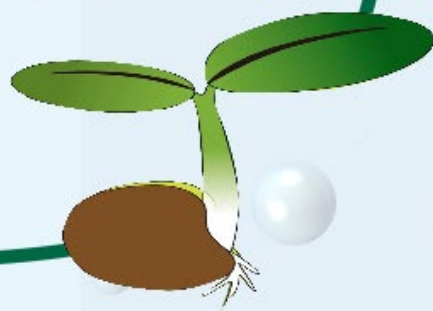


淡江大學111學年度第2學期
全校二、三年級



班代表座談會

會前提問與回復
及相關宣導資料



學生事務處生活輔導組
112年5月2日

目錄

淡江大學 111 學年度第 2 學期 「全校二、三年級班代表座談會」會議議程	1
淡江大學 111 學年度第 2 學期 「全校二、三年級班代表座談會」會前提問與回復	2
生活輔導組宣導資料	4
課外活動輔導組宣導資料	7
衛生保健組宣導資料	9
住宿輔導組宣導資料	13
諮商職涯暨學習發展輔導中心	15

**請各位班代將相關資料轉知班
上同學或傳閱，謝謝！**

淡江大學 111 學年度第 2 學期

「全校二、三年級班代表座談會」會議議程

會議時間：112年5月2日（星期二）中午12時30分。

會議地點：淡水校園覺生國際會議廳

主辦單位：學生事務處生活輔導組

會議議程：

時間	議程	使用時間
12:00-12:30	報到	30分
12:30-12:35	主席致詞	5分
12:35-12:40	介紹師長	5分
12:40-13:55	自由發言及問題答復	75分
13:55-14:00	主席結語	5分
14:00	散會	

備註：

- 一、發言時請先報告系級、姓名，並將內容書寫於發言條，以便紀錄。
- 二、請把握簡明扼要原則，每次發言以2分鐘為限。

淡江大學 111 學年度第 2 學期
「全校二、三年級班代表座談會」會前提問與回復

111 學年度第 2 學期「全校二、三年級班代表座談會」會前提問彙復表				
編號	系級	提問	回復單位	回復說明
1	化學系	化學館地下教室的 Wi-Fi 訊號不好。	資訊處	一、經實地檢測化學館地下室 wifi 訊號，除 C002 教室訊號較差須再進行調整，其餘區域訊號良好。 二、化學館地下室受先天地形限制易影響電波訊號傳遞，遠傳電信及中華電信皆已進行改善，同學也可善加利用。
2		減招後學生權益是否受損，例如到資訊中心使用電腦時是否還有提供紙張？暑假欲使用電腦列印，就無提供紙張。	資訊處	一、目前紙張提供並無調整規劃，未來仍依學校政策進行考量。 二、暑假期間僅提供暑修同學作業印表，多年來並未改變，目前亦無調整規劃。
3		商管大樓、工學大樓因學生人數較多，常有異味，廁所是否可以加強清潔。	總務處	一、清潔人員每日早晚清潔打掃各樓層廁所且不定期巡檢，發現問題立即清理。 二、如發現廁所髒亂，請撥打事務組「來來清我 2275」服務專線，將立即派員加強清理。
3	國企系	學校週邊停車位明顯不夠，請問新的停車場規劃如何。	總務處	淡水校園司令台後方汽車停車場使用率不高，研議評估改為機車停車場之可行性。
4	教心所	針對教心所的教師員額，我們懇求增加教師數量。 我們每屆學生共約 30 人，而目前教師只有 7 位。教師的人數實難負荷學生的指導教授需求以及這個科系必要的更細緻的教學品質。 以下列出三點表達我們的理由和想法： 一、修業期程的長度對生涯的影響： 踏入教心所的學生們，都是帶著能夠實際幫助他人的心而來，希望可以將所學有所發揮。 但所上有心想盡早完成畢業論文的學生得排隊要排很久，往往都要等到碩三後才能確認指導教授，而碩三是我們全職實習的一年，很難有心力抽空寫論文，以致我們所四年以上畢業可謂常	教育學院 人資處	教育學院 一、本所師資雖符合規範，惟諮商心理師之培育是需要細緻化教學與督導的歷程。每年將近 30 位(含港澳及海外生)研究生，其教學負荷量確實過大。 二、本校指導教師安排有學校統一之規定，本所研究生專業需求量大，在指導學生部分的確會讓學生產生排擠效應。目前本所教師優先以碩三及碩四學生為優先收指導學生，是無法在碩一及碩二就可以順利進入論文指導的過程。 三、目前本所教師已盡力協助並安撫學生。

