

AI+SDGs = ∞

ESG+AI = ∞

淡江大學114學年度第2學期

二、三年級

# 班代表座談會

會前提問與回復  
及宣導資料



學生事務處生活輔導組

115年4月23日

## 目錄

淡江大學 114 學年度第 2 學期 「二、三年級班代表座談會」會議議程 .....	1
淡江大學 114 學年度第 2 學期 「二、三年級班代表座談會」會前提問與回復 .....	2
<b>生活輔導組宣導資料</b> .....	4
<b>課外活動輔導組宣導資料</b> .....	7
<b>衛生保健組宣導資料</b> .....	8
<b>住宿輔導組宣導資料</b> .....	13
<b>諮商職涯暨學習發展輔導中心</b> .....	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 114 學年度第 2 學期

### 「二、三年級班代表座談會」會議議程

會議時間：115年4月23日（星期四）中午12時30分。

會議地點：淡水校園覺生國際會議廳、蘭陽校園CL506會議室同步視訊（依蘭陽校園學生報名狀況調整）。

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 114 學年度第 2 學期  
「二、三年級班代表座談會」會前提問與回復

114 學年度第 2 學期「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		請改善商館廁所清潔問題，尤其 1 樓 B119 教室隔壁，經常臭氣薰天，經過時得停止呼吸。不曉得是廁所管線老舊，還是應增加打掃巡視的頻率。各樓層女廁便池亦常有穢物。	總務處	一、本校各樓館廁所皆會請清潔人員定期清理及加強巡檢，教職員生如發現廁所髒亂可撥打校內分機 2275（來來清我）專線即時通報。 二、商館 1 樓廁所（靠 B119 側）因區位環境或設施老舊等因素偶有臭味問題，總務處將列入優先專案改善。
2		請全面汰換教室裡單側有桌板的連結式桌椅，不符人體工學外，桌板小致使東西容易掉落。另外，也建議教室裡（例如文館）不要排那麼多桌椅，非常擁擠且凌亂，行走通過根本就很難，老師上課要分組討論或有活動也難以進行。	總務處	一、教室課桌椅數量皆係依據教務處提供配置。 二、近期採購課桌椅皆為左右手通用樣式，將逐年編列預算汰換單側課桌椅。
3		請重新油漆 L201 教室右邊的牆壁。牆壁的油漆大量剝落。	總務處	預計於 115 年 4 月底前完成粉刷修復。
4	中文系	請改善網路狀況，老師在上課時常常會有網頁跑不動的情況，影響了上課進度，iClass 系統也常有當機無法上傳作業或公告等情形。	資訊處	一、學校每日皆有嚴密監控系統整體效能，如遇狀況均會及時與廠商回報並進行調控；針對 iClass 系統之作業上傳與公告功能，已於 3 月 30 日完成版本更新，目前各項功能皆已順利運作中。學校非常重視且將盡全力維護師生優良的教學與上課環境，未來也將持續加強日常監控，並積極要求廠商確保網路與系統之穩定服務，感謝您的反映。 二、對方網站忙碌或未知錯誤亦有可能無法登入。若發現網路連線不佳情形，請隨即通知網路管理組（驚聲大樓 T102 室，分機：2628）檢測，以排查問題。
5		請改善視聽教育館南面通往教室的道路的問題。因為樹木生長，所以道路後期有改建，特別繞過樹木。道路繞過樹木沒有問題，但是繞過樹木的那部分道路的地面，是只有平鋪上一層木板，學生踩上去會凹陷，很容易讓人跌倒。	總務處	本處已派員於 115 年 3 月 17 日修復完成。

