



LCJ LAN-ZHOU JUNIOR HIGH SCHOOL



115學年度蘭州國中 第一學期 學校日手冊

日期：SEP.12 2026

時間：8：30AM - 12：00PM

103臺北市大同區至聖里大龍街187巷1號

電話號碼：02 2591 8269



臺北市立蘭州國民中學 115 學年度第一學期學校日親師手冊

目錄

校長的話	1
處室報告—教務處	3
處室報告—學務處	7
處室報告—總務處	16
處室報告—輔導室	18
特教宣導：妥瑞氏症、CRPD	23
親職簡訊：【性騷擾・性霸凌・家庭暴力・兒少性剝削・性影像防治・長照家長 宣導】家長宣導	28
親職簡訊：【學生自我傷害辨識與防治】家長宣導	29
臺北市立蘭州國民中學電話分機一覽表	32
臺北市立蘭州國民中學作息時間表	32



點亮未來，親師攜手共築夢想

親愛的家長夥伴，您好：

歡迎您於百忙之中抽空蒞臨本學期的學校日！首先，我謹代表蘭州國中全體教職員工，向各位家長致上最誠摯的歡迎與感謝。孩子的成長只有一次，感謝您將最寶貴的孩子交給蘭州，讓我們有這個榮幸，陪伴他們在青春期的關鍵階段穩健前行。

緊扣「十大好學」藍圖，建構健康與國際化的優質校園

面對瞬息萬變的未來，本校緊扣臺北市「教育十大好學」的願景藍圖，致力為孩子打造全方位的優質學習環境。在「健康學」的落實上，我們深知強健的體魄是所有學習的基石。為此全面執行「免費營養午餐」政策，這不僅實質減輕了家庭的負擔，我們更嚴格把關校園食安與菜色的營養均衡；同時，也積極配合市府推動「生生喝鮮奶」專案，為正值黃金發育期的國中生補充優質鈣質與蛋白質，從飲食著手，全方位守護每一位學子的健康。

此外，在「全球學」的推展上，本校自 114 學年度轉型為雙語學校後，持續重視雙語與國際議題的扎根。我們不僅逐步將雙語教學自然融入各領域課堂，營造沉浸式的語言環境，更結合聯合國永續發展目標（SDGs）等國際重大議題，引導孩子關心世界脈動。期盼透過多元的文化交流與議題探討，培養孩子具備「在地情懷、全球視野」的國際移動力，讓蘭州學子未來能自信地走向世界。

傳承與創新，見證蘭州學子的優異表現

在全體師生的共同努力與您的大力支持下，蘭州國中持續展現令人驕傲的成績。115 年度我們榮獲優質學校學生學習向度獎，這個獎項肯定了蘭州國中對學生學習各面向的優質努力；同時在本校特色拳擊隊亦持續創佳績，於全國性賽事中屢獲獎牌，展現出堅持不懈、勇敢拚搏的蘭州精神；在科技创客與藝文等領域，同學們亦各展所長、頻頻獲獎。更令人欣慰的是，孩子們在日常校園生活中展現出的良好品格素養與互助精神，證明了蘭州是一所兼具傳統榮耀與創新活力的高優質學校。

親師共育，期待家長的溫暖支持與配合

教育是一場愛的接力賽，學校與家庭是孩子成長路上最重要的雙翼。為了讓孩子穩步邁向未來，特別提出幾點期待與您共勉：

1. **陪伴適應學習轉換，建立自主學習習慣：**國中課程的深度、廣度與科目數量皆遠勝國小。請家長理解孩子初期在成績上可能面臨的震盪，將焦點放在「學習態度與方法」而非單看分數。請協助引導孩子學會課前預習、課後複習、主動發問，並做好時間管理，培養終身受用的「自主學習」能力。
2. **落實規律作息，引導數位自律：**請協助孩子養成良好的生活習慣與充足睡眠。同時，請家長與孩子共同訂立手機與網路的使用規範，善用數位工具學習，而非沉迷網路，以維護身心健康。
3. **給予傾聽陪伴，肯定多元價值：**青春期的孩子內心渴望被理解。請多給予孩子優質的陪伴與正向鼓勵，關注他們的心理健康，陪他們在面對挫折時建立自信與韌性。
4. **保持良性溝通，建立合作夥伴關係：**教育需要親師同心。若孩子在學習或生活上有任何狀況，歡迎隨時與導師及任課教師保持密切聯繫，親師攜手為孩子尋找最適切的引導方式。

「教育不是灌滿一桶水，而是點燃一把火。」蘭州國中的教學團隊將持續以專業、愛心與熱情，點亮每一位孩子的內在潛能。再次感謝各位家長對學校的信任與肯定，預祝今天的學校日圓滿順利，祝您闔家平安、萬事順心！

臺北市立蘭州國民中學 校長黃偉鵬 敬上
中華民國 115 年 9 月 12 日

臺北市立蘭州國民中學 115 學年度第一學期學校日教務處報告

一、本學期教務處工作重點：

構面	工 作 項 目	工作內容
課程 組織 運作	課程發展委員會運作	● 定期召開課程發展委員會議。 ● 依據課發會組織執掌執行任務。
	領域社群運作	● 執行課發會決議事項。 ● 擬定領域社群計畫並定期運作。
	實施課程評鑑	依據課程評鑑計畫定期辦理。
教師 專業	教師研習	利用寒暑假辦理教師備課週研習活動鼓勵教師參加校外研習、非專長授課教師增能研習。
	教師社群	● 領域學習社群：進行部定與校訂課程之設計、實施與修正，深化專業對話與公開授課。 ● 國際雙語教育社群：推動雙語教學與國際教育課程之跨域共備。 ● 入校陪伴社群：引進外部專家引導，精進素養導向課程設計。
	教師專業發展	● 參與教師專業發展實踐方案，定期申請初階、進階回饋人才或教師輔導教師認證。 ● 鼓勵教師參與教師專業發展實踐方案(申請初/進階認證)，並製作教學檔案以精進教學品質。
教學 計畫 與 實施	課程計畫與實施	● 依 12 年國教課綱撰寫課程計畫(含彈性課程)彙整。 ● 上網公告核定課程計畫。
	領域特色課程計畫	持續滾動修訂各領域特色課程計畫並實施。
	公開授課	實施公開授課、落實公開授課三部曲(備觀議)，促進專業對話深度。
	選購合用教學用書	各領域依教科書評鑑表選定適用教科圖書，經教科圖書選用評審委員會(簡稱:書評會)決議後進行採購。
	落實多元評量	● 定期召開學習評量輔導小組會議。 ● 鼓勵實施多元評量、增強學生多元學習成就與自信。 ● 多元化定期評量、多元化寒暑假自主學習作業。
國際 雙語 教育	雙語教育	● 持續充實校園雙語情境建置；七、八年級全面實施雙語教學；持續運用外籍師資(ETF)(由 Fulbright 基金會引進)進駐校園進行協同教學。
	國際教育	● 與日本大阪府常翔啟光學園中學校持續經營姊妹校合作關係，另與日本堺市殿馬場中學校、金剛北中學校洽談交流合作課程。 ● 申請國際教育資源促成學生出國參訪。

