



學務通報

學生事務處發行 111 年 03 月 04 日出版 第 1 期

宣導事項

學務長室

性別平等教育宣導

生活輔導組

智慧財產權有獎徵答、110-2班級幹部訓練、智慧財產權宣導小題庫、110-2宿舍防震防災暨逃生演練

軍訓室

110-2友善校園週、校園求救APP、校園潛在災害分析位置、藥物濫用宣導第一期、菸害防制宣導第一期、交通安全宣導

身心健康中心

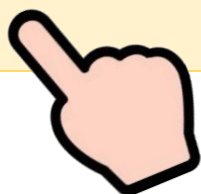
校園助人同儕種子培訓、情緒探索與紓壓團體、110-2性別平等教育系列動、長者接種COVID-19疫苗好安心、校園防疫不鬆懈

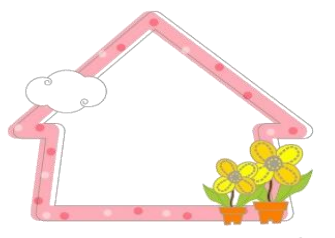
課外活動發展組

110-2校園二手書拍賣、111級畢業典禮在校生與畢業生致詞代表及司儀選拔、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

大專十一人制足球聯賽活動時程、五人制企業足球聯賽活動時程、全國角力錦標賽活動時程、嘉義縣全縣運動會活動時程、吳鳳科大校慶運動會活動時程、吳鳳科大課外組演唱會活動時程、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

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】



保護智慧財產權 系列活動

培養品德
內涵

提升法治
素養

建立守法
尊重友善
校園

智慧財產權宣導活動



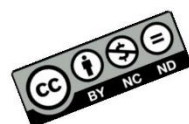
★有獎徵答活動★

活動目的：運用智財局【智財權小題庫】，辦理智慧財產權常識宣導。

活動日期：111年3月25-26日 09:00~16:00。

活動地點：花明樓前廣場草皮。

活動方式：進行「保護智慧財產權宣導有獎徵答」活動；
每日前40位繳回並全部答對者，可獲得小禮物1份。



歡迎全校教職員工生 踴躍參加



*110學年度第2學期班級幹部訓練

- *出席人員：全校日間部班級班長、副班長
- *活動時間：111年03月23日(三)中午12:10~13:30
- *活動地點：生有樓九樓SB902會議室
- *活動內容：
 - 1.幹部工作職掌說明、
 - * 2.校園安全問題宣導、
 - * 3.各項安定就學措施宣導、
 - * 4.品德教育宣導、
 - 5.學生請假相關事宜、
 - 6.自殺防治、
 - 7.學生校外賃居法令及安全宣導。



111 03 01

保護智慧財產權宣導主題庫

1. (○) 如果你是一位著作人，你所創作的書、歌曲、圖畫、攝影等，都受著作權法的保護，別人不能任意盜印、盜版、抄襲。

2. (○) 明知為電腦程式的盜版品，仍在夜市予以販賣，是侵害著作權的行為。

3. (○) 電腦程式是著作權法保護的著作。

4. (○) 原則上，著作權的侵害屬於「告訴乃論」罪，所以發生侵害時，著作權人可以自己決定到底要不要對侵權之人進行刑事告訴。

5. (×) 當著作人死亡後，我們可以立刻將他的小說隨意改拍為電影。

【說明：著作財產權存續期間是著作人的生存期間加上其死後 50 年，在著作財產權存續期間，將他人的小說隨意改拍為電影，會侵害著作財產權人的「改作權」。】

6. (×) 未經作者的同意，可以將其信件公開發表。

【說明：未經著作人的同意，就將其著作公開發表，會侵害著作人的「公開發表權」。】

7. (○) 在夜市販售盜版合輯錄音帶、CD，販售者違反著作權法。

8. (×) 廣告文宣中可以擅自使用別人的文章或照片。

【說明：在廣告文宣中利用他人著作，必須經過同意或授權。】

9. (○) 音樂著作的詞與曲係屬兩個獨立的著作，如果都要利用應分別取得詞與曲之著作財產權人的同意。

10. (○) 流行歌曲屬於著作的一種，受著作權法的保護。



110學年第2學期 宿舍防震防災暨逃生演練

活動日期:

111年3月16日星期三
下午15:00到19:00

地點:

花明樓TB012會議室

參加人員:

本學期住宿生

演練內容:

- 1.邀請消防隊員蒞校演講
- 2.宿舍逃生演練影片分享

BE AWARE AND
STAY SAFE!

