

# 松山高中 114 學年度第 2 學期第 3 週(3月 6 日~3 月 12 日)班級通報

◎請各班副班長於班會時間宣讀後公告，也請同學務必仔細閱讀通報內相關事宜

請  
公  
告

## 訓育組：

- ※尚未參加幹部訓練的各班幹部，務必找負責的各處室組長完成幹部訓練，未完成者依據學生生活輔導實施細節，將登記公共服務一次，若有任何問題，請至學務處訓育組詢問。
- ※本學期學務處班週會講座，高一及高二各班可以自由報名參加，另外亦歡迎同學個人報名參加(以全班報名為優先)。講座資料及線上報名連結將會於訓育組網頁公告。
- ※高二各班若還有同學想參加校外教學，可於 3/9(一)放學前至訓育組重新填寫回條，一旦報名，退出將無法全額退費。
- ※【114 學年度優良學生選舉活動】
- ※本學期優良學生選拔活動日期為 3/10(二)至 3/11(三)，並在 3/13(四)進行投票，實施計畫已發放紙本資料至各班，請高一、高二及高三各班利用班會課選出班上優良學生代表，如果不確定選出的代表同學是否滿足優良學生必備條件，可先行至學務處詢問生輔組幹事阿姨。另請班長在 3/6(五)放學前將班級優良學生名單送至學務處訓育組。

## 生輔組：

1. 請各位同學每週確認缺曠一覽表是否有錯誤，如有疑義請至生輔組幹事詢問，尚未完成請假手續者請務必盡速完成。
2. 高三第一階段改過銷過(含觀察期)暨德行績優申請自 2/24(二)至 3/13(五)，請高三同學儘速完成，以利後續升學與課業有更充裕的準備時間(德行績優申請單請至學務處生輔組幹事領取)
3. 3/6(五)13:00~13:50 學校將要進行這學期第一次防災演練我們會先播放警示音再進行廣播，屆時請各位同學將教室電源關閉，大門打開，並進行「趴下、掩護、穩住」抗震保命三步驟。
  - (1) 趴下：就地趴下將身體體積縮到最小
  - (2) 掩護：保護頭部及頸部，就地縮進桌子下
  - (3) 穩住：一手緊握桌腳，穩住桌子保護頭頸★等學務處廣播宣布演練結束，再恢復正常上課，謝謝。

## 社團組：

1. 各社社費務必按照學年初社團本公告之數額收取，切勿超收，收費前務必先行製作家長同意書至社團組核章，並依公告之用途執行。若同學發現社費超收或濫用之情事，請向社團組舉報。
2. 社課時間請同學至指定地點上課，勿逗留在教室，或至球場打球，以維校園安全及社團場地權益。
3. 全國學生音樂比賽將已於本週起陸續舉行，賽程如下，請大家為參賽同學打氣加油！

競賽項目	日期	時間	地點
混聲合唱	3月4日(三)	8:30	金車噶瑪蘭威士忌酒廠展演廳
管樂合奏	3月4日(三)	8:30	宜蘭縣文化局演藝廳
木管五重奏	3月6日(五)	13:30	國立羅東高中演藝廳
弦樂合奏	3月8日(日)	13:30	國立宜蘭高中音樂館
弦樂四重奏	3月12日(四)	13:30	國立羅東高中演藝廳
絲竹室內樂	3月13日(五)	13:30	國立宜蘭高中音樂館

4. 本校 3/27(五)早上 8:00 將接待日本埼玉市立大宮北高校師生一整天，歡迎同學在校內熱情歡迎！並請遵守生活常規，維持良好的校園環境。

## 體育組：

1. 高一、高二班際籃球賽即日起可開始報名，請於 3/16(一)16:00 前完成線上以及紙本報名。
2. 尚未完成體育股長幹部訓練的班級，請盡快至體育組完成幹部訓練。
3. 尚未領取 SH105 獎金及獎狀的同學，請盡快至體育組領取。
4. 體育署推動「學生每週在校運動 150 分鐘方案」：SH150 方案，S 代表 Sports，H 代表 Health，除體育課程時數外，每日參與體育活動之時間，每週應達 150 分鐘以上。由晨間、課間、空白課程及課後時間增加身體活動，帶給學生活力、健康與智慧，請老師鼓勵同學完成並填寫表單，學期末會統計並給予表揚。114-2 表單連結：<https://forms.gle/JyKJLsh9Np5dC5Tm7> 1-10 名將頒發獎狀及獎金，表單填寫截止日為 1/14(三)16:00。
5. 松山高中-個人項目選手 LINE 社群，對象：松山高中學生-個人項目選手  
此社群用來通知相關賽事以及申請獎勵金相關事宜，非個人項目選手的同學請勿加入，  
個人項目選手定義：國小、國中皆是該項目選手，高中將延續運動員生涯，利用課後、假日時間至母校或道館練習者，  
項目定義：非體育班項目、非社團項目 EX：跆拳道、武術、射箭、自行車、溜冰、空手道、擊劍、民俗運動等