111 學年度第 2 學期「全校二、三年級班代表座談會」會前提問彙復表

態。此外，畢業後還得通過國考，我們也得同時花心力準備考試，若不能儘早進行論文的撰寫，將嚴重影響到生涯規劃。

二、教學品質與助人專業精進的請求：

諮商是一門與人互動的學問，其中有太多需要學習的地方，很多時候光是聽講不見得能有很好的學習成效，需要多加演練，並仰賴老師們的指導，若是一堂課學生人數太多，便難以達到細膩的教學品質。

學生們未來是要從事助人工作，教學品質的重要性不在話下，這學期我們所甚至有一堂課修課學生達 45 人，而這也是因為所上師資不足，有些課程是三年輪開，故碩一到碩三的學生都會排除萬難珍惜機會、積極修課。

三、期望創造三贏：

希望校方能以他校同樣領域研究所的師生比做為參考，增加師資。

若有豐富的師資及專業課程的開設，定會吸引更多學生報考本校，對於所上學生、老師們，以及校方，相信會是三贏的局面。

在此懇請學校增加教師員額，感謝師長們！

人資處

依教育部研究所師資質量基準規定，碩士班招收名額在 16 人以上者，專任師資應達 7 人以上。生師比值(加權學生數除以其專任、兼任師資總和) 35。

教心所目前專任教師為 7 人，兼任教師為 4 人，學生加權總數為 115.32 人，生師比為 14.42。在全校 45 學系中，生師比(最低)排名第 3。皆符合教育部規定之師資質量基準。

有關學生代表提出教心所因教學屬性及學生學習需求與其他系所不同，目前之師資恐造成教師教學負擔，及影響學生學習之虞之問題，建請所、院進行了解，並多聘兼任教師或尋求教育學院其他師資之協助。若確實有增聘師資之需求，可提供確切理由及說明，依程序提出申請。

生活輔導組宣導資料

生活輔導組電話：(02) 2621-5656 轉 2217、2817

一、各項意見彙整與答復：

班代表座談會會前建議及現場發言與回復內容，置於生活輔導組網頁「淡江大學班代表座談會」，請各位班代多加運用。

二、就學貸款：

就學貸款申請為每學期辦理 1 次，請至「臺灣銀行就學貸款入口網」依照學雜費繳費單內容填寫後辦理，應注意事項請詳閱生活輔導組「就學貸款」專區查詢，或至 B402 辦公室洽詢。

三、兵役：

- (一)男同學辦理兵役緩徵(役男)及儘後召集(退伍後之後備軍人)均以身分證背面之戶籍地為依據。
- (二)在學期間，男同學戶籍地若有異動，請務必主動攜帶身分證至「商管大樓 B402 室生活輔導組」辦理，以確保**兵籍資料**的正確性。
- (三)在學期間若已服完兵役者，務必將退伍令(結訓令)及身分證正、反面影本上傳至生輔組網頁/學生兵役/兵役資料系統/淡江大學單一入口登入 w 填報，俾便辦理儘後召集(後備)作業。
- (四)提醒男同學下載「**戶役政管家 App**」，可獲知役男相關權益訊息。
- (五)全校同學若需更改信件收件處或女同學更改戶籍地址，請至「行政大樓 A212 室教務處註冊組」辦理。

四、學生申訴與法律諮詢：

- (一)本校學生或社團對學校之懲處、其他措施或決議不服者，可於收到或接受相關處分、措施或決議之次日起 30 日內以書面向學生申訴評議委員會提起申訴。申訴相關訊息，請至生活輔導組「學生申訴」網頁查詢。
- (二)為提供法律相關資訊以保障師生權益，本學年度繼續設置法律諮詢服務(寒、暑假期間除外)，詳細資訊請至生活輔導組「法律諮詢服務網頁」查詢，或至 B402 辦公室洽詢。

五、考試假宣導：

考試期間如遇特殊情形應檢附各項規定證明，於該科考試結束三日內完成請假手續，請假單須先經任課老師簽可(任課老師為兼任或專任老師時，得由發聘系所主任代理)，系教官、生活輔導組組長、教務處登錄後，由學生事務長核准，逾期一律不予補請假，補考期間一律不准請假。

六、學生安全宣導：

- (一)提醒校外賃居同學多注意用電安全，並與家人保持聯繫。
- (二)騎機車勿搶快、蛇行，並遵守相關交通規定行駛，不逞一時之快，永保一路平安。
- (三)本校為無菸校園，校園內全面禁菸，請共同維護校園環境。
- (四)本組網頁交通安全教育專區，內含「校園周邊危險路段」、「車禍處理要訣」及「交通違規查詢」等資訊查詢，請同學點閱及運用。

七、智慧財產權：

- (一)「切勿不法影印書籍、教材」、「切勿不法下載」、「禁止使用無授權之應用軟體」，以免侵害他人著作權。違反智財權者，一經查證，依規定記小過以上之處分。
- (二)本校 LOGO「TKU」已註冊，勿違法營利使用，勿侵害商標權。

