



115 學年度親職教育日手冊

穀保家商



2026 年 9 月 19 日

08：30~11：30



目 次



校長致歡迎詞.....	2
穀保家商親職教育日活動家長邀請函含流程表.....	3
親職教育日活動各科各班集合地點.....	4
穀保家商家長會暨行政主管聯絡電話.....	5
親師座談會主題.....	6
教務處工作報告.....	7
學務處工作報告.....	13
實習處工作報告.....	17
輔導室工作報告.....	19
親職教育諮詢機構.....	20
新北市政府教育局-資訊素養.....	21-22

歡 迎 詞

敬愛的家長：大家好！

歡迎家長們能撥冗參與親職教育日，透過實體活動，可以蒞校相見歡，並認識校園環境與設備，也藉此機會透過導師和科主任對科教學課程及學習目標的報告，更了穀保的教育理念，讓我們共同以「父母心、教育愛」陪伴孩子們共同成長，歷經這關鍵性的高中三年，這是我們的職責，相信也是家長們深切期盼的心願。

穀保家商-地處新北市三重的西區，緊鄰蘆洲、五股，向外延伸比鄰新莊、板橋、泰山，因此有百分之八十以上的孩子來自這些地區。我們辦學的理念為「品德人格為先，升學就業並重。」尤其面對社會環境劇變、價值觀多元的時代，我們認為孩子的品德與人格修為才是立足社會的根本，與學識與技能的傳授無分軒輊。另外，在專業技能方面，除持續推動提升各領域乙、丙級相關證照的取得，近年來更有如下傑出的表現：

- (1) 全國技藝競賽：自 102-114 學年共獲 37 座金手獎(包含 5 座第一名)、47 座優勝獎，其中 110 學年度網頁製作再度榮獲第一名、109 學年度文書處理組全國第一名、108 學年度網頁設計組全國第一名、106 學年度文書處理組全國第一名、105 學年度烘焙組全國第一名。
- (2) 全國技能競賽：108-114 學年度期間全國技能競賽-網頁設計、西點製作榮獲金牌、網頁技術榮獲銀牌、銅牌等殊榮，足證學生們具有千里馬之潛質。
- (3) 教育部全國雙語教學目標：近年來已有多位師生參加「技術型高中專業英文暨職場英語教案競賽」、「專業英文詞彙與聽力能力大賽(全國賽)」等，多人獲得冠軍、特優、金腦獎之優異成績，藉此灌輸學生知難行易及培養學生專業方面的語言自信，讓學生對於英語不再恐懼。
- (4) 體育傑出表現：113 學年(114 年)榮獲棒球隊高中棒球聯賽木棒組亞軍及鋁棒冠軍、113 學年度(114 年)王貞治盃全國青棒錦標賽冠軍、113 學年度(114 年)玉山盃全國青棒錦標賽亞軍、2024 年第十屆黑豹旗全國高中棒球大賽冠軍。舉重 114 年度全國中等學校運動會-高男組 73 公斤級亞軍、全國中學校際籃球錦標賽第三名、全國中等學校撞球聯賽女子組個人第三名。

創校六十五年來，歷經初中(代用國民中學)、高中、高職工業類、補校、家事類、商業類、體育班至今，雖有不同的教育階段及教育對象，唯一不變的是隨著社會脈動及環境的改變，提供相對的教育資源，以滿足學生家長的需求。

少子女化情形日趨嚴峻，整體的職業類科(公私立學校)名額已供過於求，另隨著經濟成長，家長對精緻教育的需求日益殷切期待，環顧鄰近社區學校尚未有提供國際雙語教育的選擇。因此，本校預計自 116 學年度起，職業類科和體育班停止招生，將轉型改制辦理國際雙語教育。舉凡轉型改制必需的行政作業、校舍修繕、校園景觀整建、空間調整等過程繁瑣，期望全體師生的支持及通力整合，更希望家長們持續給予建議和指導，得以延續創辦人辦學的教育理念，共創穀保新一階段的亮麗未來！

最後 謹 祝

平 安 喜 樂 事 事 順 心

校長 嚴英哲 敬上 115.9.19

穀保家商 115 學年度 親職教育日活動 家長邀請函

親愛的家長，您好！

非常感謝您對本校的信任，讓您的孩子成為穀保家商大家庭的一分子，我們與您有共同的心情，希望孩子在這裡能快樂學習、健康成長，因此，本校謹訂於115年9月19日（星期六），舉行115學年度「親職教育日」活動。教育孩子是一項既辛苦又甜蜜的負荷，需要您與學校教師同心協力、積極配合，讓我們在孩子的身上，看到明日的希望。期望藉由親師溝通達成共識，為孩子們打造一個優質的學習園地，激勵孩子適性學習與發展。敬邀貴家長撥冗參加為禱並祝闔家平安