## 衛生組：

- 一. 衛生/資源/環保-幹部交接：
  1. 加入幹部群組：114-2 衛生資源環保幹部應加入幹部群組，並切實轉知訊息。  
若因故無法加入群組應於 3/2(一)前主動找組長說明與討論，否則視同未完成幹部訓練，得依學生生活輔導實施細則，登記公共服務一次。群組個人名稱設定：班級職務-座號姓名。
- 二. 環境小尖兵招募
  1. 協助學校環境整理工作，將認定【公服時數】，時段與工作內容歡迎洽詢衛生組長，請有意願同學歡迎到衛生組約時間。
- 三. 環境整潔事宜
  1. 開學第三週 2/23-2/27 為整潔準備，第四週 3/2(一)開始整潔競賽活動。
  2. 巡檢時間：內掃為週一至週四午休時間(含垃圾回收物溢出狀態)，外掃為週一至週四打掃時間。
  3. 改善通知：
    - (1) 透過衛生/環保/資源股長 line 群通知幹部通知即時改善。
    - (2) 期限內未改善班級，將以電子郵件開立整潔改善通知單通知各班幹部及導師，內掃區請於隔日中午十二點前改善完畢，外掃區請於隔日午休結束前改善完畢。
    - (3) 若時限內未改善則記一點。記點結果於隔週公告於班級通報。
  4. 學期獎勵：期間未被記點班級為整潔優勝班級，於隔週頒發優勝獎牌一面，懸掛於教室外。  
學期末依照累積之點數區分為 A、B、C 等級，A 等級為零點，B 等級為小於三點，其餘為 C 等級。
  5. 整理重點：
    - (1) 各班掃區請優先整理人為垃圾、肉眼可見的積灰與地面污漬。
    - (2) 窗台每日需淨空、教室角落不得堆放雜物。
    - (3) 各處室、教師辦公室、各班級若有洗碗精、洗手乳需求，請自備小瓶容器，至衛生組分裝領取。
    - (4) 各專科教室如有特殊打掃需求，請告知負責掃區之班級，該掃區所需之專用垃圾袋，亦請外掃同學至衛生組領取。
  6. 環境與回收事項提醒：

(1) 回收物分類參考以下分類：下列寫(1)(2)…則代表到回收場要分開放置，請在先稍微分類，加快回收隊伍工作速度。

紙類	(1)紙張。(2)紙箱、紙板。(3)帶膜紙類。要拆平
紙容器	牛奶盒、鋁箔包、紙碗、紙餐盒、紙杯
寶特瓶	辨認方式：底部有圓點、PET符號、瓶身透明
塑膠	塑膠餐盒、塑膠杯、像寶特瓶但無PET符號
鐵鋁罐	(1)鐵罐：徒手無法壓扁。(2)鋁罐徒手能壓扁
玻璃	如為碎玻璃請用紙包起來再回收

- (2) 廢乾電池、廢光碟片拿到衛生組(學務處門後)回收。
- (3) 壞的掃具、小家電丟棄方式請洽詢衛生組。
- (4) 木頭、保力龍、複合材質物品不回收！請分拆放進一般垃圾袋。
- (5) 大型廢棄物(如書櫃、桌椅)，請向總務處報備後始可於特定時間集中丟棄。
- (6) 盆栽請洽衛生組或總務處約定時間、地點清運。

四. 漢他病毒防治作業

(一) 校內各項資源提供

單位	提供資源
衛生組	手套、夾子等清潔用具
健康中心	消毒水、口罩
總務處	黏鼠板、空間修繕

(二) 落實「防鼠三不」政策

1. 不讓鼠吃：妥善處理剩飯、廚餘，室內不可存放任何食物(包含未開封的泡麵、零食)。
2. 不讓鼠來：留意教室門縫、管線孔洞，若發現孔隙過大，請即刻報修以封閉入侵管道。
3. 不讓鼠住：隨時整理教室/辦公室與置物櫃，清除廢棄紙箱、報紙及雜物，不讓老鼠有躲藏與築巢的空間。

