



學務通報

學生事務處發行 109年10月06日出版 第2期



宣導事項



學務長室

性別平等教育宣導

生活輔導組

109學年度教師感恩活動、109學年度大專弱勢助學金申請注意事項、109-1住宿生大會、109-1學生宿舍防震防災逃生演練

軍訓室

防詐騙資訊、165反詐騙專線、菸害防制宣導、防制學生藥物濫用、交通安全宣導

身心健康中心

「集思廣益~FUN心飛翔」志工培訓、飛翔的心社區服務「分享感動，讓愛飛翔」、109-1聊家誌異 - 家庭與自我探索團體海報、#為了你我願意戴口罩海報、校園防疫不鬆懈、健康蔬活積點送

課外活動發展組

109-1二手書海報、校外獎學金申請訊息、誠實商店物資募集海報、誠實商店補助公告、課外組線上服務宣傳

體育運動組

109-1體育課加退選及上課注意事項、體育幹部座談會、新生盃球類競賽、校外活動相關資訊、運動健康園地





學務長室

性別平等教育

校園性侵害性騷擾和性霸凌

申訴專線 05-2267125

分機 21933

性侵害及性騷擾求助專線

113 或 110

承辦人：洪照惠 電話：05-2267125 轉 21933 位置：生有樓 1 樓 B105



讓我們共同營造性別友善校園





生活輔導組

【生輔組焦點訊息】



109 學年度教師節感恩活動照片
教師節 109/9/28(一)



說明：活動現場



說明：活動現場



說明：活動現場



說明：活動現場



說明：活動現場



說明：活動現場

109學年度大專弱勢助學金 ~申請注意事項~

■大專弱勢助學金於109年7月1日(三)起開始申請至109年10月20日(二)止。

(一)申請表單列印方式：

學生校務行政系統→21學務處管理→2160大專弱勢申請作業(學生)→列印申請表

(二)繳交文件：

- 1.申請表(於學生校務行政系統申請、列印)
- 2.戶籍謄本(含父、母、學生三人)
- 3.成績單(新生、轉學生 除外)



(三)申請程序：

將上列資料備妥後繳交至學務處生活輔導組(文鴻樓1樓)後完成申請手續。

如有問題，請至學務處生活輔導組詢問(文鴻樓1樓A107)。

1.申請對象：有戶籍登記之中華民國國民且就讀國內大專校院具有學籍（不含五專前三年、空中大學及研究所在職專班），於修業年限內之學生，且無下列情事之一：

- (1)家庭年所得逾新臺幣**70萬元**。
- (2)家庭應計列人口之利息所得合計逾新臺幣**2萬元**。利息所得來自優惠存款者，得檢附相關佐證資料，由學校函報本部專案審核認定，惟前開存款本金不得逾新臺幣100萬元。
- (3)家庭應計列人口合計擁有不動產價值合計超過新臺幣**650萬元**。
- (4)前一學期**學業成績平均低於60分**。（新生及轉學生除外，另論文撰寫階段學生如因前一學期未修習課程致無學業成績可採計，得以最近一學期學業成績計算。）

2.前開家庭經濟條件之應計列人口：

- (1)學生本人、學生父母或法定監護人；學生已婚者，加計其配偶。
- (2)若學生有特殊困難者，如父母離異、父或母失聯、家暴困境或服刑等情事者，學校得自行考量酌予放寬家庭經濟條件計列範圍。

**每學年第一學期申請，
補助在第二學期學費。**

- 如有申請教育部學雜費減免之同學，不得申請此項助學金。
- 如有問題，請至學務處生活輔導組詢問(文鴻樓1樓A107)

109-1 住宿生大會

日期：109年10月13日(二)

時間：13:30~15:30

地點：花明樓 T3012

別讓權益睡著了！

參加對象：男女宿全體住宿生

※請全體住宿生務必參加！



如對宿舍相關問題可在本活動中

提出討論！

學生宿舍自治會感謝您的配合

109-1 學生宿舍

防震防災逃生演練

←EXIT



日期：109 年 10 月 14 日(星期三)

日間防災逃生演練

15:30~16:30

學生宿舍自治會

夜間防災逃生演練

18:00~18:40



防詐騙資訊-各種詐騙預防小叮嚀

類型一【假警察、檢察官辦案詐騙】：

- 詐騙內容：1. 醫院通知領藥、申請重病補助！
2. 銀行通知有人來領你的存款！
3. 警察通知你個人資料被冒用！
4. 檢察官說你是詐欺人頭戶！
5. 去超商收法院公文傳真！
6. 要將存款領出來監管帳戶！
- 反詐叮嚀：1. 「一聽、二掛、三查」！
2. 一聽！是否有以上關鍵字？
3. 二掛！聽完後，立刻掛斷這通電話。
4. 不讓歹徒繼續操控你的情緒。
5. 三查！快撥 165 反詐騙專線查證！
6. 將剛才聽到的電話內容告訴 165。

