

中華民國 113 年 2 月 6 日

簽 於總務處文書組

主旨：陳本校 112 學年度第 7 次主管會報紀錄 1 份，簽 請鈞長鑒核。

說明：

一、旨揭會議業於本(113)年 2 月 6 日(星期二)上午 9 時 10 分，於本校行政大樓第 3 會議室，舉辦完竣。

二、案附本次會議簽到表及會議議程。

擬辦：案若奉 核後，公告網頁周知續辦。

會辦單位：

第一層決行

承辦單位

會辦單位

批示

文書組 林雲霞
1455

教師兼秘書 呂卓樞

0206-1455

總務處 1700

1700

教師兼總務主任 張志宏

文號：

國立虎尾高級農工職業學校
112 學年度第 7 次主管會報紀錄

會議程序：

文章導讀

壹、會議決議案暨校長交辦事項執行情形

貳、各處室業務重點報告

參、臨時動議

肆、主席結論及交辦事項

伍、散會

主持人：李校長重毅

日期：113 年 2 月 6 日上午 9 時 10 分(原訂 113 年 1 月 30 日)

地點：行政大樓第 3 會議室

國立虎尾高級農工職業學校 112 學年度第 7 次主管會報紀錄

會議時間：113 年 2 月 6 日(星期二)上午 9 時 10 分

會議地點：行政大樓第 3 會議室

主持人：李校長重毅

紀錄：林雯雯

出席人員：詳簽到表

壹、會議決議案暨校長交辦事項執行情形

承辦處室	決議事項	管制日期	執行情形	是否列管
各處室 1	對於教師上課的課程內容與進度尊重其教學的專業自主，但對於教師的出席到課狀況，則需透過行政外部的巡堂機制來檢視。授課實質的內容是否按照教學進度表上課，請教務處與實習處落實查察教室日誌或實習工廠日誌，建立追蹤催繳的制度，並定期檢討改善。	112.12.5 112 學年度第 5 次主管會報 (第 3 次追蹤)	秘書室：遵照辦理。 教務處： 一、於各項會議再次宣達請各處室落實巡堂機制。 二、教學組針對教室日誌查核與追蹤機制業於 11 月 29 日開始進行，若發現教師未簽名或教學內容未填寫，會另行以 mail 通知該堂任課教師。 學務處：遵照辦理。 實習處：遵照辦理。 總務處：遵照辦理。 輔導室：遵照辦理。 圖書館：遵照辦理。	繼續列管
各處室 2	學校各處室有其業管的業務與立場，不論是正式或非正式的會議，處室間的橫向與處室內的縱向或對角線的溝通相對重要，其溝通的內容包含了背景、意旨及回饋，掌握這三個溝通內容讓學校各項活動進行得更順遂。	112.12.19 112 學年度第 5 次行政會議 (第 2 次追蹤)	秘書室：遵照辦理。 教務處：遵照辦理。 學務處：遵照辦理。 實習處：遵照辦理。 總務處：遵照辦理。 輔導室：遵照辦理。 圖書館：遵照辦理。 人事室：遵照辦理。 主計室：遵照辦理。	結案日期 113.2.6
各處室 3	新校務發展計畫從 112 學年度至 116 學年度計 5 個學年度至	112.12.27	秘書室：遵照辦理。 教務處：遵照辦理。 學務處：遵照辦理。	繼續列管