*本學期參加宿舍辦理活動滿3場者，
將優先選擇寢室號碼~





軍訓室

【軍訓室焦點訊息】



110 學年度第 2 學期「友善校園週」

遠離網路霸凌 1 2 3

親愛的家長

網路已經成為我們生活中的一部分，如何面對網路世界中多元的言論，以及瞭解網路雖具有匿名性，但在網路發表演論是需要負責任的觀念，都是網路世代要學習的課題。

當您發現孩子有出現難過、憂鬱或是焦慮的現象、對團體聚會缺乏興趣或退出社團活動、或是抗拒去學校、抗拒使用電腦或手機時，都是孩子有可能接觸到網路霸凌的徵兆。

面對網路霸凌，您可以陪伴孩子這樣做：

- 1 讓孩子知道您非常瞭解他/她的感受，願意陪同孩了一起解決問題，釐清孩子被霸凌原因為何（例如孩子在學校是否有發生衝突或人際關係）。
- 2 可以先以訊息通知對方，請對方刪除讓人不舒服的網路言論，同時將讓人不舒服的網路言論截圖下來，與學校老師或輔導室討論如何處理。
- 3 多給孩子其他休閒活動或興趣的機會，例如打球、音樂、舞蹈，培養孩子的自信心與成就感，也讓孩子少依賴手機或網路活動，參與孩子的網路社群活動，瞭解孩子的網路世界。



如果需要進一步協助，可以詢問學校的老師，或向下列管道申訴及反映：

IWIN 網路內容防護機構 <http://www.win.org.tw/>

申訴專線 02-33931885

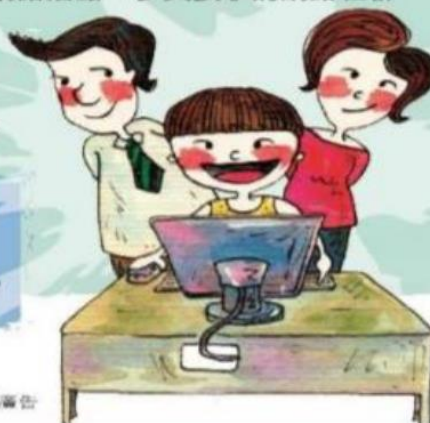
教育部防制校園霸凌專線 0800200885

教育部防制校園霸凌專區留言板 <https://csrc.edu.tw/bully/>



教育部 關心您

廣告



防制校園霸凌

為能完善校園霸凌之發現、處理及追蹤輔導流程，達成營造友善校園之目的，加強宣導防制校園霸凌。

霸凌是「一個學生長時間、重複地暴露在一個或多個學生主導的欺負或騷擾行為之中」，具有故意的傷害行為、重複發生、力量失衡等三大特徵。

「校園霸凌」係指相同或不同學校學生與學生間，於校園內、外所發生之個人或集體持續以言語、文字、圖畫、符號、肢體動作或其他方式，直接或間接對他人為貶抑、排擠、欺負、騷擾或戲弄等行為，使他人處於具有敵意或不友善之校園學習環境，或難以抗拒，產生精神上、生理上或財產上之損害，或影響正常學習活動之進行。

校園霸凌事件存在於校園內外，同學對霸凌個案的瞭解較老師及家長更多，霸凌行為若不及時遏止，對受凌者、旁觀者、甚至霸凌者身心發展影響鉅大。

現今因為電腦網路與通訊科技的普及，使霸凌行為透過這些媒介，例如電子郵件、網路貼文、手機簡訊等方式，在校園環境中蔓延。這種透過現代網路科技而進化的霸凌行為即稱為網路霸凌(cyber-bullying)，又稱「電子霸凌」、「簡訊霸凌」、「數位霸凌」或「線上霸凌」。

提醒同學「終結網路霸凌六帖要」：分別是要遵守法律，要終止留傳，要即時處理，要勇於求助，要勇敢通報、要分開輔導。秉持「尊重他人，健康上網」，杜絕網路霸凌。

同學遭受校園霸凌，應鼓勵受凌者及旁觀者勇敢說出來，可以向導師、家長反映；向學校投訴信箱投訴；向縣市反霸凌投訴專線投訴；向教育部 24 小時專線投訴（0800-200-885）；向本校軍訓室（2260135）或諮輔中心投訴。



「友善校園週」杜絕復仇式色情（色情報復）

由於網路的發達與普及，訊息傳播快速且不受限於地理空間，人們可以突破時空的限制，快速取得資訊。然而，網路也讓許多的問題出現了前所未有的情況。許多的行為因為網路的散播，不僅讓事情的嚴重程度倍增，甚至連性質也會有所改變。

網路使得聊天八卦分享不限於特定的社群，而可能是任何的網路使用者。例如，人們有時可能以為自己在網路所寫下的僅是開玩笑、閒聊、或發牢騷，但因為網路的散播，使其成為眾所皆知的話題，而導致意想不到的嚴重後果，輕則涉及毀謗、侵犯隱私，嚴重者甚至逼人自殺。換言之，事情的輕重程度，往往已經超乎當事人所能想像或是控制的範圍了。與性別相關的議題，尤其是涉及親密關係、身體自主權、名譽等，也很容易在網路上傳播擴大。

典型的復仇式色情案例，是由曾經的性伴侶，在未經當事人同意的情況下，為使當事人感到痛苦或羞恥，在網路上張貼其裸露或具明顯性徵的圖片或影像，相關案件受害者多為女性，尤其慣常使用網路的年輕族群，更常為受害者。

