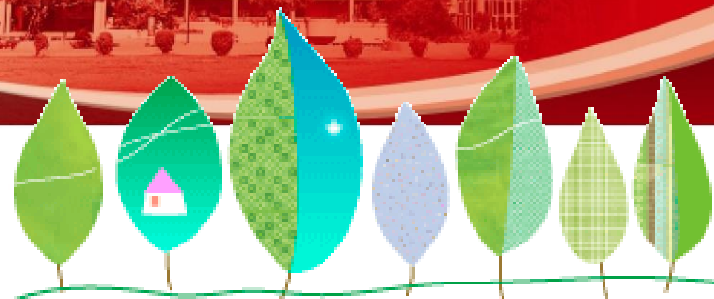




學務通報

學生事務處發行 112年11月27日出版 第6期



宣導事項

學務長室

性別平等教育宣導

生活輔導組

【112-2來我家宿舍住宿申請】公告宣傳、【法治教育宣導講座】活動宣傳、【法律諮詢服務】活動宣傳、【112年度吳鳳科大「海洋環境教育活動」】活動宣傳、【112-1有獎徵答活動】活動照片、【112-1智財專題講座活動】活動照片、【112-1法律諮詢講座服務】活動照片、智慧財產權小題庫宣導41-50

軍訓室

【校園人身安全注意事項提醒】公告宣導、【菸害防制】公告宣導、【防制藥物濫用】公告宣導、【112-1交通安全教育海報創意繪畫比賽】名次公告

身心健康中心

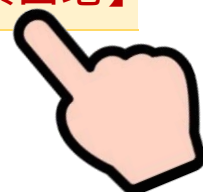
【112-1門陣來飲茶 - 無糖茶補給站】公告宣傳、【做好“巡倒清刷”才有用】公告宣傳、【112年度新生體檢(補檢、複檢)時段與地點】公告宣傳、【112-1性別平等教育系列活動】活動宣傳、【吳鳳友善環境生理用品應援】公告宣導

課外活動發展組

【112-1每日『衣』善 - 二手衣募捐活動】活動宣傳、【112-1校外清潔日】活動宣傳、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

【新生盃球類競賽】活動照片、【第33屆校園路跑賽】活動時程、【吳鳳盃羽球賽】活動照片、【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】



112-2 來我家宿舍住宿

公告:

請各位住宿生至學生校務系統申請
申請步驟如下:

<http://sais2.wfu.edu.tw/index.jsp>

至21學務處管理>學生宿舍管理系統>214C學生線上申請住宿選擇房
型及以下資料、如有找到夥伴一起住記得填寫夥伴的學號>即可送出
申請。



※申請日期**11/1(三)至12/6(三)**，如期末前領取註冊單上未有住宿費請至生活輔導組更換新的註冊單。

※如超過申請日期，請至生活輔導組找宿舍輔導員申請及影印或更換繳費單。

※如下學期想續住原來房間請各位住宿生在備註欄填寫原房XXX房。

*若有疑問可至生活輔導組詢問宿舍輔導員及宿舍幹部。

*請提早上系統申請，延遲申請將依宿舍輔導員安排為主。

開放申請

法治教育

宣導講座

本次法治教育內容著重於校園常見法律糾紛介紹、學生權益保障的認識，及職場霸凌面面觀等兩方面進行。

講師：

嚴天琮律師、陳煌明警官

活動地點及時間：

花明樓TA802教室112/11/23(四)08:20-10:30

生有樓SA409教室112/11/29(三)13:30-15:30

花明樓TA809教室112/12/01(五)10:20-12:30

主辦單位：學生事務處生活輔導組

法律諮詢服務

本校於112年12月01日08:20-10:10邀請智合法律事務所嚴天琮律師到校法律諮詢服務，有想諮詢人員請洽生輔組。

服務對象：本校教職員工生

免費法律諮詢服務

申請方式：
 邀請資深執業律師提供諮詢服務，請至學務處生活輔導組網頁下載「法律諮詢服務申請表」，填妥以E-mail寄至 (leo@wfu.edu.tw) 法律諮詢服務專用信箱。

