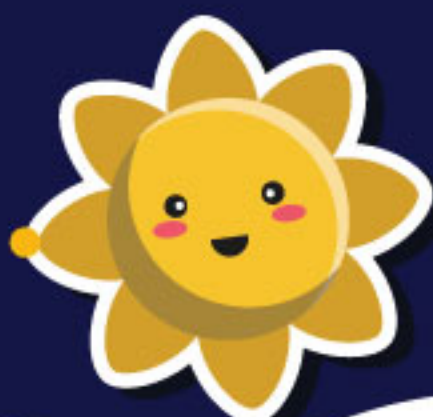




生活輔導組



★交通安全宣導

- 一、佩戴合格貼實合適的安全帽，扣好繫帶（以能深入一指之鬆緊為宜）。
- 二、轉彎時應先開啓燈號告知其他車輛。
- 三、大型車、聯結車駕駛視線差，對後方狀態掌握較困難，行經大型車後方或二側時，機車要保持安全距離。
- 四、左轉最好採二段式左轉，以保障行車安全。
- 五、路口遇綠燈變黃燈時，應迅速判斷，緩慢減速停車，或快速通過。
- 六、騎機車時勿撥打或接聽手機，或與後座聊天。
- 七、蛇行與逆向行駛最危險。
- 八、發生車禍保持現場完整，並且打110通知警察單位處理，學校值勤教官值勤電話：0975176911

帽帶要緊扣 生命有保障

Secure your helmet or un-secure your life.

✗ 不戴安全帽! ✗ 安全帽沒扣!

SAFE!

選擇有正字標記及安全檢驗標誌的合格安全帽!

交通部運輸委員會 臺北市政府交通局 關心您

<http://www.don't-panic.gov.tw>

課外活動指導組

天下 太 評

110年健行科技大學
社團評鑑

評鑑日：110年11月17日



課指組健行雲

諮商輔導組

★諮商輔導組110-1「熱愛105度C的健行」活動★ & 醫師駐診諮詢服務

熱愛的105度—愛情探索團體、耀眼的75度—屬於我的時代系列講座、溫暖的45度—追夢影片賞析、舒適的25度—輔導股長講座。

醫師駐診諮詢服務於9/8起至12/29止，歡迎預約！

熱愛105°C的健行

熱愛的105度=痛快的熱愛
愛情探索團體
時間:11/10-12/22
每週三下午 15:00-17:00 共7次

耀眼的75度=獨一無二
屬於我的時代

講座1
一座食堂一座橋—浪人食堂的光與影
浪人食堂負責人 余恩興
9/22(三) 14:55-16:40

講座2
我適合談怎樣的戀愛?
知名Youtuber 米鹿
10/20(三) 13:00-14:40

講座3
心理師的偷心滿過術
Ashley 陳雪如心理師
11/17(三) 13:00-14:40

溫暖的45度
陪你勇敢追自己的夢想

影院1
世界第一貴方
9/29(三) 13:00-14:40

影院2
五星主廚快餐車
10/27(三) 13:00-14:40

影院3
玩命直播—網紅世界中，如何不迷失自己?
11/10(三) 13:00-14:40

舒適的25度
安心有我在 活力全開

輔導股長會議
期初會議 ▶ 10/6(三) 13:00-14:40
期末會議 ▶ 12/15(三) 13:00-14:40

活動報名 ▲ 心理測驗 ▲

健行 諮商

如因疫情變動，以最新公告為主

醫師駐診諮詢服務



黃正龍
醫師

服務時段:週三 0900-1200

9/8、9/22、9/29、10/6、10/20、10/27、11/10、11/17、
12/1、12/15、12/29

經歷	專長
堀新醫院精神科主任 成大附設醫院斗六分院 精神部主任	失眠、憂鬱、焦慮、自律神經 失調、兒童青少年情緒障礙、 注意力不集中、學習障礙、過 動、妥瑞症。



周漢威
醫師

服務時段:週二 1800-2100

9/14、9/28、10/12、10/19、10/26、11/2、11/9、
11/23、12/7、12/14、12/21

經歷	專長
國軍桃園總醫院精神科 國軍新竹地區醫院精神科 三軍總醫院精神科主治醫師	一般精神科、睡眠醫學專科、 老年精神專科、戒癮醫學專科

心理師諮商服務

工程學院	民設學院	商管學院	電資學院	進修部	學習輔導
•翁雅萍 •3554	•鄭聖樺 •3555	•林靜茹 •3558	•張至豪 •3559	•方維真 •3556	•蔡博堯 •3326