建議同學多加了解法治教育、性別平等教育及自我保護措施，包括兩性交往及身體自主權等自我概念養成，對情感關係的自我肯定，並瞭解相關法令規範與行為責任。

吳鳳科技大學校安中心

杜絕復仇式色情

「友善校園週」防制學生藥物濫用

藥物的功能：藥是指使用後可達到生理或心理作用，而改變身體功能之化學物質。

藥物使用的目的是為了一診斷、治療、緩和人類或動物之疾病。「藥」與「毒」是一物之兩面，正當醫療使用可以治療疾病，如果使用不當、誤用或濫用均會造成身心傷害。

正確用藥的態度與方法：

1. 依醫師處方及藥師的指導下服藥
2. 服藥時間、間隔及劑量均應正確。
3. 不要因為症狀減輕而自行中斷服藥或依自己症狀變化擅自變更服藥時間或藥量。
4. 藥品應放置於小孩不易取得的地方。
5. 服藥期間發現任何不尋常反應、副作用、不慎服藥過量或意外誤食藥品等情形，均應立即諮詢醫藥專業人員。
6. 不要將自己服用之藥品提供他人服用。
7. 藥品應避免存放於陽光直曬、高溫或潮濕環境。
8. 不要服用過期或變質藥品。

藥物濫用的預防方法：

1. 避免與煙、酒、檳榔、不良藥物的接觸。
2. 認識濫用物質對身體傷害的知識及相關的法令規章。
3. 戒除吸煙、飲酒或嚼檳榔的習慣。
4. 適當的休閒設施及活動。
5. 拒絕不良嗜好。
6. 建立紓緩壓力、情緒的正當方法。
7. 建立正確用藥觀念。
8. 遠離是非場所。
9. 提高警覺不隨便接受陌生人之飲料、香煙。
10. 建立自信及自尊心。



「友善校園週」校園親密關係暴力事件防治及處理

依據「家庭暴力防治法」第 63-1 條新增規定，被害人年滿十六歲，遭受現有或曾有親密關係之未同居伴侶施以身體或精神上不法侵害之情事者準用相關法條之保護，並列入「親密關係伴侶」之定義，指雙方以情感或性行為為基礎，發展親密之社會互動關係。

上開年滿 16 歲遭受現有或曾有親密關係之未同居伴侶施以身體或精神上不法侵害之情事之被害人，將可準用民事保護令聲請、審理、核發、執行等規定，並可獲警察人員保護措施、被害人隱私保護、醫療機構驗傷、加害人處遇、違反保護令罪等保護措施之適用。

倘學校知悉學生於情感關係中遭親密關係伴侶施以身體或精神不法之侵害，致生人身安全顧慮時，除協助被害人驗傷、聲請保護令等保護工作外，若屬性別平等教育法(以下簡稱性平法)第 2 條所定之疑似校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件者，應交由學校所設性別平等教育委員會調查處理，並研議相關輔導及保護措施(性平法第 23 條、第 24 條及校園性侵害性騷擾或性霸凌防治準則第 25 條規定)。如非屬性平法適用之事件，得透過學校學務及輔導等處室之討論，研擬對該事件之危機因應、保護或輔導措施，以維護學生之人身安全。



「友善校園週」瞭解與尊重身心障礙者

正如每個人都不一樣，每位身心障礙者也不相同，即使他們的障礙相同。身心障礙是一種生理機能運作上的限制，會影響一個人行走、聽、說、看、思考和學習的能力，但同一種障礙對每一個人的影響方式並非完全相同。此外，有些人可能會有程度不一的多重身心障礙。

在對一位身心障礙者說話，或者談到對方的時候：

- *面帶笑容；表現自己原本的樣子。
- *把焦點放在對方的能力。不要把注意力過度放在一個人的身心障礙上，以致於看不到他們的本質。
- *藉由與身心障礙者交談，或者適當情況下與其照護者交談，了解如何讓他們參與活動，以及如何讓他們感到自在。
- *要尊重當事人。在當事人提出請求、或者需求很明顯的時候提供協助。不要未經當事人允許就去移動輪椅或者其他的助行器。
- *與聽力受損人士說話時要放慢速度，眼睛看著他。不要認定聽力或說話能力受損的人，就一定有智能障礙。
- *要有耐心。
- *和其他人談話的時候，要顧及身心障礙者的感受。你會想讓別人用你正要說出來的話去談論你嗎？
- *記住要輕聲細語，除非對方的聽力受損。大聲說話對理解並無幫助。

老師或同學校內辦理活動時：

- *先行查詢相關資料，瞭解各種障礙類別之特殊性及其特殊需求，不一定要為所有障別準備資料，但有人需要時，即可提供服務。
- *瞭解身心障礙者權利公約(CRPD)及其相關解釋(如第○號一般性意見)之規定，並瞭解不歧視、通用設計、無障礙(Accessible/可及)、合理調整(Reasonable Accommodation)、平權措施/差別待遇等內涵。
- *規劃活動時，可邀請障礙者共同參與。宣導或活動資訊可留有「無障礙聯絡資訊」，包括電話、傳真、Line 等多元管道，以利各類障礙者諮詢(例如聽障者無法使用一般電話，而需要使用傳真或 Line)。