諮詢方式：

- 現場諮詢：**需事先以書面申請預約諮詢時間洽談。
- 書面諮詢：**以E-mail或紙本送件及回覆。

主辦單位：學生事務處生活輔導組

全球化 多元化 資訊化 專業化 社群化

主辦單位：學生事務處生活輔導組

112年度吳鳳科技大學【海洋環境教育活動】

原資中心這次要帶同學們認識海洋環境，歡迎有興趣的大家一起來參與唷♥

☺活動時間：112年12月6日下午10:00~16:30。

☺活動地點：嘉義縣東石海洋驛站、布袋洲南鹽場。

☺參加對象：20人，全校學生及教職員(原住民學生優先錄取)。

☺活動內容：

(一)本次活動邀請海巡四總隊協助宣導海洋生態保護、環境維護及海洋環境教育，強化原住民族學生對海洋生態領域的環境保護及維持觀念。

(二)帶領學生實地執行淨灘活動，實踐環境維護理念，讓原住民族學生實際行動了解維護環境教育，善盡社會責任，維護自我傳統領域。

(二)課程內容如下：

日期	時間	內容
12/6(三)	10:00-11:00	出發至海洋驛站
	11:00-12:00	海洋教育及安全宣導
	12:00-12:30	出發至洲南鹽場
	12:30-15:30	鹽場導覽、製鹽教學、原住民族部落製鹽介紹、植物鹽分採集處理
	15:30-16:30	返程

112 學年度第 1 學期保護智慧財產權活動照片 112/11/13-17 有獎徵答活動 文鴻樓廣場



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



說明：活動現場

112 學年度第 1 學期保護智慧財產權活動照片 112/11/14 專題講座活動 旭光中心階梯教室



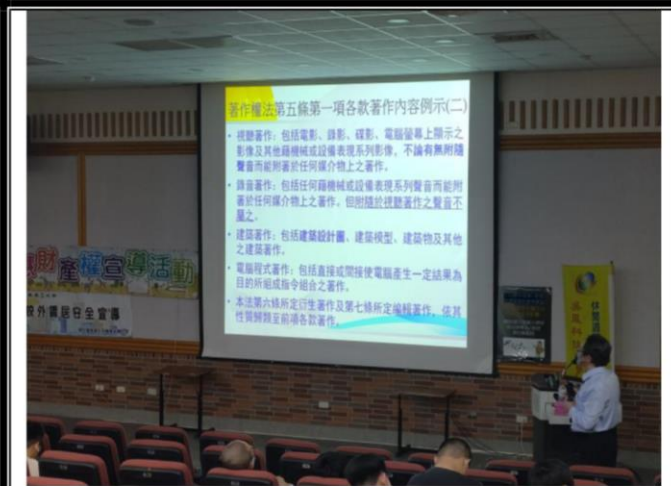
說明：活動現場



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

112 學年度第 1 學期法律諮詢服務活動照片
112 年 11 月 23 日 花明樓 TA802 教室



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

保護智慧財產權宣導 小題庫

41. (○) 地圖、圖表、科技工程圖都是圖形著作的一種。
42. (○) KTV 公開上映伴唱帶或影片，應徵得著作財產權人的同意。
43. (○) 不賣、不買、不做盜版品，是尊重智慧財產權的行為。
44. (○) 我抄襲姊姊的作文拿去交作業，這是一種侵犯著作權的錯誤行為。
45. (○) 當我完成一篇文章時，就立即享有著作權，受到著作權法的保護，不必經過任何申請或登記的程序。
46. (○) 學生為了寫報告，如果「少量引用」他人的著作，是符合著作權法中合理使用的規定，只要註明出處，就不會有侵害著作權的問題。
47. (○) 複製他人著作中的幾頁，如果只是單純供自己閱讀，可以主張合理使用，不會侵權。
48. (○) 哥哥買電腦，叫老闆順便灌入盜版軟體，是違反著作權法的行為。
49. (×) 為了節省買書的花費，到圖書館借書拿去校外的影印店整本影印，這種行為沒有違反著作權法。
【說明：將書籍整本影印，會造成市場替代的效果，已超出合理使用的範圍。】
50. (○) 要檢舉盜版，可以撥打免付費專線向保護智慧財產權警察大隊檢舉，電話是 0800-016597 (您一來，我就去)





