

第五週
高一、高二 班週會
紀錄表彙整

2025.10.03

114 學年度第一學期第五週-綜合(團體)活動課程 班週會活動表

日期：114 年 10 月 3 日(星期五) 第 5、6 節。

對象：高一、二各班同學。

一、第五節「週會活動」 13：00～13：50

生輔組辦理-反毒暨菸害防治宣導

- 對象：高一、二年級全體同學
- 地點：若石樓地下會議室及高一、二各班教室

主講人：圓光文教基金會講師

主題：青春美好、友善校園、五合一宣導計畫
(拒菸、拒毒、拒笑氣、反霸凌、反詐騙)

- (一) 請高一勇、高二勇的班長(或副班長)於 12：55 午休結束鐘響後，將同學帶至若石樓地下會議室參加講座，並於 13：00 依照座位表依序就座。
- (二) 各班請準時於教室內就座配合活動進行，並打開電腦收看遠距轉播(學校首頁線上直播)。
- (三) 週會內容，請學藝股長填寫「班週會紀錄」表。

二、第六節「班會活動」 14：00～14：50

生輔組辦理-反毒暨菸害防治宣導題綱討論

- 對象：高一、二年級全體同學
 - 地點：各班教室
- (一) 請列舉本次宣導的重點。
 - (二) 新興毒品是什麼？有哪些危害？我們該如何保護自己？
 - (三) 班會內容，請學藝股長填寫「週會紀錄」表。

本次綜合活動課程內容，請學藝股長填寫「週會紀錄表 1 張(合併一張書寫)」，並於 10/7(星期二)中午 12：35 前，將紀錄表和「班、週會記錄資料夾」交回學務處訓育組。

20	★請依照班級座號安排依序就座。 ★本表請於會議前公告周知。 ★維護環境的整潔並智護公物，若發現物品損壞將依原安排座位追查，並負相關賠償責任。											20
19												19
18					1-49 高二義		1-48 高二義		1-47 高二義		1-46 高二義	18
17			1-45 高二義		1-44 高二義		1-43 高二義		1-42 高二義		1-41 高二義	17
16			1-40 高二義		1-39 高二義		1-38 高二義		1-37 高二義		1-36 高二義	16
15	1-35 高二義		1-34 高二義		1-33 高二義		1-32 高二義		1-31 高二義		1-30 高二義	15
14	1-29 高二義		1-28 高二義		1-27 高二義		1-26 高二義		1-25 高二義		1-24 高二義	14
13	1-23 高二義		1-22 高二義		1-21 高二義		1-20 高二義		1-19 高二義		1-18 高二義	13
12	1-17 高二義		1-16 高二義		1-15 高二義		1-14 高二義		1-13 高二義		1-12 高二義	12
11	1-11 高二義		1-10 高二義		1-9 高二義		1-8 高二義		1-7 高二義		1-6 高二義	11
10	1-5 高二義		1-4 高二義		1-3 高二義		1-2 高二義		1-1 高二義			10
9	1-48 高一義		1-47 高一義		1-46 高一義		1-45 高一義		1-44 高一義		1-43 高一義	9
8	1-42 高一義		1-41 高一義		1-40 高一義		1-39 高一義		1-38 高一義		1-37 高一義	8
7	1-36 高一義		1-35 高一義		1-34 高一義		1-33 高一義		1-32 高一義		1-31 高一義	7
6	1-30 高一義		1-29 高一義		1-28 高一義		1-27 高一義		1-26 高一義		1-25 高一義	6
5	1-24 高一義		1-23 高一義		1-22 高一義		1-21 高一義		1-20 高一義		1-19 高一義	5
4	1-18 高二義		1-17 高一義		1-16 高一義		1-15 高一義		1-14 高一義		1-13 高一義	4
3	1-12 高一義		1-11 高一義		1-10 高一義		1-9 高一義		1-8 高一義		1-7 高一義	3
2	1-6 高一義		1-5 高一義		1-4 高一義		1-3 高一義		1-2 高一義		1-1 高一義	2
1	司儀	教官	9	8	7	6	5	4	3			1
	11	10			主席台					2	1	

