



榮譽榜

104-1 第 18 週紀律競賽			
	第一名	第二名	第三名
高一	廉	仁	業
高二	正	簡	智
高三	業	愛、樂	X

104-1 第 18 週整潔競賽			
	第一名	第二名	第三名
高一	慧	正	忠/愛
高二	智	禮	敏

104 學年度高一法律基本常識測驗			
	第一名	第二名	第三名
高一	敏	業	廉

教務處

一、『教學組報告』

(一)、 下週一(1/11)起，夜自習地點更改為高二:原班；高一:閱覽室。

學務處

一、『活動組報告』

(一)、 1月班代大會—1/13 (三)12:30 於閱覽室舉行，請各班班代準時出席。

(二)、 班聯大會—1/14 (四)高一二週會時將進行班聯大會，請高一二各班 16:20 準時至禮堂集合。

(三)、 各式學生競賽與活動—公告於學校首頁學生專區 (第二欄)，為維護個人權益，務必定期參閱。

(四)、 社團寒訓及相關活動—所有參與者需注意安全並遵守規範，讓家長清楚知悉活動細節，若有狀況社團幹部需立即通報帶隊師長及學校，以利即時處理，請各社團務必遵守活動相關規定。

二、『生輔組報告』

(一)、 高一高二服務學習時數班級登錄表繳回期限：1/13(三)。未能於時限內完成之個人，應親洽學務處領取補登表，並於本學期結束前(1/20)完成導師認證等補登程序，逾時德行評量表之服務學習時數欄將登錄為”0”。學期結束後寒假期間服務學習時數列入下學期時數。

(二)、 內政部警政署於國內民眾普遍使用之手機通訊軟體 LINE 開設官方帳號，定期提供最新訊息，幫助民眾及時掌握新型詐騙手法及防範之道，並提升反詐騙意識以防遭詐。如何加入「165 防騙宣導」呢?(在官方帳號搜尋 165>點選 165 防騙宣導>按加入就可以了或輸入 ID:「@tw165」)

(三)



瓦斯熱水器安全叮嚀

- 瓦斯熱水器應裝設於建築物外牆，或有開口且與屋外空氣流通處。
- 陽台若加裝鋁窗，民眾使用瓦斯熱水器時，務必打開窗戶，讓屋內空氣流通。
- 陽台別掛太多衣服，以免影響空氣流通。
- 屋內型瓦斯熱水器須加設強制排氣管，熱水器若無法裝設於外牆，也可改裝電能熱水器，以策安全。

輔導室

一、【輔導室轉知】臺北市政府教育局主辦之大學博覽會訂於 105 年 2/27(六)-2/28(日)於臺灣大學

綜合體育館 1 樓舉行，2/28(日)另舉行自我介紹競賽。

二、【輔導室轉知】東吳大學為加強高中生對大學資訊與經驗之了解，於 105 年 1/25-1/26 在外雙溪校區，分兩梯次辦理「第二屆認識東吳營 SCU CAMP」，此項活動免收報名費，並將提供餐點、紀念品、保險等；全程參與活動學生，將另頒發活動證明。請有興趣的同學至東吳大學招生組網頁線上報名，額滿為止。

三、輔導室於 1/25 上午 9:00-12:00 將再為中山學子舉辦一場「作品集排版講座」，邀請到蔡紫德老師至電腦教室 2 為同學解說，請有興趣的同學準時參與。

四、105 學測 (1/22-1/23) 考生服務事項

(一) 試場分配表及詳細地點於 105 年 1 月 8 日公布，請至大考中心網站 (<http://www.ceec.edu.tw>) 或利用電話語音 (02-23643677) 查詢。

(二) 開放查看試場時間為 105 年 1 月 21 日(四)，確定時間待大考中心公告。

(三) 除國文科為 120 分鐘外，其餘各科均為 100 分鐘。日程表如下：

	1 月 22 日〈五〉		1 月 23 日〈六〉	
上午	9:15	預備鈴	9:15	預備鈴
	9:20-11:20	國文	9:20-11:00	英文
下午	12:55	預備鈴	12:55	預備鈴
	13:00-14:40	數學	13:00-14:40	自然
	15:15	預備鈴		
	15:20-17:00	社會		

(四) 確定各考場考生服務設置點後，預計於 1/11(一)後上網公告，請同學隨時掌握學校首頁的考生服務專區。

(五) 家長會協助代訂學測便當(兩大考場)，請同學再跟家長會預訂便當。

(六) 輔導室為協助高三同學更有信心面對即將來臨的學測，將提供每班一冊「105 學測前的溫馨絮語-各科加分泌笈與愛的叮嚀」，內容包含學測各科考前重點與時事提醒的剪報匯集、身心壓力調適、考前飲食提醒等文章等，已經發放至各班，並將電子檔放置於輔導室的歷年升學資訊網，鼓勵同學們踴躍參閱。



(一)、小常識

PM2.5 的「PM」，是英語「particulate matter」的縮寫，意為“細顆粒物”不是下午的 PM....

PM50、PM10、PM2.5 是三個臨界值，空氣裡並非只有這三種直徑的顆粒物，50 微米以下或者以上的，任何直徑長度的顆粒物都有。

PM50 是肉眼可見的臨界值，可以進入鼻腔，但是無法繼續前進。

當 PM50 在我們鼻腔積累到一定程度，我們就會想擻鼻涕、挖鼻屎。

PM10 是可以到達咽喉的臨界值，PM10 積累於咽喉所在的上呼吸道，積累到一定程度，我們就想吐痰，所以痰要吐不要咽。

PM2.5 是到達肺泡的臨界值。上呼吸道擋不住，它們可以一路下行，進入細支氣管、肺泡。

PM2.5 和細菌一般大小。

細菌進入血液，血液中的巨噬細胞（免疫細胞的一種）立刻就會把它吞下，它就不能使人生病，這就如同老虎吃雞。

可是，PM2.5 是沒有生命的，巨噬細胞吞了它，如同老虎吞石頭，無法消化，最終被噎死。

巨噬細胞大量減少後，我們的免疫力就會下降。

不僅如此，被噎死的巨噬細胞，還會釋放出有害物質，導致細胞及組織的炎症。可見 PM2.5 比細菌更致病，進入血液的 PM2.5 越多，我們就越容易生病。



一、為避免同學儲值卡中餘額不足，導致消費時無法付款，可以利用下列兩種方式查詢餘額：

- (1) 同學可以利用合作社靠莊敬大樓側入口處的電腦查詢餘額；
- (2) 或利用班級電腦，

A. 在「線上訂餐」畫面→選擇「訂餐查詢」後，



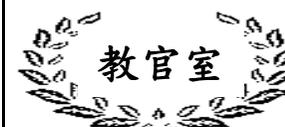
B. 將「查詢條件」改為「個人」，



C. 就會出現「查詢目前消費卡餘額」，再輸入「學號」，「密碼」（個人身分證後四碼），然後按「查詢目前消費卡餘額」，



D. 就會呈現同學目前帳戶中的餘額。



1. 樂旗隊每周夜間練習時間為星期一晚上 1800-2040 及星期六下午 1300-1630
2. 為使高三學姊全力衝刺學測，樂旗隊將於 1/9(六)進行本學期最後一次戶外練習至高三學姊學測結束後，再行進行戶外團練，祝各位高三學姊學測順利，試試順心。