類型二【購物個資外洩詐騙】：

- 詐騙內容：1. 向您核對購買商品日期、金額！
2. 說您收商品時簽單錯誤！
3. 帳戶設定錯誤，變成分期付款！
4. 晚間 12 點後開始扣款！
5. 要去自動提款機取消分期付款設定！
- 反詐叮嚀：1. 自動提款機沒有取消分期付款功能！
2. 聽清楚這個電話說什麼？
3. 是否有以上關鍵字？
4. 聽完後，立刻掛斷這通電話。
5. 不讓歹徒繼續操控你的情緒。
6. 快撥 165 反詐騙專線查證！

類型三【網路購物詐騙】：

- 詐騙內容：1. 開 Line，跳出交易平台，另談交易細節！
2. 商品已缺貨，要買要快！
3. 不便當面交易，只受理匯款！
4. 可先付一半訂金！
- 反詐叮嚀：1. 網路世界虛擬多變，請堅持面交商品。
2. 小心與市價相差太多商品。
3. 務必堅持當面交易。
4. 請售票商家，查驗票卷真偽。

類型四【網路援交詐騙】：

- 詐騙內容：1. 女網友主動邀約見面！
2. 見面前要去自動提款機！
3. 以自動提款機匯援交費！
4. 要辨識身分（非軍人或警察）
5. 自動提款機操作錯誤！
6. 黑道恐嚇要配合更正錯誤！
- 反詐叮嚀：1. 要求操作自動提款機就是詐騙！
2. 發現 ATM 操作出錯就有詐。
3. 遇到恐嚇，應立刻撥打 165 反詐騙專線報案。

類型五【求職詐騙】：

- 詐騙內容：1. 網路或報紙刊登徵人廣告！
2. 廣告只刊登行動電話！
3. 電話中要求至公共場所面試！
4. 要求用金融卡辦理薪資入帳！
4. 要求先付保證金或置裝費！
6. 要求申辦行動電話！
- 反詐叮嚀：1. 歹徒經常以求職廣告騙取提款卡或存摺，或騙取求職者資料辦理行動電話門號，求職者勿交出重要個人資料，以免成為詐騙人頭戶。
2. 未查明公司營運、資本實際狀況下，勿輕易投資。
3. 拒絕刷卡買產品衝業績的工作要求。
4. 未正式工作前，不要操作 ATM 辦理薪資入帳設定，這也是常見詐騙陷阱。

類型六【中獎、投資詐騙】：

- 詐騙內容：1. 公司舉辦抽獎，要您到場共襄盛舉！ 2. 恭喜您已中獎！
 3. 提供海外銀行電話可查證獎金已入帳！ 4. 要交入會費、所得稅，才能領獎！
 5. 網友在海外是六合彩、賽馬會、投資顧問公司職員！提供投資機會！
 6. 電話通知您已獲利，快去匯款贖回獲利！ 7. 海關查獲，要付關說費！
- 反詐叮嚀：1. 中獎電話、公司地點、匯款銀行都在國外，查證不易，勿輕易匯款。
 2. 165 反詐騙專線數位資料庫，可協助查詢冒名詐騙公司名稱。

類型七【家戶拜訪詐騙】：

- 詐騙內容：1. 自稱是台電、瓦斯公司檢查管線！ 2. 要更換水電、瓦斯管線並收費！
 3. 自稱是退輔會，關懷榮民訪問！ 4. 自稱是社會局，老人居家訪視！
 5. 可以申請生活津貼！ 6. 自稱是黨部，請求支持競選人！
 7. 可領選舉後謝金！ 8. 要拿出存摺並告知密碼！
- 反詐叮嚀：1. 「一關、二問、三查」！
 2. 一關！將大門關上，以防歹徒侵入家中。
 3. 二問！隔著門問來者姓名、單位、何事來訪。
 4. 三查！快撥 165 反詐騙專線查證！ 5. 查明來者身分及到訪是否屬實。

類型八【假親友詐騙】：

- 詐騙內容：1. 自稱是您的親人（兒女、兄弟姐妹）！ 2. 自稱是同事、同學、軍中弟兄！
 3. 先問候話家常！
 4. 藉口處理緊急狀況，或正在醫院向你借錢！
- 反詐叮嚀：1. 歹徒會以各種手段取得個人資料，再假冒親友熟人借錢。
 2. 接到親友來電，並提出借錢要求，且不斷來電表示非常緊急，以現在不方便接聽電話，掛斷這通電話。
 3. 找出自己的通訊錄，主動撥打親友電話號碼，並查證是否需要借錢。

類型九【社群網站或軟體詐騙】：

- 詐騙內容：1. 幫忙點擊網址、衝人氣、團購便宜、急需用錢、買點數。
 2. 盜用臉書或 Line 好友！ 3. 以問候話家常，假裝熟悉！
- 反詐叮嚀：1. 歹徒會以各種手段取得個人網路資料，再假冒親友熟人幫個小忙。
 2. 找出自己的網路社群或軟體通訊錄，主動撥打親友電話號碼，並查證是否事實。

