.	建構「品格第一、學業優先、技能領先、態度至上」體育專班
4.	兼顧生涯發展與升學進路-適性學習與發展學校



基隆市南榮國中科技亮點特色

南榮國中以「未來教育」作為實驗教育理念，深化強調「自主共學、表達溝通、關懷實踐、反思創新」的學生圖像，和「創造理念相符合的「適應未來能力」和「創造未來動力」核心能力，並透過「核心課程」和「培育力課程」的課程結構，發展出體現「未來教育」理念

學校網站 <https://nrjh.kl.edu.tw/>

科技領域暨實驗教育

1111 年初步成果：臉書社團：

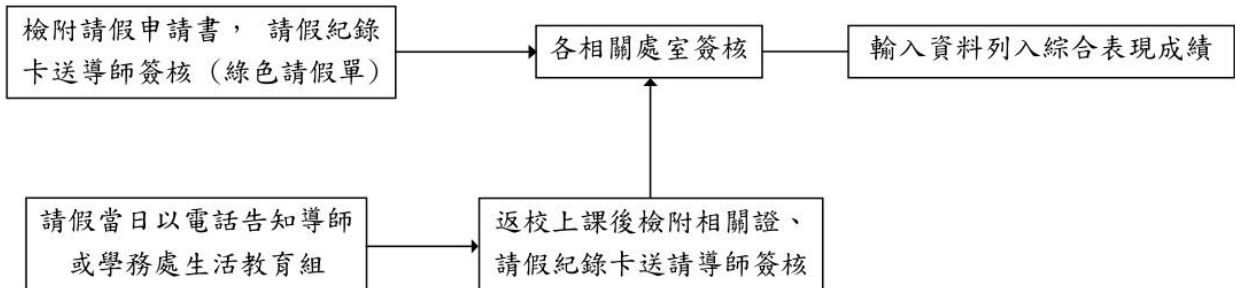


【112 學年度親師座談會・學務處】

如何辦理請假手續

一、請假種類計有公假、事假、病假、喪假、生理假、產假等。

請假流程表（事前請假）



二、如請假紀錄登記錯誤時，請於接獲通知單立即持相關證明、缺曠課通知單向導師或學務處生教組申請更正。

「國民中學學生獎懲實施要點」有關出缺勤相關規定

為了鼓勵學生持之有恆的學習；也為了培養學生守法的觀念和習慣，「國民中學學生獎懲實施要點」特別明列有關出缺勤的規定，請學生家長督促貴子弟避免有下列的行為。

- 一、無正當理由曠課，屢勸無效者，應予以警告處分。
- 二、不假離校外出者，應予以小過處分。
- 三、無故不參加重要集會者應予以小過處分。

中輟及長期缺課學生

請學生務必依照請假程序請假，若請病假請檢附就醫證明或繳費明細。

一、依據強迫入學條例、強迫入學條例施行細則、國民小學與國民中學未入學或中途輟學學生通報及復學輔導辦法辦理。

二、中輟及長期缺課學生定義：

- (一) 中輟生：未經請假、請假未獲准或不明原因未到校上課連續達三日以上，或轉學生因不明原因未向轉入學校完成報到手續。(依據國民中小學中途輟學學生通報及復學輔導辦法第 2 條)。
- (二) 長期缺課學生：全學期累計達七日以上，未經請假而無故缺課者。(依據強迫入學條例第 9 條及施行細則第 8 條)。

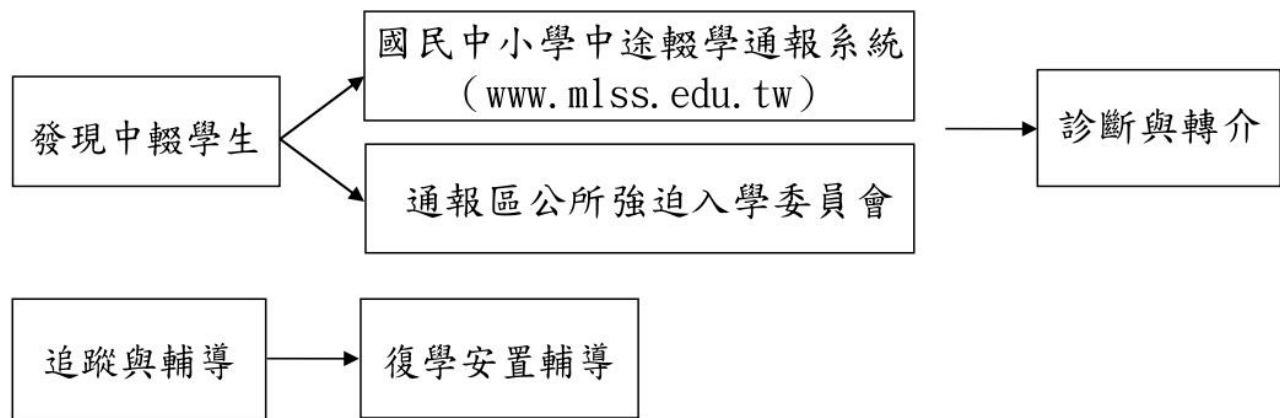
無故缺席之結果

無故缺課將造學習進度無法銜接，影響後續的學習；更重要的是：缺席可能只是表面是的現象而已，真正的原因可能是行為異常或心裡有所困擾，若不及時關心及協助處理，可能衍生更嚴重的問題，請務必和學校老師合作，共謀解決之道。

一、下列缺席的情況將被列為中途輟學：

- (一) 未經請假未到校上課達 3 天以上。
- (二) 學期開學未到校上課達 3 天以上。
- (三) 轉學時未向轉入學校報到達 3 天以上。

三、中輟學生處理流程：



四、中輟生之診斷與轉介：

- (一) 了解學生之診斷與轉介。
- (二) 協調各處室配合中輟生個案輔導。
- (三) 依學生中輟原因轉介至社會局、警察局、醫療院所或所在地區之少輔組等相關機構協同追蹤輔導與協尋。
- (四) 中輟學生復學安置輔導學校對復學生就編班、補救教學、親師懇談及個案輔導等做適切安置輔導，並請家長及相關單位共同輔導。

*****家長備忘*****

「強迫入學條例」第九至十一條內容摘要-----

- 一、以入學之適齡國民，無故中途輟學或長期缺課者，由學校勸導督促；如不遵從，報請區公所處罰其父母或監護人。
- 二、經警告並限期入學，仍不遵從者，由區公所處一百元以上罰鍰並限期入學；如未遵現入學，得繼續處罰至入學為止。
- 三、逾期不繳者，移送法院強制執行。

基隆市立南榮國民中學學生臨時外出管理辦法

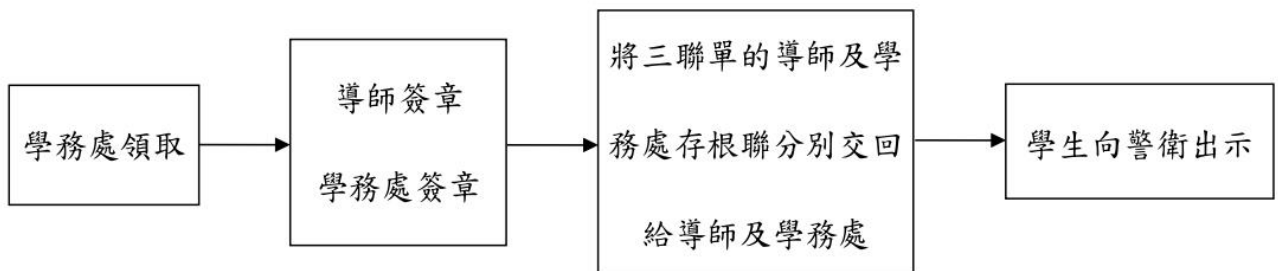
一、主旨：

- (一) 學生急事或病痛經導師准許，進出校門之管理。
- (二) 培養學生遵守校規，以養成規範及保持校園寧靜。
- (三) 確實掌握學生外出情形，以維護學生離校後之安全。

二、辦法：

- (一) 本外出單一式三聯，置放於學務處。
- (二) 經導師同意，至學務領取三聯單填寫。
- (三) 由導師簽名、學務處簽章後，將存根聯分別交給導師及學務處。
- (四) 在出校門時將學生收執聯出示於警衛證明，始可外出。

三、外出流程圖：



長班	時間	外出事由	外出	規班	基隆市立南榮國民中學學生臨時外出請假單
師導	月 日 時 分 至 日 時 分			年 班 號座	姓名
副班長	時間 返校	月 日 時 分			

明經帶備身隨生學：聯三第

長班	時間	外出事由	外出	規班	基隆市立南榮國民中學學生臨時外出請假單
師導	月 日 時 分 至 日 時 分			年 班 號座	姓名
副班長	時間 返校	月 日 時 分			

理管勤納出處務學：聯二第

長班	時間	外出事由	外出	規班	基隆市立南榮國民中學學生臨時外出請假單
師導	月 日 時 分 至 日 時 分			年 班 號座	姓名
副班長	時間 返校	月 日 時 分			

委存納導：聯一第

輔導與管教的時機

遵守校規，行為良好之學生不會受懲罰，會有快樂自在之學校生活。任何學生若有下列行為，則需要接受輔導與管教：

- 一、違反法律、法規命令或地方自治規章。
- 二、違反依合法程序制定之校規。
- 三、危害校園安全。
- 四、妨害班級教學及學校教育活動之正常進行

※ 依據學校訂定教師輔導與管教學生辦法注意事項民國 111年02月11日臺教學(二)字第1112800641號函第三章二十項辦理)

畢業條件

學生畢業與否，日常生活表現成績是重要關鍵因素，所謂日常生活表現成績乃指學生的出缺席情形、獎懲、日常行為表現、團體活動表現、公共服務表現、校內外特殊表現。

❖ 學生畢業條件，需兼具下列條件：

- 一、除公喪病假或其他不可抗力等因素外，學習期間上課總出席率至少達三分之二以上。
- 二、學生經過學校提供改過銷過機會後，未有記滿三大過者。
- 三、八大學習領域有四大學習領域以上畢業總平均成績丙等以上者。