軍訓室

【軍訓室焦點訊息】



WU FENG

校園人身安全 注意事項提醒



人身安全注意事項:



到校進行社團活動或研究，應注意周遭所遇陌生人或可疑人物。



如於非正常學校上課時段，勿單獨太早到校，且避免單獨留在教室。



進入廁所內先行注意可疑人事物，且避免單獨到校園偏僻死角。



夜間不要太晚離開校園，且不單獨行經漆黑小徑。

CONTACT US

☎ 05-2267125轉21654

ABOUT US



軍訓室/校安中心

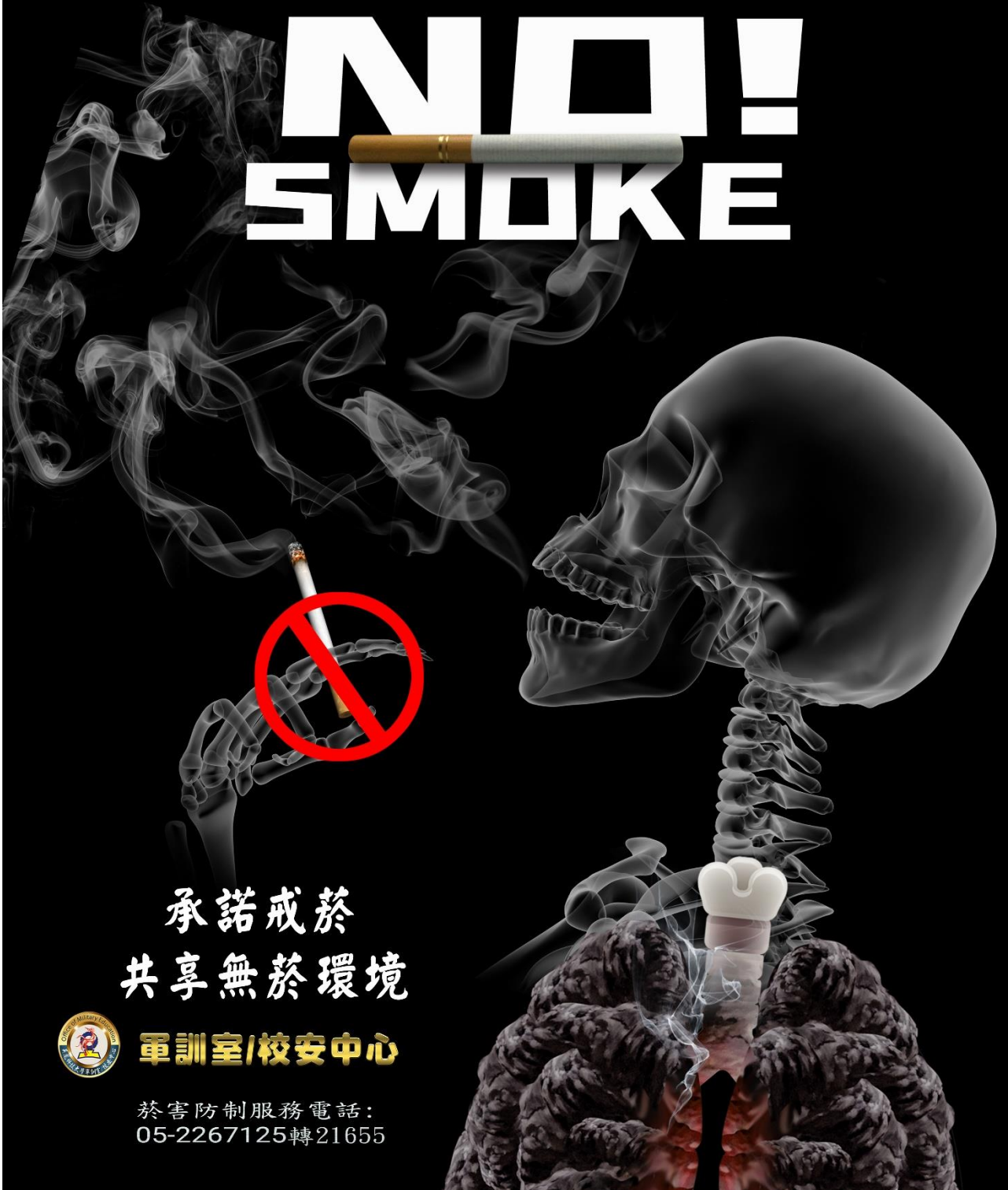
強化校園安全機制

- ✓ 加強校園門禁安全管制。
- ✓ 提高校園巡查率。
- ✓ 對入校廠商維修人員加強聯繫管制。
- ✓ 增置花明樓女廁緊急求救（助）鈴及文鴻樓監視器。
- ✓ 可疑人士查證建檔，並通報派出所支援協助。

你“熄”菸了嗎？

NO!

SMOKE



承諾戒菸
共享無菸環境



軍訓室/校安中心

菸害防制服務電話：
05-2267125轉21655



遠離毒品

助人利己

『助人利己』就是防制藥物濫用工作最大的意義。
 藥物濫用已經嚴重影響我們的生活，
 您已經無法置身事外！
 這不是處罰、制裁，而是輔導、挽救、
 『放過一匹狼，害死一群羊』。



軍訓室/校安中心

防制藥物濫用服務電話：
 05-2267125轉21655



吳鳳 科技大學

交通安全
Traffic Safety Poster Contest

112學年海報創意競賽



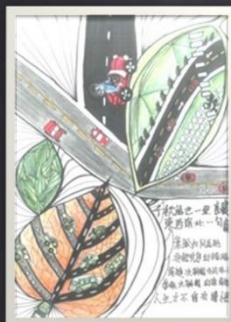
應媒3A黃郁芳



進二技造型2A吳秀娟



進二技造型2A吳秀娟



