

軍訓室

- 一、請同學務必遵守「[道路交通安全處罰條例](#)」各項交通安全法規，詳細內容請[掃描右側 Qrcode 查詢](#)。
- 二、近期附近居民反映飽受同學任意停車干擾，若需騎乘機車者，請申請停車證並將機車停放至本校地下停車場，以避免干擾民眾；本室將依「[學生獎懲辦法](#)」管制違反規定者，詳細內容請[掃描右側 Qrcode 查詢](#)。



學生輔導中心

梅雨季節已至，時而大雨，時而放晴的天氣，本中心提醒您留意衣物增減與補充水分，雨天出門務必注意行走安全，無論晴天或雨天，記得多多關心自己及身邊親朋好友的心情！

生活輔導組

- 一、108學年度第1學期就學貸款申請需知詳如本組網頁公告或請[掃描右側 Qrcode 查詢](#)。
- 二、108學年度第1學期「[減免學雜費](#)」開放線上申請，自即日起至6月21日（星期五）止，符合申請資格者，請將申請表填妥後列印，並攜帶申請表及佐證文件送交本組李老師申辦。相關資訊請至本組最新消息或請[掃描右側 Qrcode 查詢](#)。



衛生保健組

請全校師生注意日常生活保健、勤洗手，並隨時保持空氣流通；若有特殊狀況，如罹患流感、腸病毒、紅眼症等高傳染性疾病，建議立即就醫且居家休息，並通知健康中心（分機1215），進行健康關懷。

課外活動組

- 一、中華民國紅十字會總會訂於7月22日（星期一）至29日（星期一）辦理「2019年兩岸紅十字青少年人道之旅-超越滇峰」交流活動，活動報名自即日起至6月6日（星期四）止，採線上報名書面審查，詳細活動辦法請[掃描右側 Qrcode 查詢](#)。
- 二、2019新北市貢寮國際海洋音樂祭活動預訂於8月下旬假福隆海水浴場舉辦，其中「[海洋獨立音樂大賞](#)」及「[熱浪搖滾小舞臺](#)」報名日期自即日起至6月17日（星期一）截止，歡迎愛好音樂之師生踴躍報名，詳細活動辦法請[掃描右側 Qrcode 查詢](#)。
- 三、原住民族委員會為推動部落心旅行的旅遊品牌，推出「[青春必遊 Ho-Hai-Yan\(吼嗨漾\)](#)」徵集全國大專校院行銷部落觀光創意點子競賽，報名日期自即日起至6月24日（星期一）止，詳細活動辦法請[掃描右側 Qrcode 查詢](#)。



水中自救法

第一招 蛙式踩水：身體採直立的方式，腳在水下踢蛙腳。

第二招 剪式踩水：腳在水下像剪刀一樣來回擺動。

第三招 水母漂：雙手屈膝抱胸使背部露出水面，身體放鬆，自然漂流。

第四招 仰漂：深吸一口氣，頭往後仰，雙手向兩邊成大字形，掌心向上，加重背部重力較易浮起。

第五招 製作浮具：當你著衣掉入水中，又離岸很遠，必須游一段距離才上岸時，則應把衣服脫掉，以便游泳；脫衣時，先吸一口氣作水母狀，用雙手解開鞋帶，脫去鞋子；再脫長褲，最後脫上衣，衣服脫掉可用於製作浮具。



※請尊重智慧財產權 勿非法影印 以免觸法※

☆請副班長在導生時間宣達並張貼於公布欄內備查☆
同學亦可至學務處網站 / 電子刊