		● 國際雙語教育社團(Hi-Five 大使社)持續培養國際交流種子學生，提升學生國際素養與跨文化溝通力。
學生學習	課後輔導課程	● 綜合考量學生特質、社區特性等條件，規劃輔導課程提升學生學力品質。 ● 七八年級以自主學習態度養成為重點；九年級以會考學科衝刺為整學年度主軸目標。
	學習扶助專案	依據線上測驗結果，依規定召開學習輔導小組，規劃學習扶助課後及課中課程。
閱讀推動	充實圖書館藏	運用圖書預算選購新書(含雙語圖書館藏)，並由圖書股長協助布置閱讀環境。
	晨讀活動	● 推動每週二、三晨讀活動；由七年級、八年級各班進行自主閱讀活動。 ● 申請讀報教育資源，推動班級讀報運動。
	經典閱讀以書映光	配合教育局推出經典閱讀「以書映光」活動，鼓勵學生展書閱讀，增加閱讀機會並鼓勵學生投稿。
	115 年度線上資料庫知識管理平臺	善用教育局線上資料庫知識管理平臺及品學堂數位閱讀系統，增進學生閱讀思辨力。
資訊教育	學校網頁維運	學校官網內容維護與更新。
	充實資訊設備與資源	按年度逐步升級或改善網路硬體設施，並依實際需求添購教學軟體、資訊設備或行動載具等，有效支援資訊教育之推動。
	資訊素養融入教學	● 落實資訊素養教育，鼓勵教師運用各種 AI 工具及數位工具進行創新實驗教學。 ● 依臺北市資訊素養融入教學實施計畫辦理。 ● 鼓勵教師運用資訊科技融入各科教學、創新實驗
多元學習	升學及宣導	● 定期辦理升學宣導 ● 辦理應屆畢業生多元升學管道報名事宜
	本土語言學習	積極進行臺灣臺語、客語、原住民語及臺灣手語學習課程規劃與實施，招聘合宜師資開課。
	學藝競賽	定期辦理國文、英文及本土語言相關語言等學藝競賽。

二、本學期工作報告：

(1) 國際雙語教育：

1. 七、八年級以雙語進行教學，科目包含視覺藝術、表演、童軍、資訊、體育、蘭州話策略、蘭州論列國。
2. 外籍師資入校，本校持續與 Fulbright 基金會合作，進駐美國籍師資(ETF)1 位-Taj；與七、八年級雙語課教師入班協同教學，另全校性活動亦同步參與，增加學生語言互動機會。
3. 持續與日本大阪府常翔啟光學園進行國際交流系列課程，同時增加日本堺市立兩所公立學校進行交流課程。方式包含信件交流、非同步線上交流、同步線上交流、實體交流等。
4. 擴大招募「HiFive 大使社」成員，以培養國際交流種子學生為目標，透過系列課程，接觸多國文化，促進學生國際素養。

(2) 課後學習輔導課程：

九年級自 9 月 14 日(一)~1 月 8 日(五)每週一至週五上課，上課時間為當天 16:10~16:55，正式放學時間為 16:55。依教育局規範學生參加課後輔導課程每人收費標準為每節課 36 元整，校方將辦理收費作業，課程內容請參考下表：

	週一	週二	週三	週四	週五
九 A	理化	數學	地科+生物/英語	國文	社會
九 B	數學	國文	英語/地科+生物	理化	社會

七、八年級規劃以課後自主學習為原則；以協助學生培養正確學習習慣與規律，按時複習學習內容。活動時間及相關規定尚待統一公告學生家長。

(3) 學習扶助課程：

每班約 6 人，實施課中學習扶助課程為主要模式；開學初起至 1/14 止，開設英文科目。師資由校內老師授課。為落實學習扶助精神，校方針對學習落差學生實施補救教學，有效針對學生個人狀況做落點的補強，請家長多給予學生學習方面的肯定與鼓勵。

(4) 辦理學生各項競賽活動：

包含語文學藝競賽：演講、朗讀、書法、字音字形…等。

(5) 升學輔導：

1. 115-1 校內教育會考宣導，於 10 月 16 日下午週會課(14:20-15:05)辦理，也歡迎家長前來聆聽。
2. 115 學年度國中教育會考及全國高級中等學校與專科學校五年制適性入學重要日程表，已公告在本校官網的「多元升學」專區，請家長參閱。
3. 本學年度國中教育會考時間於 116 年 5 月 15-16 日舉行。

(6) 註冊及相關獎助學金補助：

1. 臺北市教育局為協助經濟弱勢家庭或家庭突遭變故人士之子女順利就學，辦理「安

心就學溫馨輔導計畫」。家長若有此需求，在學期初可向導師提出申請。

2. 本校官網「獎助學金」專區，提供獎助學金的申請資訊，請家長參考。

(7) 線上學習資源說明：

本校建置「線上授課專區」如因特殊疾病需全班或全校停課時，

請進入此網站參與線上課程。掃描右側 QR Ccode 參考。

請使用學校配發之 Google 帳號登入方可正常使用課程資源。



(8) 閱讀推廣實施：

晨間閱讀：每週二、三、上午 7:40~8:20 進行。

經典閱讀「以書映光」等推廣閱讀活動。

(9) 臺北市親子帳號綁定、智慧校園繳費、酷課 App 宣導：

親子帳號綁定



掃描 QR Code 進行綁定。
進行親子綁定後即可使用
諸多臺北酷課雲資源及臺
北市智慧校園繳費功能。

智慧校園繳費系統



掃描 QR Code 進入校園繳費
系統首頁。

酷課 App 專區



掃描 QR Code 進入「酷課
App 專區」，了解更多。

臺北市立蘭州國民中學 115 學年度第 1 學期學校日學務處報告

一、 工作重點

(1) 落實正向管教

繼續落實「零體罰」政策，恪守「教師與輔導管教辦法」，尊重學生人格尊嚴及個別差異，營造「友善校園」，培養學生成為有教養、自尊自重的孩子。

(2) 注重品德教育

深耕「品德優先，常規第一」，整合校內外資源規劃安排各種課程、活動及學習體驗，形塑品德校園文化氛圍，透過情境教育方式發揮落實品德教育功能，營造友善和諧校園文化。

(3) 發展多元能力

社團活動：協助本校學生藝文知能發展，因應未來社會發展趨勢。除體育班學生外，以每位學生培養一項藝文知識技能為三年學習目標，為深化學習效果，三年內以不更換社團為原則。本學年開設社團為【管樂團】、【口琴社】、【熱舞社】、【創藝社】、【生活設計創客】、【縫紉世界】、【K 歌歡唱社】、【籃球社】、【資訊研究社】、【蘭州好漾社】及【Hi-Five 大使團】。

每週五下午社團進行時間規劃一覽表：

社團名稱/節次	第七節	第八節
管樂團	七、八、九年級	
口琴社	七、八、九年級	
熱舞社	七、八、九年級	
創藝社		
生活設計創客		
縫紉世界		
K 歌歡唱社		
籃球社		
資訊研究社		
蘭州好漾社		
Hi-Five 大使團		