114 學年度第 2 學期「二、三年級班代表座談會」會前提問彙復表

6		請改善教育館女廁所的門開關的問題，因為門的重量太重，導致關上的速度很快，力量很大，有夾到學生手指的疑慮。	總務處	將請廠商協助調整門扇阻尼等改善措施，再視實際使用情形，研議後續優化作法。
7	中文系	請安排人員巡視文學館教室內常備 1 盒新白板筆以及酒精噴瓶。老師在上課時常常會發現白板筆沒水，導致影響上課進程，影響學生抄寫筆記。	總務處	為落實環保減碳並避免資源浪費，新的白板筆統一集中放置於教師休息室，教師如有需求，請逕至教師休息室自行領取使用。酒精噴瓶屬個人清潔用品，是否於教師休息室擺放備用將再評估。
8		請給予文學館教室內的麥克風頭定期消毒，學生發現麥克風頭的異味嚴重，影響學生報告時的專注力。	總務處	經與管理單位資訊處遠距中心確認，教室麥克風於寒暑假皆固定進行設備巡檢及清潔，平時如發現教室公用麥克風有異味，請直接通報遠距中心處理。
9		希望學校可以在廁所放置酒精，不然坐式馬桶會有衛生疑慮。也希望可以多增加一些坐式馬桶，否則女性在更換衛生棉時常造成不便。	總務處	一、消毒酒精屬私人清潔用品，學校廁所內是否設置消毒酒精將再評估，短期有需求者建議自行攜帶。 二、本校便器數量皆依相關法規設置，且礙於現有管線配置無法更換便器種類；後續如有樓館整建計畫，再行配合研議調整。
10	資管系	商管大樓前棟是否可以設置飲水機，取水都要到 4 樓或 3 樓後棟。而且夏天飲水機都會過熱，根本沒有溫水或冷水可裝。	總務處	經查該位置原為飲水機設置處，本處將與飲水機廠商討論，是否得於合約規範內增加飲水機數量。

## 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**每學期分開辦理**，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（可掃右邊 QR）。



### 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/**「兵役資料填報」**/淡江大學單一入口登入，俾便辦理儘後召集（後備）作業。
- (四) 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。
- (五) 兵役資訊可參閱生輔組最新公告（可掃右邊 QR）。



### 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，請至生活輔導組綜合業務「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綜合業務「法律諮詢服務網頁」查詢，或至 B402 辦公室洽詢。

### 五、考試假宣導：

考試期間確因特殊情形需請假者，應檢附各項規定證明文件，除事假、公假須提前申請，其餘假別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（校安人員）、生活輔導組組長、教務處簽證後，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、學生請假系統權限異動宣導：

學生請假系統中已開放學生列印請假核准聯的功能，可直接下載並列印「請假核准聯」PDF 電子檔，作為請假依據，供任課老師查閱；減少使用 KIOSK 機列印請假核准聯，改用手机下載 PDF 核准聯，節省時間並環保。

#### 七、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。
- (五) 學生工讀可參考勞動部「職場高手秘笈」，遵循三要準備、七不原則-「要確定、要存疑、要告知」、「不繳錢、不購買、不簽約、證件不離身、不非法工作、不飲用、不辦卡」，如果發生受騙或誤入求職陷阱，至勞動權益受損，可撥打當地勞工局電話，請求專人協助救濟權利。
- (六) 學習尊重每一位同學，遠離霸凌行為。共同創造包容、友善的學習環境，關心他人，勇於伸出援手，從自我做起，共同防止校園霸凌發生。

#### 八、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。

#### 九、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 日前、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時間，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 114 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 114 萬元以下，或不動產價值合計 1,000 萬元以下）。（詳生輔組網頁）

十、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》->《樸實剛毅獎助學金》網頁。

(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) ->獎學金。

(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》。

十一、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，可由淡江大學首頁行政單位/學生事務處/生活輔導組《就學補助→學雜費減免》查詢。

