

# 學務搶鮮報

誠信  
養品德

健康  
啓活力

服務  
兼行善

創新  
求發展

寬柔  
利人際

中華民國 111 年 10 月 17 日 (第 3 刊)  
致理科技大學學生事務處印製

## 學務處

「節約能源，減緩暖化」—鼓勵師生多走路、騎自行車或汽機車共乘方式上學。

## 學生輔導中心

近日天氣多變化，本中心提醒您，在留意衣物增減與自身保暖之餘，也別忘了多多關心自己及身邊親朋好友的心情！本中心個別諮商時間為上午8時30分至晚上9時。如果你或身邊的同學、朋友有生涯、感情、人際困擾，歡迎到和平樓5樓屋頂上的家來找輔導老師聊聊！

## 衛生保健組

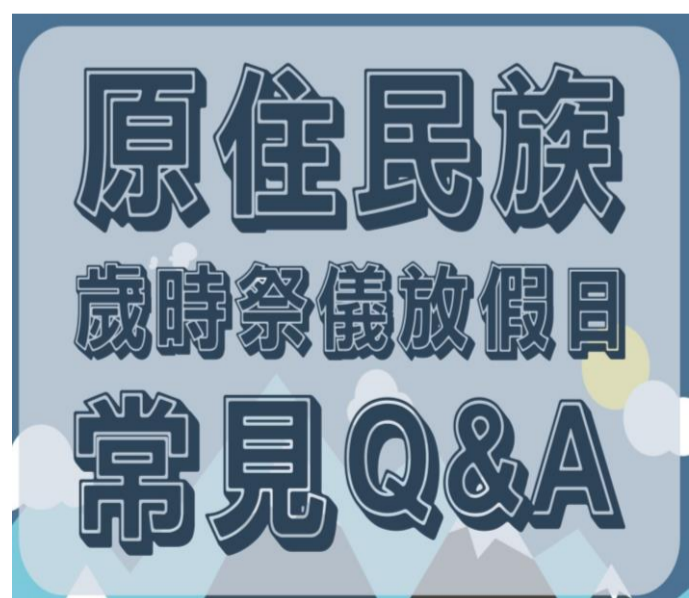
一、請全校師生遵守防疫措施，若有發燒狀況，切勿到校上課，進入校園應量測體溫。教室內上課強制配戴口罩，並保持室內通風，門窗不緊閉，勤洗手並落實正確程序。上課期間突然發燒或不舒服者，請至健康中心。若有疫情通報或相關問題，請撥打防疫專線：(02)2258-0318。

### 二、【低碳飲食愛護健康守地球】

為達低碳並增進健康，關鍵原則如下：

- 避免過度依賴進口食材—許多植物性食品（例如植物肉、燕麥奶）多從海外進口食材，在運輸、包裝及倉儲過程中增加了不少碳足跡，加重對環境的負擔。
- 購買當季、在地食材—非在地食材必須透過運輸進口，非當季生產的食材，則會造成用水、空調等資源的使用，因此購買與食用在地當季的食材，可縮短食物運送路程，降低運輸產生的碳排放量。
- 吃多少買多少，別把冰箱塞太滿—在家自煮時，若訂定精準的採買、烹飪計畫，將有助於從源頭減少食物浪費，以及後續產生的碳排。冰箱內避免過度儲藏，否則影響冷氣流通，將增加4%至5%的耗電量。
- 減少外帶外送、多使用環保餐具—購物時自備購物袋，盡量選擇裸賣食材；外食時則自備餐盒餐具，除了能打包剩餘的食物，還能減少使用一次性餐具製造的廢棄物污染。
- 減少加工品，盡量吃原型食物（Whole food）—儘管「人造肉」，或稱「植物肉」掀起一波素食熱潮，更提供蔬食者食材上的新選擇，然而，人造肉、素料等仍屬於高度加工食品，製造過程中仍會消耗較多資源，建議不要過度依賴食用。

## 原住民族學生資源中心



### ①歲時祭儀假為國定假日，放假無須證明？

活動邀請卡 公所開立證明。

確認原住民身分及族別僅需提供足資證明族群文件（EX:戶口名簿或戶籍謄本）即可。

### ②歲時祭儀，公假如何放？

具原住民身分者。

從自己、父母或配偶之族群別的歲時祭儀期間選一天放假，一年只能放一次。



※請尊重智慧財產權 勿非法影印 以免觸法※

歡迎同學至學務處網站/電子刊物/學務搶鮮報  
或下載「致理 i 生活」APP 點閱