(4) 維護校園安全

「友善校園，安全至上」重視學生在校內及校外生活安全，透辦理各項活動、專題融入各領域（科）教學中，提升學生安全知能，維護學生安全。

(5) 健康促進政策

鼓勵家長平常假日時抽空與孩子一同運動加強學生健體知識：性教育、健康體位、運動常識、急救處理、運動傷害預防等。

(6) SH150 政策實施

主課間運動（跳繩、慢跑、打球等）、晨間及課間全校慢跑、課後開放健身房。落實全校性午休提升免疫力，促進學生健康體魄。

(7) 推動環境教育

「尊重生命，關懷自然」向師生宣導正確環保觀念，配合市府禁用一次性餐具政策，落實節能、減廢與垃圾分類，持續推動資源回收及廢電池回收。

勵行服務學習：服務學習（Service Learning）是一種「服務」與「學習」並重的體驗教育方式，本校一向鼓勵學生培育多元才能，並積極投入各項校內外服務工作，陶育多元能力，藉由服務他人，成就自己，鼓勵學生透過社區服務，實踐服務學習的精神。



二、本學期重要活動：

組別	活動時間內容
訓育組	9/2(三)-9/4(五)九年級校外教學 9/18(五)敬師活動 10/12(一)-10/27(二)臺北市音樂比賽 11/13(五)校慶預演 11/14(六)校慶
體育組	校內競賽活動：11/13(四)大隊接力決賽 校外競賽活動：10/18-24-115 年總統盃全國拳擊錦標賽
生教組	115 學年度友善校園宣導—「拒絕一級傷害，遠離依托咪酯：不依托、不嘗試、不隱瞞、要求助」。 1、加強校園霸凌防制宣導（臺北市政府教育局校園霸凌申訴電話 1999 轉 1281 或 6444、27256444；教育部反霸凌專線電話 1953） 2、強化校園安全防護措施 3、強化學生身心健康與輔導 4、強化校園自殺防治工作 5、防制學生藥物濫用 6、校園性別事件（含數位/網路性別暴力、跟蹤騷擾事件）防治 7、理解差異，共創融合校園 8、拒絕短影音與社群平臺風險 9、落實推動人權教育、法治教育、品德教育、生命教育、數位素養教育 10、防制校園詐騙 11、交通安全宣導 12、尊重多元文化理念 13、加強推動全面性教育
衛生組	10/16(五)七年級健康檢查

訓育組

一、服務學習

(1)依據「基北區十二年國民基本教育免試入學超額比序『服務學習』採計規定」(簡稱採計規定)

1. 校內服務：由學校規劃執行後，登錄學習護照內的服務學習時數證明。
2. 校外服務：於事前經家長同意後，向學校訓育組登記參加。取得服務學習證明，再由學校認證。

(2)基北區免試入學超額比序服務學習積分上限 12 分：每學期服務滿 6 小時以上者給 4 分，不跨學期累積計。

(3)採計期間為七年級上學期至九年級上學期，上學期為當年度 8 月 1 日至隔年度 1 月 31 日；下學期為當年度 2 月 1 日至 7 月 31 日止，連續 5 學期選 3 學期，採計原則依「基北區免試入學服務學習時數認證及轉換採計原則」辦理。

(4)非應屆畢(結)業生服務學習時數採計，除上開採計期間外，亦得選擇國中在學期間前 5 學期選 3 學期進行採計。

生教組

一、服儀彈性措施

為方便運動服制服之清洗與更換，同時亦培養學生適宜穿著能力，特訂定每週三為「便服日」，請各位家長協助子弟穿著合宜便服。

二、交通安全宣導

為維護師生交通安全，請師生務必行走於學校圍牆旁之人行道，切勿違規穿越無交通號誌之路段。行進間不滑手機。自行車不得行駛於騎樓、未設標誌或標線指定慢車可通行之人行道及行人穿越道線。

三、線上請假

學生&家長 酷課 APP-請假申請。

「酷課 APP」功能包含線上點名、學生請假、校園繳費系統，孩子請假不用在人工填寫表單，只要透過酷課 APP 請假系統，就能取代紙本請假方式。溫馨提醒，還是要拜託家長，若孩子當日請假煩請通知學校，以利掌握學生動向，感謝配合！

四、法治教育宣導

115 學年度將辦理法治教育宣導活動，切實保障學生人權，落實學生權利義務之認知，進而有效抑制校園暴力與青少年犯罪事件。學務處規畫本學期第一週為「友善校園週」，透過朝會進行全面宣導。

正向管教宣導

加強輔導與管教相關法令之宣導與落實執行，貫徹「零體罰」的政策要求，提升輔導與管教品質。

防制藥物濫用

親師共同保護學生不受管制藥物汙染。除拒食檳榔、菸酒外，加強宣導新興毒品——依托咪酯之防制，達成健康校園之目標。

1. 該物質原為醫療用的麻醉藥，常被摻入電子煙油中施用，吸食後會導致無法思考、身體不自主抽動，成癮性極高。由於網路社群普及，該類毒品極易取得，且電子煙多以新穎包裝偽裝，外觀隱蔽且施用便利，近期衍生多起施用後駕車的重大「毒駕」肇事傷亡事件，嚴重危害公共安全。
2. 依托咪酯俗稱「喪屍煙彈、煙油」，於 115 年 6 月 27 日列為「第一級毒品」，嚴懲製造、運輸及販賣等犯罪行為（最高可處死刑）；同時，未來將全面禁止電子煙等類菸品之製造、輸入、販賣及展示，落實源頭管理。
3. 「不依托」-拒絕依賴，守護身心自主；「不嘗試」-提高警覺，展現零容忍態度；「不隱瞞」-溫暖陪伴，以關懷代替隱瞞；「要求助」-善用資源，尋求專業避風港。
4. 教育部防制學生藥物濫用資訊網：<https://enc.moe.edu.tw/home>
5. 法務部反毒大本營：<https://antidrug.moj.gov.tw/mp-4.html>
- 6 衛福部毒防諮詢專線：0800-770-885(請請你，幫幫我)

喪屍煙油遠離身 健康生活才是真



起效迅速
施用後約有
15-20 分鐘
藥效發作期

喪屍煙油
aka 殭屍煙彈
上頭煙油
是新型態電子煙彈毒品

✓ 長期恐會造成腎上腺功能不全

✓ 過量使用更會有死亡的風險

無法思考、無法控制身體，
✓ 造成不自主的抽動扭動、
異常顫抖等行為

✓ 藥效嚴重發作時，身體會從腰部
對折打滾，宛如殭屍

主要成分
依托咪酯
Etomidate

- 擁有「殭屍毒品」之稱
- 醫療上使用的麻醉藥品
- 已於115年6月27日生效
列管為第一級毒品

人身安全

近期媒體報導，有未成年學生透過網路購買、蒐集俗稱「古曼童」等民俗物品，並因網路社群與陌生成年人聯繫，進而遭以相關事由誘騙跨縣市赴約，衍生人身安全風險。另媒體亦關注相關物品於學生族群間蒐集、交換等現象，爰請家長共同提高警覺。

體育組

課間慢跑

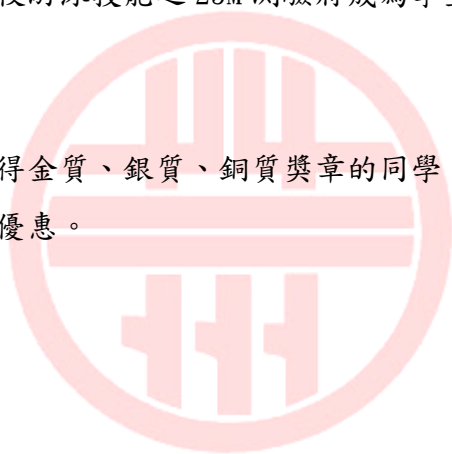
為提升學生體適能，培養同學規律運動習慣及推動教育部體育署 SH150 政策(每週運動提升 150 分鐘)，每週五朝會慢跑活動實施。每班跑 600~1000 公尺，以全員參加為原則，生病、腳受傷者除外。