八、學生團體保險、學產基金及緊急紓困金申請：

- (一)凡本校參加學生團體保險學生因疾病或遭遇意外傷害事故，以致身故、殘廢或需住院、手術及門診治療（不含疾病未住院門診），於發生事故 2 年內，持有醫院或診所開具之相關完整文件，可至生活輔導組申請學生團體保險理賠。
- (二)休學生可依個人意願另繳學生團保費，保險得以延續，並於第 1 學期 10 月 31 日、第 2 學期 3 月 31 日前至生活輔導組申辦。若因傷病休學仍需申請保險同學請特別留意另繳團保費以保留保險，以免喪失保障權益。
- (三)學產基金急難慰問金：
 - 1、申請條件：大學部(含進學班)學生傷病住院 7 日以上、重大傷病、死亡；學生父母失蹤，或入獄服刑、非自願離職者；父母因特殊災害受傷住院者、父母符合重大傷病標準、父母死亡。
 - 2、申請資格：家庭所得及財產符合教育部規定（學生及其父母或監護人最近 1 年綜合所得總額在新臺幣 100 萬元以下，或不動產價值合計 1,000 萬元以下），重大傷病於重大傷病通知書有效期限內可申請，其他事項需於事發 3 個月內檢附相關文件申請。(詳生輔組網頁)
- (四)緊急紓困助學金：
 - 1、申請條件：學生傷病住院 7 日以上、重大傷病、死亡；學生父母（監護人）罹患重大傷病或死亡、或遭逢重大事故，致使家庭經濟陷入困境，影響學生就學者，可由當事人、導師或系教官以書面陳述事實，檢附佐證資料提出。
 - 2、申請資格：家庭所得及財產符合教育部規定（學生及其父母或監護人最近 1 年綜合所得總額在新臺幣 100 萬元以下，或不動產價值合計 1,000 萬元以下）。(詳生輔組網頁)

九、獎助學金業務：

校內、校外獎學金依相關規定陸續辦理，有關申請資訊，均可由下列網頁查詢：

- (一)淡江大學首頁上方《獎助學金》或《樸實剛毅獎助學金》專區。
- (二)淡江大學首頁底端宣導資訊《獎助學金/減免->獎助學金專區》。
<http://spirit.tku.edu.tw:8080/tku/file/section3/service/00/total.jsp>

(三)學生事務資訊系統：

學生事務處網頁->學生事務資訊系統（SSO）->淡江大學單一登入（SSO）。

- (四)弱勢助學金：每學年第 1 學期開學期間申請，相關注意事項及申請資訊至《獎助學金/減免->弱勢助學金》。

十、各類生就學優待學雜費減免：

- (一)教育部各類生就學優待學雜費減免相關規定，可由淡江大學首頁下方宣導資訊《獎助學金/減免->學雜費減免》查詢。
- (二)申請下學期就學優待減免將依公告開始受理。

十一、學生出國補助：

依「淡江大學碩博士班研究生出國發表論文及創作補助要點」、「淡江大學學生出國參加國際競賽補助暨獎勵要點」辦理，相關法規請至生活輔導組網頁「法規彙編」查詢，出國補助申請注意事項及表格可參閱生活輔導組獎助學金專區。

十二、原住民族學生資源中心

中心負責辦理原住民族委員會獎助大專原住民學生獎助學金事務，以及學業、生活照顧、就業及原住民社團等輔導事項，歡迎原住民學生如有相關問題，請至該中心（B423 室）或撥分機 3636 洽詢。

請各位班代確實將相關資訊轉知班上同學並傳閱宣導，謝謝！！！！

課外活動輔導組宣導資料

課外活動輔導組電話：(02) 2621-5656 轉 2220、2224

- 一、社團活動概況：本校社團種類豐富多元，請同學依個人興趣加入參與，學習人際關係，培養負責盡職的態度，培養組織規劃、協調溝通及解決問題等多元能力，使自己更具職場競爭力。本學期全校性大型活動如下一覽表：

序號	活動名稱	活動時間	主辦社團/單位	活動地點
1	社團 5A 先鋒營	5/6	課外組	
2	志願服務特殊訓練	5/6	課外組	
3	急救員訓練	5/6-5/7	課外組	
4	社團負責人座談會	5/11	課外組	
5	社團評鑑	5/27	課外組	活動中心
6	淡服心引力	5/31	課外組	
7	社團負責人傳承交接典禮	6/4	課外組	活動中心
8	暑假服務隊授旗	6/20	課外組	
9	全校社團幹部訓練	6/26-6/28	課外組	活動中心
10	社團負責人研習會(淡海同舟)	6/26-6/30	課外組	