校長 嚴英哲 敬邀
家長會長 蕭佳玲

穀保家商115學年度親職教育日活動流程表				
活動日期:115年9月19日(六) 08:30~11:30				
時間	項目	內容	主持人	地點
8:30 ∩ 9:00	科務座談	1、各科課程計畫特色及未來就業趨勢 2、高職學年學分制暨多元升學策略 3、參觀各科專業教室。 4、請各班服務同學引導家長至各班親師座談教室。	各科 科主任	各科集合場地 (專業教室)
9:10 ∩ 9:30	歡迎式	1、介紹貴賓及各處室主任 2、校長致詞、家長會長致詞	校長 家長會長 各處室主任	1. 視聽中心5樓 (實況轉播) 2. 各班教室
9:30 ∩ 11:30	親師座談	1、班級經營理念的溝通 2、講述教學、技能、生活輔導等積極作為 3、說明學生在校情形及個別表現 4、選舉班級家長代表	各班導師	各班座談地點 (各班教室)
11:30 ∩	環境整理	1、歡送家長離校 2、各班、各專業教室復原	各班導師	各班 各專業教室

※為統計家長人數，請撕下以下回條於9月4日（星期五）前由貴子弟繳交給導師

穀保家商115學年度【親職教育日活動】邀請函回條

活動日期：115年9月19日（星期六）上午8:30 ~ 11:30



- ☐ 決定依時參加：參加家長_____人、參加學生：_____人。
- ☐ 因事不克參加，日後再安排時間與導師晤談。
- 是否有您關心的問題？請提供卓見：

PS：學生當日服裝以班級為單位，請務必穿著制服或運動服到校。

家長簽章：_____

學生班級：_____學生座號：_____學生姓名：_____

穀保家商 115 學年度【親職教育日活動】流程說明

115 年 9 月 19 日（星期六）8：30~11：30

時間	8:30～9:00	9:10～9:30	9:30～11:30
流程	科務座談	歡迎式	親師座談
地點	各科集合場地	視聽中心	各班級教室
科別：時尚造型科 地點：鼎新樓 4 樓 美學教室		1. 校長歡迎詞、校務發展簡報、家長會長致詞等，於鼎新樓 5 樓視聽中心進行。 2. 除了餐飲管理科於視聽中心，其餘各班於 <u>各班級教室</u> 打開電視收視實況轉播。	各班級導師自行運用。
科別：資料處理科 地點：鼎新樓 2 樓 電腦教室（三）			
科別：餐飲管理科 地點：鼎新樓 5 樓 視聽中心			
科別：多媒體設計科 地點：慈愛樓 2 樓 穀保畫室			
科別：體育班 地點：慈愛樓 5 樓 體一智(351)教室			

穀保家商家長會暨各處室行政主管聯絡電話

職 稱	姓 名	電 話	備 註
校 長	嚴英哲	29712343 分機102	
教務主任	臧亞萍	29712343 分機201	
學務主任	劉哲惠	29712343 分機301	
實習主任	蔡明娟	29712343 分機601	
輔導主任	陳素瑜	29712343 分機501	
人事主任	郭芄榕	29712343 分機104	
會計主任	陳娟玉	29712343 分機106	
總務主任	黃玉芬	29712343 分機801	
輔導教師	陳宣孝	29712343 分機503	
助理人員	吳怡慧	29712343 分機504	

親師座談會主題

1. 本校辦學方針、各科學習目標
2. 性別教育—子女身心發展
3. 親師職角色與責任
4. 各科技能檢定重要性之說明
5. 師生溝通學習狀況
6. 親子溝通技巧—傾聽與表達
7. 生涯規劃—升學與就業
8. 生命教育—關懷他人、尊重自我
9. 性別平等教育、家庭和諧關係
10. 課程諮詢、學習歷程
11. 其他—各班經營狀況

教 務 處 工 作 報 告

穀保家商 115 學年度學年學分制宣導

壹、學年學分制的內涵

「學分制」這種課程修習制度是由教育部所訂的課程標準或綱要中，訂定學生畢業應修習的學分總量，學生除了修習指定的必修科目和學分外，還可以依規定選修適合自己選讀的科目和學分，當修習達到規定的畢業學分就可以畢業。採用學分制的學校，如果同時規定了學生修業課程的年限，就稱「學年學分制」。實施學年學分制，可以適應學生的個別差異。像是改善以往學生因為少數科目不及格，就要留級的情形，使重讀生不必每一科目都重讀，只要重讀不及格科目；或讓資優生或績優生可以跳級就讀；以及讓每一學生都有選修自己有興趣的課程等優點。學年學分制的特色歸納為以下幾點：

1. 以重讀取代留級制度；每學年如有一半以上不及格的科目學分數需留在原年級重讀，但只重讀不及格的科目。
2. 學生可以依自己的性向選讀學校開設的選修科目。
3. 學校可以依校務發展目標與學生特質訂定校訂必修及選修科目。
4. 學分制可以增強教師與學生之責任，改善教與學之成果。