※ 修業期滿成績不合前項規定者，發給修業證明書。

※ 凡因故不能上學者，請務必依學校規定請假，以免因曠課太多而無法畢業。尤其逃學、翹課是造成曠課之主因，請家長督促學生按時上學。

※ 受懲罰記過紀錄者，經考察已有改過自新之事實者，可請老師向學務處提出銷過申請，以免留下紀錄。

※ 凡學生在校期間能謹守本份，遵守校規，努力向學，就是畢業之保證。切莫以身試法而無法順利畢業。

校園性侵害性騷擾或性霸凌防治

※ 校園性侵害、性騷擾或性霸凌之樣態及界定：

- 一、性侵害：指「性侵害犯罪防治法」所稱性侵害犯罪之行為。
- 二、性騷擾：指符合下列情形之一，且未達性侵害之程度者：
 - (一) 以明示或暗示之方式，從事不受歡迎且具有性意味或性別歧視之言詞或行為，致影響他人之人格尊嚴、學習、或工作之機會或表現者。
 - (二) 以性或性別有關之行為，作為自己或他人獲得、喪失或減損其學習或工作有關權益之條件者。
- 三、性霸凌：指透過語言、肢體或其他暴力，對於他人之性別特徵、性別特質、性傾向或性別認同進行貶抑、攻擊或威脅之行為且非屬性騷擾者。
- 四、性別認同：指個人對自我歸屬性別的自我認知與接受。

校園性侵害性騷擾或性霸凌防治準則特別摘錄

- 第 7 條 教師於執行教學、指導、訓練、評鑑、管理、輔導或提供學生工作機會時，在與性或性別有關之人際互動上，不得發展有違專業倫理之關係。教師發現其與學生之關係有違反前項專業倫理之虞，應主動迴避或陳報學校處理。
- 第 8 條 教職員工生應尊重他人與自己之性或身體之自主，避免不受歡迎之追求行為，並不得以強制或暴力手段處理與性或性別有關之衝突。




校園霸凌防制準則特別摘錄

- 第六條 學校應加強教職員工生就校園霸凌防制權利、義務之認知；學校教職員工生於進行校內外教學活動、執行職務及人際互動時，應發揮樂於助人、相互尊重之品德。校園霸凌防制應由班級同儕間、師生間、親師間、班際間及校際間共同合作處理。
- 第七條 學校應透過平日教學過程，鼓勵及教導學生如何理性溝通、積極助人及處理人際關係，以培養其責任感、道德心、樂於助人及自尊尊人之處事態度。學校及家長應協助學生學習建立自我形象，真實面對自己，並積極正向思考。
- 第八條 學校對被霸凌人及曾有霸凌行為或有該傾向之學生，應積極提供協助、主動輔導，及就學生學習狀況、人際關係與家庭生活，進行深入了解及關懷。
- 第九條 教師應正向輔導管教方式啟發學生同儕間正義感、榮譽心、相互幫助、關懷、照顧之品德及同理心，以消弭校園霸凌行為之產生。教師應主動關懷、覺察及評估學生間人際互動情形，依權責進行輔導，必要時送學校防制校園霸凌因應小組確認。教師應具備校園霸凌防制意識，避免因自己行為致生霸凌事件，或不當影響校園霸凌防制工作

認識南榮國中上、放學危險路段

請同學們行經該路段時，都應更加小心，注意安全以減少意外事件的發生。

◎ 以下照片是我們每天上放學會經過的幾個較危險路段。

	
校外斜坡涼亭轉彎處，行走時應注意來車！	南榮國小校門口，注意家長接送停車時，造成道路狹窄問題。
	
此路口通行車輛較多，務必行走天橋。另需注意319巷道路較狹窄，會車時行人更需小心！	往八堵方向的路口，通行時務必遵守交通號誌！
	
行人綠燈通行此路口時，仍有車輛可紅燈右轉上南新街。行走時務必注意前後來車！	往三坑火車站方向，通行時務必遵守交通號誌及行走於斑馬線上，勿任意穿越馬路。

因應對策：加強宣導，並請值週老師於值勤時特別注意，同時學務處老師於上放學時間會在各危險路口不定點巡邏，避免危險產生。

親愛的家長您好：

感謝您參與本學期親職座談會，以下的宣導海報，除了平常在學校我們一直對孩子的教育外，也希望提供給您參考，孩子我們一起顧、一起陪他成長，有任何生活教育相關的問題，也歡迎您和學務處聯繫。

學務處生活教育組組長 陳嘉輔老師

☠ 反毒宣導 ☠



☠ 反毒宣導 ☠

別給自己添個大麻煩!

大麻與神經系統

- 記憶力受損
- 學習能力受損
- 影響向下神經
- 動機缺乏延緩

呼吸系統

- 咳嗽多痰
- 支氣管炎
- 增加肺部感染風險

生殖能力

- 精子減少
- 不孕症
- 孕婦吸食容易導致胎兒早產、體重偏輕、影響腦部發育

毒防中心諮詢專線 0800-770-885 (請撥打-幫幫幫)

藥物濫用的行為表徵

服用健康人及用藥病友的藥物並非「行為濫用」，可撥打毒品戒斷與教育中心諮詢專線 0800-770-885 諮詢。

服用劑/尋求協助

嗜睡、嗜吃睡、無力、食慾不振、失眠、體重減輕、精神不振

多疑、情緒不安、言語混亂、易怒、憂鬱

毒防中心諮詢專線 0800-770-885 (請撥打-幫幫幫)

拉K一時 尿布一世

Say NO! 絕對不要輕忽K他命的危害!

一抽了手 就惹出事

一吸了毒 就惹出事

一吸了毒 就惹出事

一吸了毒 就惹出事

一吸了毒 就惹出事

一吸了毒 就惹出事

毒防中心諮詢專線 0800-770-885 (請撥打-幫幫幫)

披著糖衣的毒藥

甜筒糖衣常常披著糖衣，且內含多種毒品成分，切勿嘗試

毒防中心諮詢專線 0800-770-885 (請撥打-幫幫幫)

轉讓或分享管制藥品 是違法行為!

精神狀態不好，精神好差又好看

這裡有假藥請立即我的精神穿眼，你看不看試一下?

再我可以試一下嗎?

!! 不可以 !!

1. 請詳閱藥物大部分關於「管制藥品」，詳列條碼，詳閱藥物評估，獨立處方後才能使用。

2. 分享或轉讓管制藥品給他人均屬「毒品防制法」。

毒防中心諮詢專線 0800-770-885 (請撥打-幫幫幫)

卸下毒品 美麗的偽裝

24小時免費 毒防諮詢專線 0800-770-885 (請撥打-幫幫幫)

大麻
以高純度的大麻，吸食後會使中毒的記憶力良好，但副作用的

PMMA
流行於全球，因其易於攜帶、吸食後能產生快感、增加食慾

偽裝毒品樣態多 防不勝防!

- 受毒餅乾 (示售改裝)
- 受毒餅乾 (山黨品牌)
- 受毒餅乾 (白創包裝)
- 受毒餅乾 (襪衣外表)

毒防中心諮詢專線 0800-770-885 (請撥打-幫幫幫)

反菸宣導



反霸凌宣導

遠離網路霸凌 1 2 3

親愛的家長

網路已經成為我們生活中的一部分，卻可能對網路世界中多元的資訊，以及網路議題具有匿名性，容易讓網路成為霸凌最易實施的載體，都是網路時代學習的課題。

家長發現孩子有出現霸凌、憂鬱或焦慮的現象，則應觀察孩子有無出現出外活動、或害怕去學校、抗拒使用電腦或手機時，都應孩子有可能接觸到網路霸凌的徵兆。

面對網路霸凌，您可以陪伴孩子這樣做：

- 1 讓孩子知道並非被霸凌者的過失，避免將孩子一味就此悶着，釐清孩子被霸凌原因為何(例如孩子在學校是否有發生霸凌或人際關係)。
- 2 可以告知該處通知對方，請對方刪除讓人不舒服的網路言論，同時將讓人不舒服的網路言論截圖下來，與學校老師或輔導老師諮詢處理。
- 3 多給孩子其他休閒活動或興趣的機會，例如打球、音樂、舞蹈、培養孩子的自信心與成就感，也讓孩子少依賴手機或網路活動，參與孩子的網路社群活動，觀察孩子的網路社群。

家長如需要進一步協助，可以與學校老師聯繫，或撥打下列電話尋求協助：

教育部家庭教育專線 (1953)
 教育部網路及資訊安全諮詢專線 1930 (1930-0000-1930)
 網路霸凌防治專線 1953 (1953-0000-1953)
 專線專線 24 小時專線



教育部
1953
反霸凌專線

陪你勇敢
不再旁觀



教育部 關心您

霸凌的受害者，
不沉默、不隱忍、不幫襯
勇敢大聲說不，阻止霸凌蔓延

勇敢說不，霸凌止步

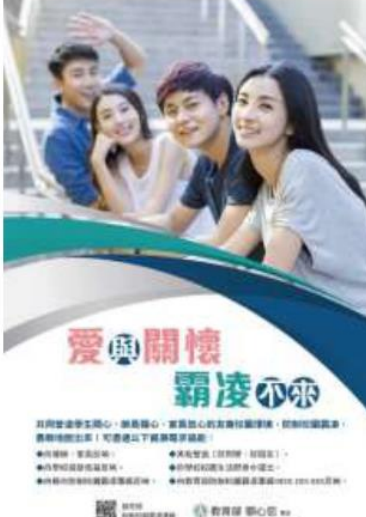


教育部 關心您

愛與關懷
霸凌不來

共同營造安全安心、溫暖安心、富有心意的友善校園環境，拒絕校園霸凌，讓每個孩子！可透過以下專線尋求協助：

- 內線專線：家長諮詢
- 內線專線：身心諮詢
- 內線專線：法律諮詢
- 內線專線：網路諮詢
- 內線專線：性別諮詢
- 內線專線：生涯諮詢



教育部 關心您

拒絕校園霸凌 從你我做起

當你發現或懷疑校園霸凌時一定要勇敢站出來，而勇敢的站出來為，可以阻止同學遭受霸凌的傷害，並能改變同學的集體行為。

防制校園霸凌，你可以這樣做

- ☑ 向老師及家長反應
- ☑ 向校務處或學生生活輔導處反應
- ☑ 向校務處及校務處反應
- ☑ 向校務處及校務處反應
- ☑ 向校務處及校務處反應
- ☑ 向校務處及校務處反應
- ☑ 向校務處及校務處反應
- ☑ 向校務處及校務處反應