	117年，希望藉此能凝聚共識，匯聚大家的智慧，以智慧建立制度，以制度解決問題，擘劃未來。	112學年度第1學期擴大行政會議 (第2次追蹤)	實習處：遵照辦理。 總務處：遵照辦理。 輔導室：遵照辦理。 圖書館：遵照辦理。 人事室：遵照辦理。 主計室：遵照辦理。	
各處室 4	不論是師對生、學生對學生或學生對老師等校園事件，對於學生的輔導管教，都必須以師生安全為首要考量，並體察學生的心理狀態，以察覺防範可能發生的意外狀況，達成三級預防的校園。	112.12.27 112學年度第1學期擴大行政會議 (第2次追蹤)	秘書室：遵照辦理。 教務處：遵照辦理。 學務處：遵照辦理。 實習處：遵照辦理。 總務處：遵照辦理。 輔導室：遵照辦理。 圖書館：遵照辦理。 人事室：遵照辦理。 主計室：遵照辦理。	結案日期 113.2.6
各處室 5	溝通是校務推展很重要的渠道，請保持謙和態度、和緩語氣，以設身處地或換位思考的邏輯來做溝通的事宜，以正確傳達訊息達成有效的溝通。	112.12.27 112學年度第1學期擴大行政會議 (第2次追蹤)	秘書室：遵照辦理。 教務處：遵照辦理。 學務處：遵照辦理。 實習處：遵照辦理。 總務處：遵照辦理。 輔導室：遵照辦理。 圖書館：遵照辦理。 人事室：遵照辦理。 主計室：遵照辦理。	結案日期 113.2.6
各處室 6	學校的委辦計畫若無法接續，會減少挹注對學校行政管理費與水電費用等的支出，委辦經費來源減少，日後亦請各行政單位樽節開支。	112.12.27 112學年度第1學期擴大行政會議 (第2次追蹤)	秘書室：遵照辦理。 教務處：遵照辦理。 學務處：遵照辦理。 實習處：遵照辦理。 總務處：遵照辦理。 輔導室：遵照辦理。 圖書館：遵照辦理。 人事室：遵照辦理。 主計室：遵照辦理。	結案日期 113.2.6
各處室 7	對於本學期期末與第二學期期初校務會議的資料請秉持質量並陳的方式撰寫，與教師和學生有關的重要	113.1.9 112學年度第6次主管暨行政會議 (第1次追蹤)	秘書室：遵照辦理。 教務處：遵照辦理。 學務處：遵照辦理。 主計室：遵照辦理。 實習處：遵照辦理。	結案日期 113.2.6

	教學事項或各項活動訊息，請提早讓教師與學生了解知悉。		總務處：遵照辦理。 輔導室：遵照辦理。 圖書館：遵照辦理。 人事室：遵照辦理。 主計室：遵照辦理。	
秘書室 1	請秘書室主導籌組校務發展委員會，其組成與運作，辦理方式與型態，研商重點發展層面，可參照前期作業；並檢核前期校務發展的事項及成效評估。對於新計畫的內容除各處室發展重點、例行或創新工作與校園重大工程外，請參照 108 課綱的課程精神、掌握跨域整合、結合 SDGS 及 AI 等概念融入計畫中。並列出以下面向： (一)課程發展與設計。 (二)教師的教學與增能。 (三)學生的多元發展與展能。 (四)環境設備與設施。 (五)教學資源的整合。	112.11.21 112 學年度第 4 次行政會議 (第 4 次追蹤)	秘書室：遵照辦理。	繼續列管
秘書室 2	因應現在的教育政策與國際教育的白皮書，成立學校的國際教育推動委員會，依課綱的精神、多元理解與文化素養導向等，擬定其任務組織之執掌與分工。	112.12.19 112 學年度第 5 次行政會議 (第 2 次追蹤)	已擬定「國際教育推動委員會設置要點」草案，並於 113 年 1 月 22 日完成陳核，將提第 7 次行政會議審議。	繼續列管
教務處	學生為校園學習主體，在提供學生多元學習面向的願景下，	112.11.7 112 學年度第 4 次主管會報	目前規劃方向為二： 一、由設備組洽	繼續列管

	請善用學校軟硬體設備如沉浸教室、製播教室，來發展潛在課程、多元教學及學生自治組織活動，以提升學生多元能力。	(第5次追蹤)	詢廠商協助規劃安排製播培訓課程時間，待時間確立後，同步會知學務處辦理相關培訓課程。 二、另於113學年度彈性學習課程開設相關製播課程。已與國立虎尾科技大學郭良印教授取得聯繫，預計先於112學年度第2學期進行討論，研商113學年度彈性課程事宜。	
實習處 1	行政工作仰仗的是人才銜接與業務的交接，請各單位亦於8月25日前完成各項相關業務的交接工作。	112.8.8 112學年第1次行政會議 (第10次追蹤)	實習處：商經科主任交接事項尚有財產移交清冊處理中(報廢品財產減損已處理)。	繼續列管
實習處 2	商經科曾主任退休後，該科科主任人選與相關配排課問題請提早因應準備。	112.12.19 112學年度第5次行政會議 (第2次追蹤)	實習處：已於1月19日簽陳核示112學年度第2學期商經科主任由徐美雀老師接任。	結案日期 113.2.6