貳、學生學習評量辦法

一、成績考查分學業及德行兩項，採百分計法，以一百分為滿分，六十分為及格。另特殊身分學生（如身心障礙學生）依其他規定。

二、學生學業成績考查

- (一) 學生成績考查以學期(或總授課節數達十八小時)為單位，每一科目學期成績及格給予學分。
- (二) 學生學年學業成績達第一項各款及格基準之科目，該學年度各學期均授予學分；其各學期成績仍應以該學期實得分數登錄。
- (三) 學期學業總平均成績之計算，為各科目學期學業成績乘以各該科目學分數所得之總和，再除以總學分數。
- (四) 學年學業總平均成績之計算，以該學年度各學期學業總平均成績平均之。
- (五) 各科目學年學業成績之計算，以該學年度該科目各學期學業成績平均之。
- (六) 學業科目成績評量項目暨配分百分比如下：
 - 一般科目及不含實習之專業科目評量成績比例分配方式

項 目	日常成績	期中考成績	期末考成績	實習成績
百分比	40%	30%	30%	--

■ 含實習之專業科目成績評量比例分配方式

項 目	日常成績	期中考成績	期末考成績	實習成績
百分比	30%	20%	20%	30%

■ 實習評量成績比例分配方式

項 目	實習技能成績	職業道德成績	相關知識成績
百分比	50%	25%	25%

■ 體育班：依一般科目成績評量比例分配方式辦理，唯體育專項訓練為 100%。

備註：體育學科成績：日常成績，包含運動技能、運動精神及學習態度、體育常識三項佔 70%，體育常識成績評量，於每學期結束時評量一次(期末考)成績佔 30%。

■ 學生學期成績不及格之科目依下列規定處理：

- 1.科目不及格，其分數達四十分(含)以上者，准予補考一次；分數為四十分以下者，不得補考。
- 2.補考以一次為限，補考及格者，授予學分，成績以六十分計。補考不及格者，不授予學分，該科目成績就補考成績或原成績擇優登錄。

(七) 學生因公、病、直系血親尊親喪亡或其他不可抗拒因素，無法參加定期考查，經學校核准給假者，准予補考。其中因公、直系尊親屬喪亡或其他不可抗拒因素准假者，補考成績以實得分數計算；其他准假者，補考分數在六十分以下，以實得分數計算，超過六十分者，以六十分計算。

(八) 學期成績不及格（含補考後）之科目，依下列規定處理：

- 1.必修科目不及格者得申請重補修。
- 2.選修科目不及格，得選擇重修或另修其他相關科目代替之。
- 3.重修及格科目之成績，以實得分數登錄，並授予學分。
- 4.重修不及格科目之成績，應與原學期成績擇優登錄並核計之。

(九) 學生缺課有下列情形之一者，不得參加學期末之定期考查：

- 1.缺課日數達全學期教學總日數三分之一時，不得參加各科學期末之定期考查。
- 2.一科目缺課節數達該科目全學期教學節數三分之一者時，不得參加該科目學期末之定期考查。

參、學生修課及選課輔導措施

本校課程係為升學與就業導向而設計，並兼顧綜合導向學生之需求。學生可依個人志趣與性向，並徵詢老師與家長之意見決定進路後，參考各科選課輔導手冊「各種進路修課建議」，選修合適之課程。

各學期選課時，提醒學生注意各領域之必修課程(部定必修與校訂必修)一定要列入選課計畫。選修課程部份，可就該學期各領域所開設之選修科目選擇，要注意不能盲目選擇，應配合自己的進路詳加考慮。

選課方式，課程選課輔導手冊公佈學校網頁，透過課程諮詢輔導教師至班級團體輔導及個別諮詢輔導、教學組辦理線上選課說明會等方式，協助學生選課。有關選課輔導的項目、人員、時間、查詢資源等，說明如下：

一、輔導項目：分別經由學生、教師及家長三方面實施。

1.學生方面：

- A. 高一新生於學期中，介紹國中、高中職之差異，畢業生之進路發展及四技二專多元入學管道等。
- B. 高一上、下學期分別實施性向測驗及興趣測驗，提供客觀之評量資訊，幫助學生增進對自我的認識。
- C. 於高一上學期適當時機，介紹各學期所開課程之內容與生涯發展之關係。以班級座談方式，引導學生參閱各四技二專概況、系組簡介，以及介紹職業之各類資訊。
- D. 於每學期的線上選課暨諮詢輔導週辦理課程及選課說明，提供學生有關選讀課程的資訊與考慮之因素，並依需要提供個別輔導。

2.家長方面：

- (1) 適時辦理親職日及家長座談會，使家長了解有關子女生涯發展的各項因素，協助子女選擇適合個人能力、興趣之課程。
- (2) 利用親職教育輔導刊物隨時報導學生選課適應情形及最新課程動態，讓家長對子女選課情形有所了解。

3.教師方面：

- (1) 於教學研究會、校務月報及校務會議，提供教師有關必、選修課程之資訊，並溝通其在學生選課輔導過程中所遭遇困難，協助解決。
- (2) 提供教師學生心理測驗資料，解釋並說明測驗結果與學生選課間的關係。
- (3) 個別選課適應困難學生之轉介輔導服務。