教育部 關心您

拒絕校園霸凌 從你我做起



教育部 關心您

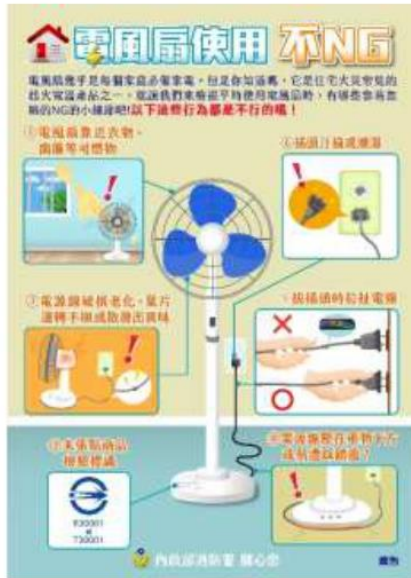
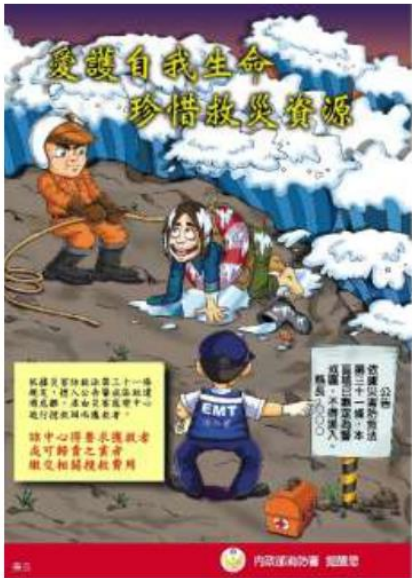
交通安全宣導



⊖ 性別平等宣導 ⊖



災害防治宣導





體育衛生組

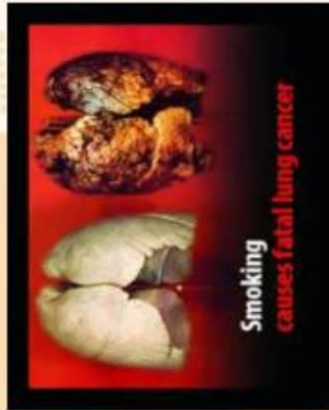
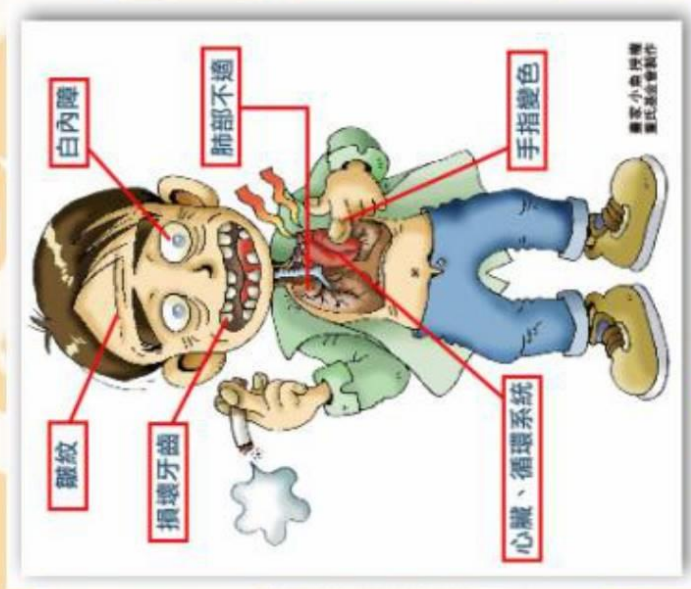
菸癮防治

認識菸害



菸癮防治

吸菸者身體



菸癮防治宣導

電子煙
多重危害損健康

危害 1 易成癮
有尼古丁，具有高度成癮性，無助於戒菸

危害 2 易中毒
易中毒
含高濃度尼古丁，易過量造成中毒

危害 3 會爆炸
會爆炸
具爆炸危險性，自然爆炸事件頻傳

危害 4 會致癌
會致癌
含一級致癌物甲醛、亞硝酸胺

危害 5 來源不明
來源不明
市售來源不明，易添加大麻、安非他命等毒品

衛生福利部國民健康署
Health Promotion Administration, Ministry of Health and Welfare

新北市政府衛生局 關心您
Department of Health, New Taipei City Government

水域安全

校園水域安全宣導

各位親愛的家長：

隨著天氣日漸炎熱，從事水域活動的機會增多，但也很遺憾常發生溺水死亡事件，發生主要在於「非上課時間及週末、假日下午時段」、「自行结伴出遊」及「溪流流動水」落差最高，暑假期間請家長和學校共同關心學生水域安全：



- 選擇合法地點
- 應有家長陪同
- 留意天氣變化
- 避免危險行為
- 學會水中自救
- 不穿吸水衣褲

救溺五步

叫叫伸拋划 救溺先自保

叫

大聲呼救

叫

119、118
110、112

伸

利用延伸物
(竹竿、樹枝等)

拋

拋送漂浮物
(球、環、瓶等)

划

利用大型浮具划
過去(船、浮木、救生圈、救生浮標、保麗龍等)



教育部關心您

緊急聯絡電話：

1. 救災防難叫車專線：119
2. 海難諮詢專線：118
3. 警察專線：110
4. 行動電話維修求助專線：112

相關資訊網站：

1. 教育部「游泳121網站」
網址：<http://www.sports.url.tw/>
2. 內政部消防署防災知識網→香山防高篇
網址：http://www.nfa.gov.tw/nfa_k/
3. 行政院災害防救委員會新移民數位學習網→水上活動注意事項
網址：<http://124.199.65.72/learning/>

水域安全

防溺十招

生命無價！ 教育部首次呼籲社會團體家長，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！

 教育部 關心您

第一招



戲水地點需合法，要有救生設備與人員

第二招



避免做出危險行為，不要跳水

第三招



湖泊溪流落差變化大，戲水游泳落差格外小心

第四招



不要落單，隨時注意同伴狀況位置

第五招



下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水

第六招



不可在水中嬉鬧惡作劇

第七招



身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳

第八招



不要長時間浸泡在水中，小心失溫

第九招



注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水

第十招



加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆

愛滋防治

**如果懷疑自己有可能
感染愛滋病毒時該怎麼辦？**
 如果已有感染愛滋病毒的危險行為，例如：無路一夜情、援交、肛交、沒有固定性伴侶、共用針頭等，應儘快到各縣市衛生局所或醫院接受檢驗，不論結果是否為陽性，同時應停止可能感染的危險行為。



**若是已經感染
愛滋病毒時誰能幫助我？**

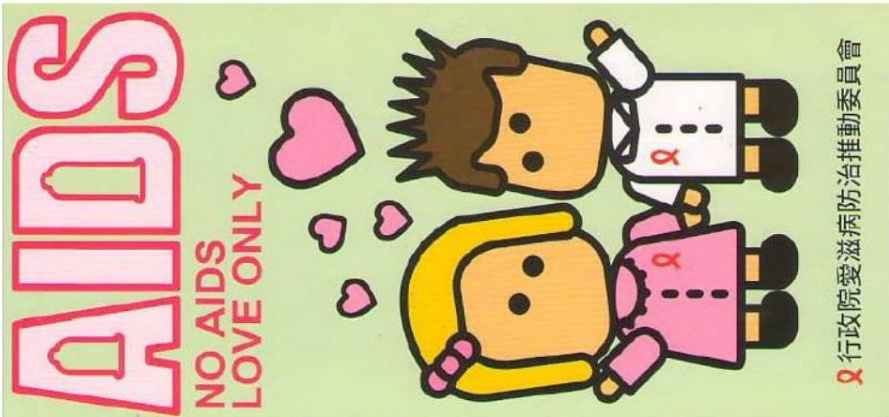
經檢查如已確認感染愛滋病毒時莫驚慌，衛生署提供免費電話0800-888995，專人提供諮詢服務；或至愛滋病防治相關民間團體、指定醫療院所，將可取得對感染者所提供的支持與權益等服務，連結方式可上疾研管制局網站 www.cdc.gov.tw 查詢。



遠離愛滋 ABC 三部曲
1 1
首部曲 - Abstain
拒絕性誘惑
 都市叢林裡，充滿著誘惑，要或不要，影響一生。個人需有足夠的自制力，勇於說不，拒絕性的誘惑。

二部曲 - Be Faithful
忠實性伴侶
 美好的親密關係，需要兩個人共同經營。路邊的野花別亂採，妖豔的花兒容易致命。專一性伴侶，對自己的生命忠誠。

三部曲 - Use a Condom
戴上保險套
 工欲善其事，必先利其器。想要擁有安全且甜蜜的性生活，開工前，別忘了戴上保險套。



行政院愛滋病防治推動委員會

行政院愛滋病防治推動委員會 關心您
 臺北市立聯合醫院疾病管制防區 印製

節能減碳宣導

十大無悔措施

節能減碳



冷氣控溫不外洩
少開冷氣，多開窗；非特定場合不穿西裝領帶；冷氣控溫26-28°C且不外洩



隨手關燈拔插頭
隨手關燈關機、拔插頭；檢討採光需求，提升照明績效，減少多餘燈管數



節能省水更省錢
將傳統鎊絲燈泡逐步改為省電燈具，以淋浴代替盆泡澡，省電、省水又省錢



綠色採購看標章
選購環保標章、節能標章、省水標章及EER值高的商品，節能減碳又環保



鐵馬步行兼保健
多走樓梯，少坐電梯，上班外出出常騎鐵馬，多走路，增加運動健身的時間



每週一天不開車
多搭乘公共運輸工具；減少至少一人開車騎機車次數；每週至少一天不開車



選車用車助減碳
選用油氣雙燃料、油電混合或電動車輛與動力機具，養成停車就熄火習慣



多吃蔬食少吃肉
愛用當地食材；每週一天或每日一餐蔬食；吃多少點多少，減少碳排量



自備杯筷帕與袋
自備隨身杯、環保筷、手帕及購物袋；少喝瓶裝水；少用一次即丟商品



借用資源顧地球
雙面用紙；選用再生紙、省水龍頭及馬桶；不用過度包裝商品；回收資源。

【112 學年度親師座談會・輔導室】

- 一、 基隆市立南榮國民中學度技藝教育課程實施說明 (p. 38)。
- 二、 基隆市立南榮國中推動「十二年國民基本教育—適性輔導」工作要點(p. 39)。
- 三、 為配合民法成年年齡下修，轉知家長下列事項：(一)消費保護觀念，如消費者保護法、不當勸誘行為保護機制、個人貸款及信用卡控管知能。(二)工作場域與工作內容有關民法契約、消費者保護法、勞動基準法等相關法規。
- 四、 特殊教育議題宣導 (p. 40)。
- 五、 親職教育、生命教育、性平教育文章分享(p. 47)。
- 六、 性侵害、性騷擾、性剝削、家暴防治、諮商服務宣導(p. 53)。
- 七、 基隆市家庭教育中心、基隆市心衛中心資訊 (p. 60)。