吳鳳科技大學「校園求救 APP」

各位老師、同學們：

吳鳳校園求援APP正式啟動囉～～
 拿起您的手機，掃描QR條碼
 將APP下載到自己的手機裡
 遇到任何緊急事件，透過APP求援
 吳鳳校安人員會立刻前往處理



一、使用時機

- ✧ 發現建築物有倒塌疑慮或火警。
- ✧ 發現通報、監視或警鈴系統遭破壞。
- ✧ 發現可疑份子竊取或破壞本校公共物品。
- ✧ 發現可疑份子攜帶槍械刀棍進入校園。
- ✧ 發現校內師生遭遇有安全疑慮事件。

二、如需參考詳細操作方式與步驟，請至網頁下載

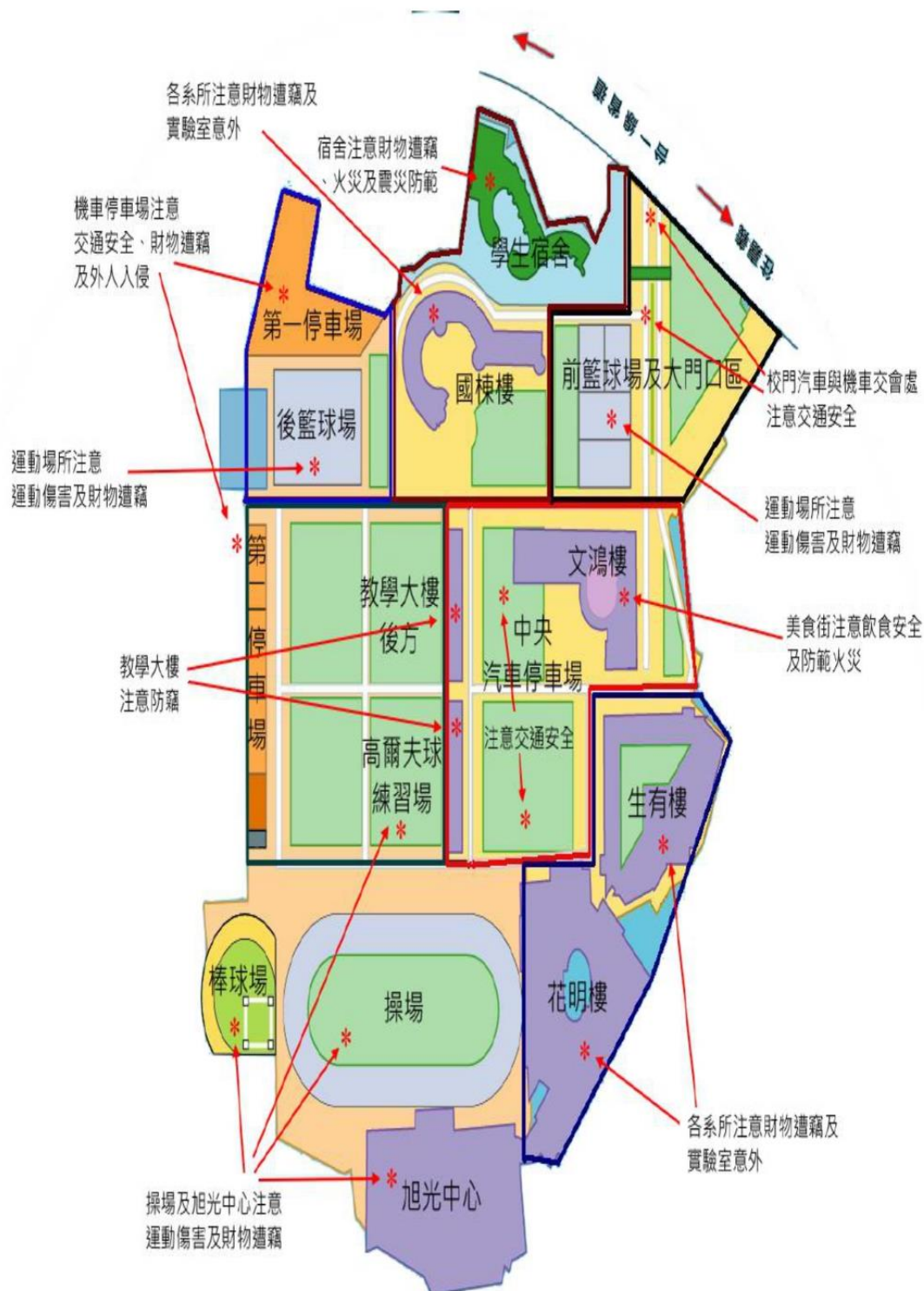
<http://www2.wfu.edu.tw/wp/mo/files/2016-106-1-校園求援 App.pdf>，

