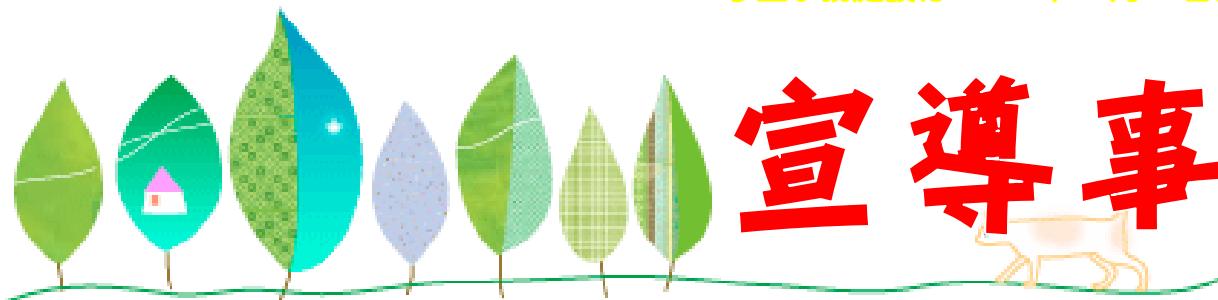




# 學務通報

學生事務處發行 114 年 4 月 7 日出版 第 4 期

## 宣導事項



### 學務長室

性別平等教育宣導

### 生活輔導組

【113-2母親節感恩活動】公告宣傳、【保護智慧財產權宣導小題庫31-40】公告宣傳

### 軍訓室

【拒絕校園霸凌】公告宣導、【交通安全標語創意競賽海報比賽】公告宣導、【無菸環境宣導海報】公告宣導、【藥物濫用】公告宣導

### 身心健康中心

【113-2性別平等教育系列活動】公告宣導、【反霸凌】公告宣導、【珍愛有一套有篩有保庇】公告宣導、【2025健康運動日】公告宣導、【落實5撇步-腸病毒別來】公告宣導

### 課外活動發展組

【114級畢業典禮\_在校生與畢業生致詞代表\_及司儀甄選活動】公告宣傳、【113-2二手衣海報】公告宣傳、【誠實商店物資募集海報】公告宣傳、誠實商店補助公告、課外組線上服務宣傳

### 體育運動組

【系際盃活動競賽】公告宣傳、【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】

## 113學年度第2學期品德教育母親節感恩活動

### ♥ 品德教育活動-母親節感恩活動

一年一度的母親節又要到囉！五月是滿懷感恩的季節，透過舉辦「手作蛋糕謝恩情—媽媽我愛您！」活動，邀請手作達人教導學生親手製作小蛋糕禮品，在烘焙達人的指導下，同學一一做出可愛的小蛋糕禮盒當母親節禮物送給媽媽，感念母親不辭辛勞的養育之恩，透過手作禮物傳達對母親包容之愛的感謝。

日期/時間：114年5月5日（一）下午13:30-16:30

地點：花明樓9樓烘焙教室(TA908)