- 二、社團學習與實作課程：

(一)課程內容：課程包含「入門課程」、「活動參與」及「活動執行」三部分。

- 1、入門課程：開設於大一下學期，由學校預選課程。本課程依各系班級分為單週及雙週排課，每次 2 小時，日間部共計 6 次上課；進學班共計 8 次上課。
- 2、活動參與認證：同一學期完成參與同一社團(單位)活動至少 3 次，且不得跨學期累計。
- 3、活動執行認證：大四上學期前完成執行社團(單位)活動至少 1 次。

(二)修課規定：

- 1、日間部學生需修習本課程三部份完成；進學班學生僅需修習「入門課程」完成，記錄為「入門課程」修課學期實得 1 學分。
- 2、「入門課程」其修課學分數列入當學期選課規定之學分數內；但該學分不列入二分之一不及格學分數計算，且其成績不列入學期平均成績計算。
- 3、「活動參與」及「活動執行」，日間部學生於應屆畢業學年第一學期前完成；進學班於入門課程隨班完成。

(三)活動日誌及結案報告填寫說明

- 1、活動結束後 2 周內，至社團學習與實作課程系統填寫活動日誌或結案報告。填寫結束後，按列印產生 PDF 檔，並於活動結束後 3 周內將該 PDF 檔寄至社團認證長或校內單位活動方案承辦人之指定信箱。
- 2、活動參與者填寫「活動日誌」；活動籌辦者填寫「活動結案報告」。

- (四)為協助大四學生（含延畢生）修習課程，於下學期開設「自主團隊」2 班，採活動方式進行，可同時完成活動參與及活動執行認證。
- (五)相關資訊可至社團學習與實作課程系統網頁(<http://lpcs.tku.edu.tw/LPCS/>)查詢，或至課外活動輔導組(SG315)洽詢。

衛生保健組宣導資料

衛生保健組電話：(02) 2621-5656 轉 2373、2822、2323、3723、3142

提供各項健康服務：

一、學生健康管理及傳染病防治

(一)新生健康檢查，針對異常個案追蹤管理，促進身體健康。提供校園衛生、安全的學習環境。

於本校特約醫院檢查之「本年度新生健檢報告」已寄發完成。如未收到報告書者，請於上班時間親自攜帶學生證或身分證至衛保組(海事博物館地下一樓 M111)辦理申請補發。

(二)為預防傳染病，提供各項衛生教育宣導：

- 1、養成勤洗手好習慣，雙手避免任意碰觸眼、鼻、口的黏膜；咳嗽、打噴嚏能遮掩口鼻，如有類流感症狀，請即刻戴口罩及就醫。全球 COVID-19 疫情已降低，篩檢陽性者輕症免通報、免隔離、改採自主健康管理之防疫政策。校園室內環境配合指揮中心規範，實施「自主佩戴口罩」措施；惟校園內健康中心或公共運輸工具(如校車、接駁車)比照指揮中心規範之指定場所，依規定仍應佩戴口罩，請務必佩戴口罩，並應落實勤洗手、咳嗽禮節等個人衛生習慣，以降低感染風險。
- 2、夏季已至，請落實相關登革熱等蚊媒感染防治作業：
 - (1) 前往流行地區，於戶外環境宜著淡色長袖衣物，並在皮膚裸露處塗抹衛生福利部核可的防蚊藥劑。
 - (2)如出現發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉關節痛、出疹等症狀時，應儘速就醫。若發生登革熱、屈公病、茲卡等蚊媒傳染病確診病例，應落實校安通報作業。
 - (3)清除積水容器等孳生源落實環境巡檢及依「巡、倒、清、刷」原則落實孳生源清除工作，將戶外容器妥善收置，雨後尤需立即巡查，避免造成雨後積水孳生病媒蚊。
- 3、為預防結核病感染：可透過結核病簡易篩檢法:有下列症狀達 5 分以上，建議可到鄰近醫療院所胸腔科就診檢查。咳嗽兩週（2 分），有痰（2 分），胸痛（1 分），沒有食慾（1 分），體重減輕（1 分）。
- 4、重視安全性行為，謹慎交友，並提供自我保護方法：
 - (1)避免參加轟趴、性派對等危險性行為。
 - (2)不要與性生活史不明的對象發生性行為。
 - (3)若發生性行為時，一定要全程正確使用保險套及水性潤滑液。
 - (4)若與不明對象發生未使用「保險套」的不安全性行為，可於 72 小時內至 41 家愛滋匿名篩檢指定醫院其中家醫院提供網路預約，經醫師評估後，自費進行愛滋預防性投藥，並於不安全性行為後 1.5 個月、3 個月及 6 個月進行愛滋病毒篩檢。