幼保2A巫岳庭



吳鳳 科技大學

交通安全
Traffic Safety Poster Contest

112學年海報創意競賽



應媒3B林怡霈



應媒1B許佩璇



幼保1A許仰鎔



長照2A王玉真





身心健康中心



【身心健康中心焦點訊息】

逗陣來飲茶

無糖茶補給站

地點：文鴻樓身心健康中心(A109)走廊

日期：112/11/27(一)~112/12/01(五)



TEA TIME

9:00~17:00

活動現場提供《限量》捲尺

響應環保，喝茶請自備環保杯

吳鳳科大學務處身心健康中心 關心您的健康



衛生福利部疾病管制署 廣告
TAIWAN CDC



Q:吃什麼可以不被蚊子叮?



錯錯錯
吃布丁沒用!



A: 叮



做好巡倒清刷才有用

- 巡** 經常巡檢，檢查居家室內外可能積水的容器。
- 倒** 倒掉積水，不要的器物予以丟棄。
- 清** 減少容器，使用的器具也都應該澈底清潔。
- 刷** 去除蟲卵，收拾或倒置勿再積水養蚊



吳鳳科技大學

112年度新生體檢 (補檢、複檢)

補複檢時段：112年12月1日(五)10:30~12:00

【 11點半截止報到 】

補複檢地點：文鴻樓A317室



身心健康中心
Physical and Mental Health Center
衛生保健
Health Care



112-1性別平等教育系列活動

對於愛情， 早該知道的事情

講師：陳佩君 老師

時間：12/6(三)15:25~17:10

地點：花明樓TA204團諮室



歡迎全校師生報名參加，
現場備有餐盒，額滿為止！

活動詳情歡迎洽詢身心健康中心蕭琇云老師(分機24144)