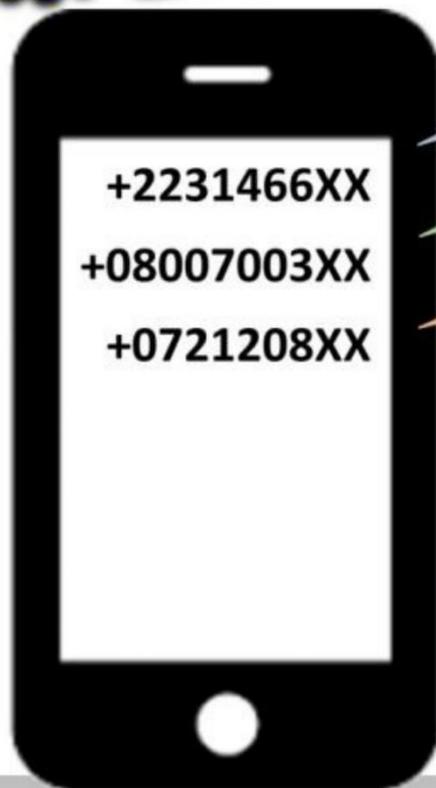
反詐騙最重要原則：

查證、查證、再查證！

軍訓室暨校安中心 關心您

專線 05-2260135

來電有「+」，小心有詐



喂,我是○○網拍客服人員...

(語音)您有電話費未繳納...

您好,這裡是○○警察局...

來電顯示開頭有「+」,代表這通電話來自境外,如果內容提到「解除分期付款設定」,「涉及刑案」,「監管帳戶」等等,通通都是詐騙!

刑事Bear  曰:來電顯示看詳細,市話有「+」攏是「假」!

165反詐騙專線關心您



吳鳳科技大學菸害防制宣教雙週刊(109-1 第 2 期)

電子菸危害比香菸低？研究：一樣致癌

關於電子香菸的危害，現在人們只知道一點，即吸食電子香菸的青少年成年後多數都吸食香菸。但日前一研究發現，它的危害不只於此。實際上，電子香菸和真正的尼古丁香菸一樣對人體有害，可導致癌症等疾病的產生。

康州大學 (University of Connecticut) 的化學家們發現，電子香菸和普通香菸一樣對 DNA 構成潛在危害。化學家卡迪米塞提 (Karteeek Kadimisetty) 在該校的成果發布報告中說，他們把普通香菸中能夠導致癌症的化學物質提取出來，然後和電子香菸中的化學物質相比較。結果表明，抽電子香菸的危害和吸香菸的人一樣。

不僅含有尼古丁的電子香菸和普通香菸一樣有害，學者們發現，那些不含尼古丁的電子香菸和帶過濾嘴的普通香菸的危害一樣大。這可能是因為電子香菸中有很多化學品添加劑，他們損傷 DNA，由 DNA 損傷導致的細胞突變，會引發癌症。



軍訓室暨校安中心 關心您

電子煙在嘴裡爆炸！17 歲少年牙齒被炸飛、下顎骨折

許多民眾以為電子煙較紙菸無害，但因電子煙含有丁二酮，仍會導致阻塞性細支氣管炎，且尿液中驗出有毒致癌物質，是從未使用組的 3 倍。電子煙不僅有害健康，還會有爆炸的風險。

美國 NBC 新聞報導，17 歲少年亞當斯 (Austin Adams) 想戒菸，所以借助電子煙想減少煙癮。他使用一種名叫 VGOD 的電子煙，但是這個煙在口腔裡爆炸，導致他下顎骨折，幾顆牙齒被炸掉。



美 17 歲少年下顎遭電子煙炸傷。圖取自 NBC

亞當斯的媽媽告訴記者，兒子舉著手跑來找她，讓她嚇壞了。醫生檢查後發現亞當斯下顎受傷嚴重，嘴唇也被燒傷。

美國食品藥物管理局 (FDA) 上週確定了菸草產品提交新申請的製造商指南，其中包括電子煙，雖然 FDA 向電子煙製造商發出關於違規行為和非法銷售給未成年人的警告信，但沒有發出任何關於電池過熱和爆炸可能性的警告信。

據 FDA 的說法，當電子煙內的鋰離子電池過熱時會發生爆炸。FDA 建議企業提供有關產品的電池種類等詳細訊息，包括過熱、火災和爆炸可能性等。

本學期將辦理戒菸輔導講座，屆時歡迎有需要者加入，意者請洽軍訓室。



吳鳳科技大學防制學生藥物濫用宣教雙週刊(109-1 第 2 期)

「毒家新聞」-

PMMA 一個月毒死 28 人「最年輕 17 歲」 檢:致死率近 100%

注意! 摻有 PMMA 強力搖頭丸的毒咖啡包，致死率近 100%。

高等檢察署日前表示，法務部法醫研究所就相驗及解剖案件經毒物檢驗結果，從死者體內篩檢出多起含有 PMMA（俗稱：強力搖頭丸）成分案例，截至 2019 年 12 月止，施用含有強力搖頭丸因而死亡之案例已高達 34 件，且地點遍及全台與外島。

經進一步分析，PMMA 為第二級毒品，屬中樞神經興奮劑，毒性強度高於甲基安非他命 4 倍以上，施用 50 毫克就有中毒可能。因 PMMA 毒性作用較慢，施用者常因施用之初無感，因而使用過量，致死率極高，近百分之百，根本是毒藥，又此類毒品成本低、製程快，常作為 MDMA 搖頭丸的替代物，目前查獲案件中多以咖啡包形式出現，並仿用時下流行之圖標吸引年輕人，此類案件死者平均年齡為 26 歲，最年輕的為 17 歲。