(二) 申請下學期就學優待減免請依公告時間辦理。

十二、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。

十三、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。

十四、菸害防制宣導：

近來本校屢有未滿 20 歲同學遭各縣市警局查獲違反菸害防制法發文通知本校，是類學生按學生獎懲辦法第 7 條第 8 款應予申誡 1-2 次懲處，惟按淡江大學禁菸規則第 7 條第 2 款第 3 目，可予學生勸導及教育機會，故本學期若查獲違反菸害防制法同學將由承辦人員及系輔人員管制完成菸害教育及服務 12 小時，未完成前開菸害教育及服務或再犯者，依本校學生獎懲規定，加重處分。

**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 AI 應用與數位管理提升工作坊 (平日梯次)	4.15	課外組	
2	急救員訓練	4/18、19	課外組	
3	社團 AI 應用與數位管理提升工作坊 (假日梯次)	4/25	課外組	
4	社團負責人座談會	5/14	課外組	覺生國際會議廳
5	百香果志願基礎訓	5/23	課外組	
6	百香果志願特殊訓	5/24	課外組	
7	社團評鑑	5/30	課外組	活動中心
8	暑假服務隊授旗	6/23	課外組	
9	淡海同舟	6/29-7/3	課外組	活動中心

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活動至少 3 次，且不得跨學期累計。
- 3、活動執行認證：畢業前完成執行社團活動至少 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前完成。

(三) 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，請至該醫院網頁 <https://physical.com.tw/report/> 查詢。
- (二) 為預防傳染病，提供各項衛生教育宣導：
  - 1、落實良好衛生習慣：平時應養成勤洗手及注意手部衛生、呼吸道衛生及咳嗽禮節，儘量避免出入人潮擁擠、空氣不流通的場所，以防呼吸道傳染疾病傳播。如有呼吸道症狀時應佩戴口罩，口罩如有髒汙，應勤加更換；打噴嚏時應用面紙或手帕遮住口鼻，或用衣袖代替。維持健康生活形態：適度運動、充分睡眠、均衡飲食，提升自身免疫力。
  - 2、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。
  - 5、M 痘潛伏期約為 21 天，如入臺 21 天內出現皮膚病灶，例如：皮疹、水泡、斑疹、斑丘疹、膿疱等，以及發燒、畏寒/寒顫、頭痛、肌肉痛、背痛、關節痛、淋巴腺腫大（如耳周、腋窩、頸部或腹股溝等處）等疑似症狀，應佩戴口罩儘速就醫，並主動告知醫師旅遊史、

高風險場域暴露史及接觸史等資訊。

- 6、麻疹可經由空氣、飛沫傳播或接觸病人鼻咽分泌物而感染常見症狀有：發燒、出疹、鼻炎、結膜炎、咳嗽，以及發燒3~4天後口腔內出現斑點（柯氏斑點），較嚴重者會併發中耳炎、肺炎或腦炎。曾於個案接觸者出入相關場所，請自主健康管理18天，如有發燒、鼻炎、結膜炎、咳嗽、紅疹等疑似症狀，請儘速與衛生單位聯繫，由其安排就醫並告知接觸史，另自主健康管理期間應避免出入公共場所，並儘量配戴口罩，以降低病毒傳播風險。
- 7、罹患水痘者應佩戴口罩、穿著長袖衣褲儘速就醫，並請假在家休養，至全身所有水疱均結痂變乾，始能返回學校。請假休養期間，應遵循呼吸道衛生與咳嗽禮節，盡量不出入公共場所及搭乘捷運、公車等擁擠的大眾運輸工具，不得已須前往公共場所時，應全程佩戴口罩並穿著長袖衣褲。

## 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、健康低碳飲食、非洲豬瘟防範及預防諾羅病毒宣導。

- (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) 請協助推廣「挑當季、多蔬果；少加工、選在地；吃適量、選多樣」的健康低碳飲食原則，不僅增進健康也環保。
- (四) 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。
- (五) 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。
- (六) 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。

(七) 預防食品中毒五要二不原則，您可以這樣做：

- 1、要洗手：料理前要洗手，如果有傷口應該先包紮好。
- 2、要新鮮：食材要趁新鮮食用，用水要衛生。
- 3、要生熟分開：生、熟食及器具分開存放，避免交叉污染!!
- 4、要澈底加熱：加熱時，食品中心溫度達70度以上。
- 5、要注意保存溫度：存放溫度需低於7°C；經烹調或易腐敗食品，建議存放於5°C以下，室溫下不宜久置。
- 6、不飲用山泉水
- 7、不食用不明的動植物

~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!!!