吳鳳友善環境 生理用品應援



吳鳳科技大學

- 1 大門 Main Entrance
- 2 招生中心 Enrollment Center
- 3 文鴻樓 Wen Hong Building(WH)
- 4 生有樓 Shen You Building(SY)
- 5 花明樓 Hua Ming Building(HM)
- 6 航太車輛館 APOLLO SPACE CENTER
- 7 國棟樓 Guo Dong Building(GD)
- 8 旭光中心 Shiu Kuang Convention and Athletic Complex(SK)
- 9 我家宿舍 Wo Jia Residence Hall(WJ)
- 10 消防停車場 Fire Engine Parking Lot
- 11 映紅停車場 Ying Hong Parking Lot
- 12 後籃球場 Back Basketball Court
- 13 桃花停車場 Tao Hua Parking Lot
- 14 前籃球場 Front Basketball Court
- 15 排球場 Volleyball Court
- 16 棒、壘球場 Baseball and softball Field
- 17 運動場 Track and Field
- 18 資源回收處 Physical Plant and Recycling Area
- 司機室 Transportation Office
- 19 汽車停車場 Parking Lot



校內生理用品 衛生棉自動販賣機地點	
大樓及地點	樓層
①文鴻樓-提款機側女廁所	1F
②文鴻樓-行流系側女廁所	3F
③生有樓-左側女廁所	5F
④生有樓-圖書館女廁所	5F
⑤花明樓-中間廁所	2F
⑥旭光中心-右側廁所	1F
衛生棉(緊急或臨時)索取地點	
大樓及地點	樓層
⑦文鴻樓-身心健康中心 A109	1F
⑧女生宿舍-一樓櫃檯(領取者請填寫領用登記,如情況緊急,請事後補登記)	1F
⑨國棟樓-幼保系辦公室 B402	4F

吳鳳科技大學 關心大家的健康



課外活動發展組

【課外組焦點訊息】



吳鳳科技大學

每日衣善

二手衣募捐活動



募集
衣物

112年11月01日



募集
地點

~112年11月30日

文鴻樓A109課外活動發展組

活動對象 全校教職員生

1. 於募衣期間，將要捐贈之衣物拿至本校課外組。因應防疫期間，捐贈前請先檢查衣物是否有毀損情況以及是否整潔，並請清洗過後捐贈。
2. 春夏、秋冬衣物皆可捐贈。
3. 凡至課外組捐贈衣物者，皆可獲得紀念品一份。

※捐贈及回收之二手衣，並與非營利機構合作，進行衣物發送、傳遞師生愛心。(受助對象將委由合作機構轉介)。



f 吳鳳科技大學課外活動發展組

主辦單位：吳鳳科技大學學生事務處課外活動發展組
協辦單位：財團法人人安社會福利慈善事業基金會嘉義平安站

志工招募



「青」潔保護社區你我動起來

校外社區清潔日

活動日期 112年10月25日(三)、112年11月29日(三)

活動時間 13:30-17:00

活動集合地點 課外活動發展組辦公室

- 一、活動方式：打掃吳鳳科技大學鄰近街道及社區環境，共同維護本校周遭社區環境。
- 二、活動方式：於**112年10月20日(五)**前至課外活動發展組報名(位於文鴻樓A109)。
- 三、注意事項：
 - 志工請自備遮陽帽並做好防曬工作。餐盒、掃地工具、飲用水及口罩由學校提供。
 - 本活動打掃範圍為吳鳳科大附近社區(如遇雨天，則以撿拾垃圾方式進行，活動照常舉行)。
- 四、全程參加本次活動：
 - 將核發3小時服務證明，可登錄於志願服務紀錄冊。
- 五、歡迎本校師生、學生社團參加。



青年有能力，服務用真心

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

(文鴻樓A109)

將有專人為您服務！



【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

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】



~體育組~(三)