警方也提醒青少年及家長注意，PMMA 是第二級毒品有迷幻效果，以三合一咖啡包等形式在市面上流通，包裝外觀五花八門，切勿隨意施用來路不明且包裝新穎的毒咖啡包。勿因尋求一時的刺激服用毒品，或食用外觀迥異的咖啡包，造成自身健康受損。



軍訓室暨校安中心 關心您

吳鳳科技大學交通安全宣導

汽機車進出校園需購買通行證，刷卡(學生證)感應後，一人一車一證依序通過柵欄



請無車證同學盡速至總務處事務組購買停車證

軍訓室 暨 校安中心 關心您



身心健康中心



【身心健康中心焦點訊息】



吳鳳科技大學
WuFeng University

109-1 諮輔志工培訓計畫

集思廣益~FUN心飛翔



☆地點：南投縣集集鎮&車埕

☆日期：109年10月24日(六)

☆時間：8：00~5：30

活動詳情 · 洽身心健康中心 唐睿儀 老師
分機24143



吳鳳科技大學
WuFeng University



飛翔的心 社區服務

「分享感動，讓愛飛翔」

想利用大學生活做些有意義的事嗎？
誠摯邀請你/妳與我們一起
將愛及溫暖分享給更多需要關懷的人



活動日期：109年10月28日（三）14:30~17:00

活動地點：安道基金會同仁國小兒童課後照顧據點

活動對象：本校教職員生

報名方式：請至「身心健康中心」（TA205）

索取報名表填寫

或洽 身心健康中心 唐睿儀 老師(分機24143)

參與者結束後會發予服務證明及餐盒唷!!
飛翔的心誠摯地邀請你一同參與

聊家誌異。 — 家庭與自我探索團體

家，
那個說是避風港，卻又讓人好受傷的地方。
承載著愛與疼痛，我們在其中結實纍纍，也傷痕累累。
透過團體，一起聊聊彼此家的故事，過去與現在，
再想像期待的未來。
你的勇敢將為你帶來療癒，即便顛簸，也會茁壯。



團體時間 10/27、11/3、11/10、11/24、12/1、12/8、12/15、12/22
每週二，18:00-20:00，共八次。

團體地點 身心健康中心 團體諮商室(花明樓TA204)

報名方式 親洽花明樓TA205或線上填寫表單，截至10/20(二)17:00前。
收到報名資料一週內將連繫面談時間，
最終錄取成員將於招募面談完成後個別通知。

團體帶領 林怡均 實習諮商心理師



歡迎想一起探討家庭的你，僅收6-8名成員唷。

全程參與者，可獲精美小禮物及證書
若好奇歡迎親洽或來電詢問 (05)2267125 #24141



守護師生健康

校園防疫不鬆懈

勤洗手



減少觸摸眼口鼻
保持手部乾淨

吃東西前、上廁所後、玩遊戲後，出入醫療院所及公共場所前後，咳嗽打噴嚏後，都應確實肥皂洗手，並減少觸摸眼口鼻。

濕 搓 沖 捧 擦

內



搓揉手掌

外



搓揉手背

夾



搓揉指縫

弓



搓揉指背與指節

大



搓揉大拇指及虎口

立



搓揉指尖

腕(完)



搓揉手腕，沖淨並擦乾雙手

衛生禮節



注意呼吸道衛生
並遵守咳嗽禮節

打噴嚏、咳嗽需掩住口、鼻
擤鼻涕及咳嗽後要洗手，
保持良好衛生習慣。

主動告知



身體不適應主動告知
儘速就醫並在家休息

到校前

確認健康狀況，有發燒、呼吸道症狀（咳嗽及呼吸急促）、嗅/味覺異常、腹瀉或身體不適者，主動告知學校，就醫並在家休息。

到校後

出現症狀時，配戴口罩，並由學校協助安置同學及聯繫家長。

上述情況不列入出缺席紀錄

個人衛生習慣主動做起
保護自己也守護他人



維持社交距離，並注意衛生習慣
出入人潮擁擠或密閉場所，務必戴口罩



大眾運輸



醫療照護機構



賣場市集



宗教場所

#爲了你
我願意戴口罩



娛樂場所



教育學習場所



展演競賽場所



大型活動

人潮擁擠及密閉空間，
戴上口罩保護自己保護他人！



防疫吃出免疫力!!

健康蔬活 積點送

植物性蛋白質、顏色鮮豔的蔬果，富含抗氧化力，
有助提升免疫力對抗病毒，保護身體健康！



活動日期

109年10月5~30日

活動辦法

活動期間至文鴻樓地下一樓美食街選購蔬食菜色，就可累積活動點數，集滿6點即可至學務處身心健康中心(A109)兌換折價券，數量有限唷！



吃蔬食(不含肉)