游泳教學

學生遇到上游泳課身體不適或有特殊體質（疾病）不能下水，請務必開立醫生或家長證明單，以免影響其體育成績；本校游泳技能之 25M 測驗將成為學生必備的體適能專長技術。

體適能檢測

體適能檢測學校單位認證，獲得金質、銀質、銅質獎章的同學，部分高中職升學將有加分，請九年級的家長特別留意此項優惠。



衛生組

配合「臺北市府禁用一次性及美耐皿餐具」政策，亦落實環保概念於日常生活中，請家長協助子女準備環保餐具到校校方於舉行大型會議時暫不提供一次性餐具，造成不便，尚請見諒。(臺北市府禁用一次性及美耐皿餐具執行要點第四條第一項：「……學校員工師生，於指定場所召開會議或舉辦活動時，不得提供杯水及塑膠瓶裝水。」)

學生健康檢查

114 學年第 1 學期開始學生陸續執行的健康檢查及測量項目如下：

項目	時間	備註
身高、體重、視力測量	9 月	視力異常或需矯正(裸視 ≤ 0.8)同學將發出通知單，請家長務必帶子女矯治，並留意其健康生活形態、飲食及視力保健。另有配戴眼鏡者，建議定期每半年至眼科受檢以維護眼睛健康。 體位過重或過輕同學請留意其日常作息飲食與運動。
特殊疾病調查及追蹤	開學初	特殊疾病個案護理師將以電話向家長訪問，也歡迎隨時來電保持密切聯繫。

學生平安保險

本學期學生團體保險，由國泰人壽承作，學生申請理賠請至健康中心洽詢，醫療理賠申請檢附資料如下：

1. 學生團體保險理賠申請書
2. 醫院診斷證明書
3. 醫療費用收據

學生營養午餐

依教育局規定，學生中午用餐除由家長親自送餐者外，請學生一律訂購學校的營養午餐，禁止同學私自訂購校外餐點，以維護飲食衛生安全。臺北市教育局有設立「午餐食材登錄平台」，每日將提供您子女的午餐菜色及食材來源，網址為

<http://foodtracer.taipei.gov.tw/>，歡迎您隨時上網查閱。本學期午餐由食家安及第一團膳公司提供服務。

傳染疾病及肺炎防疫措施

相關防疫訊息將宣導至學校網頁、FB 或 line 群組，歡迎家長學校網頁首頁查詢防疫最新資訊。

115 學年度健康體位控制班-健康 RESET 計畫

本學期本校的健促議題為「健康體位」，衛生組將與健體領域合作，持續推動 115 學年度健康體位控制班-健康 RESET 計畫，以降低校內學生的過重比例。

臺北市「鮮奶週報—生生喝鮮奶」政策

自 115 年 8 月 31 日起，本市將擴大鮮奶補助對象至國中學生，提供 2 足歲至 15 歲學幼生鮮奶補助，全年無休、每週皆可兌換，不分平日或假日，寒暑假亦不中斷，於孩子成長的黃金階段，提供穩定且多元的營養支持。

考量不同體質與營養需求，乳糖不耐症或有其他飲食需求之幼童，亦可選擇豆漿品項。家長或學童持指定數位卡證，即可至全臺七大通路門市兌換，提供 20 項鮮奶及 18 項豆漿選擇，讓營養補充成為日常中簡單卻重要的好習慣。相關政策內容請至下列網頁查詢：

<https://milk.tp.edu.tw/index.html>



TAIPEI 生生喝鮮奶 / 3.0

鮮奶週報

健康週週報到 全年無休

115年 8/31 起就讀或設籍
臺北市 2 足歲-15 歲學幼生

每週兌換

補助對象 就讀臺北市公私立國中小、幼兒園學童，以及設籍臺北市 2 足歲-15 歲學幼生，生生喝鮮奶

兌換方式 使用數位卡證（國中數位學生證、國小數位學生證、國中數位卡證、幼兒數位卡證、兒童優惠卡或愛心卡）兌換指定商品

合作通路 7-ELEVEN、OK、全家、全聯福利中心、美廉社、樂家康超市、萊爾富

每週兌換 1 瓶指定商品（每週日 23:59 前完成兌換）

QR 碼：詳細資訊請參考「鮮奶週報」專區

TAIPEI 臺北市教育局

臺北市立蘭州國民中學 115 學年度第一學期學校日總務處報告

總務工作重點

一、校區安全檢查及防護：

- (一)落實校區門禁。
- (二)校園建物維護。
- (三)電氣檢查及維修。
- (四)校園安全設備檢查及維修。
- (五)全校校園安全檢核管理及維護。
- (六)飲水機檢查及更換濾心，水塔清洗、水質檢查。
- (七)辦理「自衛消防編組訓練」及「防護團常年訓練」業務。
- (八)落實節能省碳措施。(空調設備汰換選用節能環保標章產品)

二、營繕工程：

- (一)115 年度-年度修建工程
 - (1)行政樓 A 棟外牆屋簷、校門口及庭園花台整修工程
- (二)115 年度-專案工程
 - (1)普通教室環境改善統包工程
 - (2)增班所需購置教室設備工程

三、辦理各項工程修繕、財物、勞務與教學設備採購。

四、加強校園巡檢及環境綠美化、整潔，營造綠色永續、環保節能的美麗校園。

五、提升職工工作效率，有效服務同仁。

六、財產管理：加強各項節約措施，避免浪費。

- (一)加強財產登帳、盤點與報廢管理。
- (二)落實「國有財產產籍管理作業要點」。

七、出納作業：

依以下規定辦理。

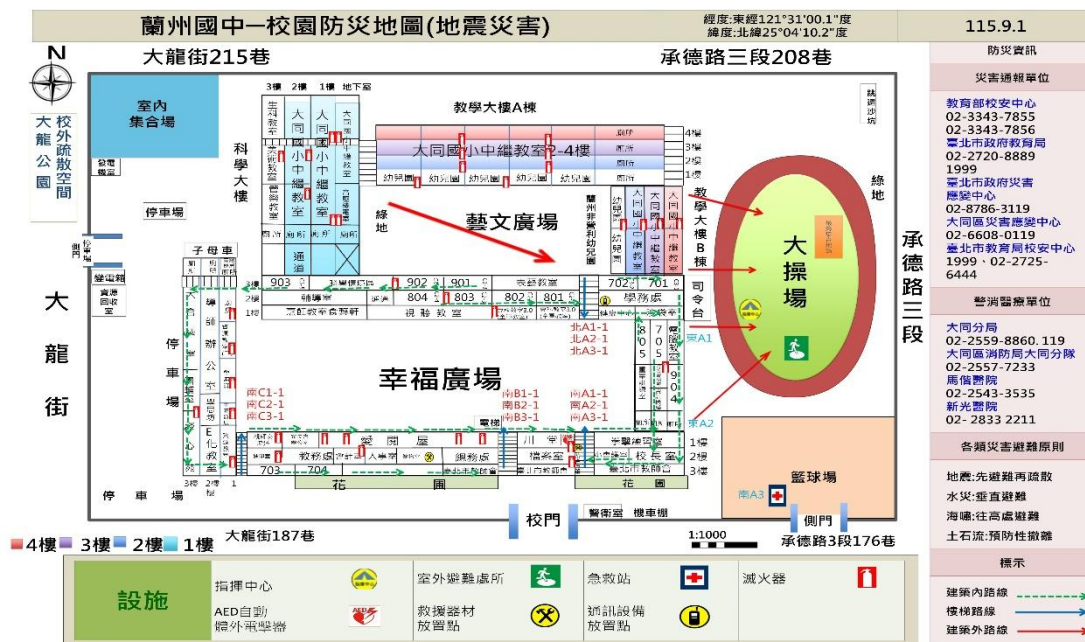
- (一)臺北市市庫支票管理要點。
- (二)臺北市市庫集中支付實施電腦連線存帳作業要點。
- (三)代收三聯單、四聯單各項費用並辦理退費。
- (四)支付學校各項付款。
- (五)教職員工薪資發放及公保、退撫、勞健保費、勞退金扣繳；退休教職員工退休金發放。
- (六)各項獎(助學)金發放的辦理。