貳、各處室業務重點報告

秘書室報告

一、112學年度第一學期會議管考列表：

處室	組別	會議名稱	開會時間	會議紀錄陳核
教務處	註冊組	112學年度第1學期第3次多元入學委員會	112.12.26 12:10	✓
	實研組	112學年度第1學期第4次課程發展委員會	113.1.18 12:10	✓
	特教組	112學年度第1學期身心障礙學生期末個別化教育計畫檢討會議暨第2學期期初個別化教育計畫擬定會議-資源班	113.1.17 14:10	✓
		112學年度第1學期身心障礙學生期末個別化教育計畫檢討會議暨第2學期期初個別化教育計畫擬定會議-門市服務科	113.1.17 15:10	✓

		112 學年度第 1 學期第 4 次特殊教育推行委員會	112.12.19 12:10	✓
學務處	生輔組	112 學年度學生獎懲委員會	113.1.10 12:00	
	體育組	112 學年度校慶運動會工作籌備會議	112.11.29 12:10	✓
		112 學年度校慶運動會工作檢討會議	113.1.4 12:10	✓
實習處	實習組	112 學年度學生技藝競賽檢討會	113.1.16 12:10	✓
總務處	文書組	112 學年第 1 學期期末暨 2 學期期初校務會議	113.1.19 10:10	✓

註：截至 113 年 2 月 2 日登錄資料

二、112 學年度第二學期校內各項會議管考彙整資料：

處室	組別	會議名稱	辦理時間	會議紀錄陳核
秘書室		112 學年度第 2 次優質化工作小組會議	113.2.6 11:00	
		112 年度第 3 次內部控制暨稽核小組會議	113.2.20 10:30	
教務處	註冊組	112 學年度第 2 學期編班及轉科(班)委員會	113.1.22 15:00	✓
		112 學年度第 2 學期收取學生代收代辦費審核委員會會議	113.2.2 12:10	
	特教組	112 學年度第 5 次特殊教育推行委員會	113.2.27 10:10	
學務處	訓育組	112 學年度第 2 學期 2 月導師會報	113.2.21 14:30	
總務處	文書組	112 學年度第 7 次主管會報	113.2.6 9:10	
		112 學年度第 7 次行政會議	113.2.20 9:10	
主計室		114 年度資本門概算籌編會議	113.2.20 11:00	

註：截至 2 月 2 日登錄資料

三、本校高職優質化輔助方案彙整資料：

(一)112 學年度第 1 學期高職優質化輔助方案經常門預算數 774,000 元，已執行 664,411 元，執行率為 85.84%。資本門預算數 331,000 元，已執行 311,793 元，執行率為 94.20%。因執行率皆以達 85%以上，所以餘款無須繳回。其收支結算表業於 113 年 1 月 12 日依據 113 年 1 月 11 日臺教國署高字第 1130005273 號辦理結報，已將結算表正本及經費核定函影本免備文寄送至

苗栗高商。

(二)112 學年度高職優質化輔助方案第二學期經費：已於 1 月 24 日依據 113 年 1 月 19 日臺教國署高字第 1130008506 號函掣據辦理請款。計畫執行期程為 113 年 1 月 1 日至 113 年 7 月 31 日，結報日期為 113 年 9 月 30 日前。本案所購置之設備器材應於明顯處貼上「112 學年度第 2 學期高職優質化輔助方案購置」之財產標誌並登錄財產目錄。

(三)第 2 學期經費執行如下表，資本門部分請各子計畫於 113 年 5 月 30 日前完成請購事較為合理，經常門部分請各子計畫提早於 113 年 7 月 12 日(星期五)前執行完畢，俾利後續經費結報事宜。