送折價券80元

活動地點

文鴻樓地下一樓美食街

主辦單位：學務處身心健康中心



課外活動發展組



【課外組焦點訊息】

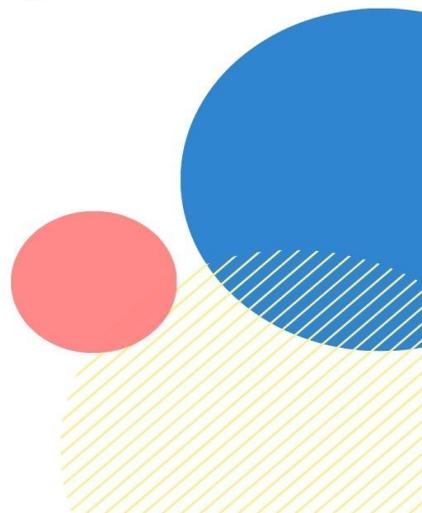


活動方式：109年9月21日至10月30日止，加入臉書社團或親至花明樓TA202

- (一) 我要賣書：二手書網路交易平台(臉書社團)
- (二) 我要捐書：誠實商店舊書鋪(誠實商店實體二手書店TA202)
- (三) 我要買書：二手書網路交易平台(臉書社團)
- (四) 我需要書：誠實商店舊書鋪(誠實商店實體二手書店TA202)



學務處課外活動發展組



編號	獎學金名稱	申請資格	成績	繳交證件	申請期限
1	台北行天宮急難濟助獎學金	1. 家庭急難濟助。 2. 學生急難濟助。 3. 醫療急難濟助。 如有特殊變故須急難救助但不含於上述項目者，另以個案辦理。		1. 轉介申請書。 2. 近3個月內戶籍謄本影本。 3. 當年度低收入/中低收入戶證明或全戶最新年度國稅局所得資料及財產清單資料清單。	急難變故發生日起六個月內進行申請。
2	109-1 教育部學產低收入戶學生助學金	凡設籍臺灣地區、金門縣及連江縣，現就讀國內公私立學校之低收入戶學生。	學業成績總平均六十分以上，且德行評量無小過以上之處分。	1. 申請書。 2. 低收入戶證明。 3. 前一學期成績單。	校內申請時間：即日起至109年10月8日止，逾期概不受理。
3	2020年崇友實業獎學金	1. 就讀國內大專院校電機、機械、建築、土木營造相關科系一、二年級日間部/夜間部在學學生，受獎人應具中華民國國籍。 2. 家庭經濟弱勢具下列條件之一者。 (1) 低收入戶、中低收入戶、家境清寒者。 (2) 家庭或個人因天災、意外發生急難變故或其他特殊狀況，以致家中經濟失依者。 3. 無領取其他企業約定實習就業等義務性質獎學金。	1. 大一、大二在校生申請者，前一學期學業成績平均需達75分以上並在班上排名為前百分之二十，無不及格科目。 2. 操行成績在80分以上，無任何小過以上懲處紀錄。	1. 申請書。 2. 前學期成績單(需加註班上排名)。 3. 戶口名簿影本或戶籍謄本。 4. 清寒家庭相關證明或提供全戶108年度國稅局綜合所得稅各類所得資料清單。 5. 個人簡歷、自傳 6. 其他加分資料：如學校教授推薦函、參與技能競賽、志願服務紀錄或其它外語檢定之相關證明文件影本。	校內申請時間：即日起至109年10月5日止，逾期概不受理。

4	中華電信方賢齊先生獎學金	國內公、私立大專院校就讀理工、資訊、管理或傳播學院之在學學生。(不含大一學生及研究所以上學生)	<p>(一)前一學年學業成績總平均 80 分以上，且學業成績全部及格者。</p> <p>(二)前一學年(自 108 年 9 月至 109 年 8 月底)參與社會服務活動累計至少 3 天(或累計 20 小時)以上。</p> <p>(三)同時符合以上條件者始能申請本獎學金。</p> <p>(四)若有低收入戶證明、家境清寒或家庭遭遇變故需經濟資助者，將列優先對象。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 申請表 2. 前一學年成績單正本乙份 3. 自傳 4. 學生證正反面影印本 5. 教師推薦信 6. 前一學年社會服務經驗不限校內或校外，非指擔任社團幹部(自 108 年 9 月至 109 年 8 月底)，並檢附校方或機構單位開立之證明文件 7. 個資保護法同意書(申請人需簽章，未滿 20 歲學生須有法定代理人簽章) 8. 其它：低收入戶(清寒)證明或村里長證明(若無，可免繳) 	校內申請時間：即日起至 109 年 10 月 5 日止，逾期概不受理。
5	台中市中等以上學校勤學優秀學生獎學金	<p>設籍臺中市 6 個月以上現為國內公私立中等以上學校之學生，有下列情形之一，並有書面證明者：</p> <p>(一)持有區公所出具之低收入戶或中低收入戶證明者。</p> <p>(二)家庭遭遇變故致生活陷於困難，經導師出具證明者。</p> <p>(三)其他家境清寒，經導師出具證明者。</p>	學業成績總平均分數 80 分以上，且無任何一科不及格者。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 申請書。 2. 戶口名簿或戶籍謄本影本。 3. 學校統一造冊之低收入戶名冊、中低收入戶名冊(各校應自「低收入戶及中低收入戶查詢系統」查證後，統一造冊證明之)或導師證明。 4. 前一學期加蓋學校證明章之分數成績單影本。 	校內申請時間：即日起至 109 年 10 月 5 日止，逾期概不受理。
6	嘉義市中等以上學校清寒優秀學生獎學金	凡設籍本市六個月以上之居民，其子女無論就學本市或外縣市之公私立中等以上學校(不包括補習學校、進修學校、夜間部、推廣進修班、建教班及在職專班)，家境確係清寒未享受其他公費	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學業成績總平均在八十分以上。 2. 操行成績(德育或綜合表現)八十分以上或未有曠課或記過之紀錄。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 申請書。 2. 前學期成績單。 3. 戶口名簿或戶籍謄本影本。 4. 低收入戶者，應檢附低收入證明書。 	校內申請時間：即日起至 109 年 10 月 5 日止，逾期概不受理。