1. 輔導人員

- (1) 各班導師
- (2) 輔導教師
- (3) 各科主任
- (4) 課程諮詢輔導教師

二、輔導時間

- 1.每學期中實施。
- 2.各種說明會與座談會，利用寒暑假、活動課程時間或課餘時間進行。
- 3.個別輔導可利用課餘時間進行。
- 4.家長溝通則適時適地以發放通知、電話或約談等方式進行。

三、查詢資源

有關課程實施，除查閱本校課程輔導手冊，可向下列人員或單位查詢相關問題。

- 1.開設必修及選修科目：教務處、各領域教學研究會。
- 2.課程規劃：教務處、各領域教學研究會、課程發展委員會。
- 3.選課規劃：教務處、課程諮詢輔導教師、導師及各領域教學研究會。
- 4.心理測驗施測及解釋：輔導室、輔導教師。
- 5.確定自己的性向及興趣：輔導室、輔導教師、家長。
- 6.科系簡介資料：輔導室、輔導教師。

肆、補考與重補修

一、參加對象：

- (一) 學生於規定之修業期限內，就各學期未取得學分之科目，已修習者，得申請重修；未修習者，得申請補修。
- (二) 高級中等學校課程綱要之部定必修科目，均應修習，因未修習而於前項各學期未取得學分者，應補修。
- (三) 選修科目成績不及格，未能取得學分而有意願重修或另修其他科目代替者。
- (四) 修習學分不足，無法畢業者。
- (五) 其他有特殊需要者。

二、開、編班原則：

- (一) 開辦專班：重補修專班最低人數以 15 名以上(含)為原則，未達足夠修習人數時，不予開班。
- (二) 自學輔導：重補修人數未達開辦專班標準，得採自學輔導方式，並另安排課程指導。

三、授課時數：

- (一) 開辦專班：授課時數每學分授課不得少於 6 節。
- (二) 自學輔導：採自學輔導方式辦理重補修時，授課時數每學分授課及自學各不得少於 3 節。

四、開辦專班之上課時間：

- (一) 暑假期間：評估學生重補修人次辦理。週一至週五第二節至第七節。
- (二) 學期間：週一至週五第八、九節。

五、成績考查：

- (一) 學期中所重補修科目之成績，得併入同學期成績計算，暑假期間所重補修科目之成績，得併入下一學年度第一學期成績計算；惟第三學年暑假期間所重補修科目之成績，得併入當學年度第二學期成績計算。
- (二) 學生重補修學分，在授課時間未達三分之一前得申請退選，其成績不列入學期成績計算，但所繳納費用不予退還。
- (三) 學生於重補修課程未衝堂之情形下，應適當參加重補修課程，以避免日後學分不足無法如期畢業之遺憾。

伍、學分抵免

一、轉科生、轉學生、重考入學新生抵免學分

- (一) 應修之科目與學分已在原校原科修習及格者，可以抵免。其抵免原則如下：
 - 1. 科目名稱、內容相同且學分數相同者，可予抵免。
 - 2. 科目名稱不同，但內容相同或相近，且學分數相同者，可予抵免。
 - 3. 科目名稱、內容相同(含科目名稱不同，但內容相同或相近)而學分數不同者，其處理原則如下：
 - (1) 原科目之學分數較轉入後多者，以後者的學分數登記。
 - (2) 原科目之學分數較轉入後少者，可選擇補修該科或修習「與該科同性質或內容相近之科目」的學分補足。
- (二) 轉學(科)生在原校原科修習及格之科目與學分，並非所轉入類科之應修科目，得列為選修科目之學分數計算，惟可抵免之學分數至多以該轉入類科應選修學分總數為限。
 - 1. 重考入學新生，其原已修習科目之學分得由學校酌情抵免。
 - 2. 轉學(科)生在轉入後，除第一學年(指高一上、下學期)應修而未修之科目與學分，得以輔導自修之方式認定，其餘各學年應修而未修之科目與學分，依本校「學生重補

修學分實施要點」之規定處理。

(三) 轉學(科)生在轉入經抵免學分後，應補修專業科目學分在三十學分以上時，得降低轉入年級。

(四) 轉學(科)生有關學分抵免採計，應於轉入註冊時一併申請處理，其抵免科目學分之審核，除共同科目由教務處指派專人審查外，專業科目則分別由有關類科科主任會同教務處共同審查。

(五) 轉學(科)生其科目學分之抵免或重(補)修成績，均須登記於歷年成績表內，並詳細註明抵免情形。

陸、畢業條件

一、修習學分數：

(一) 及格之總學分數（不含活動科目）至少在 160 學分以上。

(二) 建教班及格之總學分數(不含活動科目)至少在 150 學分以上。

(三) 部定必修科目均需修習，且學分數及格率至少 85%。

(四) 專業及實習科目至少修習 80 學分，且 60 學分以上及格，其中實習科目至少 30 學分以上及格。

二、依教育部所定課程規定修業期滿，已修畢一百二十個畢業應修學分數，而未符合前款規定者，發給修業證明書。

三、學生符合上述畢業條件由學校發給畢業證書。

學務處工作報告

學務處以學生為教育核心，秉持本校「進德、修業、務實、求精」的校訓精神，致力於學生生活教育、校園安全、品德法治、衛生保健及體育活動等工作，營造安全、健康且適合學習的校園環境。