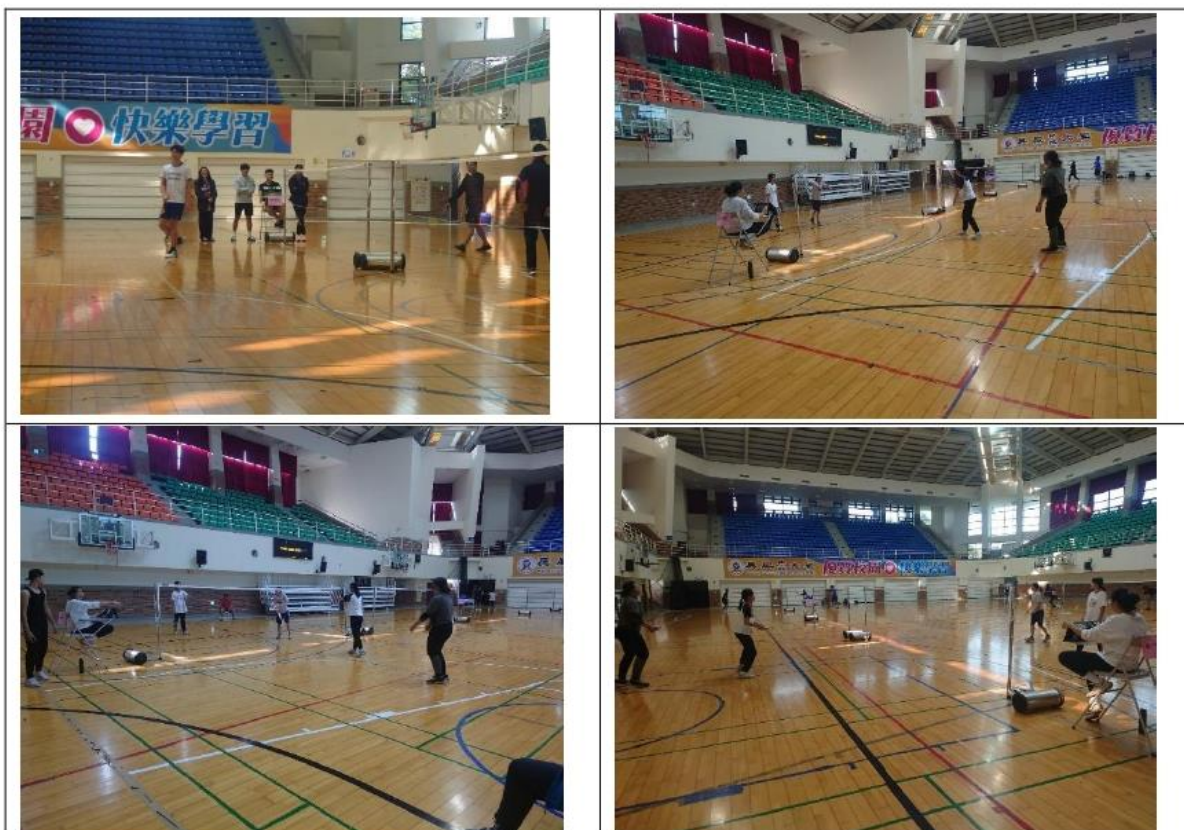
一、【新生盃球類競賽】活動照片



二、【第 33 屆校園路跑賽】

- 1.報名日期：即日起至 112 年 11 月 27 日(星期一)止。
- 2.報名地點：旭光中心體育運動組(U103)。
- 3.比賽日期：112 年 12 月 06 日(星期三)下午 3：30 開跑。
- 4.請各班導師鼓勵同學一起參與，以帶動校園運動風氣。
- 5.凡參賽跑完全程者，可申請體育成績加分。
- 6.請參賽同學務必於 112 年 12 月 06 日(星期三)下午 3：20 前準時至花明樓前(柏油路) 集合進行賽前熱身操及比賽規則說明。
- 7.請負責同學將號碼布依名單號碼轉交各參賽者，並於比賽前將號碼布配帶於胸前以利裁判辨別。
- 8.若自身健康狀況不佳(如高血壓、心臟病、氣喘、糖尿病、或罹患重感冒等不適合劇烈運動者)勿參加。
- 9.未參與者歡迎至現場加油，以帶動校園運動風氣與熱鬧氣氛。