八、文書管理：

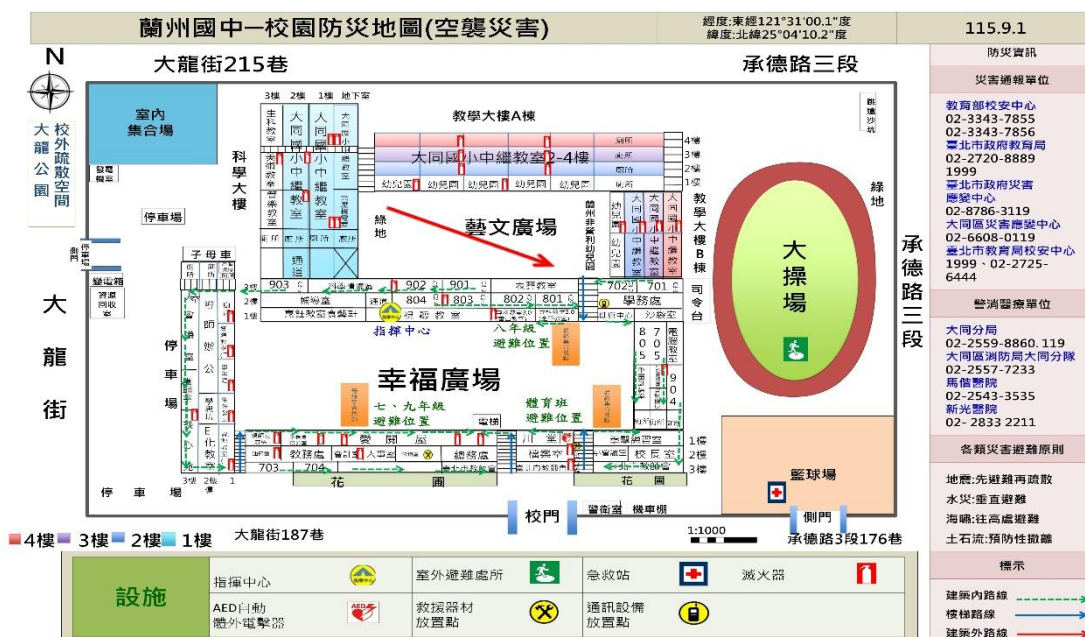
- (一) 校務會議、行政會報等紀錄的製作。
- (二) 執行「電子公文交換作業」。
- (三) 各項證明文件用印（機關大印）。
- (四) 依臺北市政府文書處理實施要點、公文程式條例，加強檔案整理及公文稽催等文書作業。

本(115)學年度第1學期

一、分別於9月16日(三)(無預警)及9月21日(一)(國家防災日)辦理複合式防災演練。



二、防空避難疏散演練，另配合國防安全-韌性城市防空避難疏散演練計畫



臺北市立蘭州國民中學 115 學年度第 1 學期學校日輔導室報告

一、多元、發展、預防性的輔導工作：

1. 建構正向自我概念：透過推展生涯、性平、家庭、生命、多元文化等重要學生輔導工作，協助學生建立正向自我概念、提升自信。
2. 協助良好生活適應：落實班級輔導課程，另依學生輔導需求辦理多元能力開發教育課程、小團體輔導、個別諮商、個案研討等。
3. 培養生活實踐能力：落實重大議題融入綜合領域教學，實踐「自我與生涯發展」、「生活經營與創新」、「社會與環境關懷」等三大主題軸。

二、生涯發展、適性輔導、適性揚才：

1. 參訪實作體驗：全校學生參訪高中職、大專院校及職場，自我探索，認識進路抉擇。
2. 建置學生「二代校務行政系統」：親師生共同使用，作為輔導學生生涯進路之重要參考。
3. 技藝教育課程：115/9/15-12/11 期間，於每週二下午九年級部分學生至高職／五專學習，適性發展。

三、重視特殊生個別需要：

1. 教學：擬定學生個別化教育計畫，依個別需求提供外加與抽離課程，依學生特質、能力、進行多元評量。
2. 融合：辦理特教宣導，增進對特殊需求學生了解接納，普通班及資源班相互支援。
3. 安置：辦理特殊學生轉介、診斷、鑑定、安置、轉銜追蹤，提供適性輔導安置。

四、親師合作：

1. 116/01/19(二)下午進行本學年度家庭訪問，增進親師合作。
2. 辦理親職講座（115/12/4 週五晚上），提供親職教養資訊，提昇親職知能。
3. 辦理校園開放日活動（115/12/19 週六），邀請社區家長共來認識蘭州國中。



學生「二代校務行政系統」登入操作步驟

1. 進「蘭州國中首頁」→選「校務行政」→選「二代校務行政」



2. 點選「臺北市單一身分驗證」→「輸入家長帳號、密碼」

The screenshot shows the login page for the Taipei City Government Education Bureau's 2nd Generation School Administration System. The page title is '臺北市國中第二代校務行政系統' (Taipei City National Middle School 2nd Generation School Administration System). The login method selected is '單一身分驗證' (Single Identity Verification). The login form includes fields for '帳號' (Account) and '密碼' (Password), both of which are circled in red. Below the password field is a link for '忘記帳號/密碼' (Forgot Account/Password). The page also includes a section for '臺北市校園單一身分驗證服務' (Taipei City School Single Identity Verification Service) and a list of personal information that will be stored in the system: '識別代號、姓名、電子郵件等資訊' (Identification number, name, email, etc.) and '學校公開資訊' (School public information). A large blue button labeled '登入' (Login) is at the bottom.

