



## 【服務學習教育週】

公民教育中心議題：服務他人，成長自我。

班會討論提綱：請分享你的志工經驗。

112 學年第 2 學期第 13 週

5 月 6 日—5 月 10 日



## 教務處

### 教學組

一、5/6 (一) - 5/8 (三) 將舉行本學期高一、二第 2 次期中考試，請同學遵守試場規則 (參閱學生手冊)。

1. 各時段未應試之班級，請留原班教室自習 (**不開放圖書館及其他地點自習**)。

2. 試場規則重點提醒：

- 每一節考試遲到逾 20 分鐘不得入場；考試開始 20 分鐘之內不可提早交卷。
- 答案卡、卷於監考老師離開後補交者，**不論理由一律不予計分**；**書包及手機 (必須關機) 請置於教室前後方地板**；抽屜淨空或翻轉過來，桌面須清理乾淨，除應考文具外不得有其他雜物、飲料、食物。

二、113 年 5 月 8 日 (星期三) 舉行 112 學年度第 2 學期高三第 3 次分科測驗模擬考，請注意下列事項：

1. 考試時間，每節均為 80 分鐘。
2. 本模擬考試視為正式課程，高三同學模擬考當日依模擬考考試科目時間表作息。
3. 未參加該科考試或該科考試提早交卷之同學，一律留在原班教室內自習 (不開放圖書館及其他地點自習)，俟該科考試結束後統一下課。
4. 應考同學請從第一排依座號順序入座，未參加該科考試同學請安排於所有應考同學之後。
5. 自習時間一律留在原班教室內自習 (不開放圖書館及其他地點自習)。
6. 考試開始 20 分鐘後不得應考，考試開始 60 分鐘內不得交卷。
7. 考試開始鈴響時，即可開始作答；考試結束鈴響畢，應即停止作答。
8. 掃地時間為 09:50-10:10，放學時間為 16:10。
9. 模擬考鈴聲將以平時作息上下課鈴聲設定，與高一二期中考鈴聲作為區別。



## 學務處

### 衛生組

1. 112 學年度第二學期 **第四階段 (113 年 06 月 03 日至 113 年 06 月 27 日)** 學校午餐繳費單於 05/06 (一) 發放，請同學務必於 05/06 (一) 至 05/12 (日) 繳交餐費，05/13 (一) 中午前將繳費收據繳交給各班環保股長。

2. 食品營養宣導：均衡飲食。

### 生輔組

1. 騎乘公共自行車應遵守交通規則，依道路標誌、標線及號誌指示行駛，勿有雙載、併排及蛇行等危險行為，並應讓行人優先通行。
2. 騎乘公共自行車前，加入微笑單車會員可免費自動納保傷害保險，亦請鼓勵所屬員工及學生確認完成投保 (<https://reurl.cc/nN59X1>)，發生事故時提供理賠服務，以保障自身騎乘權益。



## 圖書館

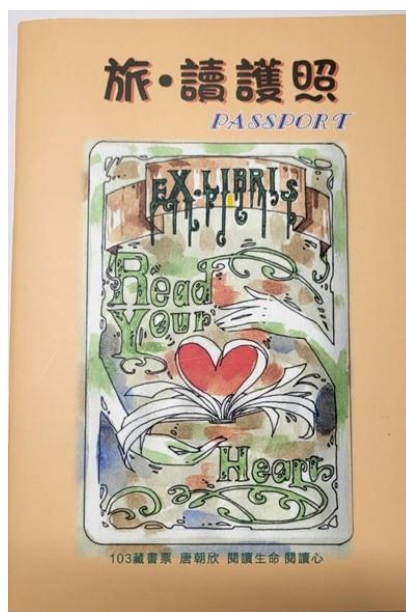
### 讀者服務組

1. 高一高二班級讀書會影片創作比賽：自由參加，請以班級讀書會成果發表的動態內容為主，製作班級小組閱讀影片於 **5/20 (一) 截止**，檔案請繳至圖書館二樓讀者服務組收。詳請參閱公告。

2. 高三同學歸還所有借書：畢業在即，請於 **5/30 (四)** 還書期限前歸還至圖書館。

3. **100 週年校慶徵文比賽**：本校在學學生 (含應屆畢業生) 歡迎踴躍參加徵文比賽，主題「**竹女與我**」，詳細辦法與報名表，請參閱班代帶回資料，**5/24 (三)** 收件截止。

4. **鼓勵書寫「旅讀護照」**：歡迎同學踴躍書寫旅讀護照，**5/17 (五) 前**請各班圖書股長統計篇數，撰寫篇數較多且書寫優良者，擇優頒發沂風悅讀人獎學金三千元獎勵，或獎勵圖書禮券，請把握機會。



**騎乘YouBike 要遵守交通規則哦!**

- 禁止雙載**：請勿乘坐後泥除
- 禮讓行人**：不按鈴催促行人
- 請勿併排**：騎乘時不併排聊天
- 請勿蛇行**：不蛇行及危險駕駛

先登錄·再騎乘·保障多一層

免費加入 公共自行車傷害險

小提醒：已註冊會員仍舊進入保險平台加保囉!

**先登錄 再騎乘 保障多一層**

**YouBike會員 公共自行車傷害險**

登錄有3個管道，登錄後即享保障!

- 官方APP
- 官方網站
- 場站Kiosk

小提醒：已註冊會員仍舊進入保險平台登錄囉!

票卡實際使用者與被保險人須為同一人!

登錄1次 各縣市即享有保障!

詳請：備載YouBike管理APP

**我的餐盤 吃到哪都均衡**

我的外食自助餐篇

- 炒地瓜葉、清炒玉米筍、白飯、五穀飯、鮮乳
- 飽瓜炒肉片、醋溜雞丁
- 炒彩椒、炒豆芽菜、炒青江菜、烤鯖魚

514 大卡 | 521 大卡

● 選擇糙米、紫米或五穀飯可以補充更多的膳食纖維與其他營養素  
● 烹煮盡量別選擇油炸的囉  
● 別忘記再準備一個學運大的水果和一杯飽飽的聖果  
● 早晚再補充一杯的奶更均衡了

● 全穀雜糧類 ● 豆魚蛋肉類 ● 蔬菜類 ● 堅果種子類 ● 乳品類 ● 水果類

HFA 衛生標記 經教育部國民健康署選用為健康福利飲食