



101-2 第 16 週紀律競賽			
	第一名	第二名	第三名
高一	義	仁、孝、慧	
高二	孝	公	義

101-2 第 16 週整潔競賽			
	第一名	第二名	第三名
高一	孝	正、敏	
高二	孝	忠	義



一、『活動組報告』:

- (一) 班代大會時程異動—六月份調整於6/11 (二) 12:30於閱覽室舉行，請各班班代務必準時出席。
- (二) 102學年度社介本電子檔—6/13 (四) 前請寄至班聯會信箱，相關內容請參閱學校網頁學生專區，逾期不候。
- (三) 校園優惠票—「重返古羅馬一日體驗展」、「亞馬遜生態探險展」仍有部分餘票，想購票的同學請至活動組洽詢。
- (四) 毛克力服務學習營隊—「中山女中志工工作隊」報名訊息已發予高一各班。
- (五) 社團注意事項—
 - 1.請社團新/現任幹部確實交接，力求社務運作無縫接軌。
 - 2.6/6 及 6/13 社課之社團活動紀錄與點名單請確實填寫，並準時交回學務處。
 - 3.社團新任總務幹部請盡速至學務處繳交學生證影本。

二、『生輔組報告』:

- (一) 高二升高三幹部名單請於 6/14(五)中午前繳交，暑期輔導 7/15 (一)起即由新任幹部負責。
- (二) 高一二本學期德行評量成績表之服務學習時數登錄預定於 6 月 21 日(五)前，提醒同學注意時限。

三、『體育組報告』:

- (一) 游泳課後補游至6/14止，請師生把握時間多加利用。
- (二) 高一二班際游泳比賽、感謝老師們的協助及同學們熱情參與圓滿結束，各式比賽前8名單：
 - 1. 仰式：第1名：2捷 賴怡汝 第2名：1義 廖冠筑 第3名： 1禮 沈佳璇
第4名：1敬 邱鈺雯 第5名：2群 余宣穎 第6名： 2敬 張薇芊
 - 2. 蛙式：第1名：2公 翁筠 第2名：2敏 王馨嫻 第3名： 1和 蕭婕

- 第4名：1孝 郭庭安 第5名：1孝 廖珮均 第6名：2和 呂錦華
- 第7名：2業 邱暄庭 第8名：1廉 楊怡歆
- 3. 捷式：第1名：2平 黃楚晴 第2名：2博 謝青芳 第3名：1信 許婷宜
- 第4名：2敏 江佳盈 第5名：2和 朱宣穎 第6名：1信 張赫庭
- 第7名：1敬 林昱辰 第8名：1勤 林晏慈

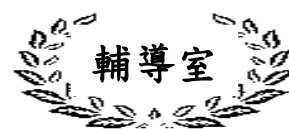
(三) 得獎同學預定在6/10早上高一朝會時頒獎、請於7:30分至禮堂西側集合。

四、『衛生組報告』:

- (一) 近來毒澱粉事件氾濫，為了維護同學們的身體健康，請各位同學減少飲用含有人工添加物的飲料。
- (二) 請衛糾務必於 7:30 後簽到，並於 7:35 開始評分。
- (三) 請各班環保股長在值勤日務必於 12:35 以前抵達資收室。

五、『健康中心報告』:

- (一) 「102 年視力暨口腔保健繪本徵選」報名方式：即日起至 102 年 6 月 30 日止，請至 <http://www.health.gov.tw/> 下載活動簡章。
- (二) 食品藥物管理局「國民飲食指標」：
 - 1.注意應吃到足夠的蔬菜、水果、全穀、豆類、堅果種子。
 - 2.熱量攝取多於熱量消耗，會使體內囤積過多脂肪，使慢性疾病風險增高。
 - 3.維持健康多活動，每日至少 30 分鐘。
 - 4.三餐以全穀為主食，或至少應有 1/3 為全穀類如糙米、全麥、全蕎麥、或雜糧等。全穀類含有豐富的維生素、礦物質及膳食纖維，更提供各式各樣之植化素成分，對人體健康具有保護作用。
 - 5.太鹹不吃少醃漬，低脂少炸少沾醬，每日鈉攝取量應限制在 2400 毫克以下，並於包裝食品時注意營養標示中鈉含量。盡量少吃油炸和其他高脂高糖食物。
 - 6.白開水是人體最健康、最經濟的水分來源，應養成喝白開水的習慣。市售飲料含糖量高，經常飲用不利於理想體重及血脂肪的控制。
 - 7.少葷多素少精緻，新鮮粗食少加工：飲食中以植物性食物為優先選擇對健康較為有利，且符合節能減碳之環保原則，對延緩全球暖化、預防氣候變遷及維護地球環境永續發展至為重要。選擇未精緻植物性食物，以充分攝取微量營養素、膳食纖維與植化素。
 - 8.購食點餐不過量，份量適中不浪費。
 - 9.選擇在地食材不但較為新鮮，且減少長途運輸之能源消耗，亦符合節能減碳之原則。



一、上榜學姊經驗分享 PPT

12 場次各學群上榜學姊經驗分享已辦理完畢，學姊們分享的精彩 PPT 內容已放置於

【教學平台-輔導室歷年升學資訊】中，歡迎同學們參考使用。網址：

<http://teach.csgs.tp.edu.tw/>(須個人帳號密碼登入)