輔導室的叮嚀

孩子的言行舉止平時要多注意，要隨時糾正，輔導室建議在子女出現下列行徑時，即須多加注意。

- ★ 對父母、師長、長輩態度傲慢、舉止粗暴。
- ★ 有非師長的成年人登門或電話增多。
- ★ 使用 3C 產品時間過長或經常半夜上網，溝通用語使用代號。
- ★ 使用暗號與朋友交談或言談中出現義氣、交情等江湖字眼。
- ★ 經常深夜回家或逃學又交代不出行蹤。
- ★ 常常出入不正當場所、金錢使用入不敷出。
- ★ 開始吸菸、飲酒或吸毒，無故攜帶刀械、棍棒。

多點時間和孩子相處，自然也會有比較多的機會鼓勵孩子，認同國中生活是有趣的。

及早發現子女的偏差行為傾向，進而瞭解其需求，加以導正防範，才是避免子女走上不歸路的有效方法。

基隆市立南榮國民中學度技藝教育課程實施說明

為期讓孩子能於國中階段多方試探性向與興趣，本校技藝教育課程以合作式辦理，上課時間為每週二上午，對象為九年級學生對技職學習有興趣者，且經本校『技藝教育學生遴薦及輔導委員會』遴薦通過者。開設班別及課程內容：

項目	班別	課程內容（以各校課程為準，以下僅供參考）
1	機械群	機械職群概論、機械基礎工作、機械識圖與製圖等
2	動力機械群	職群概論、機車基本認識、汽車基本認識、引擎基礎實習
3	電機電子群	職群概論、基本工業配線、基本室內配線、基本電子應用
4	商業與管理群	職群概論、中英文文書處理、產品行銷實務、簡單記帳實務
5	家政群	職群概論、烹飪、美容、美髮、幼兒保育
6	餐旅群	職群概論、廚藝製作、旅館實務、餐飲服務技術、飲料調製實務
7	海事群	職群概論、船用配電實習、船舶機械修護、機械製圖
8	藝術群	電影電視、音樂表演藝術、視覺藝術、舞蹈類展演實務
9	設計群	職群概論、基礎描繪、設計基礎、色彩學、電腦繪圖
10	食品群	職群概論、中式米食加工、中式麵食加工、烘焙
11	醫護群	職群概論、護理基本工作、高齡照護

- 1.合作學校(高職端)備有交通車負責接送。
- 2.畢業進路：表現績優可優先申請「**技優甄選入學**」及「**實用技能學程**」；因應 12 年國教政策，其他相關入學管道以教育部公告為主。
- 3.輔導室甄選學生程序如下：
 - ①導師推薦（初步篩選排序，並徵詢家長意願）→②輔導室約談學生(填寫申請表)→③致家長同意書(填寫志願表) →④召開會議遴選→⑤確定名單→⑥發開課通知與行事曆
- 4.遴選標準如下：
 - ①學生對技藝課程有高度興趣，將來考慮就讀職業類科。
 - ②家長同意。
 - ③學生學習態度佳（平日不會經常遲到、隨意曠課，或缺交作業）。
 - ④無特殊不良行為（如：易衝動打架、中輟、態度桀傲蠻橫等）。
 - ⑤持有低收入戶證明者優先。

基隆市立南榮國中推動「十二年國民基本教育—適性輔導」工作要點

- 一、依據：本校年度生涯發展教育實施計畫暨技藝教育課程實施計畫辦理。
- 二、目的：協助學生瞭解個人能力、性向及興趣等因素，以及透過各項校內學習活動與校外試探及實作輔導活動實施，以利學生在九年級作升學進路選擇時，有較完整、系統的資訊可供參考。
- 三、辦理單位：
 - (一)主辦單位：輔導室。
 - (二)協辦單位：教務處、學務處、總務處、各領域教師、各班導師。
- 四、辦理對象：本校七、八、九年級全體學生。
- 五、活動規劃：

年級	活動內容	年級	活動內容	年級	活動內容
七年級	智力測驗	八年級	性向測驗	九年級	興趣測驗
	生涯檔案與生涯發展紀錄手冊建置		生涯檔案與生涯發展紀錄手冊建置		生涯檔案與生涯發展紀錄手冊建置
	技職教育宣導		社區高職參訪		高中職五專宣導
	職群試探		職群試探		技藝教育課程
	生涯影片賞析		生涯影片賞析		職群試探
	生涯試探關鍵課程		生涯試探關鍵課程		生涯影片賞析

六、適性輔導諮詢管道與網路資源：

(一)諮詢電話：

- 1.教育部諮詢專線 0800-012580(十二年國教我幫您)
- 2.基隆市南榮國中電話諮詢：(02) 24282188
 教務主任 分機 11；輔導主任 分機 41；
 生涯規劃組長 分機 43；專任輔導教師 分機 46
- 3.基隆市學生輔導諮商中心 (02) 24301585

(二)適性輔導網站資源：

- 1.十二年國民基本教育網站 <https://12basic.edu.tw/>
- 2.因材網 <https://adl.edu.tw/>
- 3.教育部國民及學前教育署生涯輔導資訊網 <https://career.cloud.ncnu.edu.tw/>
- 4.愛學網 <https://stv.naer.edu.tw/live/famous.jsp>
- 5.基隆市學生輔導諮商中心 <https://guidance.kl.edu.tw/>
- 6.112 年國中畢業生適性入學宣導網站 <https://shs.k12ea.gov.tw/site/adapt-k12ea>

★特殊學習需求與身心特質★

身心障礙類別

01 智能障礙	個人之智能發展較同年齡者明顯遲緩，且在學習及生活適應能力表現上有顯著困難。基本認知能力弱、學習速度較緩慢，但在生活自理、社會適應及職業技能等方面需要較多協助與指導。
02 視覺障礙	全盲者無法利用視覺學習，需經由觸覺(點字)或聽覺(錄音帶)讀取資訊，並用手杖輔助行走。尚有殘餘視力者可由定向行動輔助。弱視者閱讀一般字體有困難，可借助特殊光學輔助儀器(放大鏡、望遠鏡)將字體放大來擷取資訊。
03 聽覺障礙	由於先天或後天原因造成聽力受損程度不同，影響溝通表達及學習，大多需配戴助聽器，依靠視覺管道來吸收學習。
04 語言障礙	在語言理解或語言表達能力較同年齡者相比有顯著低落現象，造成溝通困難。常見四種類型— 構音障礙、聲音異常、語暢異常、語言發展遲緩 。
05 肢體障礙	上肢、下肢或軀幹的機能有部分或全部障礙，影響參與學習者。肢體障礙者可能有心肺、肌肉骨骼、神經系統方面的障礙，因三者各司不同功能，故肢障者亦呈現不同類型的特質。
06 腦性麻痺	腦部發育中受到非進行性、非暫時性的腦部損傷而顯現出動作及姿勢發展有問題，或伴隨感覺、知覺、認知、溝通、學習、記憶或注意力等神經心理障礙，導致在活動及生活上有困難。
07 身體病弱	因罹患急性或慢性疾病，體能虛弱、需長期療養，影響參與學習者。
08 情緒行為障礙	長期情緒或行為反應顯著異常，嚴重影響學校適應者，非感官、智能或環境壓力所造成。經精神科醫生診斷認定，情緒或行為表現和同年齡或社會文化常態有明顯差異，除了學校外，在家庭或社會情境中，也會有困難者。
09 學習障礙	神經心理功能異常導致在聽、說、讀、寫或算等學習上有顯著困難，且在注意、記憶、理解、知覺、知覺動作、推理等能力有問題，其學習上的困難並非因感官缺陷、智能、情緒困擾或環境文化刺激不足等因素所直接造成之結果。
10 多重障礙	具兩種(含)以上不具連帶關係的顯著障礙而影響學習與生活者。
11 自閉症	因神經心理功能異常而造成廣泛性發展障礙。出現三種重要的行為特質： 語言和溝通方面 ：語法錯誤、代名詞和抽象語言使用困難、不會解讀肢體語言。 社會互動和人際關係 ：不理人、不看人、不了解社會規範。 行為與環境適應 ：句怕改變甚至拒絕改變，表現反覆固定的行為。
12 發展遲緩	指未滿6歲的兒童，因生理、心理或環境因素，在感官知覺、認知、動作、溝通、社會情緒或自理能力等方面的發展較同年齡遲緩，但是障礙類別無法確定者。
13 其他障礙	因生理或心理因素，孩子在知覺、認知、動作、溝通、社會情緒或生活自理等方面較為落後，對學校的學習與生活造成影響，但是沒有辦理歸類到前面的各種類別裡。

★認識特殊的朋友★

近幾年由於特殊教育努力推行「融合教育」的理念，讓輕度障礙或是學習、情緒適應上有困難的學生，除了在特教組接受直接教學和間接諮詢的服務之外，大部份皆回歸普通班級與一般學生共同活動，以提供他們適性的學習環境。