(三) 加強食材與廢棄物管理

1. 斷絕糧食：剩食必須密封處理(鐵罐)，沾有食物的垃圾建議不要過夜放置垃圾桶內。
2. 環境清理：加強教室/辦公室、儲藏室及花盆周邊的清潔，嚴禁堆積雜物。

(四) 環境消毒與個人防護：清理老鼠排泄物時，請務必遵守以下流程，切勿直接掃地！

1. 全副武裝：進行清理前，人員務必戴好口罩及手套，避免直接接觸。
2. 先噴濕、後清理：針對受污染區域或排泄物，請先使用稀釋 10 倍的漂白水進行噴灑消毒。確保排泄物完全濕潤，避免病原體隨粉塵揚起被吸入呼吸道，再進行擦拭清理。



### 發現鼠跡處理 SOP

- 發現鼠便/蹤跡**  
嚴禁直接掃除。應先噴灑消毒水靜置5分鐘再清除。  
前往健康中心領取：消毒水+口罩
- 發現老鼠屍體**  
佩帶完整手套+口罩+使用夾子清除，或通報相關單位支援。  
通報處理：總務處或衛生組
- 防護清除裝袋**  
將污物或屍體夾進袋中，務必密封丟至子母車。  
前往衛生組領取：夾子+手套
- 環境修繕評估**  
若發現疑似入侵孔洞，請通報總務處進行環境修繕評估。  
通報修繕：總務處

重要提醒：所有清理作業務必優先確保防護完整，完成後請徹底落實手部、工具與環境清潔與消毒！

### 教室無鼠 SOP - 各班放學檢核

- 門窗緊閉**  
落實放學巡視，確保所有門窗確實關閉。
- 食物清零**  
抽屜桌面無遺留食物(含未開封泡麵/鋁箔包)。
- 垃圾密封**  
垃圾務必密封綁袋或確實加蓋處理。

專業滅鼠公司提醒：「徹底斷絕『食、宿、路』是教室無鼠的根本，消毒只是治標的輔助手段。」

五. 熱食部事宜

1. 中午熱食部購餐時間為 12:00-12:25，若中午有公務請同學委託他人代購，午休時間不開放現場點餐、購餐，敬請配合。
2. 廚餘與餐盒退押金服務，為以下地方與時段：

地點	時段
1 樓熱食部前	第五節下課 13:50~14:00 第六節下課 14:50~15:10
4 樓教學區	第五節下課 13:50~14:00

註 1：為不影響同學上課及午休，非回收時段熱食部將不開放回收。

註 2：非指定時段歸還餐具，無退押金服務。

六. 低碳上學推動計畫：

1. 即日起至 12 月 31 日(星期三)止，只要在酷客 APP「減碳日記」功能內打卡通學路程累積滿 15 次，即可獲得 5G 寶石，屆時可至「獎勵商鋪」兌換各式獎品。
2. 114 年 12 月 1 日至 115 年 6 月 30 日期間，「減碳成效」最高的 20 位同學將核予嘉獎 1 次。請踴躍參加。



## 健康中心：

一、本學期身高體重測量時間表，請各班留意時間。

臺北市立松山高級中學114學年度第二學期視力、身高、體重測量時間表

※皆使用體育課進行測量，若安排時間有疑問或臨時調課，請至健康中心找護理師異動。  
※請體育股長事先通知體育老師，衛生股長提醒近視者當天配戴眼鏡或攜帶眼鏡。

月	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
日	2	3	4	5	6	9	10	11	12	13	16	17	18	19	20
星期 節數	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五
2	217	119		209	302	317			308	110	105				
3	219	109		301	214		215		309	303		318			
4	101	103	207		212	304	202	116		313	115	106			319
5	111	211	206	113		314	310	213	312		203	104			
6	112	216	306	108	118	311	316	210	205		114			204	
7	218	102	117	208		307	315	305	201		107				