PS.輔導室升學資訊於學校首頁左側有連結。

二、免費營隊資訊

(一) 2013 第二屆青少年醫學營-知心愛心護心活動，費用免費。

- 1.活動日期：102 年 7 月 20 日(六) 9：00-12：10(報名截止日：6 月 20 日)
- 2.地點：陽明大學活動中心，報名人數 1000 人
- 3.主辦單位：榮總、陽明大學、張昭鼎紀念基金會
- 4.線上報名：http://www.saints-united.com/cctmf/cct_rs97.jsp

(二) 2013 哈佛台灣英文領導營，費用免費

- 1.日期：8 月 21 日至 27 日(報名截止日：5 月 26 日)
- 2.地點：台北大學
- 3.主辦單位：哈佛大學學生會及台北大學
- 4.線上報名：<http://www.hcs.harvard.edu/~htlc/apply/students>

三、國外留學準備歷程-經驗分享座談會

- (一) 對象：有興趣至美加留學的學生及家長歡迎參加
- (二) 地點：生涯資訊室（莊敬大樓二樓）
- (三) 日期：6 月 13 日(四)中午 12:30-13:10
- (四) 講座：邀請本校應屆畢業生張庭翊學姐分享準備留學的詳細過程。
- (五) 學姐今年度申請上的學校有：美國賓州州立大學、美國明尼蘇達大學、加拿大多倫多大學士嘉堡校區、加拿大哥倫比亞大學-奧卡納岡校區及早稻田政經學部。

四、2013 富邦文教基金會青少年圓夢計劃【有夢，想做就做！】

- (一) 主旨：鼓勵青少年從自身出發，實踐青少年培力的理念。
- (二) 獎勵方式：

申請組別	申請資格	獎勵說明
個人組	凡 12-19 歲青少年，以個人申請報名	提供最高 15 萬圓夢基金及證書乙張。
團體組	凡 12-19 歲青少年，接受三人以上之團體申請報名，須設立隊長一名，作為與主辦單位的聯繫窗口。	提供最高 30 萬圓夢基金及證書乙張。

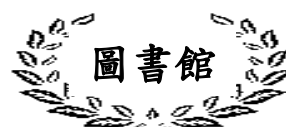
- (三) 申請日期：2013/5/1-2013/7/19
- (四) 申請內容：申請者需上網填寫申請資料，包含「基本資料」及「圓夢企劃書」，並另繳交「推薦信」。
- (五) 申請方式：2013/7/19 報名截止日前，至「青少年發聲網」線上填寫活動申請資料，填寫完畢列印申請完成確認單，確認單上簽名後，附上推薦信函及其他輔助資料，郵寄：台北市大安區 106 仁愛路四段 258 號 3 樓「富當文教基金會圓夢計

劃」收。

(六) 簡章下載網址：<http://www.youngvoice.tw/ckfinder/userfiles/files/2013青少年圓夢計畫簡章.pdf>

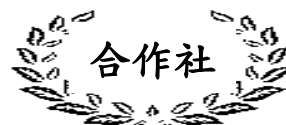
五、「微笑的 100 個理由」稿件徵選

- (一) 主題：微笑的 100 個理由，內容可以是鼓舞自己或親友的理由，包括跨越生命關卡後的心情和想法、走過困境後的體悟、找尋生命出口的故事、溫暖動人或振奮人心的簡短辭句……
- (二) 收稿期間：即日起至 102 年 7 月 15 日止
- (三) 活動網址：投稿文件相關規定及表單下載，請參考：<http://tspc.health.gov.tw/>



一、「服務推廣報告」：

- (一) 6 月 11 日(二)中午 12:25~13:15 於國文專科教室舉行閱讀沙龍，由陳沛晴老師主講：自然零極限，歡迎前往聆聽。



- 一、合作社新購磨豆機，因此恢復供應現磨豆漿，提供無糖與有糖兩種豆漿，請全校教職員生多多支持。

二、102 學年度加繡學號：※送繡期間，請著全套整齊運動服

		高二升高三、高一升高二禮、廉班	高一升高二
價目		加年級積 13 元 二年級全繡 70 元；三年級全繡 80 元	加年級積 13 元；加班級字 13 元 二年級全繡 70 元
	收制	時間：6 月 28 日上午 8:50 以前 地點：大禮堂綠色平台	時間：第二次返校日(8/20) 上午 9:00 以前 地點：大禮堂綠色平台
服	備註	請先確認儲值金餘額足夠扣款 6/8-6/23 由[學校首頁]→[學校系統]→ [合作社網頁]→[制服加繡系統]線上訂購	換班級者，請事先將制服上原班級的字拆除。 未拆字者，將原件退還，不予加繡。
發	時地	7 月 5 日返校日 8:10 大禮堂綠色平台	8 月 30 日開學日 12:00 大禮堂綠色平台
放	繳款	線上訂購，由消費卡扣款	開學後，副總務股長收款 9/6(五)前給合作社曹阿姨

「熱忱會讓人產生動力，促使你不斷學習，努力實現理想。」

~《統一超商前總經理 徐重仁》~