期望家長能帶著孩子一同認識這些特殊的朋友，同理他們的困難。

為建立正向思考，本校於 109 學年度開始，將資源班稱為「學習中心」

<p>△認識特殊的朋友—智能障礙者</p> <ul style="list-style-type: none"> * 記憶力不好，容易忘記事情。 * 注意力分散，喜歡依賴別人。 * 缺乏想像力和隨機應變的能力。 * 有些人會面無表情，有些人會莫名其妙大笑。 * 不懂怎樣分辨是非善惡，自我照顧能力比較不足。 * 動作比較遲緩，敏捷度、協調性和力量有不足的現象。 * 有的會眼神呆滯，有的眼睛會不停的轉，有的會毫無目的的左右張望。 	<p>△如何與他相處？</p> <ul style="list-style-type: none"> * 和他說話語句要明確短淺。 * 告訴他的事情，要有耐心多說幾遍。 * 對他多說鼓勵的話，讓他有信心學習。 * 可以用各種有趣的方法，幫助他學習。 * 教他學習要有實際的物品讓他親自操作。 * 讓他自己練習處理身邊的瑣事，不要事事幫他做好。
<p>△認識特殊的朋友—學習障礙者</p> <ul style="list-style-type: none"> * 注意力不能持續。 * 常常不能找出事物的細節。 * 學習常常顯得混亂、無頭緒。 * 口語或文字表達常發生困難。 * 上課或活動時常無法正確的判斷大小、遠近、深淺。 	<p>△如何與他相處？</p> <ul style="list-style-type: none"> * 幫助他用多種感官學習。 * 給他一個有規律的學習程序。 * 提供他一個單純的學習環境。 * 教他各種學習的方法，解決問題。 * 鼓勵他自我控制，克服學習困難。 * 鼓勵他參加學校各項活動，建立自信心。
<p>△認識特殊的朋友—語言障礙者</p> <ul style="list-style-type: none"> * 說話不清楚。 * 發聲音質很沙啞或尖銳。 * 說話音調過高或過低。 * 說話聲音太大或太小。 * 說話時下句不易接上句。 	<p>△如何與他相處？</p> <ul style="list-style-type: none"> * 有耐心的聽他說話。 * 多利用圖片幫助他說話。 * 多用遊戲方法進行說話訓練。 * 利用玩具、布偶、錄音機引導他說話。 * 製造和諧愉快的氣氛，刺激他多說話。 * 當他說話的時候，不要取笑他，讓他喜歡說話。

<p>△認識特殊的朋友—自閉症</p> <ul style="list-style-type: none"> * 社會互動困難。 * 語言發展遲緩。 * 說話眼睛不看人。 * 不主動和人說話。 * 好動，經常離開座位。 * 喜歡做重複的動作或事情。 * 常常自言自語或嘻笑或尖叫。 	<p>△如何與他相處？</p> <ul style="list-style-type: none"> * 主動接近他，和他說話。 * 安排他和人說話的機會。 * 瞭解他動作所代表的意義。 * 用他喜歡的事物，引導他學習。 * 事前儘量先說明活動程序，讓他有心理準備。 * 和他做朋友，陪他遊戲，增進他的人際互動關係。
<p>△認識特殊的朋友—注意力缺陷過動症</p> <ul style="list-style-type: none"> * 做遊戲時常常犯規。 * 常找不到簿本、文具。 * 注意力不足，學習不專心。 * 上下課時喜歡跑來跑去。 * 寫作業，做功課常粗心犯錯。 	<p>△如何與他相處？</p> <ul style="list-style-type: none"> * 讚美他好的行為。 * 告訴他處理行為的方法。 * 隨時鼓勵他的努力，發現自己的進步。 * 用他喜歡的事物或興趣，消除亂動的行為。 * 訂立他能做得好的行為規範，增強他的成就感。
<p>△認識特殊的朋友—情緒障礙者</p> <ul style="list-style-type: none"> * 喜怒無常。 * 經常發脾氣，攻擊別人，控制能力弱。 * 對外界感覺較遲鈍，或出現反應過度。 * 有搖頭、抓髮、扭衣角、擺動身體等習慣性動作。 * 無法料理好自己的生活，也不曉得清楚的表達和要求。 * 經常說些無關緊要的事，常用尖銳或特別低沉的音調講話。 	<p>△如何與他相處？</p> <ul style="list-style-type: none"> * 協助穩定他的情緒。 * 指導情緒紓解的方法。 * 鼓勵他做自己能做的事。 * 有好的行為要多鼓勵他。 * 接納他特殊的行為或舉動。 * 了解他的情緒表達方式，不激怒他。
<p>△認識特殊的朋友—身體病弱者</p> <ul style="list-style-type: none"> * 需要長期吃藥。 * 患有疾病不能太勞累。 * 身體經常虛弱無力、容易暈倒。 * 長期住院、請病假，不能來上學。 * 輕微運動就會臉色發紫、呼吸困難。 	<p>△如何與他相處？</p> <ul style="list-style-type: none"> * 避免好奇的眼光。 * 了解他的身體病況。 * 找出優點來讚賞他。 * 有困難時主動幫助他。 * 陪他一起遊戲、散步。

<p>*可能會過份依賴、放縱、孤立退縮。</p>	<p>*當他的小老師，教他功課。 *他不舒服時告訴老師或護士阿姨</p>
<p>△認識特殊的朋友—多重障礙者</p> <p>*經常用身體動作表達自己的需求。 *自我控制力差，激動時會傷害自己。 *同時具有兩類以上生理功能的障礙。 *食、衣、住、行等需求需要別人協助和照顧。 *對週遭事物較無法理解，有時連對自己的名字都沒反應。</p>	<p>△如何與他相處？</p> <p>*敞開心胸接納他。 *耐心傾聽他說話。 *引導他參與活動或工作。 *不譏笑他的障礙行為。 *不要投以歧視的眼光或好奇地追根究底。 *即使是很小的進步，別忘了鼓勵、讚美。</p>
<p>△認識特殊的朋友—資賦優異者</p> <p>*解決問題的能力強。 *學得快、學得廣、學得好。 *喜歡交朋友，尤其是大朋友。 *生活中點子特別多，富有創意。 *喜歡獨立思考研究，不喜歡受約束。 *推理能力和創造能力強，思考周密。 *說話詞彙豐富，文筆和口才表達通暢。 *記憶力比較強，對知識有強烈的好奇心。 *精力充沛、對週遭的事物或學科特別感興趣。</p>	<p>△如何與他相處？</p> <p>*接納他的創意。 *分享他的成長經驗。 *參與他的想法和點子。 *分享他的學習成果和樂趣。 *和他一起追求生活的真善美。</p>

★資源與協助★

一、教育單位

單位名稱	電話	網址
基隆市政府教育處	24301505	基隆市安樂區安樂路二段 164 號 8 樓
國立臺灣師大特教中心	77345075	臺北市和平東路一段 129 號博愛樓三樓
國立臺北教育大學 特教中心	27373061	臺北市愛國西路一段 1 號
基隆市特教資源中心	24243752	基隆市中船路 36 巷 4 號

二、醫療單位

單位名稱	電話	網址
行政院衛福部基隆醫院 兒童發展聯合評估中心	24292525	基隆市信二路 268 號
基隆市市立醫院	24652141	基隆市信義區東信路 282 號
財團法人長庚紀念醫院 基隆分院	24313131	基隆市麥金路 222 號
維德醫院	24696688	基隆市調和街 210 號
基隆市發展遲緩兒童 早期療育通報中心	24662355	基隆市信義區東信路 282 之 45 號

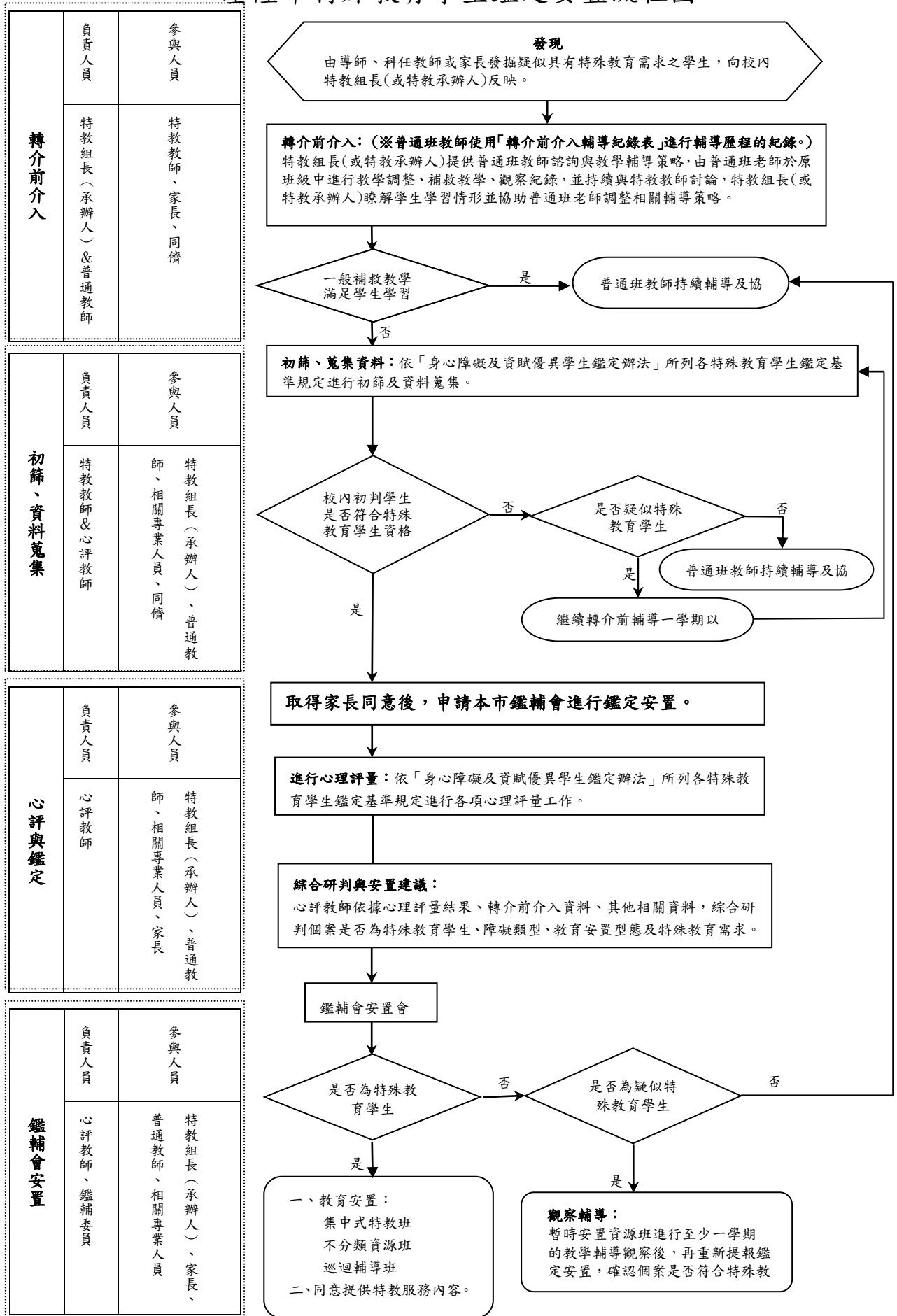
三、社會福利機構

單位名稱	電話	網址
基隆市智障者家長協會	24220310	基隆市孝三路 99 巷 7 號 1 樓
基隆市身心障礙福利服務中心(伊甸社會福利基金會)	24662355	基隆市東信路 282-45 號
臺北市自閉症家長協會	25953931	臺北市酒泉街 189 號