尚未有帳號？親子帳號申請

3. 點選想要登入的身分

您的單一身分帳號和多個校務系統帳號相同
請選擇您想要登入的身分

家長

的家長

4. 進入系統，選「我的填寫查看區」頁籤 → 分別點選「查看」及「我要填寫」

重登進單 登出 登入者：監護人

首頁 (一)、自我認識

我的心理測驗 我的學科能力 我的免試入學 我的填寫查看區 服務學習圖地 我的綜合表現 校內田徑競賽

查看區

以下是您可以關心孩子的各項資料！

可查看項目	開始日期	結束日期	
我的成長故事/(一)、自我認識	隨時	隨時	查看
我的成長故事/(二)、職業與我	隨時	隨時	查看
學習成果及特殊表現/(一)、我的學習表現	隨時	隨時	查看
學習成果及特殊表現/(二)、我的經歷	隨時	隨時	查看
學習成果及特殊表現/(三)、生涯試探活動紀錄	隨時	隨時	查看
生涯統整面面觀/(一)、生涯統整面面觀	隨時	隨時	查看

1 - 9 共 11 條

我的填寫區

以下是您查看孩子各項資料後，填寫給予孩子的鼓勵及建議！

應填寫項目	開始日期	結束日期	
家長的話			我要填寫
升學進路建議			我要填寫

5. 開始填寫：給孩子鼓勵和建議

登入者：徐德權 模式：UI lightness

系統管理 實際教育方案 學生線上

家長的話

正在填寫您的孩子 **8年級** 的鼓勵及建議

請家長根據右邊小孩的各项記錄後，並在下圖打勾及寫下鼓勵及建議。

☐ 我的成長故事 ☐ 參與心理測驗

☐ 學習成果及特殊表現 ☐ 生涯輔導紀錄

儲存

給孩子的鼓勵及建議：

年級 七年級

個性 (人格特質)

☐ 穩定 ☐ 謙虛 ☐ 坦率 ☐ 沉默寡言 ☐ 堅毅 ☐ 順從 ☐ 實際 ☐ 有條理

☐ 善於分析 ☐ 善於思考 ☐ 有好奇心 ☐ 善於判斷 ☐ 觀察力敏銳 ☐ 保守 ☐ 謹慎 ☐ 獨立

☐ 富想像力 ☐ 直覺 ☐ 情感豐富 ☐ 崇尚理想 ☐ 有創意 ☐ 善於表達 ☐ 不墨守成規 ☐ 獨立

☐ 善解人意 ☐ 人際洞察 ☐ 合作 ☐ 仁慈友善 ☐ 善於溝通 ☐ 助人 ☐ 有責任心 ☐ 有耐心

特質

☐ 樂觀積極 ☐ 受人歡迎 ☐ 外向 ☐ 有說服力 ☐ 有企圖心 ☐ 自信 ☐ 好冒險 ☐ 善於規劃

☐ 講求效率 ☐ 精確 ☐ 有恆心 ☐ 順從 ☐ 實際 ☐ 有條理 ☐ 保守 ☐ 謹慎

☐ 其他

各項活動

◆ 1. 修理或折裝電腦、電器等物品 2. 組合模型 3. 打球、跑步等運動 4. 種植、整理植物 5. 飼養動物 6. 操作電腦、電子設備 7. 組裝傢具 8. 烘焙、烹飪、手工縫紉

◆ 9. 做科學實驗及研究 10. 研究數學問題 11. 看科學知識節目、錄外書 12. 益智遊戲 13. 研究天文、觀察星象 14. 看推理小說、影片 15. 參觀科學、天文博物館 16. 寫電腦程式

◆ 17. 塗鴉、書畫 18. 演奏樂器、唱歌 19. 寫作及閱讀 20. 跳舞、編舞 21. 服裝或室內設計 22. 觀賞或參與藝文表演 23. 做手工藝品 24. 攝影

◆ 25. 教同學功課、才藝 26. 傾聽他人心事 27. 幫助別人解決問題 28. 參加自我成長活動 29. 和小組同學合作完成任務 30. 到嬰幼兒、養老院等進行服務學習

◆ 31. 協助照顧病弱、身心障礙者 32. 研究不同族群的文化、風俗民情

◆ 33. 籌劃辦理活動 34. 說服別人支持自己的想法 35. 推銷物品 36. 競選或擔任幹部 37. 演說或辯論 38. 研究法律情境及條文 39. 擔任活動主持人

◆ 40. 擴展人際關係、結交朋友

◆ 41. 整理圖書 42. 上網找資料 43. 使用電腦做文書處理 44. 整理發票、記帳 45. 整理筆記、文件 46. 剪報或收集票、錢幣、卡片 47. 協助影印、裝訂資料 48. 校對資料

我喜歡從事的活動：(請填代號)

休閒娛樂

1.

2.

3.

其他

我擅長的事：(請填代號)

1.

2.

3.

其他



我和我的孩子

一本給家長的親職教育電子書



協助家長在親職的路上有所依循
讓孩子的成長更健康快樂



本資源擷取自教育部
我和我的孩子 一本給家長的手冊



週週有傾聽
讀懂孩子心
家庭傾聽日
專區



更多影片
資源連結

特教宣導—妥瑞氏症

中國醫藥大學兒童醫院網站—<https://www.cmuh.cmu.edu.tw/HealthEdus/Detail?no=6612>

妥瑞氏症

2026/8/19

是一種兒童慢性神經生理學機制的病變，其詳細致病機轉目前仍不清楚。常發生於 2~15 歲兒童。

症狀

妥瑞氏症最主要的症狀是抽動，出現反反覆覆不自主運動或是聲音。可分為動作型或聲語型抽動，有以下幾種常見的型態：

- 簡單聲語型抽動：會快速發出沒有意義的聲音或吵雜聲。例如：清喉嚨、咳嗽、尖叫、豬叫聲等。
- 複雜聲語型抽動：較有意義且多樣化的言辭、音節或慣用語。例如：重複別人的話、口出穢語（猥褻或是攻擊字眼）。



- 簡單動作型抽動：快速而短促的眨眼睛、歪嘴巴、裝鬼臉、搖頭晃腦、點點頭、聳肩膀、搥手、頓足、凹凸肚皮、吐口水…等，即臉部肌肉，手腳抽動及關節等部位的不隨意運動，突然、短暫的無意義動作。
- 複雜動作型抽動：緩慢且長時間固定不動，看起來好像有目的。例如：持續地看著某樣東西、觸碰東西或他人、跺腳、重複寫相同的字、猥褻不雅的動作、自然流露出強迫性儀式的行為。
- 感覺或心理上的抽動：妥瑞氏症病人在即將抽動前可能有徵兆，例如前兆性的衝動，像是因為眼皮癢而眨眼睛，有時候會感覺到身體緊繃感、肌肉緊張、刺痛…等。

發生頻率與嚴重度會隨著生活的起伏而有變化，在考試前或面臨壓力時就變更明顯，放假或身心放鬆時症狀會減輕或消失。症狀常於青春期達到高峰，之後有 1/3 的妥瑞兒會完全緩解，1/3 的妥瑞兒

症狀會部分緩解，1/3 的妥瑞兒症狀會持續到成年。隨著年紀增長，妥瑞兒愈懂得如何去掩飾或修飾症狀，讓旁人不會感到奇怪。

診斷

妥瑞氏症的診斷標準(美國精神醫學會，2013/2014)：

1. 病程中某段期間，曾同時或不同時出現多重動作型抽動，以及一種或多種聲語型抽動。
2. 抽動症狀發生的頻率起起伏伏，但從症狀開始出現後，時間持續一年以上。
3. 在 18 歲以前出現症狀。
4. 此困擾並非起因於用藥(例如興奮劑、支氣管擴張劑)或其他身體疾病(如亨丁頓氏症或病毒後腦炎)。