學生的成長需要學校與家庭共同合作，期盼家長與學校保持良好聯繫，共同關心孩子的學習、生活及交友情形。以下事項敬請家長協助配合與督導：

- 一、學校作息時間：每週四因舉行朝會，到校時間為 7：40，其餘到校時間為 8:10 前，放學時間均為 16：30。
- 二、學校舉辦校內、校外活動，導師或相關單位會事先通知家長，若有疑義，請聯絡導師查證，以確保學生安全。晚間與假日為老師下班時間，如非緊急事情須聯繫，請盡量尊重各班導師通訊與電聯原則。
- 三、在校期間禁止學生攀爬圍牆或不假外出，因故必須中途離校時，請學生依規定填寫外出單申請外出，導師會以電話聯絡、告知家長。校園設有監視器與巡邏機制，緊急狀況（火災、地震、極端天氣）將依照教育局規定啟動通報與疏散程序。
- 四、學校考量學生安全，不鼓勵學生騎機車上、放學，若有實際需要時，必須考取駕照始得騎乘。嚴禁學生無照駕駛，違者以校規處分。
- 五、家長接送區規範：因本校正門口位於中正北路 560 巷內，車道狹窄、車輛來往頻繁且車速快，為維護學生交通安全，請同學與家長務必配合早上 06:40 - 08:10 勿將車輛駛入 560 巷內。
 - 家長接送區位置於穀保街，面向本校後門之右側。後門開放時間平日 07:30 - 08:00 星期四配合朝會提前於 07:00 - 07:40
 - 學生往大門請於中正北路560巷口處依導護老師指引，徒步進入校區。往後門則由穀保街、家長接送區進入。
 - 行動不便學生經向生輔組申請核可後，可由家長至校內接送。
- 六、學校為維護衛生與食安，推動合格廠商團膳服務，每餐 70 元，每兩週加送水果與甜湯。學生亦可自帶便當蒸飯，或由家長於中午 12 點前送至警衛室，由孩子自行領取，避免跨出校門。為維護學生安全與食安，本校未開放外出用餐與外食，請家長共同配合。
- 七、學生服裝穿著以整齊清潔原則，並依學校規定穿著，不得著便服到校。
- 八、學生事假須事先請假，病假一日者須附醫療收據，並於返校後三日內完成請假手續，家庭旅遊請儘量安排於寒暑假期間，並避免於段考及學校重大活動期間請假。學校舉行考試或參加校內重大活動不得無故請假，除重大傷病可由家長代為請假。
- 九、學生當日曠課，導師即會連絡家長，學期末曠課達 42 節以上或功過相抵滿三大過者，則依學生德性評量實施要點提交學務會議討論，予以輔導與安置。

- 十、本校不鼓勵同學課餘打工，如因家庭因素有打工之必要者，請確實掌握貴子女打工環境及工作性質，教導職場安全常識，保障自身安全，並協助正常作息，切勿耽誤課業。
- 十一、青少年易受外界朋友影響，請多予注意孩子課後休閒活動與交友狀況，避免深夜遊蕩、治安疑慮或其他複雜場所。
- 十二、依《菸害防制法》規定，未滿20歲不得吸菸，並依法禁止使用電子煙。學生違規吸菸須接受戒菸教育，無正當理由未依通知接受者，依法處新臺幣2,000元以上1萬元以下罰鍰。另請家長共同留意電子煙及偽裝成飲品、糖果等新興毒品，避免學生因好奇或同儕影響而誤用。另請家長留意校園霸凌情形，如有疑慮請向導師或生輔組反映。
- 十三、本校行動載具使用規則公布於校網，學生可使用時間為 8:10 前、下課時間及放學，其餘上課時間手機須放置班級教室收納袋，不得使用。家長如須緊急聯繫，可透過學務處或導師辦公室電話。
- 十四、家長應留意孩子網路使用及交友情形，避免沉迷短影音、網路遊戲、或涉及網路霸凌與不當交友。勿提供個資、帳戶、提款卡或驗證碼予他人，並慎防網路購物、投資、賭博與交友詐騙。
- 十五、為培養學生良好的生活習慣，必須家長與學校一起努力，學生在校外行為或交友有異狀時，請與導師聯繫，以利及時發現，有效防止意外事件發生。