班別：高一勇、高二勇

貴賓席

1. 日期：114 / 10 / 3 (五) 時間：第 5 節，請同學至若石樓地下會議室集合。
2. 請依照編號 1-(座)(號) 就座，切勿隨意更換座位。

(第五週)週會紀錄表

日期	114年10月17日	星期/節次	星期五 第5節	地點	高一(一)
主席 (主持人)	圓光文教基金會講師	記錄 (班級、姓名)	高一(一) 曹力均	參加 年級	高一
專題 演講人	圓光文教基金會講師	講題	青春美好，友善校園，五合一 宣導計畫		
內 容 摘 要	市面上的新興毒品越來越多元，許多學生因為好奇而嘗試或是不小心受到同儕間的影響而受害，毒品對人類的傷害十分嚴重，並且會因成癮而不斷嘗試，對身體造成了不可逆的傷害，吸食毒品會受到刑法的處分，可能會有有期徒刑，並且留下前科，吸食毒品會危害自己的身體健康，造成容貌上的改變，與器官的衰退也有可能使脾氣變得暴躁，親朋好友的疏離，這些傷害無法復原，會有嚴重的負作用，和身心靈的疾病，反毒意識從你我做起，從校園^{開始}絕毒品，維持良好的健康意識，建立友善且美好的社會環境。				
導師	導師陳伯年				

(第 五 週)週會紀錄表

日期	114年10月3日	星期/節次	星期五 第 5.6 節	地點	石心			
主席 (主持人)	陶慧君	記錄 (班級、姓名)	4~ 蔡育芳	參加 年級	高一			
專題 演講人	劉慧娟老師	講題	反毒暨菸害防治宣導					
內 容 摘 要	在現代的電子煙，並不是因為一時興起，而直接試用，結果就戒不掉了。如果不小心吸電子煙下去，後果不堪設想，肺部會纖維化，或者在未來得到重病，或許會死亡，所以，不要常常接觸電子煙這樣的毒品!!!。 喪屍煙蛋，裡面放著會吸了一下就會全身麻痺，就像喪屍。大麻，這個「毒品」很可怕，如果這個大麻吸很多次，會導致頭腦變小。 自我檢視，不要因為成癮而控制自己，毒品很可怕，吸下去之後有可能難以離開。 而...詐騙，不要以為可以簡單賺大錢或是出國賺大錢，因為這樣很容易被騙到，不能因為錢，而干擾，而被詐騙，要自己檢視，不能因為看到、想要出國賺錢，不能踏入可怕之地。							
導師	陶慧君							

(第 5 週)週會紀錄表

日期	114年10月3日	星期/節次	星期五 第五節	地點	若石地下會議室
主席 (主持人)	國光文教基金會 廖	記錄 (班級、姓名)	高一勇 蔡維倫	參加 年級	高一、高二
專題 演講人	劉慧娟	講題	青春美好、友善校園、五合一宣導		
內 容 摘 要	電子菸—以精油、作為原料，黑心商人用許多七種的顏色，吸引學童來購買，造成身體危害				
	笑氣—內含維生素B12生成，影響心律、神經				
導 師	毒品—吃了產生幻覺、皮膚變質				
	習慣、自我掌控、戒癮、生活控制				
	台版緬甸、一詐騙集團				
	美國變成一大麻				

(第五週)週會紀錄表

日期	114年10月3日	星期/節次	星期五 第五節	地點	高一節教室
主席 (主持人)	張詩潔	記錄 (班級、姓名)	蕭子媛	參加 年級	高一
專題 演講人	國光文教基金會-劉慧瑛	講題	青春美好友善校園-五/五-一		
內 容 摘 要	維生素B12 血液、精神系統：嘔心、嘔吐、缺角、心律不整 新興毒品 Et：電子菸、笑氣...等 甲肝、苯噁嗪 少引嗜睡、昏迷、視線模糊。 拒絕毒品、幫助被霸凌者，遇到疑似詐騙要求證。 毒品—美國一名少女吸毒造成幻覺，以致挖出眼球，導致失明。				
導師	張詩潔				