二、如有以下疾病請第一時間通知導師/校安老師/護理師(擇一)。

老師們會提供 QR code 或上學校網站至健康中心網頁內的傳染病防治，也有提供 QR code，請如實填寫(需學校帳號登入)。

依據教育局規定，各類常見傳染病之校園防疫規定如下：

(一) 流感：在家休息 5 日，須退燒至少滿 24 小時才能返校上課。

(二) 水痘：皮疹一出現後，至少應停止上學 7 天(含假日)，或至所有病灶完全結痂變乾為止。

(三) 腸病毒：經診斷為腸病毒(含醫師確診及疑似)，應請假至少 7 天(含假日)。

(四) 病毒性腸胃炎：諾羅病毒為病毒性腸胃炎常見致病原，具高傳染性，確診為諾羅病毒感染之教職員工生及餐飲從業人員，應停止上班、上課，待「症狀解除 48 小時後」才可恢復上班上課。

(五) 即日起，新增新冠肺炎：不論輕重症皆應於知悉後 48 小時內完成通報，症狀緩解且退燒 24 小時後(沒有症狀治療藥物的情形下)，可恢復正常活動。

## 校安中心：

一、請同學們留意早上進入學校如未著制服或無法直接辨識是否是學校制服(包含綠色制服、男生運動服、女生運動服、運動服外套、松山魂綠色字體/金色字體、校慶系列歷屆的設計帽 T)，如果無法辨識以上合乎規定的穿著入校，請同學刷學生證以利辨識同學身份，如同學因天氣變化有自行穿著自己的帽 T 或外套無法直接辨識內著是否為制服者，請同學們也自行刷學生證入校。

二、請同學們留意使用社群軟體的禮儀(FB、IG、Threads 等等)，請勿隨意作部適當的發言或是去攻擊他人，以確保在線交流的尊重、文明和積極性。它涉及到在使用社群媒體時應該遵循的一系列道德和行為準則，包括尊重他人的意見和觀點、避免冒犯性言語或行為、保持良好的文明語言和溝通方式、注意隱私權和資訊安全等。

社群媒體禮儀的目的是建立一個互相尊重、友善和溫暖的線上社群環境，促進有意義的交流和互動。

促進良好的互動、尊重他人、防止衝突和不當行為、建立信任和良好形象、保護個人隱私和安全。

三、近期又有發生同學誤拿他人訂購的外食，且後來未拿至校門歸還，導致訂購者無午餐可吃。

提醒同學們，中午訂購外食留意訂購的時間，訂購時間盡量於 12:00 以前完成下單，才不會耽誤用餐時間。

另外，為避免同學們誤拿他人外食，請備註自己的班級、座號、姓名。

大家領取外食時務必再三確認是否為自己訂購的食物；如回班上才發現拿錯，也請一定要拿回校門放置，避免造成他人誤會及困擾。

四、外堂課時請安全股長協助提醒同學們班級電燈電源關閉、門窗要關及上鎖，近期巡堂有少數班級門窗未關，將會做秩序扣分。

五、放學夜自習時間請同學們 6:00 前準時離開班上，貴重物品書包記得帶走，最後離開同學要協助班上電燈電源關閉、門窗要關及上鎖，晚自習巡堂老師將會做秩序扣分。

六、近期晚自習發生晚自習教室原班同學的個人物品被移動書籍遺失，請有留晚自習的同學發揮公德心，請勿隨意移動同學座位抽屜的個人物品，也請晚自習結束後把個人垃圾帶走請勿留在座位上，造成班級及同學的困擾，另外，夜自習教室 9 點後準時關閉，請同學離開教室時務必將個人物品帶離教室。

七、請同學熟讀學生手冊(請假規定、生活輔導實施細則、獎懲規定)，學生手冊為電子版，請至松山高中網頁自行下載。

學生專區

- 學習歷程說明
- 學生手冊
- 彈性學習平台
- 歷屆考題

學生手冊 班會 班級活動申請 活動

114學年度學生手冊電子檔 [請點我](#)

八、同學生日慶生請遵守學生手冊生活輔導實施細則 P.81 校內不得從事未經核准活動(如：丟水球、奶油、刮鬍泡、烤肉等)；慶生活動經核准僅能於操場集合台實施，且不得使用食物慶生，慶生後將場地清潔完畢，由學務處完成檢查。

九、防範一氧化碳中毒宣導(秋冬將至請注意熱水器的使用安全)