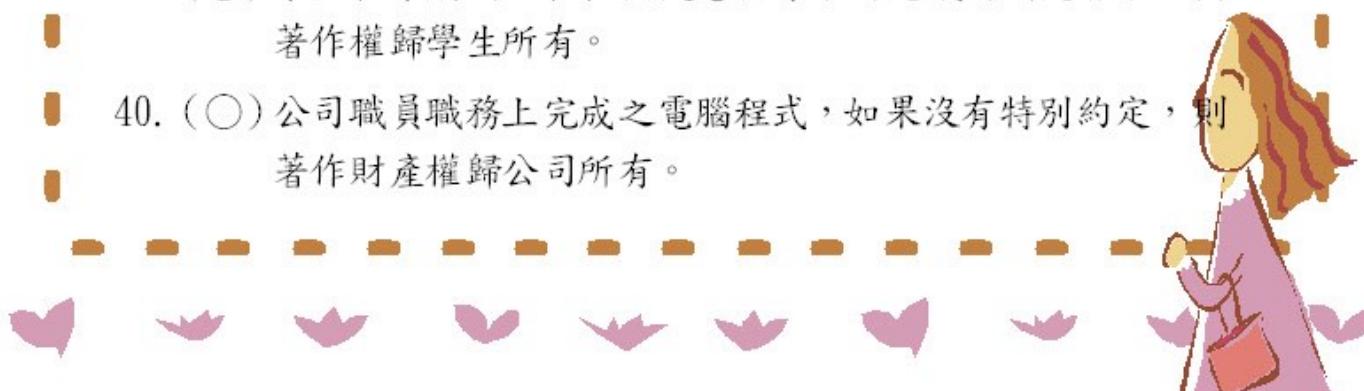
一梯次30人名額有限喔，有興趣者請盡速報名 ♥

如有問題請洽生輔組2267125#24123 ♥ 陳先生



# 知識產權專題庫

31. (○) 把別人享有著作財產權之圖形加以影印及修改，因涉及重製、改作的行為，除合理使用外，應徵得權利人的同意。
32. (○) 把平面的電影卡通造型轉換成立體玩具商品，同樣要得到卡通著作權人的同意。
33. (○) 英國與我國都是世界貿易組織(WTO)的會員，所以英國人的著作同受我國著作權法的保護。
34. (○) 視聽著作的著作財產權存續期間，是自創作完成時起算，到著作公開發表後 50 年止。
35. (○) 把別人的英文小說翻譯成中文後予以出版，應取得原著作之著作財產權人的同意。
36. (○) 合法電腦程式著作重製物所有人，為了讓程式適用特定之電腦，可以就該程式做某些必要的改變。
37. (×) 合法軟體如果轉售給他人，原軟體的所有權人可以把先前所拷貝的「原備份存檔」軟體拿來繼續使用。  
【說明：合法軟體的所有人如喪失原重製物之所有權，除經著作財產權人同意外，應將其重製之備份銷燬，不得再繼續使用原備份存檔的軟體。】
38. (○) 合法軟體所有權人不可以出租該軟體給別人使用。
39. (○) 學生在學期間，在教授觀念指導下所完成的研究報告，其著作權歸學生所有。
40. (○) 公司職員職務上完成之電腦程式，如果沒有特別約定，則著作財產權歸公司所有。





# 軍訓室



【軍訓室焦點訊息】

## 拒絕校園霸凌 從你我做起



當你發現或是遭受校園霸凌一定要勇敢說出來，  
因為你的見義勇為，可以阻止同學遭受霸凌的傷害，  
並能改善同學的偏差行為。

### 防制校園霸凌，你可以這樣做

- 向老師及家長反映  
(導師提供聯絡電話或電子信箱給學生及家長)
- 寫信給學校投訴信箱
- 在校園生活問卷中提出
- 到教育部防制校園霸凌專區留言板反映
- 打電話給縣市防制校園霸凌專線
- 撥打教育部防制校園霸凌專線0800-200-885
- 其他管道（好同學、好朋友）



學校反應專線：05-2260135



教育部 關心您 廣告



113學年度第2學期

# 交通 安 全

## 標 語 創 意 競 賽

學大科技鳳吳

## 標語競賽實施方式



交通安全服務電話：  
05-2267125轉21652

- 一、辦理時間：114年3月24日起至4月25日1700時(星期五)止。
- 二、參賽對象：全體學生，以班級為單位，各班最少繳交2件作品為原則。
- 三、創意主題：限20個字（含）以內之單句或雙句之標語。
- 四、作品規格：紙張規格大小為A4尺寸（210mmx285mm）紙張，電腦列印、手寫均可，每件作品作者限1人（逾2人不列入評審）。
- 五、本案請導師指派班級學生參加，導師若「指導班級/學生個人參加學務處舉辦之各類活動及競賽」可列入「績優導師遴選評分標準」。

traffic safety

吳鳳科技大學軍訓暨校安中心

校安專線：05-2260135 [adm.wfu.edu.tw/mo/](http://adm.wfu.edu.tw/mo/)