學務處聯絡電話：

學務主任	2971-2343 #301
生輔組長	2971-2343 #352
教官室專線	2985-2895

健康中心小叮嚀

- 一、如有同學有特殊疾病，請附上醫師開立之診斷及注意事項至健康中心，使孩子能得到較佳之照顧。如有疾病發作時須服藥或噴藥之情況，請家長務必提醒孩子隨身攜帶，以便緊急之處置，如有定時服用或使用之藥物，請依醫囑使用，並主動告知健康中心相關注意事項。
- 二、本學年新生健康檢查單位為啟新診所，預計於9月底發家長通知與同意書，檢查後一個月內會發給報告，如有異常結果，請至醫療院所進一步複檢及矯治。
- 三、健康中心以校園緊急傷病之初步評估及處置為原則，不提供一般口服藥物。孩子在校不適或受傷，經評估需休息時，原則上可在健康中心觀察休息一小時；如未改善，將請導師通知家長帶回就醫，以免延誤就醫時機。
- 四、「生病不到校」，請養成勤洗手與咳嗽禮儀，有上呼吸道症狀請戴口罩，如有發燒請就醫，並聯絡導師辦理請假手續。
- 五、早餐是一天開始重要的能量來源，請提醒孩子養成吃早餐的習慣，並避免空腹飲用過多含咖啡因或高糖飲品。
- 六、請鼓勵孩子每天攜帶環保水壺到校，學校飲水機均定期保養及更換濾心，請安心飲用，以減少飲料糖分的攝取及塑膠保特瓶的使用。
- 七、請鼓勵孩子三餐飯後及睡前潔牙，並每半年定期至牙醫檢查。
- 八、使用手機及3C產品應適時休息、增加戶外活動，並避免長時間或於昏暗環境下使用，以維護視力健康。如有視力矯正需求，應經專業驗光並正確使用合格之眼鏡或隱形眼鏡。
- 九、視力不良、齲齒及體位不良為學生常見健康問題，新北市政府建議家長每半年帶孩子至牙科與眼科進行定期檢查，以便早期發現並矯治。學校健康中心每學期也會實施視力檢查，若檢測結果顯示異常，請家長務必陪同孩子就醫，並繳回視力異常就診單，以利追蹤與矯治。

健康從校園開始，關愛由家庭延伸

實習輔導處工作報告

技職教育係以教授青年職業知能，培養職業道德，養成健全之基層技術人員為宗旨。本校因應社會變遷及產業需求，於七十八年改制為家事商業職業學校，以此為張本，開辦家事、商業兩大類科，陸續成立美容、幼兒保育、商業經營、觀光事業、資料處理、餐飲管理科，於 101 學年度停招幼保科並增設多媒體設計科，103 學年度美容科更名為時尚造型科，努力造就人才，使其投入國家建設，促進經濟繁榮。

實習輔導處之工作依據各科之特性，訂定各科發展目標，建立各科專屬特色，以培養各行各業專業技術人才，奠定優質謀生能力為職志。積極推展業務如下：

- 一、加強技能檢定，提升證照質量：定期實施校內技能檢定，落實段落性評量，以提升同學專業技能。合格者加以認證，特優者給予獎勵，不合格者實施補救教學。並以校內檢定為基礎，鼓勵同學通過勞動部各級技能檢定，為職場生涯創造優勢。
- 二、理論實務兼顧，落實實習制度：校內實習就學校設備資源作有效運用，例如：美髮中心；校外實習方面，各科均與績優廠商、企業合作，增加實務經驗，養成服從勤勞美德。
- 三、舉辦各項活動，檢驗教學成果：各科每年至少舉辦一次動靜態展示、比賽或成果發表會，藉以發揮互助合作，吸收同儕長處的效益，並邀請家長、合作廠商、畢業校友及臨近國中學生蒞臨觀摩指導，宣揚各科辦學績效。
- 四、發掘同學潛能，培養職業道德：透過專業領域淬鍊及工作倫理薰陶，讓同學瞭解自己的能力、性向與興趣，同時認清職場應該具備的規範，確立正向的價值信念，涵養良好的謀職態度。
- 五、選擇優良廠商，輔導同學就業：分析未來職場發展趨勢，協助沒有升學意願的同學進入制度健全、待遇合理的廠商或企業工作，減少適應困擾，激勵同學珍惜所愛，樂在工作。
- 六、注重安全維護，避免實習傷害：在專業實習方面，要求同學依照正確程序操作器具；在活動設計方面，無論內容或過程均以安全為最大考量，讓同學能在理想的情境中成長，學習尊重生命的真諦。
- 七、充實教學設備，改善教學環境：逐年增購專業設備，適時淘汰老舊過時設施，並將各專業教室儘量集中，方便實習及管理，提昇教學品質。
- 八、蒐集個人資料，編輯學習檔案：高職生涯無論就德、智、體、群、美育的學習參與，或校內外各項實習、競賽、社團服務、休閒活動，均是豐富的生活內涵。透過有計畫的搜集整理，既是未來升學就業的有力佐證，更是青春年華的寶貴回憶。
- 九、活化校外教學，正視休閒娛樂：各科配合專業課程需求，規劃相關機構或展覽辦理校外教學，並就近安排休閒活動，既可獲得專業新知，又能增進同儕情誼與師生互動。
- 十、鼓勵老師進修，增進專業職能：鼓勵專業老師參加各項研習、學術研討會，或由科舉辦專業研習，邀請專家學者指導，除精進專業職能，並能洞悉時代脈動，符應同學學習需求。