二、醫療服務

(一)提供全校教職員生，內科診治及外傷處理之醫療服務，並適時轉診提供學生妥當照顧。

(請攜帶學生證，完全免費，請多多利用！)

(二)如身體有不適情形可至衛生保健組就診：

醫師看診時間：星期一至星期五

上午 8：30至11：30

下午 1：30至 4：40

晚上 7：00至 9：00

三、辦理健康促進活動及衛生教育宣導

(一)健康促進活動：改善生活習慣及行為，預防及促進健康，創造更健康的未來。

(二)衛生教育宣導：提供正確與即時的健康資訊，進而提升同學對健康瞭解，營造促進健康生活環境。

四、提供營養規劃及諮詢、校內餐飲衛生安全管理及非洲豬瘟防範、預防諾羅病毒宣導

(一)提供營養諮詢服務：提供正確飲食相關諮詢，以利提升自我健康。

(二)膳食督導小組負責檢查校內餐廳飲食衛生：確保食品衛生安全，以預防食物中毒。

(三)為防範非洲豬瘟疫情發生，切勿利用網購或返國入境時攜帶肉製品，以防杜疫病入侵。入境旅客自疫區國家違規攜帶豬肉產品入境，第1次罰20萬元，第2次罰100萬元；外籍人士遭罰20萬元未能繳清罰款者當場拒絕其入境。

(四)請一同加入「惜食共享，廚餘減量」行列，並依「生豬肉、內臟及其製品請併入一般垃圾」、「熟廚餘瀝水後，再丟廚餘桶」等方式正確回收廚餘。

(五)為防範諾羅病毒，飯前及如廁後應以肥皂澈底洗淨雙手、食物(尤其是魚貝類)應澈底加熱後再食用，罹病或感染期間請多休息補充營養及水分，待症狀解除後48小時再接觸健康的人或調理食物。

~為維護全校健康，養成勤洗手好習慣~

~生病不上班、不上課，保護自己也保護身邊的人~

請各位班代確實將相關資訊轉知班上同學

或傳閱宣導，謝謝！！！！

你以為被蚊子叮咬

只是小事？別輕忽登革出血熱：若未及時就醫治療，死亡率可達50%

登革出血熱可能之症狀、高危險群



可能症狀包括：

- 持續嘔吐
- 解黑便
- 牙齦出血
- 昏迷休克
- 其他可能症狀如：皮膚出現紫斑、流鼻血、吐血、嚴重腹痛、躁動不安等

高危險群包括：

- 慢性病患(如糖尿病、高血壓患者等)
- 抵抗力弱的老人、小孩
- 感染不同型別之登革病毒者

登革熱典型症狀



你怎麼預防：

容器減量

- 廢棄不用的瓶罐、缸盆、保麗龍、餅乾盒等，利用資源回收清除。

主動清淨

- 倒乾淨：水桶陶器要倒放，使用中的要加蓋。
- 刷乾淨：盆栽花瓶勤換水，每週刷洗最安心。
- 曬乾淨：遮蓋帆布要拉平，窪地積水要填平。



衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC

疫情通報及關懷專線：1922 <http://www.cdc.gov.tw>

愛滋自我篩檢 免費試劑電子兌換券推廣活動

即日起至112年12月31日止

(適用於新加坡、馬來西亞、汶萊、泰國)



只要有性行為者，
建議都至少要進行1次愛滋篩檢唷！

參加對象

高中職(含)以上在學學生(每人限申請1次)。

免費試劑兌換券申請及兌換

- 註冊會員(匿名)
至網站會員專區(<https://reurl.cc/O4WMog>)，填入E-mail信箱及設定密碼，並至E-mail信箱收信及驗證(可使用學校信箱以外之E-mail註冊會員)
- 在學身分驗證
登入後點選「校園免費試劑電子兌換券推廣活動」，輸入學校edu.tw的E-mail信箱後完成驗證，免費試劑電子兌換券即匯入至您的會員帳號(信箱)。
- 兌換試劑
請於期限內至實體通路或網路訂購超商取貨自運路兌換(須支付物流費用45元)。
透過自我篩檢試劑盒測試抗體，於感染愛滋病毒後23-90天(約4-12週)才能檢測出是否感染。

衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC

www.cdc.gov.tw

1922防疫專線
www.facebook.com/TWCCDC

疫情通報及諮詢專線：1922

廣告

課本沒教你的事

保險套也是會過期的

衛生保健組 關心您
分機：2373、2822

3要



要認明賣家



要檢驗合格



要注意成分

5不要



不要過期品



不要放皮夾或高溫處



不要重複用



不要有裂縫



不要與油性潤滑劑一起用

肺結核七分篩檢法

七分篩檢法為世界衛生組織提供之簡易評分量表，若有下列症狀者，
累積達5分(含)以上或咳嗽超過三週，
建議您至醫療院所胸腔內科檢查。



新北市政府衛生局 關心您
Public Health Department, New Taipei City Government
從心感動 健康首都 專業守護 信賴托付