# 菸害防制法新法施行 保護你我健康

菸害防制法，推動超過25年，  
邁向無菸環境，我們每天都在進步



- 禁菸年齡從18歲提高到20歲
- 禁菸公共場所再擴大，**大專院校、幼兒園、托嬰中心、居家式托育場，室內、外，全面禁菸！**  
校園周邊步道及超商騎樓，已公告超過2萬處禁菸場所。



免費戒菸專線**0800-636363**

# 珍愛生命 遠離毒品

無毒青春健康生活  
CHERISH LIFE, STAY AWAY FROM DRUGS

|| 吳鳳科技大學關心您 ||

新型態混合式毒品透過變裝，造成更大的危險性及致死率，  
這是一條不歸路，你知道嗎?!





# 身心健康中心



【身心健康中心焦點訊息】



113-2性別平等教育系列活動

## 界線感練習指南

「別讓下次見變成法院見！」

一起來聊聊人際關係互動中，  
你不能不知道的那些小事！」



講師：許瀞文 臨床心理師



時間：114年4月11日(五)

10:20~12:10

地點：生有樓 SA409教室

活動詳細資訊可洽身心健康中心(TA205)

聯絡人：楊悅欣老師(分機24145)

# 發現霸凌事件，你可以這樣做

即時通報師長

私下關懷陪伴

立即出面制止

點亮心中光明\*



# 珍愛有一套 有篩有保庇！

衛生福利部疾病管制署 廣告  
TAIWAN CDC告

2025.03

## 保險套口訣

看 → 撕 → 擠 → 捏 → 套 → 取 → 丟



愛滋自我篩檢

3/14當日免運!

## 愛滋篩檢

- **有性行為者**，建議至少進行1次篩檢
- **有不安全性行為者**，建議每年至少進行1次篩檢
- **有感染風險行為**(如感染性病、多重性伴侶、使用成癮性藥物、與人共用針具或稀釋液等)、或性伴侶有前述任一情形者，建議每3至6個月篩檢1次





吳鳳科大學

有氧、肌力、柔軟度

每週

# 健康運動日



114/3/25-6/13  
每週二 17:30~18:30

旭光中心  
韻律教室  
U102

請掃QR Code  
報名參加

活動對象

本校學生、教職員工  
皆可報名參加

報名日期 即日起皆可報名



## 全部課程免費!!

出席次數達6次以上者，  
再送精美小禮物。

學務處身心健康中心關心您的健康





# 課外活動發展組

【課外組焦點訊息】



## 114級畢業典禮 在校生與畢業生致詞代表 及司儀甄選活動

### 一、報名資格：

(一)畢業生致詞代表：本校114級應屆畢業之進修部在籍學生，選拔一名。

**※畢業生致詞代表僅限進修部可報名，請至進修部辦公室報名參加選拔。**

(二)在校生致詞代表：本校非114級應屆畢業之在籍學生，選拔一名。

(三)典禮司儀：本校在籍學生，選拔兩名。

### 二、報名日期：

【畢業生致詞代表】請洽進修部辦公室報名參加選拔。

【在校生致詞代表】及【典禮司儀】請於114年04月23日(三)17:00前至課外活動發展組繳交報名表。

### 三、初選日期：

114年04月25日(五)課外活動發展組網站公告入選名單。

### 四、決選日期：

114年04月30日(三)下午14:00~16:00進行決選。

決選地點為國棟樓B503演藝廳。



報名表

錄取同學可獲得獎狀乙紙  
商品禮卷500元！  
以及上台致詞的機會！



# 每日衣善

## 二手衣募捐活動

### 活動日期

募集日期：114年4月7日(一)~114年4月25日(五)

發送衣物日期：114年4月30日(三)

### 募集地點

本校文鴻樓A108課外活動辦公室或走廊外物流箱

### 捐贈機構

財團法人安社會福利慈善事業基金會嘉義平安站



捐贈二手衣  
即贈小禮物！



# 課外組線上為您服務！

課外組信箱：

[sa\\_clubs@wfu.edu.tw](mailto:sa_clubs@wfu.edu.tw)