使用和操作上如有任何問題，歡迎來電洽詢：

校內分機：21652～21657

校安電話：(05) 2260135

吳鳳科技大學校園潛在災害分析(致災位置)圖



吳鳳科技大學防制學生藥物濫用宣導第 1 期 111.2.27

你知道咖啡包、小熊軟糖可能是毒品嗎？新興毒品花招百出，不但有法律責任，嚴重還可能導致死亡！？面對毒品誘惑，讓我們一起提高警覺，向毒品 SAY NO！

拆穿新興毒品 毒面具

破解偽裝 拒絕毒品

毒餅乾



毒糖果



毒巧克力



毒即溶包



毒郵票



毒果凍







反毒資源館



衛生福利部
食品藥物管理署
Food and Drug Administration



國立中山大學

免費諮詢專線0800-770-885(請請您 幫幫我)

廣告

軍訓室暨校安中心關心您

吳鳳科技大學菸害防制宣導第 1 期 111.2.27

吳鳳科技大學違規吸菸處分規定

一、菸害防制法：

1. 第 31 條第 1 項：大專校院之室外非吸菸區違規吸菸者，處新臺幣 2,000 元以上 10,000 元以下罰鍰。
2. 第 31 條第 2 項：大專校院之室內場所違規吸菸者，處新臺幣 10,000 元以上 50,000 元以下罰鍰。

二、廢棄物清理法第 27 條第 1 款：在指定清除地區內嚴禁有隨地吐痰、檳榔汁、檳榔渣、拋棄紙屑、煙蒂、口香糖、瓜果或其皮、核、汁、渣或其他一般廢棄物。違反上述法規者，可依同法第 50 條告發並處新台幣 1,200 元以上 6,000 元以下罰鍰。

三、吳鳳科技大學校園菸害事件處理流程：學生校內違規吸菸，每學期統計次數及處分規定如下：

第一次：口頭勸告。

第二～四次：勞動服務學習每次 2 小時。

第五次以上：接受戒菸班教育 8 小時。

1. 違規人員未到或未完成勞動服務學習時數，依學生獎懲辦法第七條及、第八條辦理。
2. 學生獎懲辦法第七條：在校內違規吸菸、嚼檳榔或喝酒，係初犯者記申誡一至二次。
3. 學生獎懲辦法第八條：在校內違規吸菸、嚼檳榔或喝酒，係屢犯者記小過一至二次。

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。

吳鳳科技大學違規吸菸處分規定

一、菸害防制法：

1. 第 31 條第 1 項：大專校院之室外非吸菸區違規吸菸者，處新臺幣 2,000 元以上 10,000 元以下罰鍰。
2. 第 31 條第 2 項：大專校院之室內場所違規吸菸者，處新臺幣 10,000 元以上 50,000 元以下罰鍰。

二、廢棄物清理法第 27 條第 1 款：在指定清除地區內嚴禁有隨地吐痰、檳榔汁、檳榔渣、拋棄紙屑、煙蒂、口香糖、瓜果或其皮、核、汁、渣或其他一般廢棄物。違反上述法規者，可依同法第 50 條告發並處新台幣 1,200 元以上 6,000 元以下罰鍰。

三、吳鳳科技大學校園菸害事件處理流程：學生校內違規吸菸，每學期統計次數及處分規定如下：

第一次：口頭勸告。

第二～四次：勞動服務學習每次 2 小時。

第五次以上：接受戒菸班教育 8 小時。

1. 違規人員未到或未完成勞動服務學習時數，依學生獎懲辦法第七條及、第八條辦理。
2. 學生獎懲辦法第七條：在校內違規吸菸、嚼檳榔或喝酒，係初犯者記申誡一至二次。
3. 學生獎懲辦法第八條：在校內違規吸菸、嚼檳榔或喝酒，係屢犯者記小過一至二次。

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。

軍訓室暨校安中心關心您

吳鳳科技大學交通安全宣導

依「道路交通管理處罰條例」第 56 條第一項第五款說明，在顯有妨礙其他人、車通行處所(人行道)停車，處新臺幣 600 元以上 1200 元以下罰鍰。



請全體教職員工生，勿於校門口兩側人行道停放機車，以維護行人通行安全，並可多加利用本校機車停車場。若需購買車輛通行證，請逕洽總務處事務組（分機 22151）。

本校汽機車停放規定事宜

(一)校內汽機車停放規定：提醒汽機車主依規定停放汽機車，
違規者依本校「車輛管理要點」規定上鎖罰款處罰。

1. 汽車違規停放常見區域：

- (1)旭光中心周邊區域。
- (2)文鴻樓貴賓停車區。
- (3)身心障礙人士停車區。
- (4)生有樓與花明樓之間車道。
- (5)其他劃設紅線之禁止停車區。

2. 機車違規停放常見區域：

- (1)宿舍前空地。
- (2)宿舍旁 OK 便利商店門口。
- (3)國棟樓與排球場之間走道路口。
- (4)宿舍旁身心障礙人士出入走道。
- (5)棒球場旁周邊區域。