表 1. 112 學年度優質化經費核定一覽表

計畫編號	負責人	承辦人	112 學年度第一學期 (112 會計年度)預計 申請經費		112 學年度第二學期 (113 會計年度) 預計 申請經費	
			經常門	資本門	經常門	資本門
			金額	金額	金額	金額
112-A1 落實 學校課程發展	張顥馨	林政和	57	58	57	95
112-A2 推動 創新多元教學		陳小琳	285	133	285	33
112-A3 深化 教師教學專業		陳小琳	45	0	45	0
112-B1 導引 適性就近入學		鄭裕翰	80	0	80	30
112-B3 加強 學生多元展能	羅一誠	許凱棟	227	140	227	153
112-B4 形塑 人文藝術素養	王儷娟	王儷娟	80	0	80	20
小計			774	331	774	331
合計			2210			

表 2. 112 學年度優質化第 2 學期資本門執行項目一覽表

項次	子計畫編號	名稱(項目)	單位	數量	單價	小計
1	112-A1	筆記型電腦	台	1	30	30
2	112-A1	教學廣角動態攝影機	台	1	25	25
3	112-A1	投影機	台	1	40	40
4	112-A2	電腦升降桌	張	1	13	13
5	112-A2	黑白雷射印表機	台	1	20	20
6	112-B1	筆記型電腦	台	1	30	30
7	112-B3	工作桌	組	3	20	60
8	112-B3	投影機	臺	1	45	45

9	112-B3	TPZ 控制器	組	1	48	48
10	112-B4	移動式講台	組	1	20	20
合計						331

單位：千元

四、內部控制相關業務彙整資料：

- (一)112 年度第 3 次內部控制小組會議：預定於 113 年 2 月 20 日(二)上午 11 時辦理。會議主要檢視內部控制稽核小組委員會所選定的 9 項控制作業項目並完成內部稽核作業後製作內部稽核報告書，經由本次會議確認「112 年度內部控制稽核報告書」內容。
- (二)依教育部國民及學前教育署 113 年 1 月 12 日臺教國署高字第 1130000116 號函於 113 年 3 月 31 日前上傳「112 年度內部控制聲明書」以完成 112 年度內部控制聲明書簽署及公告作業。

五、國際教育相關業務彙整資料：

- (一)112 年度國際教育資源中心(IERC)計畫經費預算數 300,000 元，已執行 256,863 元，須繳回餘額 43,137 元，執行率為 85.62%。已於 113 年 1 月 26 日依據依教育部國民及學前教育署 112 年 12 月 29 日臺教國署原字第 112183791 號函辦理結報，成果報告部分則後續待完成編輯與陳核後上傳。
- (二)本校推動國際教育有功人員將依據教育部國民及學前教育署 113 年 1 月 23 日臺教國署原字第 1130006974 號辦理 112 年度國際教育行政支援窗口、國際教育地方培力團及國際教育資源中心，校內有功人員敘獎。
- (三)鈞長指示成立學校的國際教育推動委員會，以因應現在的教育政策與國際教育的白皮書，並依課綱的精神、多元理解與文化素養導向來擬定其任務組織之執掌與分工。已擬定國際教育推動委員會設置要點草案，並於 113 年 1 月 22 日完成陳核，提第 7 次行政會議審議。「113 學年度國際教育補助計畫」—課程、國際交流及學校國際化 3 項及教師共備社群申請案依據教育部國民及學前教育署 113 年 1 月 19 日臺教國署原字第 1130004729A 號函示辦理申請。請相關處室檢視行政量能與需求參辦，欲申辦者請備妥相關資料依文及申辦說明要旨於申請期程內(113 年 1 月 30 日起至 113 年 3 月 7 日下午 5 時止)提出申請。

六、校務發展計畫相關業務(112-116 學年度)：

- (一)本學年將擬訂(112-116 學年度)的校務發展計畫，並針對前一期(107-111 學年度)計畫進行考核，請各處室與群科先針對前期校務發展計畫的事項及成效進行評估，前期計畫可由此網址下載 <https://www.hwaiivs.ylc.edu.tw/校務資料開放專區/校務發展計畫>，待秘書提供相關檢核表件填妥後回傳。
- (二)對於新計畫的內容除各處室發展重點、例行或創新工作與校園重大工程外，請參照 108 課綱的課程精神、掌握跨域整合、結合 SDGS 及 AI 等概念融入計畫中。並請相關處室與各領域及群科對以下面向進行討論：(1)課程發展與