十、交通安全宣導/反毒宣導  
交通安全-捷運異常狀況自我防護宣導



搭乘捷運時，務必注意四周情形，確保自身安全

性平宣導：  
求助資源專線



圖書館：

- 115 年度 (114 學年度第二學期) 全國高級中等學校閱讀心得與小論文競賽投稿即將結束，請大家把握時間至中學生網站投稿：
  - 閱讀心得寫作比賽 (第 1150310 梯次)：115 年 2 月 1 日至 3 月 10 日 (二) 中午 12:00。
  - 小論文寫作比賽 (第 1150313 梯次)：115 年 2 月 1 日至 3 月 13 日 (五) 中午 12:00。

◎請大家把握時間至中學生網站投稿

詳細資訊請參考中學生網站 <https://www.shs.edu.tw/> (學校登入的驗證碼為 songshan11501)，若有任何問題可至圖書館詢問圖資老師
- 新書推薦  
現進行 114 學年下學期書籍的採購程序，邀請各科、各處室同仁與各班學生推薦新書籍，讓圖書館的資源能更貼近大家的需求。  
登入須以學校信箱填寫，推薦期限為 2026/3/31 止。



老師新書推薦的 QRCode

連結：<https://forms.gle/YeJ8goGfVHTvq2MT7>



學生新書推薦的 QRCode

連結：<https://forms.gle/WzBc9KiDXs31Dh6M8>

- 114 學年度下學期的載具申請時間為 2/23-3/6，如果上學期已經申請過就不用申請，本學期不再開放申請。
- 本校松山漫研社從即日起在圖書館一樓展出同學們優異的作品，歡迎大家多多前來觀賞並給予鼓勵！



- 114 學年度下學期的載具申請時間為 2/23-3/6，如果上學期已經申請過就不用申請，本學期不再開放申請。  
申請方式為從酷課雲的【回條調查表】進行，限定由家長申請。  
預計 3/9 開始發放，請同學注意自己的學校信箱是否收到領取通知。



**註冊組：**

## 1. 高一升高二班群選擇調查

- (1) 時間：3月6日(五)至4月1日(三)17:00止。
- (2) 注意事項：填妥班群選擇調查表後，請家長雙方或監護人親自簽名。  
調查表不可塗改。如填寫後需變更內容，請至教務處領取新表重新填寫，並請家長及導師重新簽名確認班群選擇。
- (3) 繳交方式：以班為單位，請學藝股長按座號排序後，送請導師簽章後繳交至註冊組。  
本調查表繳交至註冊組後，即不得再提供修改，以免影響其他同學權益。

## 2. 高三升學

## (1) (1) 繁星推薦校內流程

★ 第一梯次入選後補填校外推薦志願時間：3月6日(五)17:00起至3月9日(一)22:00止，請第一梯次入選的同學務必於規定時間內上網選填校系志願。

★ 第二梯次校內推薦序選拔之選填學群志願時間：3月6日(五) 18:00起至3月8日(日) 12:00止，欲參加第二梯次的同學請於規定時間內上網選填，並於3/8(日) 12:00後注意系統分發結果，第二梯次入選的同學將於3/8(日)12:00後於學校信箱收到註冊組的通知信，請詳閱並依照指示進行後續確認及繳費或放棄流程。

## (2) 個人申請及科大申請校內線上報名

★ 校內線上報名系統將於截止時間3/6(五) 23:59關閉，系統關閉後，同學無法再登入系統選填志願。

★ 3/11(三)發下個人紙本校對單，請高三同學仔細核對後簽名，並於3/13(五) 12:00前統一由學藝股長收齊繳回教務處；  
如需更改志願，請用紅筆修正並簽名。未於時間內於線上報名系統完成報名者，請至教務處註冊處洽詢。

★ 3/18(三)發下個人紙本確認單，僅供確認簽名，並於3/20(五) 12:00前統一由學藝股長收齊繳回教務處。

## (3) 其他

★ 高三升學期間，請高三同學定時至校網首頁查看最新公告(重要消息)，或至校網升學專區查閱相關公告訊息，以免影響自身升學權益。  
如有疑問，請於詳閱公告內容後，再至教務處洽詢。

**請每位同學閱讀班級通報後簽名：**

座號	姓名	座號	姓名	座號	姓名	座號	姓名	座號	姓名
1		10		19		28		37	
2		11		20		29		38	
3		12		21		30		39	
4		13		22		31		40	
5		14		23		32		41	
6		15		24		33		42	
7		16		25		34		43	
8		17		26		35		44	
9		18		27		36		45	

此班級通報經全班傳簽後公告於布告欄一週，待新通報更換後，舊的通報由副班長保管，謝謝！