### 宣傳海報

#### 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
- 昏睡休克

**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

中微發燒 頭痛 疲倦 紅疹 身體酸痛或內傷

**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：水桶陶器要倒空，使用中的要加蓋。
- 刷乾淨：盆栽花搖動換水，每週刷洗應安心。
- 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>

#### 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**

## 宣傳海報

# M痘 您需要知道的事

### M痘疫情在許多國家是進行式

- 我國自2022/6/23列為第二類法定傳染病
- M痘是可以預防的，潛伏期約為3-21天；大多數人約2-4週會痊癒；少數人(如孕婦、幼童、長者、嚴重免疫不全者等)感染後發生重症的可能性高
- 確診後可能造成身體癢度不適或疼痛
- 雖然M痘可以影響任何人，傳播途徑包括人傳人(親密接觸或飛沫傳播)或動物傳人，但此波疫情主要傳播途徑為人傳人，親密接觸為主，且多數病例為男性

### 常見症狀

- 臉部、四肢、生殖器出現不同型態的皮膚病狀
- 發燒、頭痛、精神不振
- 淋巴結腫大(頸部、腋下、腹股溝等處)
- 肌肉及背部痠痛
- 直腸出現疼痛腫脹
- 小便時疼痛或排尿困難



### M痘傳播途徑

- 人傳人：
  - 密切接觸病患的皮膚病灶處
  - 與病患發生親密接觸之行為(口交、肛交或陰道交)
  - 接觸病患生瘡(瘡毒、毒小、瘡毒及陰疔或肛門)
  - 與病患進行接吻、親吻或接吻
  - 接觸到病患呼吸分泌物、損傷的皮膚或黏膜或被污染物品(包含衣服、床上用品、毛巾等個人物品)
  - 飛沫傳播：常在長時間面對面接觸傳播後較容易發生
  - 母子垂直感染：可能胎盤垂直傳染給胎兒，或於產程中因接觸而傳染
- 人畜共通傳染：直接接觸感染動物的血液、體液、損傷的皮膚或黏膜而被感染或食用受感染的動物肉類

### 如何保護自己預防感染

- 若您符合M痘疫苗接種對象，請接種疫苗
- 避免與不特定對象發生親密行為
- 隨時隨地注意自身狀況並檢查是否出現疑似症狀
- 如出現疑似症狀，務必佩戴口罩儘速就醫，並告訴醫師疑似M痘接觸史、高風險區域的暴露
- 保持良好的手部衛生(勤洗手、勿摸眼口鼻)
- 如家中有M痘病患，請做好居家環境清潔及消毒
- 若前往流行地區，避免與野生動物接觸和生食肉類



### M痘疫苗

- 屬活性減毒非複製型疫苗，由於不會在哺乳類細胞內複製，可視為非活性疫苗，安全性相對高
- 我國建議接種對象包含：
  - 與確診M痘個案有性接觸之高風險接觸者
  - 正痘病毒屬之實驗室操作人員
  - 近6個月內曾有高風險行為者(性病患者、多性伴侶、性交易服務者、於營業場所發生性行為者等)
  - 照顧M痘確診個案之醫護或清潔人員、協助採檢人員或執行疫苗接種作業人員
- 接種第1劑M痘疫苗14天後保護力才能達到4-8成，所以在14天內仍要留意避免高風險行為
- 與第1劑間隔28天以上，完成第2劑疫苗接種，則可趨近於9成保護力
- 接種後的副作用包括注射部位疼痛、發紅、腫脹、全身肌肉痠痛等