吳鳳科技大學  
課外活動發展組



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!!】

【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。

【懇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](mailto:yu95@wfu.edu.tw)



# 體育運動組

## 【體育組焦點訊息】



### ~體育組~(四)

#### 【113-2 系際盃球類競賽】

- 1.比賽項目：系際盃暨雲嘉青年球類比賽桌球、排球、籃球。
- 2.報名日期：
  - 1.桌球：即日起至 114 年 3 月 24 日(星期一)截止。
  - 2.籃球：即日起至 114 年 4 月 7 日(星期一)截止。
  - 3.排球：即日起至 114 年 4 月 14 日(星期一)截止。
- 3.報名地點：旭光中心一樓體育運動組(U103)。
- 4.比賽日期：
  - 1.桌球：中華民國 114 年 3 月 31 日(星期一)至 4 月 1 日(星期五)。
  - 2.籃球：中華民國 114 年 4 月 21 日(星期一)至 25 日(星期五)。
  - 3.排球：中華民國 114 年 4 月 28 日(星期一)至 5 月 2 日(星期五)。
- 5.參與比賽同學如遇上課，煩請導師協助申請公假。
- 6.【比賽賽程】請隨時至體育運動組查詢。

## 【運動健康園地】

《運動要 20 分鐘以上才有效？醫：錯！有動就是在燃脂》



### 分次運動燃燒脂肪，加班族也一樣能變瘦

養成運動習慣很重要，但更重要的是持續的時間。曾聽過有人這麼說，有氧運動沒有持續二十分鐘，就不會有燃脂效果；那如果我是利用通勤時間，分次走路也能達到運動效果嗎？

有氧運動要持續二十分鐘，才能燃脂的說法，是因為大家認為在開始運動的前二十分鐘，其熱量來源是碳水化合物，之後才會開始燃燒脂肪。不過，這當中有些誤會。

當我們身體靜止不動時，為了維持固定的姿勢，加上呼吸和消化，肌肉看似沒有動，但其實是處於活動狀態。這時候脂肪就是熱量來源。正確說法應該是脂肪細胞所含的中性脂肪會分解出脂肪酸，釋放於血液裡。

當我們活動肌肉，開始運動後，所需的熱量就會突然提高。於是，以肝醣形式儲存在肌肉裡的碳水化合物會被分解出來，成為熱量來源，因為肝醣比脂肪更好利用。一百公尺到四百公尺的短跑比賽，肝醣的分解速度正是決勝負的關鍵。

之後，當肝醣變少時，脂肪細胞所分解的脂肪酸就會成為主要熱量源。然後脂肪不斷分解，如果是長達一百二十分鐘以上的馬拉松，所用的熱量源幾乎都是脂肪酸。不過，運動前二十分鐘，消耗的熱量源是肝醣，之後才是脂肪酸的說法，其實並沒有明確的時間點。

開始運動的時候，脂肪就開始分解了，肝醣的消耗也會隨著肝醣的減少而變低。「二十分鐘」這個數字只能說是肝醣消耗殆盡的時間標準，就算只運動五分鐘，脂肪也在燃燒。

不管是分次有氧運動或持續地有氧運動，都會消耗脂肪。關鍵在於有氧運動的總合時間。如果沒辦法連續跑步三十分鐘，那就分成五次來跑，每次跑七分鐘，總合時間還比三十分鐘多。

沒有運動習慣的人，分解脂肪，將其轉換為熱量源的能力本來就比較差。所以剛開始可能脂肪沒

有減少的跡象；但只要持續有氧運動，就能讓這項能力變強，就可以燃燒脂肪，消耗熱量。所以才會說，持續就是力量。

運動強度也會影響肝醣和脂肪，何者會成為熱量源的結果。激烈運動會消耗較多的肝醣，長時間的輕度運動則會消耗較多的脂肪。

不過，若是做激烈運動，運動結束後脂肪會繼續燃燒，所以就整體來看，激烈運動與輕度運動的內臟脂肪減少量並沒有太大差距。因此，選擇適合自己，也能辦得到的運動就對了，切記要持之以恆。

**資料來源：**[早安健康](#)