四、法律諮詢服務

單位名稱	電話	網址
基隆市政府法律諮詢服務中心	24201122#1213	基隆市義一路 1 號
財團法人法律扶助基金會	24231631	基隆市仁愛區忠一路 14 號 11 樓

基隆市特殊教育學生鑑定安置流程圖



協助孩子做好情緒管理

有知有感是人類生而具有的特性，一歲左右幼兒開始發展複雜情緒的表達，透過觀察周遭人與被教導與回應的過程，慢慢學會辨識與解釋自己與他人的情緒合宜性，這種情緒的社會化及自我調整的過程可以讓孩子學習調整與控制情緒，並學得情緒表達規則。

情緒的內涵與管理

因為情緒智商日益被看重，情感教育與情緒管理也成為現代親職效能的重要議題。這當中包含了情緒的覺察與辨識、情緒的表達與同理、情緒的抒解與調適，都是情緒管理中重要的功課：

1. 情緒與行為的關聯：

情緒不僅是一種內在經驗，也是外顯行為，而且是互為因果循環的複雜狀態。有時身體的健康、荷爾蒙的變化會影響人主觀的情緒感受，有時外在的社會生活事件、生活危機也會引發情緒的變化。個人對事件的不同解釋，也會引起不同的情緒反應。

2. 情緒的多元與多重：

情緒有多元面貌與多重反應。在同一時間下，有時人會突然遇見不同事件而哭笑不得；或同一事件也常會有愛恨交織、惱羞成怒之類的多元反應。父母要學習更多的情緒字彙才能更準確描述孩子的內在狀況，進而能協助孩子做情緒辨識。

3. 情緒表達與理解：

情緒需要有出口、被瞭解，而不是受壓抑或責備而失控轉向。孩子在情緒中有時會盲目與衝動，而父母有時會過度簡化或誇大，適切的回應可以快速滿足孩子表達情緒的真正需求，好的同理則會讓孩子的情緒導向理性的方向。

4. 情緒的抒解與調適：

適當抒解與轉化情緒有益於健康，過度壓抑情緒與載負太多的壓力，容易降低免疫力。情緒的調適可以透過許多方法來達成，是可以學習的生活習慣與智慧。

父母應有的原則與態度

當孩子鬧情緒時，如害怕、憤怒、悲傷、失望、妒忌的當下，很少會覺得自己是被瞭解及被接納，因此父母更需要有耐心，才能理解孩子情緒背後想表達的感受。當孩子覺得有人願意關心理解，就可能轉變成為自我瞭解及創造力的來源，以新的可能性面對當下情境。孩子的合作與成長是需要安全及支持性的環境中才可以開展。在這過程中，父母要扮演的角色是開放、真誠、傾聽、同理與回應。

1. 當孩子溺水時，不是教他游泳的好時機：

溺水的孩子需要的是及時拉他一把，因為他沒有餘力去學習。當孩子傷心、難過、生氣的時候，也不是灌輸規則與訓誡說教的好時機。只有傾聽、瞭解孩子的想法，才能快速幫孩子穩定情緒，進而能有合理的想法。給予同理與瞭解，能幫助孩子接納自己、消散情緒，並因此對父母產生信賴感。

2. 要作恆溫器，而不是溫度計：

要秉持穩定的態度，而不是隨著孩子的情緒起舞、言行失控，因為孩子的情緒並不屬於你，不要認為是自己的責任。可以用心傾聽，並將理解表達出來，反映孩子的當下狀態，幫助孩子覺察自己的感受與行為。

3. 你無法給予孩子自己所沒有的東西：

若手上沒有糖，如何能給孩子糖？如果本身情緒不穩定，如何能帶給孩子穩定的情緒？如果對自己也不能忍耐接納，那便無法對孩子忍耐與接納。所以做好父母的重要前提是照顧好自己情緒，讓自己成為穩定有能量給予的父母。

4. 重要的不是當時做了什麼，而是事後你做了什麼：

父母不是完人，總有判斷不當、處理不周的情況，但是父母不要為內疚所困，擔心會對孩子造成長期影響。重要的是去學習如何處理自己所犯的錯誤，如何在事後理性回應說明一些不好的親子溝通狀況，在坦誠中讓孩子學習勇於認錯與負責的行為，同時示範如何修補維護關係的態度。

5. 當無法接納事實時，給予想像的空間：

孩子常會有許多負面的情緒與攻擊力要宣洩，因此表現出一些不當的行為。孩子可以藉由想像而得到一些在現實生活中不能獲得的東西，表達出真實生活中不會被接受的情緒和希望。因此如果不是有具體的破壞性行為，透過遊戲、畫畫、說故事等，不過度限制孩子想像性的破壞，就能幫孩子的壓力找到出口。

「少年十五二十時」通常是我們認為在人生歷程中的青春時光，青少年本應趁此黃金時段，為未來做好準備，奠定基礎，日子是充滿希望與光彩。然而，許多研究指出，自殺是十五到廿四歲青少年的前三大死因之一，令人震驚，也值得父母、學校人員、社會大眾共同注意關心！因此，在此整理出幾個有關青少年自殺防治的概念，希望在關鍵時刻能提供些許幫助……

★自殺行為的預兆

其實自殺行為的出現，常是青少年的求助訊號，若能稍加留心觀察孩子們日常生活中的動態，或許能避免孩子自我傷害的行為發生。

一、語言上的線索

表現出想死的念頭，可能直接以話語表示，也可能在日記、寫信、寫作文或塗鴉的紙片中表現出來。如：「沒有人關心我的生死」；「如果沒有我的話，事情也許會好些。」；「解脫」；「一了百了」。

二、行為上的線索

- ◆突然的、明顯的行為改變，如由活潑變為退縮。
- ◆出現與上課有關的學習行為問題，如成績大幅滑落。
- ◆放棄個人擁有的財產：如立下遺囑將心愛的東西送給別人。
- ◆酒精或藥物濫用的情況突然增加。

三、環境上的線索

- ◆重要人際關係的結束，如親人死亡、與密友吵架、分手。
- ◆家庭發生大變動；如財務困難、搬家。
- ◆表現出對環境的不良適應，並因而失去信心，如怕上學且一再表示自己沒有辦法去學校。

四、併發性的線索

- ◆從社交團體中退縮下來。
- ◆出現憂鬱的徵兆。
- ◆出現不滿的情緒。
- ◆睡眠、飲食規則變得紊亂，顯得疲憊，身體常有不適、生病、失眠 — 並以此為藉口請醫生開安眠藥、鎮靜劑，並收藏作為自殺用。

★協助有自殺意圖的孩子

一、做一位傾聽者

傾聽並同理他的訴說，避免批判孩子的談話內容，此時他需要的是陪伴支持，而非訓誡。

二、表達關心

當發現孩子有嚴重的自殺意圖或感覺時，可以直接詢問他對自殺的看法，雖然這不是一個令人愉快的話題，但仍應以真誠的溝通方式來面對，表達您的關心。

三、信任自己的判斷

若您認為孩子正處於自殺的危機時，請保持高度敏感勿讓他人誤導您的判斷，而忽略了自殺的訊息，寧可做個杞人憂天者，也不要造成遺憾！

四、採取行動

1. 告訴其他家人，共同討論這個問題，並決定要如何請求援助。
2. 和學校導師、輔導老師聯絡，請他們密切注意孩子的舉止。
3. 不讓孩子獨處，務必找到可以協助的人前來支援，並不一定事事自己處理。

自殺(或自我傷害)行為的發生，常是眾多因素的影響所致，若想協助孩子，就必須讓他了解「有很多人可以幫我」，而生活中任何會對孩子產生影響的人或機構，都可以邀請他和您一起努力關心孩子，讓孩子重新學得生活的意義。

網路文章：<https://www.fdhs.tyc.edu.tw/~guidance/parent/p-4.htm>

堅持自己的價值

有一個出家弟子跑去請教一位很有智慧的師父，他跟在師父的身邊，天天問同樣的問題：「師父啊，什麼是人生真正的價值？」問得師父煩透了。

有一天，師父從房間拿出一塊石頭，對他說：「你把這塊石頭，拿到市場去賣，但不要真的賣掉，只要有人出價就好了，看看市場的人，出多少錢買這塊石頭？」

弟子就帶著石頭到市場，有的人說這塊石頭很大，很好看，就出價兩塊錢；有人說這塊石頭，可以做稱鉞，出價十塊錢。

結果大家七嘴八舌，最高也只出到十塊錢。

弟子很開心的回去，告訴師父：「這塊沒用的石頭，還可以賣到十塊錢，真該把它賣了。」

師父說：「先不要賣，再把它拿去黃金市場賣賣看，也不要真的賣掉。」

弟子就把這石頭，拿去黃金市場賣，一開始就有人出價一千塊，第二個人出一萬塊，最後被出到十萬元。

弟子興沖沖跑回去，向師父報告這不可思議的結果。

師父對他說：「把石頭拿去最貴、最高級的珠寶商場去估價。」弟子就去了。

第一個人開價就是十萬，但他不賣，於是二十萬，三十萬，一直加到後來對方生氣了，要他自己出價。

他對買家說，師父不許他賣，就把石頭帶了回去，

對師父說：「這塊石頭居然被出價到數十萬。」

師父說：「是呀！我現在不能教你人生的價值，因為你一直在用市場的眼光在看待你的人生。」

人生的價值，應該是一個人心中，先有了最好的珠寶商的眼光，才可以看到真正的人生價值。」

我們的價值，不在於外面的評價，而是在我們給自己的定價。

我們每一個人的價值，都是絕對的。

堅持自己崇高的價值，接納自己，磨勵自己。

給自己成長的空間，我們每個人都能成為「無價之寶」。

生命中的每個挫折、每個傷痛、每個打擊，都有它的意義。

網路文章 <http://ibook.idv.tw/eneews/eneews61-90/eneews82.html>

尊重差異不挑不棄—吳若權

人與人的相處，貴在包容。肯定自己的選擇，接受和對方之間的差異，說起來簡單，做起來不容易。愈是知道自己要的是什麼，也能夠尊重對方不同的想法，彼此相處的空間就會擴大。