任何人都可能感染或傳播M痘，我們共同的敵人是病毒，只要齊心協力做好預防工作，我們就能一起遏止疫情



## 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。

- 胸痛 1分
- 咳嗽兩週 2分
- 沒有食慾 1分
- 咳嗽有痰 2分
- 體重減輕 1分

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 信賴託付  
防疫專線：02-2258-6923  
http://www.health.ntpc.gov.tw

## 別讓麻煩找上你

### 麻疹好發季節，留意疑似症狀

發燒 鼻炎 紅疹 結膜炎 咳嗽

### 個案接觸者，要注意什麼？

1. 落實自主健康管理 18 天
2. 避免接觸 1 歲以下嬰兒、幼童、病人及孕婦
3. 避免出入公共場所、儘量配戴口罩

出現疑似症狀，勿自行就醫，請聯繫所在地衛生局(所)，由衛生人員協助安排就醫。



## 防疫12招 健康滿分

- 第一招 洗手 (500分)
- 第二招 佩戴口罩 (1000分)
- 第三招 生動在菜市場 (1000分)
- 第四招 服藥兩週 結核不傳染 DOTS (1000分)
- 第五招 吃雞糞、煮沸水 (1000分)
- 第六招 接種打疫苗 (1000分)
- 第七招 清除孳生源 (1000分)
- 第八招 綠色長袖衣帽防蚊器 (1000分)
- 第九招 避免接觸鴿鳥 (1000分)
- 第十招 正確使用原腸管 (1000分)
- 第十一招 生病請就醫 (500分)
- 第十二招 防疫專線 (1000分)



## 宣傳海報

# 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 澈底煮熟

所有食物(尤其是貝類)，  
應澈底清洗及煮熟



### 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」



## 感染水痘/帶狀疱疹了，該怎麼做？

- 應請假在家休養，直到全身的水疱均完全結痂變乾為止
- 儘量不外出，若必需外出，應配戴口罩並穿著長袖衣物
- 剪短指甲、保持皮膚清潔，依醫囑用藥
- 使用中性肥皂，以毛巾輕輕擦拭，避免弄破水痘
- 水疱結痂後，待其自然脫落，勿強行將痂皮剝落
- 感染者應避免接觸嬰幼兒、孕婦及免疫功能低下者

自我健康管理  
✓

勤洗手  
勿搔抓皮膚  
✓



勿強行  
剝痂皮  
✓

避免接觸  
嬰幼兒、孕婦及  
免疫功能低下者  
✓

**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、辦理學生宿舍相關活動，本學期活動規劃如下：**

(一) 宿舍自治會活動：

松濤館		淡江國際學園	
辦理日期	活動內容	辦理日期	活動內容
2月25日	宿治會「期初大會」	3月17日	撲朔迷離的桌遊饗宴
3月12-13日	松濤館工讀生教育訓練講習	3月16日	寢室關懷
3月16-29日	第一次寢室關懷	3月21日	賞櫻春遊健行淨山活動
4月8、9日	期中 Allpass 糖活動	4月14日	期中 Allpass 祈福活動
3月25日	蝶谷巴特手提袋	4月25日	野柳地質探索、金山在地文化體驗活動
4月29日	「情緒學習_心理素質提升」-植物盆栽彩繪(多肉植物)	115年4月27日	情緒學習講座—酒精墨水水晶燈座
4月29日、5月7日	樂活健康·從住做起「內務檢查」	115年4月28日、5月5日	樂活健康·從住做起「內務檢查」
5月07日	母親節花束	5月19日	宿治會電影欣賞活動
5月14日	「情緒學習_心理素質提升」-刺繡花框捕夢網	115年5月26日	情緒學習講座—刮畫
5月11-18日	宿治會「正副會長改選」		
5月21日	宿治會「松濤日」		
5月25日-6月7日	第二次寢室關懷		
5月29日	宿治會迎新送舊		
SDG3 良好健康和福祉、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

