



生活輔導組



防CO

三大保命對策



遷移或更換熱水器至屋外



更換為強制排氣式熱水器



更換為電熱水器或太陽能熱水器

防災五要原則

要保持環境的 **通風**

避免陽台加裝門窗、晾曬大量衣物



要使用安全的 **品牌**

熱水器應貼有檢驗合格標示



要選擇正確的 **型式**

室內強制排氣式、屋外專用式等



要注意安全的 **安裝**

由合格承裝技術士依標準安裝



要注意平時的 **檢修**

熱水器應定期檢修汰換，如要遷移熱水器位置或更換組件時，應請合格承裝技術士為之



防範



一氧化碳

使用

燃氣熱水器

中毒

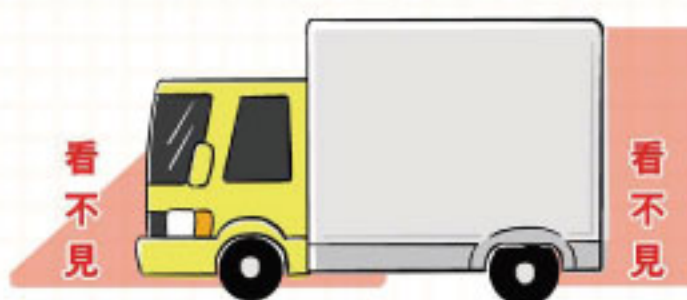
要注意通風安全



遠離大型車，你我都平安

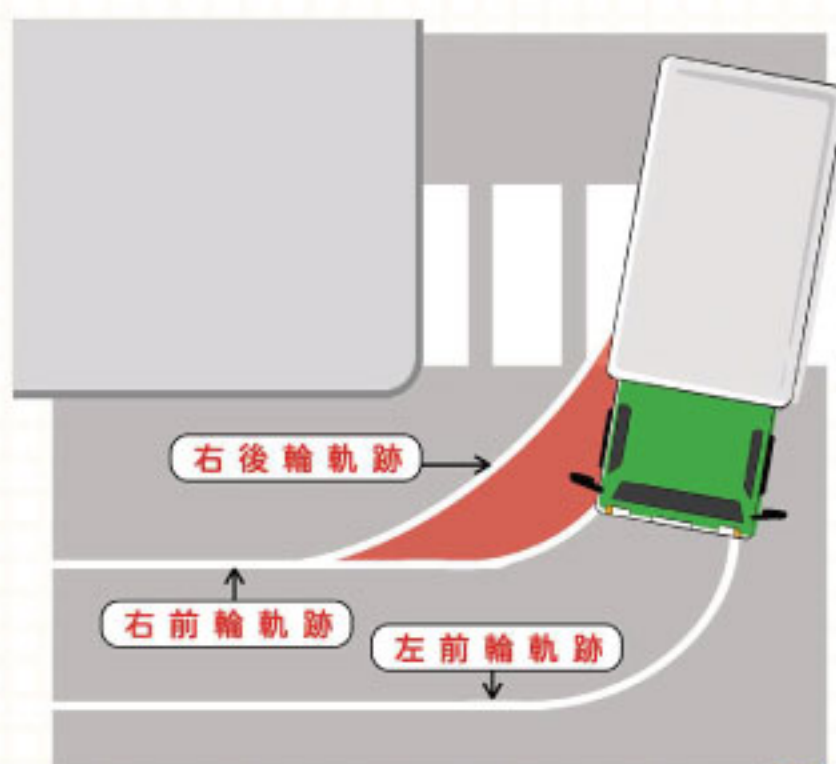
小心大型車的「視野死角」

1. 行人不要貼近大型車輛前方通過
2. 騎機車或自行車不與大型車併行



轉彎時要注意「內輪差」

1. 行人不要貼近大型車輛左右兩側
2. 內輪差的範圍通常也是視野死角



廣告

南投縣政府
NANTU COUNTY GOVERNMENT



課外活動指導組

健行科技大學學生社團辦公室管理要點11.10修訂

根據學生社團活動場地借用及管理規則第五條第一項之規定，不得於社團活動場地內違規使用及放置具危險性、有礙衛生、菸酒及具易燃性之物品，不得炊煮食物或進行具危險性之訓練活動，亦不得使用校方禁止之電器，並嚴禁喝酒、吸菸，及從事具賭博性之相關活動。

違反上列規定者將收回社團辦公室，並依據下個年度評鑑成績重新分配社團辦公室。

健行之刃

111年度社團幹部研習營

自治聯誼、學術學藝、體能康樂、服務性

110年12月11日(星期六) 7:30-15:00

新竹關西萊馥渡假村



課指組健行雲

諮商輔導組

諮商輔導組 / 10- / 「暖心房」

到了秋冬轉換的時期，逐漸變冷的天氣，有時也會讓我們的心情跟著換季！當我們增添保暖衣物時，也別忘了照顧內心的情緒，安排放鬆、紓壓活動，或是一句簡單的問候、關心，都能讓自己或是身邊的人，感覺到溫暖與陪伴喔！若是遇到了讓你不知所措的困難和問題，可以找學校諮商輔導組心理師聊聊，或是使用社會資源，撥打「1925」安心專線，讓專業輔導人員陪你一起面對！