設計；(2)教師的教學與增能；(3)學生的多元發展與展能；(4)環境設備與設施；(5)教學資源的整合。

(三)預計辦理期程：

1. 提出實施計畫與委員會組織(預計1月中旬)
2. 辦理校務發展項目相關討論會議(預計1月中旬至2月底)
3. 辦理校務發展計畫審查會議(預計4月中旬至6月中旬)

主席裁示：

校務發展計畫再來為新年度新學期的重點工作，請秘書室依期程妥為規劃，需各處室協助的部分務必提前告知各處室。

教務處報告

- 一、依據112年11月20日112學年度第1學期技高優質化諮詢輔導訪視委員針對安全教育課程運作模式建議採課程模組方式進行，分別於自然領域、公民與社會、健康與護理、體育，及全民國防課程中落實12節安全教育課程。擬訂於2月15日邀集上開領域教師共同研商規劃推展課程模組。
- 二、112學年度第2學期課後輔導課日期自113年2月19日起至113年6月21日止，三年級學生合計總上課日數共35日(至4月26日止)，每節22元；二年級學生合計總上課日數共59日，每節25元；一年級學生合計總上課日數共61日每節25元。
- 三、112學年度第1學期「學期補考」業於113年2月2日(星期五)辦理完竣，感謝相關同仁的付出及監考教師協助，本次輪值監考教師已是第2輪從頭依年資最少開始之排序。
- 四、技專校院招生策略委員會112年8月31日技專校院招策字第1120000351號函，有關公告適用114學年度升學技專校院之四技二專各入學管道學習準備建議方向查詢網站，請各位師長們多加利用，協助轉知所屬學生參考使用。[\(https://www.techadmi.edu.tw/newer/apply114/\)](https://www.techadmi.edu.tw/newer/apply114/)
- 五、教育部國民及學前教育署113年1月9日臺教國署高字第1130000991號函，112學年度第2學期開課預檢時間為113年2月16日(星期五)至4月30日(星期二)。
- 六、教育部國民及學前教育署113年1月19日臺教國署高字第1130001793號函，112學年度第1學期各項學習歷程檔案資料提交至學習歷程中央資料庫期程為113年3月1日(星期五)至3月25日(星期一)。
- 七、業於113年1月22日(星期一)會同本校建築科(賴玫樺科主任代表)、生機科(黃琪騰科主任代表)、電機科(葉佳智組長代表)，及畜保科(陳小琳組長代表)前往雲林縣立斗六國中辦理生涯發展教育「生涯試探活動-發現職趣」活動，感謝以上群科及師長協助。
- 八、業於113年1月22日(星期一)召開本校112學年度第2學期編班及轉科(班)委員會議，會議紀錄已送核。
- 九、教育部國民及學前教育署113年1月22日臺教國署高字第1130003873號函核定本校112學年度第2學期高級中等學校「產業特殊需求類科」教學

鐘點費共計 89,857 元整。

- 十、業於 113 年 1 月 30 日(星期二)函報申請本校 113 學年度特色招生專業群科甄選入學術科測試補助經費。
- 十一、業於 113 年 2 月 2 日(星期五)中午 12 時召開本校 112 學年度第 2 學期向學生收取費用審查委員會議。
- 十二、業於 113 年 2 月 15 日上午 10 時 30 分(星期一)召開本校 112 學年度第 2 學期學生學習歷程檔案工作小組會議。
- 十三、預於 113 年 2 月 21 日(星期三)參加「112 學年度全國高級中等學校及專科學校承辦問卷調查說明會(後期中等)」。
- 十四、預於 113 年 2 月 23 日(星期五)參加「113 學年度科技校院繁星計畫聯合推薦甄選入學招生網路作業系統操作說明會」。
- 十五、預於 113 年 3 月 23 日(星期六)偕同實技組參與「雲林縣 112 學年度國中技藝教育競賽頒獎及成果發表暨大專校院/高中職教育博覽會」，地點位於古坑綠色隧道。
- 十六、預於 113 年 3 月 29 日(星期五)參與「113 年度高級中等教育階段學生學習歷程資料庫說明會」。
- 十七、各大學校院特殊選才招生資訊已公告於本校網站。
- 十八、持續辦理各項獎助學金申請及頒發作業，各項獎助學金資訊皆公告於本校網站首頁「獎助學金專欄」，請師生留意相關資訊，並請於各獎學金截止日 **5 個工作天**前將資料繳交至註冊組提出申請。
- 十九、依據本校「學業評量成績登入及公告原則」訂定 112 學年度第 2 學期學生定期評量作業時間規劃表，請卓參。