7	財團法人教育部接受捐助獎學基金會		<p>1. 108 學年度全學年度德行成績平均須在甲等或 80 分以上。無德行成績等第者，請於申請表「德行評語」欄位填寫成績單內評述內容(請簡述)。</p> <p>2. 108 學年度全學年度學業成績須各科及格，且總平均分數應在 80 分以上。但高級中等學校職業類科學生之學業成績總平均分數，得為 70 分以上。</p> <p>3. 108 學年度全學年度體育成績平均須在 70 分以上。請於申請表填寫最近學年度體育成績，並檢附該學年度全學年成績單；無體育成績等第者，請於申請表勾選原因。</p> <p>4. 技職(藝)類科學生獲得政府機關舉辦之全國性或三個國家以上之國際性比賽前三名，且 108 學年度德行、學業、體育成績均在六十分以上者，得提出申請</p>	<p>1. 申請表、個人資料提供同意書(每項獎學金請填寫 1 份，檢附資料黏貼或裝訂於申請表附表)。</p> <p>2. 學生證正反面。</p> <p>3. 108 學年度全學年度成績單正本 1 份。</p> <p>4. 該項獎學金指定條件之證明文件正本、或與正本相符之影本 1 份。</p> <p>5. 若不希望公開個人姓名，請同時繳交資訊不公開聲明書，以便本會依法辦理。</p>	<p>校內申請時間:即日起至 109 年 10 月 14 日止，逾期概不受理。</p>
8	財團法人趙自齊教育基金會獎助金	<p>學生其父母親之祖籍符合國民政府熱河省建置之學生</p>	<p>108 學年度學年成績上下學期學業成績平均 75 分及操性成績、體育成績 75 分，且未曾受記過處分</p>	<p>1. 申請書。</p> <p>2. 自傳 500 字一份親筆簽名蓋章。</p> <p>3. 學年成績單。</p> <p>4. 能證明熱河省籍文件。</p>	<p>校內申請時間:即日起至 109 年 10 月 23 日止，逾期概不受理。</p>

9	臺南市中等以上學校清寒優秀學生獎學金	設籍臺南市六個月以上，就讀國內高級中等以上學校或本市國民中學之在學清寒學生	大專院校及專科學校：學業成績學期平均八十分以上且未受記過處分。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 申請書。 2. 前一學期成績證明書。 3. 獎懲紀錄。 4. 學生證影本。 5. 區公所開立低、中低收入戶證明書、特殊境遇家庭核准公文或國稅局開立最近一年度綜合所得稅各類所得資料清單。 6. 戶口名簿或戶籍謄本影印本。 	校內申請時間：即日起至109年10月5日止，逾期概不受理。
10	金門縣政府獎學金	<p>本規定之獎學金申請對象以學生現仍在籍，並應符合下列條件之一，且須全時進修者</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生設籍金門縣連續達三年。 2. 母(監護人)設籍金門縣連續達十年現仍在籍。 	大專院校在學學生學業總平均成績及操行成績，均在80分以上者。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 申請書。 2. 學生證影本。 3. 前學期成績單。 4. 戶籍謄本。 5. 學生本人之金融帳戶影本(郵局或土地銀行)。 	校內申請時間：即日起至109年10月5日止，逾期概不受理。
11	嘉義縣清寒優秀學生獎學金	凡設籍嘉義縣之居民，現為國內公私立大專院校、高中職校(不含研究所、進修學士班、夜間部、補習學校、空中大學)及本縣縣立國民中學在學之清寒優秀學生	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學業成績平均80分以上。 2. 操行成績80分以上。 3. 有體育成績者，其體育成績70分以上。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 申請書。 2. 前一學期成績單。 3. 戶口名簿影本。 4. 清寒證明文件(例：低收入戶繳交鄉鎮市公所核發之低收入戶證明；其他具清寒事實或突遭變故學生由學校導師簽章證明)。 	校內申請時間：即日起至109年10月5日止，逾期概不受理。