治療與日常照護

- 一般來說，除非抽動或妥瑞氏症已嚴重影響到父母或孩子本身的日常社交生活，才考慮使用藥物治療。像是安立復 (Abilify)、理思必妥 (Risperdal) 等藥物，通常低劑量即可顯現良好效果，然而這些藥物未必能解決所有妥瑞兒的問題。近來有研究發現，行為療法對於妥瑞氏症也可以達到良好的效果，給予妥瑞兒另一個治療上的選擇。
- 妥瑞兒如果有正常的作息、吃得均衡、適當運動，對身體和情緒都會有幫助。吃的方面，建議避免食用巧克力、糖果，以及咖啡、茶這類含咖啡的飲料，還有加工的食物，以免讓症狀更明顯。運動對他們也很好，有研究發現，多運動可以減輕症狀，而且專心運動的時候，抽動的情況會變少。
- 雖然很多妥瑞兒進入青春期後，症狀會逐漸減緩，但在就學期間，有時候會因為抽動而影響到跟同學的相處或課業表現，所以還是要多注意。家長和老師可以多鼓勵他們、陪著他們一起面對，這樣他們會更有信心。



參考資料

- 張通銘（2021）．妥瑞症的現在、過去及未來：談診斷及治療建議．*兒科最前線*，11(34)，46-50。
- 薛常威（2021）．妥瑞症的行為治療．*兒科最前線*，11(34)，54-57。
- 廖珍娟（2022）．兒童神經系統疾病及其護理．陳月枝總校閱，*實用兒科護理*（九版二刷，672-674 頁）．華杏。



認識身心障礙者權利公約

CRPD

The Convention on the Rights of Persons with Disabilities

瞭解更多



什麼是CRPD？

CRPD是21世紀第一個人權公約，
於2006年通過、2008年生效，
目的是為了促進、保障及確保身心障礙者
與非身心障礙者有同等的權利。

我國於2014年透過CRPD施行法，
自主承諾履行國際公約規定，
期待透過公私部門的共同努力，
營造更友善共融的社會環境。

身心障礙是人類多樣性的一部分



CRPD的精神－8大原則

- ① 尊重個人自主與個人自立
- ② 不歧視
- ③ 完整且有效的社會參與及社會融合
- ④ 尊重每個人不同之處，
身心障礙者是人類多樣性一部分
- ⑤ 機會均等
- ⑥ 可及性 / 無障礙
- ⑦ 男女平等
- ⑧ 尊重兒童，保障身心障礙兒童的權利



我們可以如何營造更友善共融的環境？

1. 認識身心障礙者的多元性，以平等態度互動

例如：

- ① 提供協助前應徵詢障礙者**是否需要協助、如何協助**，不應假定障礙者一定都需要幫助。
- ② 與隱性障礙者溝通時，以**明確、簡單**的方式表達，避免艱澀難懂的文字，並**減少外在刺激**(如環境噪音、燈光、人流等)，有助於其集中注意力或緩和情緒。
- ③ 與聽覺障礙者溝通時，請**面對面**，稍微放慢語速，**以一般語調與聲量表達清楚，勿遮住嘴型**。
- ④ 學習「**人導法**」(口訣：問拍引報)，遇到需要協助的視覺障礙者時，能夠正確且安全引導。



2. 正確稱呼身心障礙者

建議說法	爭議說法
身心障礙者(簡稱障礙者)	殘障者、傷殘者、殘疾者、殘廢者
肢體障礙者	瘸子
智能障礙者	低能、智能低下、白痴、腦殘、傻瓜
精神障礙者、心理社會障礙者	瘋癲、瘋子、神經病、瘋漢
視覺障礙者	瞎子
聽覺障礙者、聾人	聾子
口語障礙者	啞巴、啞啞

- ① 提到**非身心障礙者**時，請避免使用「正常人」，以免暗示障礙者是不正常的。
- ② 不應把障礙類別當作貶低別人的用語。

小百科

視障者相對為**明眼人**
聽障者的相對為**聽人**
輪椅使用者的相對為**直立人**



3. 營造無障礙的環境，提供可及性格式的資訊

例如：

- ① **不拒絕**導盲犬及導盲幼犬進出公共場所、營業場所。
- ② 提供視覺障礙者**點字、可報讀的文件或有聲書**；讓聽覺障礙者透過**手語翻譯**或是**同步聽打**瞭解資訊；提供心智障礙者**易讀資訊**(把複雜困難的資訊轉譯成容易理解的內容)，以利接收資訊並自主表達意見。

更多資訊



CRPD資訊網
宣導專區



CRPD資訊網
易讀專區



認識身心障礙者
的多元性



身心障礙者議題
報導注意事項



臺北市立蘭州國民中學親職簡訊

臺北市立蘭州國民中學 115 學年度

性騷擾・性霸凌・家庭暴力・兒少性剝削・性影像防治・長照家長宣 導

※性騷擾・性霸凌・家庭暴力防治通報專線：

1. 防制校園霸凌及性騷擾

(a)教育局專線「02-27256444」、「1999轉6444」

(b)教育部專線「1953」

(c)蘭州國中：25918269 #300學務處、# 600輔導室

2. 全國24小時保護您專線「113」

※兒少性剝削・性影像防治宣導：

1. 何謂兒童或少年性剝削？

(a)使兒童或少年為有對價之性交或猥褻行為。

(b)利用兒童或少年為性交、猥褻之行為，以供人觀覽。

(c)拍攝、製造兒童或少年為性交或猥褻行為之圖畫、照片、影片、影帶、光碟、電子訊號或其他物品。

(d)使兒童或少年從事坐檯陪酒或涉及色情之伴遊、伴唱、伴舞等行為。

2. 性影像防治五不二要：不偷拍、不偷錄、不點閱、不下載、不散布；要求助、要下架。

※長照宣導 <https://dep.mohw.gov.tw/DOLTC/cp-4170-79309-123.html>

「打不出的那通電話」說不出口的話，歡迎撥打 0800-50-7272家庭照顧者關懷專線

● 資料來源：長期照顧司 ● 建檔日期：113-07-15 ● 更新時間：113-07-15

長照2.0自106年推動以來，服務涵蓋率已逾八成，大大減輕國人照顧壓力。但國人受孝道觀念、家庭責任影響，多認為照顧家人「是自己的事」、「別人不懂」。衛生福利部委託中華民國家庭照顧者關懷總會(簡稱家總)舉辦今(15)日記者會，首映「打不出的那通電話」廣告片，鼓勵家庭照顧者關注自己身心健康，善用0800-50-7272家庭照顧者關懷專線，也呼籲大眾共同關懷身邊的家庭照顧者。

兩支服務專線，成為照顧者的得力神隊友

衛生福利部呂次長建德表示，漫漫長照路需要兩支專線陪伴。「1966長照專線」提供長照服務諮詢、申請及申訴，提供「照顧及專業服務」、「輔具及居家無障礙環境改善」、「交通接送」、「喘息服務」等長照給支付服務，截至112年全國已有50.5萬人使用長照給支付服務，整體長照服務涵蓋率達80.19%。

臺北市立蘭州國民中學親職簡訊

臺北市立蘭州國民中學 115 學年度學生自我傷害辨識與防治家長宣導

臺北市察覺及辨識學生心理健康指引

預防的重點在於「及早發現」，期盼自我傷害學生周圍的每個人對「自我傷害行為」有高度警覺，並透過「覺察-參考-晤談」的方法，藉由「察覺學生徵兆」與「判斷危險訊號」，及早介入輔導使危機消失無形。