出國旅行常在異國街頭見識各種不同民族的裝扮，對奇裝異服的搭配，早已見怪不怪。令我印象最深刻，倒不是什麼特殊的服飾，而是一對我們台灣同胞的老夫妻。

老爸爸腳底趿一雙 Made in Taiwan 的塑膠拖鞋，布衣短褲，好不自在。老媽媽卻是梳理有致、穿金戴玉，最耀眼奪目的是閃亮在指縫間的大鑽戒。他們倆拆開來看，可以說各有各的風采；沒想到合在一起時，也別有一番風情。

這個景象讓我相當感動。

仔細觀察之後，我發現最重要的關鍵是老夫妻倆互相扶持，老媽媽將手挽在老爸爸臂膀上，眼底流動著溫柔，絲毫沒有因為他們的服裝很不搭調而覺得彆扭。他們無視於別人的眼神，也不將世俗的價值判斷當一回事，完全以「你高興就好」的心情相待。彼此尊重之餘，還能夠相互扶持，真的很不容易。

*相互欣賞，才能真心喜歡對方

雖說「少年夫妻老來伴」，很多夫妻還是會在歲月的淘洗之下，褪去恩愛的色彩，

價值觀的差異，更會讓彼此漸行漸遠，很難再把手挽在對方的臂膀上，更別說是在穿著這麼不相稱的服裝之下，還要寸步不離一起相偕同行。

常在親友之間聽說：老先生、老太太出門拌嘴的原因，是老太太嫌老先生穿著邋遢，老先生則對老太太大紅大紫的衣服看不順眼。

因為「你穿這樣，我不和你走在一起！」這個理由，而在街上一前一後距離數尺分開走的夫妻或情侶比比皆是。

「不挑剔、不嫌棄！」這是兩個人決定要長久相處時，必需有的修養。但是，能夠做到「不挑剔、不嫌棄！」的前提，並不是要求對方事事要如我們的意、符合我們的標準。而是，我們學會從對方喜歡的角度來欣賞對方，從對方需要的觀點去接受對方。如果，他覺得短髮好看，你又何必一定要堅持對方留長髮？最簡單的判斷方式是——至少，頭髮長在對方身上！

尊重對方的同時，其實是對自我的肯定。有足夠自信的人，不會在兩人之間的差異點上大作文章。挑三撿四，很容易弄得不歡而散。

*尊重自己、體貼對方，相處沒有負擔

很年輕的時候，我曾和一位高中時期的好朋友相去歐洲旅行，這個經驗對習慣獨來獨往的我，是一次很寶貴的學習。為了長途飛行的舒適性，他試探地問我要不要買「商務艙」的機票。當時的我，忙得無暇仔細考慮他的提議，加上預算的限制，直覺

地決定搭「經濟艙」。上飛機之後，我才知道他在航空公司服務，出國旅行可以用比較優惠的價錢訂購機票，所以他訂了「商務艙」的位置。

剛坐定位置之後，我的另一個脆弱的自己跑出來問：「會不會很不平衡？相約一塊兒旅行，人家坐的是『商務艙』喔！」幾秒鐘之後，我對發問的自己說：「安啦！各有各的選擇嘛，只要彼此照顧得到就好！」

飛機起飛不久，他從「商務艙」過來和我聊天，還把「商務艙」乘客專享的一、兩項水果及食物拿過來和我一起分享。我真高興自己沒有客套推卻，也沒有因為自卑而表現防禦，反而很自然地接受他出於好意所做的一切。

那時候，我就已經領悟了這個道理——肯定自己、尊重差異，是學會包容的起點。自己落得輕鬆，別人也可以自在而且沒有負擔地和我們相處在一起。

性侵害防治宣導

如何減低性侵害發生的可能？

資料來源：衛福部保護服務司

- ◎ 在家中外出時留一盞燈；回家進門前，預先準備好鑰匙。
- ◎ 避免出孤立偏僻的地點，例如：電梯、洗衣房、車庫等。特別當你是一個人或與別人在一起而感到不舒服時，應特別避免。
- ◎ 改變你的固定作息。如果可能，改變固定的作息時間或方式，使人不易預知你的行為而加害於你。
- ◎ 和鄰居做朋友，並且尋找是否有鄰里的犯罪防治計畫，當你一人在外時，應讓朋友知道你在那裏。
- ◎ 在門上裝一個視窗孔，並多加利用。勿讓陌生人進入，如遇警察、快遞人員等，也應要求先出示證件。並在所有的門窗上安裝使用堅固的鎖。
- ◎ 在門外懷疑有人闖入家中時，勿直接進入，最好先打電話給最近的警察求助。

☆在約會或社交場合中

- ◎ 了解一個男人對女人的態度。在與男性外出或談話時，應注意對方是否流露出對女人的敵意或使你不舒服。
- ◎ 清楚的表達你的意思。不用擔心你的反應會對他無禮，因為你的安全更重要。在你涉入性行為之前，應讓對方明白你的界線。
- ◎ 避免隔絕的場所。如：公園、或廢棄的海灘。會面的地點最好在容易得到支援的公共場所。
- ◎ 節制飲酒和藥物的使用。以免失去判斷力和反應力，同時要留意對方飲酒和用藥的情形。
- ◎ 安排你自己的交通工具。尤其當你與對方不熟時，應選擇自己開車，使用大眾交通工具，或與一個團體，另一對男女朋友出去。

☆其它降低被性侵害機會的方法

- ◎ 走路時
 - (1) 計畫你的行經路線而且走路要顯示自信。
 - (2) 夜晚切勿走在偏僻的區域。
 - (3) 絕不要輕易搭便車。
 - (4) 發現被跟蹤，立即走入店裏、人群中或敲門求助。要設法引起其他人的注意力。
- ◎ 開車時

- (1) 不論開車或停車都要鎖上車門。
 - (2) 避開偏僻或照明不足的停車位。
 - (3) 走近你的車前留意四周的狀況，包括車底下。
 - (4) 事先將鑰匙拿在手上。
 - (5) 在入座前先視查一下後座區。
 - (6) 若車子故障，應留在車內，鎖上門，然後請路過的人幫忙打電話給警察或拖車公司。
 - (7) 絕不搭陌生人的便車。
- ◎ 搭乘公共交通工具
- (1) 避免在偏僻的車站上下車。
 - (2) 選擇燈光明亮處並靠近他人一起等車。
 - (3) 避開空無一人的車廂。
 - (4) 感到有威脅時，立即走開。
 - (5) 可能的話，選擇坐在司機的附近。

☆當你被攻擊時相信你的直覺並快速反應有效的應變方式不只一種，而你最好逃走的機會是在一開始接觸時。依情況而定，你可以：

- ◎ 跑開或尖叫以便求助，特別當你靠近其他的人時。
- ◎ 打、咬、抓等都可以幫助你逃跑，但須考慮可能帶來的傷害。
- ◎ 只要平常多留意，有些隨身物品在防止性侵害時是派得上用場的，一旦發生狀況多加運用，可以幫助自己脫離危險：
- 1、手指—可戳擊對方眼睛。
 - 2、指甲—適度、不宜過長，可抓襲對方臉部、喉嚨。
 - 3、肘部—可撞擊對方的胸部。
 - 4、膝蓋—可頂撞對方的襠部。
 - 5、哨子—哨子是最便宜但效果最大的防暴器，一旦發生狀況可大聲吹哨子求援，哨子配戴方式不宜掛在胸前，像掛項鍊一樣，妥當的做法應把它當手鐲，戴在手腕上。
 - 6、利用隨身尖銳物品，如：髮夾、別針、鑰匙、高跟鞋或雨傘等。
 - 7、市售防身器。
- ◎ 隨時留意避免喝到加有 FM2 或快樂丸藥品的飲料。
- 1、與朋友外出或約會前，可準備自己要喝的飲料或親自買飲料。
 - 2、不管所飲用的飲料為罐裝或鋁箔包裝，最好能親手打開，不需要別人的服務。
 - 3、喝飲料最好能使用窄口瓶裝的杯子，因為廣口杯較容易被人下藥。
 - 4、自己若點了飲料後，別讓飲料離開視線之外，也不要叫朋友幫你看飲料。
 - 5、注意朋友的朋友和你身邊的女性朋友，因為從很多案例來看，有時你的女性朋友也可能是下藥的共犯。

性騷擾防治宣導

性騷擾行為

無故暴露隱私處

展示或傳閱
色情影片、圖片或騷擾文字

羞辱、貶抑、敵意
或騷擾的言詞或態度

毛手毛腳、掀裙子
或偷窺裙底



開別人性別氣質
或性傾向的玩笑

跟蹤、尾隨、不受歡迎的追求

偷窺、偷拍、
緊盯身體隱私部位



趁機親吻、擁抱、
觸摸胸臀
或其他身體隱私部位



性騷擾錯誤迷思



如果被性騷擾
怎麼還笑得出來



No!

沒當場嚴詞拒絕
所以不算性騷擾

事隔多日才申訴
內情恐怕不單純



他/她是個好人
不可能性騷擾別人



會不會是誣告
或為了報復還是權力鬥爭



男性或同性
不會被性騷擾



他/她一定做/穿/說了什麼
才會被性騷擾

他/她太敏感缺乏幽默感
又沒少塊肉

他/她長得這麼安全
怎麼會被性騷擾



自我保護 避免受害

明白向對方
表達抗議
或拒絕
以避免對方
得寸進尺



引起旁人
注意並求助
或喝止對方
停止



向警察報案
或打113
尋求協助



保全人事物
相關證據



自我約制 避免成為加害人

不隨意講
黃色笑話
或
調戲他人



未經同意
不隨意
碰觸他人



勿以網路
手機傳播
情色資訊



在上位者
應注意
與下屬的
權力
差異關係



不確定
對方意願
寧可不說
或先不做



醫療照護或
健身指導等
所需的身體
碰觸，請先
說明清楚並
徵求同意



性剝削防治宣導

該小心的這些那些

我要怎麼保護自己？



不拍攝私密照



即使存在自己手機
也會有風險

不被好康沖昏頭



不聽信網路要求拍照
及點閱可疑的網址

面對威脅不妥協



不要答應對方的要求
養大他的胃口

可是我



私密影像已經被散布了 我該怎麼辦？

不刪除照片與對話



不要害怕
留下所有照片與對
話這些可以幫你抓
壞人

馬上求助



跟家人或信任的人
討論或找iWIN

截圖蒐證



收集對話等證據
讓警察大人抓壞人

報警



讓警察大人
幫你抓壞人

還有秘密法寶可以幫助你 >>

他們會做些什麼？

iWIN網路內容防護機構

- 幫你
溝通平台刪除照片
- 和你
一起罵壞人
- 陪你
一起變勇敢



撥打「iWIN熱線」(02)2577-5118 也可以喔!