三、【吳鳳盃羽球賽】活動照片



【運動健康園地】

《久坐翹腳髌關節痛？圖解髌關節炎修復伸展運動》

**髌關節炎的成因**

對於髌關節炎，久坐是一項很重要的影響因素，因為坐姿會影響到我們的臀部與腿部，並使其中的曲肌緊縮。尤其悠閒地以半躺姿式坐在沙發上時，對於腿部伸肌的影響尤其顯著。此外，我們在行走時的每一步也會對臀部伸肌及其相關肌群產生緊縮作用。且由於我們在採取坐姿、站姿，以及行走時，腿部都不太會向兩旁伸展，以至於內側的肌肉與筋膜逐漸變得沒有彈性。

相較於此，腿部外側的肌肉與筋膜則是嚴重緊縮，而不管內側或外側的筋膜緊縮，都會對髌關節產生影響。此外，臀部肌群也扮演了重要的角色，因為在進行站立或跑步時，其會呈現緊繃狀態，以維持身體平衡。

上述現象都是導致關節髌關節磨損的原因，而後期產生的髌關節炎就是最好的證明。

有趣的是，許多案例都顯示，在產生髌關節炎的過程中，患部並不一定會出現疼痛。依據我們的經驗，原因可能是髌關節周圍的過度緊繃狀態透過行走而被抵銷了，亦即不斷地向前彎曲與向後伸展。在許多案例中都顯示，這樣的活動明顯能夠不使疼痛警訊產生。

伴隨而來的疼痛與感覺異常問題，可能同時伴隨著髌關節炎而來的疼痛有許多種，其可能會出現在腹股溝，也可能會出現在髌關節本身、大腿內側或上端、臀部，或是在腿部後側以坐骨神經痛的形式出現。伴隨而來的感覺異常狀態也有許多種，

例如刺痛感或是於髌關節周圍往下至腿部，甚至腳掌產生的失覺。這些都是可能伴隨著髌關節炎，且因髌關節周圍筋膜與肌肉過度緊繃而產生的症狀。

若您實在沒有時間針對此關節炎問題進行完整的運動與滾動式筋膜按摩，可選擇僅於患部進行。當然，雙邊且完整的運動對於您身體的整體狀態與關節炎防範都能有更好的效果。

髌關節炎的運動

● 腿部外側伸展

針對此運動，您會需要 1 條運動拉帶，其亦可以透過毛巾或皮帶取代。

- 1.請挺直站立於一張桌子或椅子旁，並以右手扶住。您的左手需緊抓運動拉帶或替代的毛巾及皮帶，並將右腳向後跨越左腳，同時踩住拉帶。請將臀部盡可能地向右移動，並將左肩向左移動，同時將拉帶向下拉。請盡可能地向左或向右轉動臀部進行伸展，而您會在此同時於臀部右方或腿部外側感受到伸展疼痛。
- 2.在您逐漸施加力道使身體想要挺直時，請努力透過固定肩膀位置維持住姿勢。為使身體與肩膀位置不產生移動，您可以適當地施加壓力。接著請您逐漸放鬆。
- 3.請您再一次盡可能地將右側臀部向右移動，並將身體往左彎曲。

● 臀部伸展

- 1.請挺胸站立，並將雙腳打開至與臀部同寬、使腳尖向前。接著將右腳向後踩一步，同時將背部挺直，之後使用髌關節令背部盡可能地向後傾斜（而上身與骨盆位置維持不動）。在進行此動作時，您最好能同時將腹股溝往前推。在此同時，您會於腹股溝、大腿上緣，或是髌骨處感受到伸展疼痛。
- 2.在您雙腳逐漸伸展至最大程度後，請維持住姿勢。為使臀部位置不產生移動，您可以適當地施加力道。
- 3.請您再次盡可能將骨盆與上背向後傾斜，並努力維持挺胸姿勢。

資料來源：早安健康