防疫專線：02-2258-6923
<http://www.health.ntpc.gov.tw>

健康、幸福、新北

諾羅病毒預防方法

1 勤以肥皂水洗手
如廁後、進食或準備食物之前，
用肥皂水徹底洗手
(酒精性乾洗手無效)



2 徹底煮熟
所有食物(尤其是貝類)，
應徹底清洗及煮熟



3 環境消毒
汙染衣物、床單立即更換，
馬桶、門把、玩具物品
用漂白水擦拭(1000ppm)



4 嘔吐、排泄物處理
糞便、嘔吐物用漂白水消毒
(5000ppm)再沖入下水道，
處理時戴手套與口罩



5 生病在家休息
有症狀的人停止處理食物，
餐飲業員工應於症狀解除
48小時後才可上班



詳見疾病管制署「諾羅病毒(Norovirus)感染控制措施指引」

衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC

www.cdc.gov.tw

1922防疫達人

疫情通報及關懷專線：1922

廣告

非洲豬瘟 由你我一同防堵

非洲豬瘟是一種可怕的豬隻傳染病，
致死率可高達100%，目前沒有藥物疫苗可以治療及預防。
萬一非洲豬瘟入侵臺灣，初估將造成至少2000億元損失。

請大家遵守以下規定，一起守護國產豬：

- 不要自國外攜帶肉類產品入境
- 不要自國外網購肉類產品寄送臺灣
- 不要到國外畜牧場參觀

違規者將重罰：
違規攜帶肉類產品入境，最高將處新臺幣100萬元罰鍰。
違規輸入、網購或漁船走私肉類產品，最高可處7年以下有期徒刑
得併科新臺幣300萬元以下罰金。

檢舉走私專線
0800-039-131

認識非洲豬瘟 輸入包

加入防檢局Line
查詢檢疫物規定

行政院農業委員會
COUNCIL OF AGRICULTURE, EXECUTIVE YUAN

教育部
http://www.edu.tw
教育部 關心您

你有代謝症候群嗎？

**1. 三酸甘油酯
(中性脂肪)**
≥150mg/dl

2. 血壓
≥130mg/85mmhg

3. 空腹血糖
≥100mg/dl

**4. 高密度脂蛋白
(好的膽固醇)**
男生<40mg/dl
女生<50mg/dl

5. 腰圍
男生≥90cm (35英吋)
女生≥80cm (31英吋)

5中3 要注意!!



代謝症候群
未來得到「糖尿病」、「高血壓」、「高血脂」、「心臟病及腦中風」的機率
分別是健康群體的4.3.2.2倍

衛生福利部疾病管制署

防治照護有一套 病毒性腸胃炎OUT

1 使用肥皂勤洗手

**2 生熟食分開調理
使用公筷母匙**

**3 用稀釋漂白水
環境消毒**

**4 嘔吐物或排泄物污染
應先用稀釋漂白水覆蓋30分鐘後
再清除**

**5 生病在家休息
無症狀48小時
才上班、上課**

酒精是無法
有效抑制諾羅病毒的喔!



衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC

住宿輔導組宣導資料

松濤館電話：(02)2621-5656 轉 2395、2396

淡江學園電話：(02)2626-6911 轉 0214、0216、0218

一、辦理多元住宿書院主題活動

為培育學生具備八大基本素養，建立完善的能力鏈教育體系，除了課堂學習、課外活動，希冀在住宿生活中融入素養及能力的涵融學習方式，規劃「多元住宿書院」，分為國際交流_在地住居融合、吾居吾宿_宿舍同儕共融、樂活永續_手作紓壓思辨、自動自發_宿舍自治活動。

項次	活動名稱	辦理日期
1	營火小聚：人際牌卡與流體畫體驗工作坊(松濤館)	112.4.27
2	如何改掉我行我素的行為-自律的人生(淡江國際學園)	112.4.27
3	如何看待你所接觸的人、事、物(尊重)(松濤館)	112.5.4
4	淡水秘境---相遇在河海的匯流地	112.5.6
5	同理心≠同情心-讓我們站在對方的立場思考問題(淡江國際學園)	112.5.11

111(2)宿舍自治會活動					
淡江國際學園			松濤館		
辦理日期	活動內容	SDGs	辦理日期	活動內容	SDGs
4月24日	桌遊	SDG4：優質教育 SDG17：夥伴關係	5月4日	松花暖意心裏流，濤濤恩情似江水	SDG4：優質教育 SDG17_夥伴關係
5月03日	宿舍環境美化	SDG4：優質教育 SDG17：夥伴關係	5月22日	淡江大學松濤館宿舍自治會正副會長改選	SDG4：優質教育 SDG17_夥伴關係
5月15日	卡拉OK	SDG4：優質教育 SDG17：夥伴關係	5月22日	淡江大學松濤館宿舍自治會送舊	SDG4：優質教育 SDG17_夥伴關係