兼任心理師	額外專長
洪育志(週一)	性諮商、催眠
汪樂慧(週三)	國際芳療證照、長照
林怡秀(週四)	心理創傷輔導
林杰勳(週五)	愛滋諮詢、同志議題

諮商預約



諮商組
FB粉絲頁





衛生保健組

一、學生團體保險

申請理賠時所需文件如下：

理賠申請書	國泰人壽理賠申請書（108年8月1日(含)後發生之事故） 全球人壽理賠申請書（108年7月31日(含)前發生之事故）*健康中心領取或至衛保組網頁自行列印
診斷證明書	影本需加蓋醫院印章
醫療費用收據	
X光片	有骨折者才需檢附，申辦完成會退還
未成年者	a.法定代理人須簽章 b.戶口名簿(須有法定代理人基本資料)
備註:事故發生日起算兩年內皆可申請辦理	

- 1.請利用理賠專員駐校服務時段前往諮詢與繳交理賠申請案件，服務時間與地點如下：
- 2.日間部(國泰人壽)：每週二、四上午11:30~下午13:30（衛保組辦公室）
- 3.日間部(全球人壽)：每週二上午11:30~下午13:30（衛保組辦公室）
- 4.進修部：每週三下午18:30~下午20:30（進修部辦公室）

二、健康促進活動

活動名稱	時間	對象	地點
美食集點雙重送	10/4~11/16	全校師生	健康中心索取活動集點卡
免費異常複檢	11/18	接獲異常通知學生	健康中心
流感疫苗	11/18	公費:50歲以上 自費:無年齡限制	健康中心

三、健康宣導

衛生福利部疾病管制署「公費流感疫苗」宣導接種：為讓民眾於流感流行季前具有足夠保護力，提醒民眾主動接種公費流感疫苗，以保障健康，免於流感威脅！疾管署提醒，符合公費條件的民眾接種流感疫苗前，可先至疾管署全球資訊網

（<https://www.cdc.gov.tw>）

查詢鄰近合約院所。疾病管制署規劃每年10月開打的公費流感疫苗，110年一樣預計10月1日開打。中央流行疫情指揮中心呼籲民眾，打新冠疫苗和流感疫苗至少要相隔7~14天。打疫苗的副作用和感染新冠肺炎、流感的症狀都可能發燒，若是疫苗副作用帶來的發燒，通常不超過48小時，也不會伴隨咳嗽等上呼吸道症狀。



體育組

水域安全宣導

救溺五步「叫叫伸拋划，救溺先自保」

- 「叫」大聲呼救
- 「叫」呼叫 119、118(海巡服務專線)、110、112(行動電話急難救助專線)
- 「伸」利用延伸物(竹竿、樹枝等)
- 「拋」拋送漂浮物(球、繩、瓶等)
- 「划」利用大型浮具划過去(船、救生圈、浮木、救生浮標等)

防溺水十招

- (一) 戲水地點需合法，要有救生設備與人員
- (二) 避免做出危險行為，不要跳水
- (三) 湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心
- (四) 不要落單，隨時注意同伴狀況位置
- (五) 下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水
- (六) 不可在水中嬉鬧惡作劇
- (七) 身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳
- (八) 不要長時間浸泡在水中，小心失溫
- (九) 注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水
- (十) 加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆

不會游泳也要學會的水中自救

拍打水面

雙手水平舉起向下平拍水面，並大聲呼救，利用動作和聲音引起注意。

運用漂浮物

運用現場可得的漂浮物，或是脫下身上的衣物，從後面向前拋，讓衣物充氣空瓶形成浮具。

水母漂

深吸一口氣，臉向下埋入水中，手臂鬆向下自然伸直，並將身體放鬆。

仰漂

全身放鬆，吸滿氣後頭部慢慢後仰，吐氣時用口快吐快吸。

教育部體育署 關心您

110學年度第1學期 校內運動競賽

比賽名稱	說明	比賽時間
全校運動大會	在校生，均可報名參加。	本學期暫緩舉行
	男子組：100M、200M、400M、800M、1500M、及 400M 接力、1600M 接力。	
	女子組：100M、200M、400M、800M、及 400M 接力。	
	系大隊接力(分男女組)：系學會組隊。 院際大隊接力：各院辦公室組隊，請各系(或系學會)協助組隊。	

各項活動訊息將公佈於體育組網頁，大一報名表會由體育任課老師轉交，其他年級可至體育組辦公室領取紙本報名表。
學校首頁→行政單位→學生事務處→體育組網頁：

<http://budget.sa.uch.edu.tw/sao/sport/index.php>



服務學習中心

志願服務基礎訓練

09:00-16:00

商學院7樓

10/17

電子系、資工系

10/31

企管系、行銷系

11/14

財金系 & 工管系
補課者

11/21

資管系
電機系