察覺學生自我傷害4徵兆：

(a)

語言上 的徵兆



直接說出或藉由繪畫、遊戲方式表現

呈現方式

在作文、詩詞、週記、FB、IG、Twitter等表現





與別人討論死亡時，透露**不正確的死亡概念**。
例：夢、喪禮、死後復活等不正確的死亡概念。

(b)

行為上 的徵兆



突然的、明顯的行為改變

呈現方式

發生成績大幅滑落、突發脾氣、人際多衝突





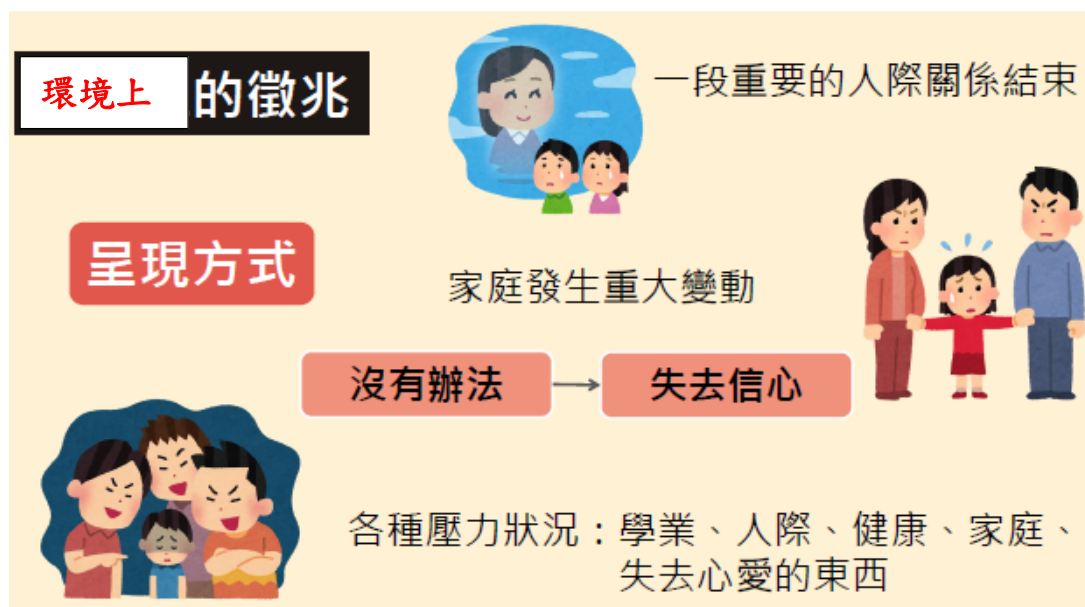
放棄心愛的東西或立下遺囑

濫用酒精或藥物



察覺學生自我傷害4徵兆：

(c)



(d)



陪孩子一起 打造會考勝利方程式

從現在開始，給孩子更好的學習力與未來！

重點1 從「教導」走向「自主」

我們不只教孩子知識，更要培養他們面對未來的能力！



建構框架

打造全校統一的複習制度，
建立規律讀書習慣。



激發動機

引導孩子訂定理想志願，
明確各科分數目標。



逐步放手

從「老師帶讀」轉為「自主學習」，
引導孩子為未來負責。



全人支持

提供家教式晤談、錯題筆記指導，
隨時作為後盾。

重點2 學習主軸：螺旋式滾動複習

黃金循環

複習 → 模考 → 查盲點 → 精準補強 → 再衝刺



系統修復

透過數據報表掌握落差，
從錯題修正認知與作答邏輯。



關鍵躍升

不只「看懂知識」，
更要「穩拿分數」。



重點3 全年四階段 備戰藍圖



暑假

第1輪 奠基

- 1~4 冊實務戰術講座
- 雙週自主模考
- 建立錯題筆記習慣



九上

第2輪 鞏固

- 3~4 冊+進攻第5 冊課輔補強未完進度
- 夜自習深化複習與第二次檢視題題



寒假

第3輪 精通

- 精通第5 冊(1/21~1/29)
- 名師考前衝刺講座
- 1~5 冊結業模考
- 考後個別晤談



九下

第4輪 整合

- 全面整合1~6 冊
- 第一段考後進入大考題庫實戰
- 精準解決最後盲點



★ 有計畫的努力，會帶來看得見的進步！ ★

家長的陪伴 是孩子最強的后盾

您的一份信任與支持，
是孩子前進路上最溫暖的力量！



重點4

家長陪伴：最佳神助攻守則



陪孩子理解並解決學習問題

陪伴孩子一起面對挑戰，
協助他們找到方法。



正向溝通

以「關心與陪伴」取代「碎念與焦慮」，
避免孩子放棄擺爛。



理性看考

模考是「學習健檢」而非「定生死」，
重點在找到進步空間。



穩定心態

寒假輔導避免出國打亂節奏；
讓孩子保持穩定的學習步調。



重點5

會考後關鍵：精準志願選填



活動時間

6/14 (一) 19:00



權威講者

基隆市教育局副局長



講座重點

- ✓ 解析最新升學制度
- ✓ 掌握學校排名異動
- ✓ 精準落點分析



給孩子制度與方法，
陪他找出問題；
孩子一步一步，
為自己的目標負責！

臺北市立蘭州國民中學電話分機一覽表

代表號：2591-8269 傳真：2585-0236

單位	分機	單位	分機	單位	分機	單位	分機	單位	分機	單位	分機
校長	168	教務主任	200	學務主任	300	總務主任	500	輔導主任	600	導師室一	307
人事主任	700	教學組	201	訓育組	301	事務組	501	輔導組	604	導師室二	308
會計主任	768	註冊組	202	衛生組	301	文書組	502	資料組	604	導師室三	309
		設備組	203	生教組	302	出納組	503	特教組	603		
		資訊組	204	體育組	304	傳達室	507	專輔教師	602		
				健康中心	305						
班級		導師		班級		導師		班級		導師	
701		林柏廷		801		吳孟璇		901		陳品妤	
702		羅惠如		802		洪婉湄		902		楊幃捷	
703		張志賢		803		賴雅琪		903		李珊瑩	
704		陳建瑋		804		林郁均		904		江妙珍	
705		陳裕貞		805		許斐雁					

臺北市立蘭州國民中學作息時間表

到校	打掃時間	朝會/ 導師時間/ 晨讀/自主學習/SH150	休息	第一節	休息	第二節	課間操	第三節	休息	第四節
07:10 07:40	07:40 07:55	07:55 08:20	08:20 08:30	08:30 09:15	09:15 09:25	09:25 10:10	10:10 10:20	10:20 11:05	11:05 11:15	11:15 12:00
午餐	午休	休息	下午	第五節	打掃時間	第六節	休息	第七節	休息	第八節
12:00 	12:30 	13:10 		13:15 	14:00 	14:20 	15:05 	15:15 	16:00 	16:10

感謝您的蒞臨與參與

因理解而靠近，因陪伴而成長。

讓我們以愛與信任攜手同行，
點亮孩子的未來，
共築屬於孩子的夢想。

蘭州國中全體教職員工感謝您~



學校日家長滿意度調查表