二、實施夜間課業輔導，充實自我課業

學生宿舍淡江國際學園自 112 年 2 月 13 日起至 6 月 16 日止，夜間提供課業輔導，科目為統計學(星期一)及經濟學(星期二、三)，地點於 2 樓讀書休憩區，藉此課業輔導活動，提升學生的學習興趣。

三、宿舍防疫措施

- (一)採單一出入口，落實「一卡一人」進館，防疫期間暫停受理訪客入館。
- (二)宿舍出入口、服務台、辦公室、電梯內及各館交接處，提供酒精消毒劑供住宿生消毒雙手。
- (三)外包清潔人員增加公共區域及衛浴設施清潔、消毒頻率。
- (四)提供照護/隔離宿舍，保全人員駐點，並提供協助送餐、防疫物資補給等事宜。

四、112 年 5 月 8 日 21 日進行宿舍第二次寢室關懷，了解住宿生住宿狀況。

諮商服務電話：(02)2621-5656 轉 2221、2491

職涯服務電話：(02)2621-5656 轉 2019、2350

學生學習服務電話：(02)2621-5656 轉 2160、3526

一、諮商服務：

(一)個別心理諮商：

親自至本中心或至本中心網頁填寫預約申請單／網路預約→安排晤談時段→索取預約回條→與輔導老師諮商晤談→續約下次晤談時段。

(二)「心理健康操」網路諮詢：

學生事務處網頁→諮商職涯暨學習發展輔導中心→心理健康操→填寫資料及欲諮詢問題→心理諮商老師回覆。

(三)個別心理測驗：

安排晤談時段→與輔導老師諮商晤談→輔導老師挑選心理測驗→預約施測→實施心理測驗→與輔導老師諮商解測。

(四)精神衛生諮詢：

精神科醫師駐校諮詢服務，供同學詢問有關自己或身邊親友及學生，對於精神疾患的問題、用藥疑慮或副作用。亦可視個別狀況，提供進一步的資源轉介。

(五)轉介個案：

本校教職員工生在任何狀況下發現本校學生心理狀況不佳→電話聯繫本中心（分機 2221、2491）或親至本中心詳談該生狀況→填寫轉介單→本中心人員主動聯絡該生約其前來晤談。

(六)相關宣導：

Q 1：何種情形構成校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件？可向哪個單位申請調查或檢舉？

A 1：校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件指事件的一方為學校校長、教師、職員、**工友**或學生，他方為學生者，且包括不同學校間所發生者。可向「性別平等教育委員會」申請調查或檢舉。

【參考法規：性別平等教育法、本校性侵害性騷擾或性霸凌防治與處理規定】

Q 2：何謂親密關係暴力？

A 2：「親密關係」係指配偶、前配偶、同居男女朋友、曾同居之男女朋友或交往密切之男女朋友。親密關係暴力則指在異性或同性戀親密關係裡，任何過度的控制或攻擊傷害等行為，大致可分為五種：身體暴力、言語暴力、心理暴力、操控暴力、性暴力。與親密關係暴力相關的法律：

- (1)用暴力強迫對方答應要求或妨害對方行為者，已觸犯刑法第 304 條的強制罪，以強暴、脅迫使人行無義務之事或妨害人行使權利者，處三年以下有期徒刑、拘役或三百元以下罰金。
- (2)使用的手段雖稍有強制力，但尚未達到強暴、脅迫的程度，則可能觸犯社會秩序維護法第 68 條，妨害安寧秩序的行為，藉端滋擾住戶、工廠、公司行號、公共場所或公眾得出入之場所者，處三日以下拘留或新臺幣一萬二千元以下罰鍰。
- (3)若遭受配偶、前配偶、同居或曾同居之男女朋友親密關係暴力，可透過家庭暴力防治法受保護。

【參考法規：刑法第 304 條、社會秩序維護法第 68 條、家庭暴力防治法】

Q 3：何謂多元性別？

A 3：多元性別包含各種不同的性別認同與性傾向。「性別認同」指的是一個人對自己性別身分上的認同，我覺得我是哪種性別；而「性傾向」指的是一個人情感、浪漫感、與性吸引的對象上的偏好，我喜歡的是哪種對象，至少就包含有異性戀、同性戀、雙性戀等三種性傾向。根據目前《性別平等教育法部分條文修正草案》，「多元性別」的定義是：「指任何人之生理性別、性別特徵、性別特質、性傾向、性別認同及性別變更等差異情形」。由此定義看來，教育部所稱「多元性別」，至少就包含「LGBT」族群，亦即女同性戀(Lesbian)、男同性戀(Gay)、雙性戀(Bisexual)、跨性別(Transgender)。