(二)校外汽機車停放規定：提醒汽機車主依規定停放汽機車，
以免遭舉發裁罰。違規停放常見區域：

1. 校門口兩側人行道
2. 佔用商店騎樓及出入口
3. 無障礙通道出入口
4. 學校大門口對面待轉區

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】



110-2吳鳳科技大學身心健康中心



校園助人同儕種子培訓

活動時間：111年03月23日(三)7.8節

地點：花明樓TB012會議室

輔導股長
任務說明

自殺防治

性平宣導



*輔導股長要記得參加唷~
*對守護心靈健康議題
有興趣的同學也歡迎參加~

有任何問題歡迎洽詢
身心健康中心蕭琇云老師 分機24145
我們在花明樓TA205哦!

情緒與他們的產地

情緒探索與紓壓團體

地點：身心健康中心團諮室
(花明樓TA204)

團體帶領：傅鈴雅 實習心理師
僅招收6-8位名額

報名於3/15 (二) 17:00止



我們有許多的情緒
可能很陌生
可能不想看見
有時很遙遠
有時被他們淹沒
邀請你一起認識你的情緒小生物，一起馴服他吧😊

團體時間
3/22、3/29
4/12、4/26、
5/3、5/10、
5/17、5/24

每週二
18:00-20:00
共8次
4/19期中考週
暫停一次





110-2性別平等教育系列活動

「當愛將臨時」性別平等教育工作坊

講題：110-1「當愛降臨時」性別平等教育工作坊

講師：張銓 諮商心理師

時間：111年3月30日(三)15:25~17:10

地點：花明樓 TA611

對象：開放全校師生參與，歡迎同學主動報名，40人(額滿為止)

報名方式：請至身心健康中心索取報名表填寫。截至3.25日止，
若有錄取會以簡訊通知。全程免費。

活動詳細資訊請洽身心健康中心 林子婷老師 分機：24144

衛生福利部疾病管制署 廣告
TAIWAN CDC

長者接種COVID-19疫苗 好安心！

減少染疫
重症風險

接種前可向醫師諮詢、評估，並於身體狀況穩定後安排接種。



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

吳鳳科技大學 關心您的健康



課外活動發展組

【課外組焦點訊息】



校園 二手書 拍賣活動



吳鳳科技大學

WuFeng University | 學識 理論 技能 | 真 善 美 |



一、活動日期：

募書日期：111年2月21日 ~ 111年3月31日
 拍賣日期：111年2月21日 ~ 111年3月31日

二、活動地點：

文鴻樓 A109 課外活動發展組辦公室

三、活動方式：

(一) 募書：帶著欲轉售的教科書到 課外 組寄賣並填妥寄賣證明書。書籍價格由寄賣者自訂，請以50元的倍數定價(不可超過原價)。

(二) 購買：欲購買二手書的同學，歡迎於拍賣期間 111 年02月 21日~ 111 年03月31日上班時段(08:10-17:10)，前往 課外 組選購。

(三) 拍賣活動至 111 年03月31日(四)結束，書籍售出金額，由寄賣者全數領回，寄賣者請於活動結束當日前，至 課外組領回款項及書籍。最晚若未於 111 年04月08日(五)放學前領回款項或書籍，視同無異議將其捐給主辦單位 課外組，代為全權處理。