考試名稱	考試日期	教師成績登錄	成績單簡訊通知
第一次期中考	113 年 3 月 20 日至 113 年 3 月 22 日止	113 年 3 月 29 日前	113 年 4 月 8 日前
高三畢業考	113 年 4 月 29 日至 113 年 4 月 30 日止	113 年 5 月 3 日前	113 年 5 月 14 日前
第二次期中考 (高一高二)	113 年 5 月 13 日至 113 年 5 月 15 日止	113 年 5 月 22 日前	113 年 5 月 29 日前
期末考 (高一高二)	113 年 6 月 25 日至 113 年 6 月 27 日止	113 年 7 月 2 日前	113 年 7 月 11 日前

- 二十、成大維運團隊於 113 年 1 月 26 日(星期五)通知：本校網頁弱掃執行失敗。請各處室協助刪除已過期之訊息(研習、夏令營……等公告訊息)。成大維運團隊預計於 113 年 2 月 2 日後再次進行本校網頁之弱點掃描。
- 二十一、112 學年度第 2 學期教科書已整備完畢，各班教科書領取時間表另行公告。
- 二十二、填報本校 112 年度資通安全維護計畫實施情形，書面審查結果建議事項具體改善作法。

二十三、辦理本校 112 學年度第一學期「註冊書籍費」補助案。

二十四、辦理本校 113 年度無聲廣播維護服務相關事宜。

二十五、資安宣導：請同仁勿進行惡意網域連線(下載危險檔案、挖礦等)，雲林縣網中心機房會逕行關閉使用者的 IP 連網權限。

二十六、特教組各項計畫執行進度表

序號	計畫名稱	執行期限	進度說明
1	服務群第二課程中心教材試行夥伴學校運作經費	112 年 12 月 31 日	函報申請核結
2	112 學年度第 1 學期身障生學習扶助計畫	113 年 1 月 19 日	成果報告審核中
3	112 學年度資源班外加代理教師經費	113 年 7 月 31 日	執行中，第二期經費已函報申請。
4	112 學年度資源班行政助理經費	113 年 7 月 31 日	執行中，第二期經費已函報申請。
5	112 學年度第 2 學期身障生學習扶助計畫	113 年 6 月 30 日	通過，經費掣據申請中。
6	112 學年度高級中等學校自辦特教知能研習計畫	113 年 6 月 30 日	執行完畢，進行經費核銷並於期限內完成核結

二十七、特教組近期會議及活動規劃

序號	會議名稱	日期及時間	地點	與會人員
1	112 學年度門市服務科高三學生第 3 次校外職場實習輔導會議	113 年 2 月 23 日 星期五 12:10	特教辦公室	相關行政同仁 職場任課教師 國教署職業輔導員
2	112 學年度第 5 次特殊教育推行委員會	113 年 2 月 27 日 星期二 12:10	第一會議室	會議相關委員

二十八、特殊教育評鑑近期工作期程

序號	工作時程	工作項目	檢核方式
1	113 年 1 月 31 日 (星期三)	完成自評表核章上傳及雲端上傳資料鎖定	特教組長
2	113 年 3 月 12 日 (星期二)	特教評鑑第一次外聘專家委員到校訪視	外聘專家委員之評鑑檢核表