心理師介紹

諮商輔導組

Taking Care of Your Mental Health!
讓我們照顧你的心理健康

商管學院 林靜茹心理師

E-mail: chingju@uch.edu.tw
聯繫電話: (03)4581196
轉分機 3558

輔導小語
所有發生都在成就更好的“you”！

電資學院 張至豪心理師

E-mail: joe110@uch.edu.tw
聯繫電話: (03)4581196
轉分機 3559

輔導小語
生活充滿各種考驗，嘗試學習，面對就能長出智慧。

學習輔導 蔡博堯心理師

E-mail: im905572@uch.edu.tw
聯繫電話: (03)4581196
轉分機 3326

輔導小語
與其做個好人，寧願做一個完整的人。

民設學院 鄭聖樺心理師

E-mail: borason1981@uch.edu.tw
聯繫電話: (03)4581196
轉分機 3555

輔導小語
良好習慣多不良習慣少之心態講之健康，反之亦然。

工程學院 翁雅萍心理師

E-mail: iamyping@uch.edu.tw
聯繫電話: (03)4581196
轉分機 3554

輔導小語
人生就是一場冒險，和我一起探索無限潛能。

進修部 方維真心理師

E-mail: pestienelson@uch.edu.tw
聯繫電話: (03)4581196
轉分機 3556

輔導小語
允許自己有好與壞的時候，讓關係更自在。

諮商線上預約
請掃描下方QR-code



若不確定，也可以撥打學院心理師電話先進行諮詢哦！

安心專線 1925
依-舊 愛-我



衛生福利部 X 天天好事
© Tian Tian Hao Shi, Licensed By Inhot Image

使用商品請認明商標



衛生保健組

一、學生團體保險

※110年1月7日(四)為本學期最後收件日，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	地點
蔬菜營養我最瞭解關活動~~	11/25 10:30-13:00	行政大樓一樓大廳

三、流感宣導

衛生福利部疾病管制署「公費流感疫苗」宣導接種：110年10月1日起分階段開打，第一階段對象於110年10月1日開打，第二階段對象於110年11月15日開打，至疫苗用罄止，惟倘疫苗短缺，將另行公布開打日期。

階段順序	實施對象
第一階段 (110.10.1起)	● 醫事及衛生防疫相關人員 ● 65歲以上長者 ● 安養、養護、長期照顧(服務)等機構之受照顧者及其所屬工作人員 ● 滿6個月以上至國小入學前幼兒 ● 孕婦 ● 具有潛在疾病者，包括(19-64歲)高風險慢性病人、BMI$\geq$30者、罕見疾病患者及重大傷病患者 ● 國小、國中、高中、高職、五專一至三年級學生等 ● 6個月內嬰兒之父母 ● 幼兒園托育人員及托育機構專業人員（含社區公共托育家園） ● 禽畜業及動物防疫相關人員
第二階段 (110.11.15起)	50至64歲無高風險慢性病人

體育組

★ 校內運動競賽

比賽名稱/項目		說明	報名日期	比賽時間
全校運動大會	個人	在校生，均可以班為單位報名參加。	12/24	3/3、3/4
	班際	男子組：100M、200M、400M、800M、1500M、及 400M 接力、1600M 接力。		預複賽
	接力	女子組：100M、200M、400M、800M、及 400M 接力。		3/23 決賽
	系際	系大隊接力 (分男女組)：每隊 20 人，系學會組隊。	12 月中下旬	3/26
	院際	院際大隊接力：各院辦公室組隊，請各系 (或系學會) 協助組隊。	12 月中下旬	3/26
校長盃拔河		在校生，均可以班為單位報名參加， 分男女組，每隊 15 人。	12/24	3/7 起 3/26 決賽

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，或上體育組網頁下載。學校首頁→行政單位→學生事務處→體育組

體育運動組網頁：

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



服務學習中心

★ 志願服務內涵及倫理 ★

志願服務係指，民眾出於自由意志，非基於個人義務或法律責任，秉誠心以知識、體能、勞力、經驗、技術、時間等貢獻社會，不以獲取報酬為目的，以提高公共事務效能及增進社會公益所為之各項輔助性服務。

對社會提出志願服務的人，稱為志願服務者，或簡稱志工。因此，可以把志願工作定義為：

1. 非強迫性，沒有義務從事
2. 不求立即的或大筆的金錢回報
3. 目的在幫助他人
4. 是工作而非玩樂
5. 願意從事與自己利益無關