【參考法規：性別平等教育法】

(七)校內諮詢單位：

- 1、學校諮輔中心：(02)26215656 分機 2221 或 2491
- 2、校安中心 24 小時緊急聯絡電話：(02)26222173
- 3、性別平等教育委員會：(02)26215656 分機 3056
- 4、性侵害、性騷擾或性霸凌諮詢與申請調查信箱：help885@mail.tku.edu.tw

二、職涯服務

- (一)職涯諮詢：協助學生及早瞭解自己在哪方面的專業能力不足，配合學校開設的專業課程，再加強學習，累積自己的就業競爭力。
- (二)職涯規劃及職能提升：辦理履歷寫作、面試技巧、產業趨勢、國家考試等講座及職能研習營，幫助學生做好求職準備。
- (三)職場體驗活動：支援各系所辦理企業參訪活動，在校生校外實習機會轉介。
- (四)輔導證照考試：辦理證照考試研習及輔導校園考照。
- (五)本中心培育職涯導師，提供相關職涯諮詢服務，可鼓勵學生至活動報名系統預約申請。如：
 - 1、文學院：中文系林偉淑老師、歷史系高上雯老師。
 - 2、理、工學院、AI 創智學院：數學系溫啟仲老師、資工系黃仁俊老師、王英宏老師。
 - 3、商管學院：國企系劉菊梅老師、企管系陳基祥老師、企管系汪美伶老師、企管系李青芬老師、

統計系林志娟老師

4、外語學院、國際事務學院：法文系陳麗娟老師、西語系劉珍綾老師、西語系張芸綺老師、俄文系鄭盈盈老師、日文系蔡欣吟老師、日文系王美玲老師、日文系徐佩伶老師、觀光系紀珊如老師、觀光系阮聘茹老師、歐研所 崔琳老師。

(六)公司說明會：公司安排模擬面試，學生可於現場投遞履歷，並使學生對於公司背景、用人方式、福利制度、職務工作內容有較明確之認識。

(七)校園就業博覽會：每年3月下旬辦理，促進企業求才與應屆畢業生求職管道多元化。

(八)求職求才服務：公告公部門暑期實習及工讀訊息。提供校內單位及企業機構工讀、職缺訊息，供求職者查詢並可直接投遞履歷尋求媒合。「求職求才」系統，網址為：
<https://career.sis.tku.edu.tw/>。

(九)應屆畢業生流向問卷：請應屆畢業生協助填寫畢業流向（含滿意度）問卷，問卷調查結果回饋各院系及學校作為持續改善之參考。

三、學生學習服務

(一)免費課業輔導：提供全校大學部學生(含境外生、經濟不利學生)個別課業輔導，學生若對於目前修習科目有課業問題，可至「課業輔導預約系統 (<http://tutoring.tku.edu.tw/>)」註冊帳號，註冊通過後可自行預約已安排的科目、時段，或自由提出個別申請；另受理授課教師申請開設團體課業輔導課程。

(二)學習進步獎：不受其他獎學金之得獎限制，鼓勵同學超越自我，依進步幅度擇優敘獎，每學期開學第1週公告，由學生主動提出申請。

(三)學生學習社群：每學年第一學期開學至9月底開放申請，執行期程為一學年。

(四)學習策略工作坊：為滿足本校學生多元學習需求，每學期會規劃外語學習、組織與管理、數位科技及讀書策略四大類別工作坊，透過專業講師分享，以期學生精進自我學習策略方法與技巧。學生可在學期間不定期至活動報名系統線上報名，網址 <https://enroll.tku.edu.tw/>。

(五)經濟不利學生學習專案：高等教育深耕計畫方案，待教育部審核通過後將公告於經濟不利學生協助方案專區 (<http://spirit.tku.edu.tw/x70>)。

1、展翼助翔獎補助方案：補助參加個別課業輔導的成績不佳經濟不利學生，獎勵協助個別課業輔導的成績優異經濟不利學生。

2、孜孜不倦學習獎助方案：獎勵成績優異或進步幅度佳的經濟不利學生。

(六)學習風格檢測：只須花5至10分鐘上網完成44題測驗，便可立即從「學生學習歷程系統」得到「學習態度」、「學習方式」、「學習感官類型」及「學習思考模式」四大方向的檢測結果及學習建議。學習風格檢測網址：<http://self-test.tku.edu.tw/>。

(七)專業證照獎勵：每學年第2學期初公告申請時間、獎勵證照類（級）別及受理申請時程。