12	<p>南投縣國民中學以上學校清寒優秀學生獎學金</p>	<p>設籍南投縣六個月以上，現為國內公私立中等以上學校之學生，符合下列規定而未享有公費及政府其他獎學金</p>	<p>學校成績平均在八十分以上，操性成績八十分以上。</p>	<p>1. 申請書。 2. 戶籍謄本。 3. 成績單 4. 學生證影印本 5. 其為低收入戶學生者，並須檢附鄉（鎮、市）公所出具之證明；如為身心障礙者（含父母或申請學生），須檢附身心障礙手冊影印本。</p>	<p>校內申請時間：即日起至109年10月5日止，逾期概不受理。</p>
13	<p>財團法人黎明文化事業基金會一〇九年度大專院校學生獎學金</p>	<p>凡就讀教育部立案國內公、私立大專院校專科部、研究所等在學學生並具有下列身分者 （一）軍榮譽子女獎學金： 1. 研究生： 家長為現役志願役軍人或具榮民身份之子女（含榮遺眷子女）。 2. 大學生及專科生： 凡榮（遺）民未支領軍公教退休俸（不含大陸或遺眷半俸）、生補費、贍養金或階級上校（含）以上支領退休俸者，且未任職公務機關，或任職上述單位，而依規定不能領取子女教育補助費者之子女。 （二）身心障礙學生獎學金：持有各縣、市政府核發身心障礙手冊之學生。 （三）低收入戶學生獎學金：持有各縣、市政府核發低收入戶卡（名冊）證明之學生。</p>	<p>1. 108學年度上、下學期學業平均成績：80分以上。 2. 108學年度上、下學期操行成績平均評列甲等（80分）或A等以上，研究生則免。</p>	<p>1. 申請書。 2. 前學年成績單。 3. 身分證明： （1）軍榮譽子女：檢附學生家長「軍人身分證」、「榮民證」或「榮民遺眷證明」影本及學生本人身分證、學生證影本；現任職公務機關（構）之榮民除檢附「榮民證」影本外，另請檢附單位開立未支領子女教育補助費之證明。 （2）身心障礙學生：檢附學生本人身心障礙手冊影本及學生證影本。 （3）低收入戶學生：檢附低收入戶卡（名冊）影本及學生證影本。</p>	<p>校內申請時間：即日起至109年10月19日止，逾期概不受理。</p>

14	<p>高雄市中等以上學校清寒優秀學生獎學金</p>	<p>設籍高雄市六個月以上，就讀國內高級中等以上學校及本市國民中學之低收入戶或中低收入戶學生，學業成績學期平均八十分以上且學期內功過相抵未受警告以上懲處者，得申請發給清寒優秀學生獎學金。</p>	<p>學業成績學期平均八十分以上且學期內功過相抵未受警告以上懲處者</p>	<p>1、申請書。 2、108學年第2學期成績證明文件。 3、戶口名簿影本或戶籍謄本（足以識別設籍本市六個月以上）。 4、低收入戶或中低收入戶證明文件或高雄市社福比對系統造冊核章證明。</p>	<p>校內申請時間：即日起至109年10月19日止，逾期概不受理。</p>
15	<p>109學年度金融服務業教育獎助學金</p>	<p>現就讀於國內各公私立大專院校之學生（不含碩士生及博士生）</p>	<p>學業平均成績六十分以上且德行成績無曠課紀錄</p>	<p>1. 申請書。 2. 成績證明及其他符合申請資格條件之證明文件。 3. 符合各縣市政府低收入戶或中低收入戶資格。</p>	<p>校內申請時間：即日起至108年10月12日，逾期概不受理。</p>

PS: 詳情請參閱課外活動發展組校外獎學金專區(網址:http://www2.wfu.edu.tw/wp/clubs/?page_id=181)

【課外活動發展組】「誠實商店」活動收益補助申請（補助：急難事件或經濟弱勢）

感謝全校師生支持，誠實商店之活動收益，全數用來協助本校經濟困難或因突逢變故致使生活、就學…等陷入困境之學生。如學生本人有申請需求或教職員工案件轉介，皆可於上班時間，備妥申請書及足資證明經濟困難文件，送至花明樓 TA203 課外活動發展組審件，裨益即時予以同學協助。

【惠請導師及教職員工轉介並協助有需要的同學提出補助申請。】

一、補助對象

1. 補助本校具有學籍之學生，因家長失業或其它因素（如：因急難變故而導致生活發生困難者），導致經濟困難，且以無法獲得各級政府、本校或其他單位補助者為優先。
2. 補助本校具有學籍之學生，並符合教育部審核低收入戶弱勢助學標準之家庭，且其年收入所得新臺幣 30 萬元（含）以下者。
3. 如有特殊變故須急難救助但不含於上述項目者，另以個案辦理。

二、申請方式

申請人填寫申請表並檢具足資證明經濟困難文件，向學務處課外活動發展組提出申請。申請時應檢具之證明文件：

1. 申請書(由申請人填寫)。
2. 訪談紀錄表(由本校教職員工填寫)或足資證明經濟困難文件。
(足資證明經濟困難文件：如教職員工訪談記錄表或低收入戶證明、清寒證明或疾病診斷書、重大災害證明…等。證明文件沒有特殊限定，足資證明即可)

三、申請時程

即日起～（倘有需要，隨時可提出申請）

四、補助金額

依據「吳鳳科技大學誠實商店活動所得管理運用要點」補助金額由審核小組決議之。

業務承辦單位：學生事務處課外活動發展組

連絡電話：05-2267125 分機 24113

E-Mail：yu95@wfu.edu.tw

WUFENG , HONEST STORE

你用不到的、占空間的、手滑
買的，正煩惱怎麼處理嗎？

交給誠實商店來幫你解決吧！



每週星期一～星期五

08:20-17:10

歡迎至課外活動發展組

(花明樓TA203)