我們可以為兒少做的事情!

- 不衝動刪除帳號
- 截圖蒐證報警
- 不憤怒責罵孩子
- 陪伴並與孩子對話
- 向外尋求協助

遇到問題
求助親友或找
iWIN就對了!



保護兒少也保護大人，歡迎大家分享出去！讓生活不再恐懼！

台灣展翅協會《防制數位性暴力及兒少性剝削宣導影片》

序號	影片名稱	網址連結
1	關於青少年自拍性私密影像-家長該知道的事 《理解及展開對話》	https://www.youtube.com/watch?v=21wbJhHBnM4&list=PLHSMQhhsbtSg-7aUcofgGV6tTYWpn3wgi&index=4
2	關於青少年自拍性私密影像-家長該知道的事 《協助及支持》	https://www.youtube.com/watch?v=8zBkcxJrfek&list=PLHSMQhhsbtSg-7aUcofgGV6tTYWpn3wgi&index=5
3	看到他人性私密影像外流，你的檢舉事關重大 《正義第三者》	https://www.youtube.com/watch?v=-1jBpnhGiEM&list=PLHSMQhhsbtSg-7aUcofgGV6tTYWpn3wgi&index=3
4	當有人要求性私密影像【男孩篇】	https://www.youtube.com/watch?v=9e1ThpSsDC8&list=PLHSMQhhsbtSg-7aUcofgGV6tTYWpn3wgi&index=2
5	當有人要求性私密影像【女孩篇】	https://www.youtube.com/watch?v=ZU7WUz_1anM&list=PLHSMQhhsbtSg-7aUcofgGV6tTYWpn3wgi&index=1
6	遇到網路誘拐者會發生什麼事	https://www.youtube.com/watch?v=gbN3Y96FOXk&list=PLHSMQhhsbtSg-7aUcofgGV6tTYWpn3wgi&index=6

家暴防治、諮商服務宣導

30秒精神暴力自我檢測量表

在你看了下列6項敘述後，就實際情況回答有或沒有，當完成自我檢測量表後，若其中有1項以上勾選「有」者，請注意自身狀況、撥打113保護專線或尋求專業協助

題目	是 / 否	
1 另一半常用言語侮辱你或者讓你覺得自己很糟糕	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 另一半常在其他人的面前貶低或羞辱你	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 另一半隨時要知道你的行蹤，讓你倍感壓力	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 另一半常因你與其他異性說話而生氣	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 另一半常故意做出讓你驚嚇或恐懼的事 (例如：他看你的方式，對你吼叫或丟東西)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 另一半常疏忽你或冷漠相待	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

資料來源： 衛生福利部
Ministry of Health and Welfare

基隆市 免費心理諮商服務

~許自己一個微笑~

您常被忙碌的生活壓得喘不過氣？
學業壓力、職場工作、親子溝通、感情等困擾...
歡迎您來，讓專業的心理師陪伴您走過生活困擾

- 服務對象**：設籍或居住於基隆市民眾(18歲以下須由監護人陪同)
- 服務內容**：個別會談、夫妻會談、伴侶會談、團體會談
- 預約電話**：**02-24300195** 星期一至星期五(上午8:00至下午17:30)
- 服務時間**：每週3時段，每次50分鐘，時段如下：

星期三	星期四	星期六
17:30-18:30	14:00-15:00	09:00-10:00
18:30-19:30	15:00-16:00	10:00-11:00
19:30-20:30	16:00-17:00	11:00-12:00

基隆市社區心理衛生中心 關心您 (廣告)
基隆市安樂區安樂路二段164號5樓
電話：**02-24300195**

★基隆市立南榮國民中學

校址：基隆市仁愛區南榮路 319 巷 36 號

傳真：(02)2425-6272

電話：(02)2428-2188

※辦公室電話分機

80 校長室	20 學務處	30 總務處	40 輔導室
10 教務處	22 學務主任	32 總務主任	41 輔導主任
11 教務主任	23 生教組	33 出納組	42 特教組
12 註冊組	24 體衛組	34 事務組	43 生規組
13 教學組	25 健康中心	50 人事室	45 特教老師
18 實驗教育組	28 導師室	55 會計室	46 輔導老師
	29 導師室	89 警衛室	40 輔導組

★基隆市家庭教育中心

地址：基隆市信一路 181 號(文化中心側門) 傳真：(02)-24226632

(一)服務內容：

1. 與家庭相關之諮詢與輔導(包含:電話諮詢及面談)。
2. 有關婚姻教育、兩性教育、親職教育、子職教育、倫理教育、其他事項等。
3. 配合教育部推動之教育政策,如:婚前四小時教育,、婦女保護、新移民女性等。

(二)服務型態、方式：辦理支持性團體、自我成長團體、各類演講談座、研習、讀書會、親子共讀、親子共學、種子人員培訓、成長營隊等活動。

(三)家庭諮詢服務：885(幫幫我)專線，對家庭問題無法處理，溝通困難…

(四)電話諮詢：週一至週五 09:00~12:00、13:30~17:00 專線：(02)24201885

面談服務：與中心行政人員事先預約面談時間，行政專線：(02)24271724

★基隆市心理衛生中心

地址：基隆市安樂區安樂路 2 段 164 號 5 樓 電話：2430-0195

(一)服務對象：市民有心理困擾、創傷、有自殺想法或行為，與精神疾病等需要協助者及其家屬。

(二)服務內容：

1. 自殺防治—心理會談關懷服務；自殺守門人教育訓練；學校、機關及社區民眾教育宣導。
2. 精神衛生—精神疾病個案管理、轉銜服務；學校、機關及社區民眾教育宣導；心理會談關懷服務。
3. 家庭暴力暨性侵害加害人處遇。

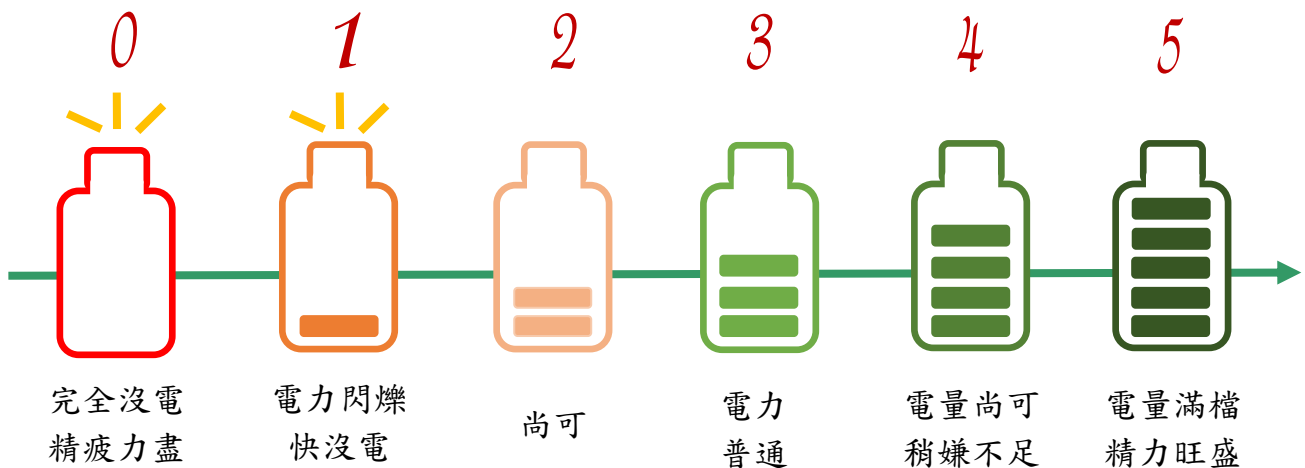
(三)免費心理會談服務：

1. 禮拜三晚上及禮拜六早上(非上班時段)：基隆市安樂區安樂路二段 164 號 1 樓
2. 禮拜二及禮拜四下午(上班時段)：基隆市七堵區明德一路 169 號
3. 衛生福利部 24 小時免費心理諮詢安心專線：1925(依舊愛你)
4. 專屬男性的關懷專線：0800-013-999

親子相處的恆溫妙方

父母電量示意圖

在照顧孩子的同時，家長們是否也有好好關照自己呢？可以將父母電力表印出來貼在家裡面經常看到的地方，當自己電量低的時候，可以「指給孩子看」和孩子溝通自己的電力狀態，是增加親子溝通的好用工具喔！



父母充電回血的必備好方法

當你自覺電量低時，可以依照你的習慣尋求補充電量的方式，例如：

1. 找抒發：打電話或用通訊軟體給三個朋友留言。
2. 買東西：打開 APP 買東西轉移注意力。
3. 找替手：找就近可以協助的替手。
4. 找同儕：和其他家長夥伴一起聊天交流。
5. 來看書：看教養書籍，幫助自己增加知識。
6. 一句話：告訴自己「孩子總會長大！」「總會渡過的，要對自己有信心」
7. 添效率：增加工作的效率，全心投注工作上幫助自己減輕工作壓力。
8. 找樂趣：做甜點、料理、帶孩子參加活動等。
9. 用資源：運用圖書館、線上資源、家人、同儕夥伴們等作為你的神救援。
10. 吃東西：吃喜歡的飲料或點心，讓自己心情放鬆開心愜意。
11. 其他：_____（由你來填入）

節錄自黃之盈諮商心理師《恆溫教養》第 40、41 頁



用耐心回應孩子的情緒

用理解安定孩子心靈

構築坦率的信任關係

維持愛的恆溫