114 學年度第 2 學期淡江國際學園課業輔導課程，自 115 年 2 月 23 日至 115 年 6 月 14 日止，於淡江國際學園 2 樓會客室。

	星期一	星期二	星期三
20:00-21:30	統計學	經濟學	大一微積分

## 三、學生宿舍期末閉館日

**115 年 6 月 28 日中午 12 時，住宿生應準時離館。**

## 諮商職涯暨學習發展輔導中心

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】

Q 4：何謂社會情緒學習 (SocialandEmotionalLearning,SEL) ？

A 4：社會情緒學習 (SEL,SocialandEmotionalLearning) 是一種教育理念與教學方法，重點在於培養學生除了學科知識以外，認識自己、管理情緒、與他人良好互動以及做出負責任決策的能力。社會情緒學習包含五個核心概念，包括自我覺察 (self-awareness)、自我管理 (self-management)、社會覺察 (socialawareness)、人際關係技巧 (relationshipskills)、負責任的決定 (responsibleddecision-making)，研究顯示，社會情緒學習融入課程教育能提升學生之心理健康與抗壓能力，改善人際關係與增進正向班級氛圍，學生能夠逐步具備自我認同、同理關懷他人、樂在學習、樂於挑戰不怕失敗。

【來源：「幸福教育、健康臺灣幸福學校、師生共好：教育部社會情緒學習中長程計畫第一期五年計畫」(114 年至 118 年)】

(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](mailto: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：林偉淑老師、高上雯老師。
  - 2、理、工學院、AI創智學院：黃仁俊老師
  - 3、商管學院：劉菊梅老師、陳基祥老師、汪美伶老師、李青芬老師、林志娟老師、王貞靜老師。
  - 4、外語學院、國際事務學院：徐琿輝老師、陳麗娟老師、劉珍綾老師、張芸綺老師、何萬儀老師、鄭盈盈老師、蔡欣吟老師、王美玲老師、顧錦芬老師、李文茹老師、徐佩伶老師、齊嵩齡老師、崔琳老師、陳淑娟老師、阮聘茹老師、紀珊如老師、施依萱老師。
  - 5、教育學院：林逸農老師。
  - 6、通核中心：曾威智老師。
- (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：每學年下學期舉辦，115 為 3 月 18 日已舉辦「2026 淡江大學校園就業博覽會」，提供應屆畢業同學與求才廠商直接溝通平台，使同學在校時即可瞭解企業狀況與就業市場，增加就業機會。新北市政府就業服務處統計，初媒合率達 51.35%。
- (八) 淡江大學校園線上徵才博覽會」<http://spirit.tku.edu.tw:8088/job/>，提供工讀、實習及各項職缺之資訊，請同學多加利用。
- (九) 職涯講座：透過講座解析，協助學生注意職場脈動、面試技巧，辦理生涯探索活動，提升學生探索自我與掌握自我能力，協助學生了解未來職涯趨勢及學習力，建立學生正確之職涯規劃觀念，規劃自我生涯。
- (十) 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，問卷調查結果置於網頁供各系參考及學校作為持續改善之參考。

## 三、學習發展輔導：

- (一) 學生自我檢測：提供免費且無限次數之「學習風格」自我檢測 (<https://self-test.tku.edu.tw/>)，透過檢測結果，增進對自我學習的理解，幫助掌握學習狀況。
- (二) 大學部學生課業輔導：114 學年度第 2 學期大學部學生個別課業輔導資訊，學生可於「課業輔導預約系統 (<https://oosa.tku.edu.tw/course/>)」申請當學期必修科目的輔導，請轉知並鼓勵學生多加利用。
- (三) 有關經濟不利學生方案，可參考淡江大學學生事務處經濟不利學生協助方案：<https://oosa.tku.edu.tw/wp/>，本中心支援的有：個案諮商心理輔導、職涯輔導精進獎助、展翼助翔獎助、孜孜不倦學習獎助。