將有專人為您服務！



課外組線上為您服務！

課外組信箱：

sa_clubs@wfu.edu.tw



FB粉絲專頁



FB社團



吳鳳科大誠實商店暨
二手物出清平台
FB社團



【有任何問題歡迎加入我們詢問喔!!】



體育運動組

【體育組焦點訊息】



~體育室~(二)

一、【109-1 體育課加退選及上課注意事項】

- (一)109 年 10 月 25 日(星期日)至 27 日(星期二)為配合新生體檢，旭光中心綜合球場暫停開放使用。
- (二)109 年 9 月 18 日至 10 月 4 日為網路加退選課作業時間。
- (三)「體育室行事曆」、「新生體育課上課時間、地點」及「CPR 訓練時程」，已公佈體育運動組公佈欄或至體育運動組網頁查閱。

二、【體育幹部座談會】

109 年 10 月 14 日(星期三)下午 3 點 30 分假旭光中心一樓階梯教室舉行「體育幹部座談會」，屆時請各班康樂股長及系學會會長或活動負責人準時與會。

三、【新生盃球類競賽】

- (一)比賽日期：109年10月12日至11月6日。
- (二)比賽項目：桌球、排球、籃球、慢速壘球。
- (三)請各系(所)新生密切注意體育室網頁有關報名比賽活動訊息。

四、【校外活動相關資訊】

- (一)「109 年度 SSU 特派員運動傳播研習會」
- (二)「中華民國大專校院 109 學年度飛鏢運動錦標賽」
- (三)「中華民國大專校院 109 學年度健美錦標賽」競賽規程
- (四)「108 年度全國中等以上學校室外拔河比賽」

※相關活動訊息請至體育室網頁查閱！

【運動健康園地】

《堅持運動能帶來的 5 個好處》

生命在於運動，堅持運動能夠讓你受益良多。至於堅持運動具體有什麼好處，下面小編列舉了幾個：

1、有助睡眠

現代人壓力大，失眠的人很多。另外，隨著年齡的增長，人們的睡眠形式會發生變化，睡眠會變淺。有研究表明，每周 4 次、每次至少用一小時來散步和其

他有氧運動的女性，睡眠質量比那些不愛運動的女性高 50%。所以，堅持運動可謂一劑非常有效的安眠藥哦。

2、控制體重、保持身材

運動是 keep fit 的必走途徑。運動尤其是有氧運動需要燃燒脂肪來提供能量，運動過程中，消耗熱量，有減脂效果。此外，一些力量型的運動能夠很好鍛鍊人的肌肉，增強代謝能力，使得日常能量消耗增加，避免熱量囤積形成脂肪，還會使得肌肉有線條感，讓人變得健美、陽光。

3、延遲衰老、延長壽命

隨著年齡的增長，人體的各項功能都會有所衰退，而堅持運動會增加肌肉量，令人年老也能依然有一個好體魄，並且運動能讓身體各系統功能衰退速度變慢，延長壽命。國外報導，人到中年後，堅持有氧運動能將生理衰老推遲 12 年之久。

4、運動提高大腦機能、提升智力

人們經常用四肢發達，頭腦簡單來形容運動健身的人，但其實，愛運動的人頭腦一點都不簡單。運動不僅能增強人的體質，而且能促進大腦發育，改善和提高大腦機能，有助於智力開發。運動過程中，人們通過記憶運動的動作、要領，能夠增強人的記憶力。

5、降低患癌風險

缺乏運動是導致肥胖的一個重要原因。而越來越多的流行病學證據指明肥胖會提高一些癌症，如子宮內膜癌、乳腺癌、食道癌、大腸癌等的發病率和死亡率。因此，堅持運動，控制體重，能夠降低患癌風險。



運動誤區要當心

1、運動強度越大越好

運動有很多種，有的運動強度很大，有的比較緩和。運動的時候一定要注意強度的選擇。特別是女性的負荷量有限，在運動的時候，如果選擇自己身體承受不了的運動，會使心臟和機體負荷不了，影響心臟的健康。

如何確認是否鍛鍊到位了呢？運動時，要注意心率要提高到最高和最低的安全心率範圍內。如心率達不到最低心率，說明運動量太小，運動強度不夠，需要加大和提高；如果超過最高心率，說明運動強度太大，需要降低。

而對於運動減肥健身的朋友來說，運動時接近最低心率就可以了。這樣的運動強度不僅能達到減肥的目的，而且對增強心血管系統和呼吸系統的功能都有很好的效果。

2、運動時間越長越好

不管做任何事情都要遵循適度原則，很多東西不是說越多越好，運動也一樣。運動的時候，機體會產生乳酸，長時間的運動會讓乳酸大量堆積在身體內部。而乳酸正是造成肌肉疲勞、肌肉酸痛、肌肉痙攣、無氧閾值和氧債的主要原因。所以，運動的時候不注意適量原則會讓你第二天疲憊不堪，更沒精神。此外，運動後若以慢跑或其它輕鬆的運動方式進行整理運動，可以提升運動後乳酸的排除效率。

資料來源：[由 99 健康網 發表于健康](#)