(第 5 週)週會紀錄表

日期	114年10月3日	星期/節次	星期五 第5節	地點	高一信
主席 (主持人)	黃瑤瑤	記錄 (班級、姓名)	陳羽嬋	參加 年級	高一、二
專題 演講人	劉講師	講題	反毒暨菸害防治宣導		
內 容 摘 要	<u>青春烈火我做主</u> 一、拒絕毒品 ——毒品的危害：容易成癮，造成身心依賴，難以戒除。 二、煙害防治 ——吸菸對健康的危害：引發肺癌、心臟病、中風、慢性阻塞性肺病 三、保護自己，守護未來 ——用運動、音樂、閱讀等正向活動代替壓力釋放				
	導師	黃瑤瑤			

(第 5 週)週會紀錄表

日期	114年10月3日	星期/節次	星期五 第5,6節	地點	高一-望			
主席 (主持人)	講師	記錄 (班級、姓名)	蔡亞泰	參加 年級	高一, 二			
專題 演講人	圓光文教基金會 講師	講題	反毒暨菸防治宣導					
內 容 摘 要	(一) 本次宣導重點 1. 認識毒品, 菸害種類 2. 拒絕誘惑, 勇敢說不 3. 了解毒品, 菸害健康影響 4. 建立正向生活, 情緒管理 5. 遵守法律 6. 尋求協助 (二) ① 新興毒品是什麼? ② 有哪些危害? ③ 我們該如何保護自己? ① 新興毒品是外觀, 成分不固定, 它們常常被偽裝成糖果, 看起來無害, 其實都含有化學物質, 容易讓人上癮, 中毒 ② 1. 損害大腦, 神經 2. 傷害身體器官 3. 破壞人際, 前途 ③ 1. 提高警覺, 拒絕誘惑 2. 多了解毒品認識 3. 尋求幫助, 支持							
導師	陳立清琬							

(第五週)週會紀錄表

日期	114年10月3日	星期/節次	星期五 第六節	地點	高=智
主席 (主持人)	林秀芳	記錄 (班級、姓名)	高=智 蔡雨甄	參加 年級	高-二年級全體同學
專題 演講人	圓光文教基金會 講師	講題	青春美好,友善校園、五合一宣導計劃		
內 容 摘 要	1. <u>網路青少年影響</u> · 網路對青少年的例子 EX: 20歲爬高壓電塔 2. <u>青少年成癮問題</u> ① 酒精成癮與物質濫用 ② 心理問題 ③ 電子煙 · 電子煙的危害 ⇒ 不良物質 EX 肺部細胞被破壞,纖維化 彩紅菸、喪屍煙彈 · 毒品 ⇒ ① 血液精神系統 ② 腦部損傷 EX 笑氣,化學勇氣, Xylazine · 網路詐騙、詐騙 ① 詭術 ⇒ 零風險、在空上班,靠智慧分錢 <u>改變</u>、更新認知、自我保護 3. <u>自我檢視</u> ⇒ 在日常中建立危機感				
導師	林秀芳				

(第五週)週會紀錄表

日期	114年10月3日	星期/節次	星期五 第5.6節	地點	芳石樓地下會議室及 高一、二年級各班教室
主席 (主持人)	林秀蓉	記錄 (班級、姓名)	502 王語	參加 年級	高一、二年級全體同學
專題 演講人	圓光文教 基金會講師	講題	青春美好、友善校園、五合一宣導計畫 (拒菸、拒毒、拒笑氣、反霸凌、反詐騙)		
內 容 摘 要	502.17. A1. 青少年不要吸煙、不要吸毒、會危害身體健康、損害肺部。 A2. 1. 是相對於傳統毒品、偽裝成日常用品 2. 生理損害、心理影響、成癮。 3. 提高警覺、學會拒絕、尋求協助。 502.35 1. 不抽菸、不喝酒、不做詐騙 1. 包裝日常用品 2. 生理影響、器官損壞 3. 遠離深色場所、明聽宣導 502.19 1. 由於菸會帶來的危害與心理問題 2. 遇到有人要你來一根時就遠高佳?或有人找你去行衝突要遵守「幸福者退讓」原則、直接迴避。				
	導師 劉輝弘				