本校辦學強調學生本位、能力本位，希望培養出來的同學既能適應變遷，又具解決問題的能力。實習處願以此為南針，為每位學生的美好前程全力以赴。

親愛的家長您好：

感謝您將孩子交託穀保家商，近日有極少數家長反映技能檢定考試是否具有必要性。在此做以下說明。

近年來經濟不景氣，伴隨而來的衝擊是高失業率，就業市場競爭更加白熱化，學生「素質」問題已逐漸浮出檯面。許多孩子在就業過程中遇到瓶頸，同樣是工作求職者，擁有能力卻因沒有證照而錯失就業機會。

也許有些人對於考取證照之必要性充滿矛盾，認為專業證照不一定是找工作的最佳保障，但縱觀目前的企業，已將證照列為主要面試的最基本依據，對於未來就業的同學而言，絕對是百利而無一害。在世界各國，多數成功的工作職場，唯一不變的是以變求勝。而且考取證照資格也不會有何任何限制，只要準備充足，任何人都能考取，擁有一張具有公信力的專業證照，在無形中可以提升求職身價，也是求職者素質和能力的最佳證明。

因應全球知識經濟時代及產業結構快速變遷，各行各業技術日益專業化，靠學歷就能工作的時代已成為過去，證照的價值卻逐漸受產業重視，對於剛畢業的新鮮人而言，因為沒有任何職場經驗，證照的價值更顯重要。根據 104 人力銀行調查，證照已是許多企業在面試工作時的最低門檻，也是競爭力的新指標，證照對於求職最直接的幫助，就是增加面試機會。有八成企業主願意優先給予有證照的求職者面試機會，顯示專業的證照對於面試是有加值效果，證明擁有證照是吃香的！

政府機構推動檢定認證制度已行之多年，此制度可幫助建立正確的職業觀念，提升工作服務品質，強化工作安全。一般而言，凡涉及安全衛生行業的工作，對證照是更加的重視。本校為落實技職教育「務實致用」的理念，鼓勵學生在就學期間多考取相關證照，其目的乃在協助學生投入職場的就業準備。為了讓同學瞭解持有證照的重要性，並接受完善的教學品質，本校對於學生未來職場的工作能力需求上，仔細規劃課程及補救教學，著重實務應用取向，透過參與相關技能檢定，考核學生是否具備達成工作能力，儲備其職務的競爭力。

俗云「家財萬貫，不如一技在身！」擁有技能的同時，還要有效落實證照制度，並訓練良好的工作態度、穩定性、抗壓性及表達溝通能力，以及解決問題的能力，迅速融入職場並提升就業能力。擁有完善的證照，才能提升未來就業的競爭力，縮短就業尋覓期，建立職場就業自信心。因此，由衷希望家長能瞭解技職教育證照取得的重要性，並給予孩子信心及支持。敬祝

闔家平安 諸事如意

穀保家商實習處 敬上

輔導室工作報告

輔導室的設立，主要是幫助學生解決生活、學習、生涯各方面的困擾，讓學生在生理、心理、學業、人際、親子、交友、感情等都能得到良好的適應與理想的發展。輔導室的具體工作內容如下：

- 一、建立全校學生個別輔導資料，以供輔導時之參考；並適時移轉資料，以供延續輔導之需。
- 二、實施心理健康及興趣等測驗，幫助學生了解自己、探索未來之方向。
- 三、協助就讀一般班身心障礙學生辦理資源教室，並視學生需求設計相關輔導課程，於課後提供學生進行加強輔導。
- 四、進行教師輔導工作自我檢視，幫助教師了解輔導作為，增強輔導知能，建立更高的輔導共識。
- 五、舉辦全校教師特教與輔導研習，與教師溝通輔導觀念、作法，增強輔導知能。
- 六、每週二早自習利用心靈有約時間，播映有關「生命教育」、「性別平等教育」、「特殊教育」、「生涯規劃」、「家庭教育」等影帶，並請同學撰寫觀賞心得。
- 七、成立輔導室志工服務隊及推廣教師認輔工作，鼓勵師生發揮教育愛，視輔導工作為自我成長與生活快樂的泉源。
- 八、舉辦生涯規劃相關活動，如升學博覽會、四技二專入班宣導及升學輔導演講等，讓學生了解自我特質與升學、就業選擇互動的關係，增強學生未來生涯規劃的信心。
- 九、舉辦親職教育日活動，讓家長瞭解孩子在校作息情形、培養親子和諧關係，並達成教育上之共識，有效輔導學生。
- 十、宣導性別平等相關資料，澄清學生對異性交往的正確觀念，給予學生積極的建議及自我檢視的方法。
- 十一、進行學生個別、小團體及班級諮商等輔導工作，幫助學生了解、接納、肯定、實現自我，以發展個人最大潛能。
- 十二、與各處室合作推動生命教育、性別平等教育、家庭教育等相關議題融入教學課程。
- 十三、定期舉辦特殊教育學生個別化教育計畫會議，審視特殊教育學生學習狀況，並透過親師會談給予彈性教學目標及評量方式。
- 十四、提供本校教師及家長對輔導學生疑難問題的諮詢。必要時轉介其他相關輔導機構，以期提供更完善的三級輔導服務。
- 十五、校網不定期公告教師、家長、學生相關研習或活動資訊，鼓勵全校師生及家長掌握資源。