(四) 未領回之款項課外組將全額捐予誠實商店資助經濟弱勢同學。

(五) 為鼓勵師生愛物惜福、尊重智慧財產權，凡於活動期間內，攜帶二手教科書至 課外 組寄賣者，皆可獲得紀念品乙份。



吳鳳科技大學111級畢業典禮系列活動

111級畢業典禮 在校生與畢業生 致詞代表及司儀 甄選活動

- 畢業生致詞代表：
本校111級應屆畢業之在籍學生。
- 在校生致詞代表：
本校非111級畢業之在籍學生。
- 典禮司儀：本校在籍學生。

報名時間：即日起至111年03月
23日(三)17:00前。

※可至課外組(文鴻樓A109)領取
紙本報名表或課外組網頁查詢。

初選：111年3月24日(四)
決賽：111年3月26日(六)
決賽地點：花明樓前草皮



報名資訊

主辦單位：吳鳳科技大學第十六屆學生會



指導單位：學務處課外活動發展組



協辦單位：吳鳳科技大學畢業生聯誼會



序號	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. 全戶口名簿或近3個月內戶籍謄本影本。 3. 低收入戶證明或清寒證明。	急難變故發生日起六個月內進行申請。
2	財團法人行天宮文教發展促進基金會「行天宮助學金」	國內經政府立案之公私立國小、國中、高中(職)及大專學校在學學生(長期助學不包含大專學校在學學生)，因下列情形致就學困難者。惟年滿25歲(含)以上者、研究所以上學生、延修學生、軍警校學生、推廣教育學生、空中大學學生或在職進修學生皆不列入本辦法之助學對象。		1. 助學金申請書。 2. 在學證明或學生證影本(需蓋有申請時該學期註冊章)。 3. 近三個月內全戶戶籍謄本(需有記事欄)。 4. 申請學生金融機構存簿封面影本(凍結戶、警示戶、結清戶不可使用)。 5. 當年度低收/中低收入戶證明、特殊境遇家庭證明、身心障礙手冊、重大傷病卡。(有則附) 6. 近期所發生災難、變故或重症等之證明文書(如死亡證明書、醫療診斷證明書、服刑或重大災害證明等)。(有則附)	即日起至111年03月10日止。
3	愛盲基金會清寒視障學生助學金	國籍為中華民國國民，領有身心障礙證明之視覺障礙者，並處於經濟弱勢的視障學生。	且學業成績平均七十分以上(一年級不受此限)。	1、申請表。 2、身心障礙證明之視覺障礙正反面影本。 3、在學證明或學生證影本(需有座新學期註冊章)。 4、最新學期成績單影本。 5、低收、中低收入戶證明，或清寒證明。	即日起至111年03月31日止。

4	財團法人得力教育基金會清寒獎助學金	本國及各院校大學部或獨立學院之學生（不含五專、研究所、夜間部、推廣部、進修部及空中大學），未享有公費待遇，亦未獲其他機構獎學金超過兩萬，且確具家境清寒或家庭突遭變故之事實者。	前一學期之學業成績八十分以上及操行成績七十五分以上，且未曾有因故意行為，遭記警告以上懲處紀錄者。	1. 申請表正本乙份。 2. 前一學期成績證明書正本。 3. 清寒證明文件乙份；若因家庭突遭變故而申請本獎助學金，請檢附相關證明文件或由村里長出具記載變故事實之證明文書。 4. 在學證明書或學生證影本（需蓋當學期註冊戳章）。 5. 申請人身分證正反面影本乙份（印於同一頁）。	即日起至 111 年 03 月 31 日止。
5	財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會 110 學年度第 2 學期「韜世代」獎助學金	具有中華民國身分且未滿 25 歲者，就讀經教育部認可之公私立高中職、五專、大學、碩士之學生，不含軍警學校、大學及研究所職專班。	110 學年度第 1 學期學業成績平均 75 分以上（含 75 分）。	1. 申請書乙份。 2. 自傳乙份。 3. 教師推薦函乙份。 4. 109 學年度第二學期成績單正本一份。 5. 申請人近三個月內「全戶戶籍謄本」正本一份。 6. 109 年度全戶「綜合所得稅各類所得資料」證明、全戶「全國財產稅總歸戶財產清單」證明正本各一份。 7. 110 學年度第一學期學校「註冊繳費收據」影本一份或校方開立之「在學證明」正本一份。	即日起至 111 年 03 月 20 日止。
6	「110 學年度第 2 學期教育部學產基金設置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。	高中職以上學校前學期成績總平均及格。	1. 申請書。 2. 低收入戶證明。 3. 前一學期成績單。	即日起至 111 年 03 月 11 日止。

7	嘉義市中等以上學校清寒優秀學生獎學金	凡設籍嘉義市六個月以上，現為國內公私立大專校院之清寒學生。	學業成績總平均在八十分以上，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。	1. 申請書一份，並由學校核章。 2. 原肄業學校前學期成績證明書。 3. 戶口名簿或戶籍謄本影本。 4. 低收入戶者，應檢附低收入戶證明書。	即日起至111年03月09日止。
8	嘉義縣清寒優秀學生獎學金	凡設籍嘉義縣六個月以上，現為國內公私立大專校院之清寒學生。	學業成績總平均在八十分以上，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。	1. 申請書一份，。 2. 前學期成績證明書。 3. 戶口名簿或戶籍謄本影本。 4. 低收入戶者，應檢附低收入戶證明書。	即日起至111年03月25日止。
9	臺中市中等以上學校勤學優秀學生獎學金	凡設籍台中市六個月以上，現為國內公私立大專校院之清寒學生。	學業成績總平均分數八十分以上。	1. 申請書。 2. 戶口名簿或戶籍謄本影本。 3. 前一學期加蓋學校證明章之分數成績單影本。	即日起至111年03月14日止。
10	臺東縣大專以上學校清寒優秀學生愛心——安心就學獎學金	凡設籍台東縣六個月以上，現為國內公私立大專校院之清寒學生。	學業成績平均八十分以上，操行成績或綜合表現八十分以上。	1. 申請書(加蓋學校戳記或關防)。 2. 全戶戶口名簿或全戶戶籍謄本影本(均含詳細記事)。 3. 低或中低收入戶證明書。 4. 在學證明書及前學期加蓋學校證明章之成績單影本。	即日起至111年03月25日止。