新北市天主教恆毅高級中學 114 學年度第一學期

(第 5 週)週會紀錄表

日期	114年10月3日	星期/節次	星期五 第5.6節	地點	若石樓地下會議室
主席 (主持人)		記錄 (班級、姓名)	901, 許鬱	參加 年級	高一、二年級全體同學
專題 演講人	圓光文教基金會 會講師	講題	反毒暨菸害防治宣導		
內 容 摘 要	提倡校園反毒辨識毒品能力, 拒菸、拒霸凌。 介紹五合一宣導計畫: 拒菸、拒毒、拒檳榔、反霸凌、反詐騙。 了解毒品與菸品的嚴重危害性。 提升防範詐騙與霸凌的警覺心。				
導師	劉政宏				

(第 5 週) 週會紀錄表

日期	114年10月3日	星期/節次	星期 五 第 5 節	地點	高=節			
主席 (主持人)		記錄 (班級、姓名)	504 張芳陽	參加 年級	高二、一			
專題 演講人	圓光文教基金會 講師	講題	反毒暨菸害防治宣導					
內 容 摘 要	年輕人的標靶「電子煙」的危害究竟有多大？ 拒毒、拒菸、拒空氣、反霸凌、反詐騙 電子菸對身體的危害可能比紙菸更大，長期使用者將面臨心臟病、中風、失智、和細胞損傷的風險。							
導師	新 家 真							

(第 五 週)週會紀錄表

日期	114年10月3日	星期/節次	星期 五 第 5.6 節	地點	教室
主席 (主持人)	黃昱淇	記錄 (班級、姓名)	J05 鄭芟苾	參加 年級	高一、二年級全體同學
專題 演講人	圓光文教基金會 講師	講題	反毒暨菸害防治宣導		
內 容 摘 要	拒菸、拒毒、拒笑氣、反霸凌、反詐騙。 抽菸、吸毒對身體不好，不但會影響生活，甚至還會影響面貌。出門在外也要小心，有些會騙人，或者綁架，就被拿去賣，不能太相信身邊的友人，三思而後行。還有群聚效應，雖然起步並不同，但如果受到身旁人的影響，就會造成群聚效應，大家是應該一起共好，不應該一起共壞，不要輕易受人影響。				
導師	演講者同趣又實際，內容、案例舉實例，談發深思： 陳麗卿				

(第 五 週) 週會紀錄表

日期	114 年 10 月 3 日	星期/節次	星期 第 5 節	地點	高二望 (若石樓地下室義室)			
主席 (主持人)		記錄 (班級、姓名)	506 邵品元	參加 年級	高二望			
專題 演講人	圓光文教基金會講 師	講題	反毒 既菸菸害防治宣導					
內 容 摘 要	青春美好、友善校園、五合-宣導計畫 (拒菸、拒毒、拒笑氣、反霸凌、反詐騙)							
導師	陳 昭 宏 (003)							

(第五週)週會紀錄表

日期	114年10月3日	星期/節次	星期五 第56節	地點	教室			
主席 (主持人)	曾子晏	記錄 (班級、姓名)	911李祐銘	參加 年級	高一、二			
專題 演講人	國光文教基金會講師	講題	青春美好、友善校園、五合一宣導計畫					
內 摘 容 要	今天是第五週班週會，今天的演講主題是：青春美好、友善校園、五合一宣導計畫（拒菸、拒毒、拒笑氣、反霸凌、反詐騙），我們學到了各種新興毒品的危害，包括喪屍煙彈等，面對這樣的危害，我們應該拒絕任何一次的嘗試，把身心健康擺在第一位。							
導師								

新北市天主教恆毅高級中學 114 學年度第一學期

(第 5 週)週會紀錄表

日期	114年10月3日	星期/節次	星期 五 第 五 六 節	地點	高二真			
主席 (主持人)	錢雨安	記錄 (班級、姓名)	高二真 六個賢	參加 年級	高二			
專題 演講人	圓光文教基金會 講師	講題	青春美好,友善校園、五合一宣導計畫					
內 容 摘 要	拒菸,拒毒,反霸凌,反詐騙,製造友善校園。 了解什麼是新興毒品,對我們有什麼傷害、危害,學會如何保護自己							
導師								