親 職 教 育 諮 詢 機 構

➤ 緊急救援

24小時保護專線080422110	台北市24小時保護專線(02)27062495
康乃馨保護專線(02)27062495	婦女救援基金會(02)23929595

➤ 諮詢機構電話協談專線

(1) 諮詢機構

反璞歸真心理工作室 (02) 27010813	活泉身心理整合輔導中心 (02)2230-6670
觀新心理諮商中心(02)23633590	懷仁全人發展中心(02)23117155
呂旭立紀念基金會(02)23635939	鄭石岩開悟諮商中心(02)22368722
現代人力潛能開發顧問公司 (02)27184447	耕心協談中心 (02)23711154
新北市板橋心理衛生中心 (02)22542454	新北市衛生局心理衛生 (02)29869755

(2) 電話協談

台北市張老師(02)27166180	新北市張老師(02)29896180
台北市生命線(02)26099595	新北市生命線(02)29679595
晚晴婦女協談專線(02)25580170	馬偕協談中心平安線(02)25310505

二、醫藥保健

榮總毒藥物諮詢(02)28757525	市立療養院藥物戒癮科(02)27285791
板橋心裡衛生諮商服務 (02)29602500-233	市立療養院精神科 (02)27264186
杏陵醫學基金會(02)23627363	新 北 市 家 庭 教 育 服 務 專 線 (02)22554885
家庭生活教育中心(02)28830310	家庭生活教育推廣協會(02)25771550
信誼基金會父母學苑(02)23971252	人 本 教 育 基 金 會 教 育 諮 詢 (02)23623645
心路文教基金會(02)25959778	千代文教基金會(02)28742526
友緣社會福利基金會(02)27693319	師範大學特殊教育中心(02)23922784

一般法律問題：新北市聯合服務中心(02)27256168

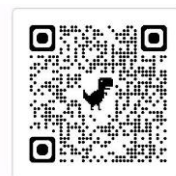
中華人權協會(02) 3393 6900	消費者文教基金會(02)27001234
婦女新知女人104 專線(02)25500708	台北律師公會(02)23515071

新北市政府教育局-資訊素養宣導

請貴校運用家長日及相關場合宣導資訊素養相關觀念，提醒家長協助學生合理使用網路保護自我。

壹、相關資源：

1. 新北市教育局家庭教育中心提供社會情緒學習相關訊息請掃描QRcode進入。



請點選「家庭教育-社會情緒學習」

2. 「iWIN 網路內容防護機構」(<https://i.win.org.tw/>) 其中內含依據兒童及少年福利與權益保障法第46 條規定，受理申訴有害兒 少身心發展之網際網路內容。為使學生在家亦能安全上網，避免瀏覽不適宜資訊，教育部開發「網路守護天使 3.0」(桌機版及手機版)可鼓勵家長自行於網路 守護天使推廣網站免費下載使用。該軟體針對個人電腦、智慧型手機及平板電腦使用者，提供不適宜瀏覽資訊過濾防制服務，並有網路使用停歇及停止上網時段設定功能。相關軟體支援與使用方式可參閱「網路守護天使 3.0」官方網站(<https://nga.moe.edu.tw>) 說明，或洽諮詢電話(02) 23783666。
3. 教育部提出健康上網「一聽二規三動動，四感五慣六讚讚」之宣導，說明如下：
 - 一聽：傾聽孩子的需求。
 - 二規：對孩子上網作規範。
 - 三動動：每使用 30 分鐘 3C 產品，就要站起來活動 10 分鐘。
 - 四感：培養子女的歸屬感、愉悅感、成就感及意義感之高四 感生活。
 - 五慣：培養人、事、時、地、物五種網路使用的好習慣：
 - 人：和父母討論網路交友情形。
 - 事：保護自己與他人隱私。
 - 時：規定每天網路使用時間上限；每天先做完功課再上網。
 - 地：睡覺時手機不放床邊。
 - 物：使用適合年齡遊戲。
 - 六讚讚：多稱讚孩子合理使用網路的行為。
4. 新北市家庭教育中心提供「AI時代的家庭教養」親職教育宣導影片及簡報宣導影片，請逕至「新北市政府教育局數位學習影音網」之「最新影音」影片處下載「AI時代的家庭教養」

<https://estudy.ntpc.edu.tw/Page/StreamPlayer/MediaPlay.aspx?U=000006819>

5. 新北市生生用平板－數位學習家長相關宣導資料可至本市資訊業務入口網
<https://mis.ntpc.edu.tw/p/405-1001-11932,c1048.php>
6. 新北市教育局粉絲專頁及各項新媒體數位平臺之相關宣導資料可至雲端連結：
https://drive.google.com/drive/folders/1frKB3jtBCDC_g2wr0QguYPHQ71rtRq1t?usp=drive_link