11	雲林縣清寒優秀學生獎學金	凡設籍雲林縣六個月以上中等以上學校學生家境清寒。	學業成績平均在八十分以上，體育成績七十分以上（無體育成績者不在此限）。	1. 本獎學金申請書。 2. 學期成績證明。 3. 低收入戶證明或由導師出列清寒證明書。	即日起至 110 年 10 月 15 日止。
12	110 學年度第 2 學期「南投縣國民中學以上學校清寒優秀學生獎學金」	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。	全學期成績等第均在八十五分以上，原住民籍學生在七十分以上（身心障礙者及奉准免修體育課者不計）。	1. 申請書乙份。 2. 戶籍謄本（或戶口名簿影印本）【一年內】。 3. 成績單（110 學年度第 1 學期）及學生證影印本。 4. 其為低收入戶學生者，並須檢附鄉（鎮、市）公所出具之證明。 5. 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。	即日起至 111 年 03 月 14 日止。

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，送至文鴻樓 A109 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！

誠實
商店

Honest Store
since 2012



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

【體育室焦點訊息】



~體育組~(一)

- 一、【大專十一人制足球聯賽】活動時程
活動名稱：大專十一人制足球聯賽。
活動日期：111 年 3 月 3 日~8 日。
活動地點：吳鳳科技大學
- 二、【五人制企業足球聯賽】活動時程
活動名稱：五人制企業足球聯賽。
活動日期：111 年 3 月 5 日、6 日。
活動地點：吳鳳科技大學
- 三、【全國角力錦標賽】活動時程
活動名稱：全國角力錦標賽。
活動日期：111 年 3 月 7 日~12 日。
活動地點：吳鳳科技大學
- 四、【嘉義縣全縣運動會】活動時程
活動名稱：嘉義縣全縣運動會。
活動日期：111 年 3 月 9 日~13 日。
活動地點：吳鳳科技大學
- 五、【吳鳳科大校慶運動會】活動時程
活動名稱：吳鳳科大校慶運動會。
活動日期：111 年 3 月 25 日。
活動地點：吳鳳科技大學
- 六、【吳鳳科大課指外演唱會】活動時程
活動名稱：吳鳳科大課外組演唱會。
活動日期：111 年 3 月 26 日。
活動地點：吳鳳科技大學

【運動健康園地】

《適合老人的運動有哪些？3 大超強運動有效預防骨質疏鬆！》

所謂要活就要動，就算老了還是需要運動。適合老人的運動類型有 3 種，包含可提升心肺功能的有氧運動、可強化骨頭和肌肉的肌力訓練，及幫助保持平衡並預防跌倒的平衡訓練等。養成運動習慣永不嫌晚，愈早開始愈好。只要選擇適合自己的運動，且運動方式正確，其實適度運動可有效預防疾病、降低罹病風險，或延緩病發症狀喔！以下介紹這 3 種適合老人的運動：

1. 有氧運動

有氧運動通常被認為是低衝擊運動 (Low-impact exercises)，也就是不會對關節和骨頭造成太大壓力的運動，包括競走、慢跑、游泳、騎自行車或踩飛輪等。有氧運動會使心跳加快，促進血液循環。建議大家一開始可以先從緩和、時間較短的運動開始練習，再逐漸增加運動強度和拉長時間，給身體階段性的適應。

2. 肌力訓練

隨著年齡增加，老人的骨質快速流失，肌力會變較差之外，韌帶和肌腱也都漸漸失去彈性。但藉由肌力訓練可幫助強化骨頭和肌肉，除了能降低骨質流失量，也可減少因跌倒而造成骨折等機率。其實肌力訓練很簡單，並不是如想像般變成舉重選手或筋肉人等。我們可以從簡單的運動開始練習，例如坐在椅子上，手拿著一罐水，專注在從坐著到站起來的這個動作，可幫助鍛鍊下半身的肌肉。大家也可嘗試別種動作，來訓練不同的肌肉，或是嘗試用彈力帶當作訓練工具。

建議每週至少做 2 次肌力訓練，做完 1 次可休息 2 天再繼續，當感覺肌力更強壯之後，可逐漸增加運動的強度和時間。另外，大家也可嘗試使用彈力帶作為訓練肌力的工具，若可以的話不妨找專業教練來指導更好，安全性和效果都較有保障。

3. 平衡練習

若年齡愈大，因跌倒所受的傷害會更嚴重，而平衡運動的目的是訓練平衡，可預防老人發生跌倒等常見意外。除此之外，大家也可藉由伸展運動（又稱柔軟度訓練），幫助肌肉柔軟和防止僵硬，這種運動也可作為有氧運動前的熱身和結束時的收操緩和運動。建議您可以在扶得到牆或是椅子的地方進行訓練，以防止跌倒或其他意外傷害。

老人運動的 3 大注意事項

別勉強自己，保持在感覺身體可承受的強度和時間就好，記得做運動主要是為了健康而非變成專業運動員。

選用舒適、適合自己的運動配備，如運動鞋、泳衣或自行車等。

若出現疼痛，或感覺胸悶、關節不舒服、呼吸困難或四肢無力時，請馬上停止運動。

參考文獻：<https://helloyishi.com.tw/senior-healthcare/active-aging/three-types-of-exercises-good-for-the-elderly/>