主席裁示：

- 一、日前學校接獲國教署與雲林縣縣網通知，學校發生危險等級較高的資安情形，請各處室主任轉達，各單位辦公室電腦於下班後務必關機，以免遭攻擊入侵，同仁們加班時使用電腦，亦請以公務業務為主。
- 二、對於教師輸入學生成績的後有修改的情形，請教務處於相關會議再次提醒宣達本校學生成績實施要點與相關規定。
- 三、教務處教學組依各科考量教師專業、課程連貫、實習場域等配好的課程進行排課，基本上教務處尊重各科配課情形，各科配課有問題回歸各科本位處理，若再無法解決就回歸教學組統一配課。

學務處報告

一、本校性平會現行列管案性平事件，工作概況如下：

- (一)現行列管6案(案號2740508、2743481、4748734、2787703、2794005及2814156)，其中針對案號2743481申請調查部分，已於1月4日分別針對被害人與疑似行為人完成調查，俟召開第二學期第1次性評會討論。
- (二)1月25日系統通知申請結案之前案2746058及2746148已核定結案。

二、本校承辦國教署委辦「青少年諮詢會」業務，近期工作如下：

- (一)原商調國教署之專案助理林鈴媛小姐因生涯規畫任職至113年1月31日止，已辦理離職；1月25日經公開甄選由趙家佑女士接任，於2月1日到職，賡續請相關單位協助辦理報到、契約、敘薪及投保等事宜，並配合國教署來函辦理商借事宜。
- (二)訂於2月5日(一)假國教署辦理第6屆青少年諮議會青少年委員書面審查會議。

三、國教署委託本校辦理「112年度校園性別事件行為人輔導處遇研討會」活動，因小犬颱風襲台致活動延期，訂於2月15日由國教署發函各校重新報名資訊，並於2月25日前完成公告錄取名單俾利後續作業。

四、訓育組公告2月16日(五)開學作息時間表如下，請各開學典禮報告處室主管協助於2月5日前繳交簡報至訓育組幹事，以利彙整。

時 間	節 次	項 目
08：10~09：00	1	導師時間
09：10~10：00	2	全校大掃除
10：10~11：00	3	開學典禮
11：10~12：00	4	
12：00~13：00	午餐、午休	
13：00~14：50	5、6	領書
15：00~15：50	7	正式上課
15：50~		放學

五、感謝庶務組協助於2月1日辦理112學年度高二公民教育活動投標廠商評選，並於2月2日完成議價，價金2,940元，調查預計330員學生參與。

六、生輔組於第2學期放學專車規劃，經協調臺西客運區分2時段發車，16：10時發車計橋頭線等12路線(未參加課輔搭車學生計573人)。17：10時發車計台西線等6路線(參加課輔搭車學生含門市科計206人，少部分學生需至斗南轉乘或至上學鄰近站點下車)。另台西客運續針對學生搭車人數針對上開路線滾動式調整班次或是停開。

七、校安中心於寒假期間持續辦理學生愛校服務，返校銷過學生表現良好。

- 八、本校棒球隊15員參加112學年度高中軟式組棒球聯賽雲林縣預賽，於1月28日賽程上午以8:1勝北港農工，續於中午以4:3勝西螺農工。是日15:30以0:7惜敗，取得分組第二名無緣晉級。
- 九、衛生組於寒假期間排定6個班級返校打掃公共環境，維持校園環境整潔。
- 十、活動組申請海洋委員會補助學校社團辦理海洋活動計畫，規畫由本校服務性社團參與海洋環境教育及淨灘活動，申請經費20,000。
- 十一、活動組辦理國教署補助112年度「全國高級中等學校辦理童軍教育自主增能活動實施計畫」經費核結事宜。
- 十二、活動組擬申請教育部補助113學年度辦理國際教育交流計畫，已編撰「子計畫二-辦理國際教育旅行計畫」，俟彙整相關處室填報子計畫一、子計畫三後共同線上審查。

主席裁示：

- 一、性平案件均依相關期程辦理，請學務處務必掌握案件進度。
- 二、對於國教署委辦112年度校園性別事件行為人輔導處遇研討會的人數，請務必告知已報名錄取學校，人員有異動時請遞補勿從缺。
- 三、第八節輔導課參與人數愈來愈少，有勞生輔組與台西客運對於校車的路線協調。

實習處報告

【實習處】

- 一、本校申請 113 年度「教育部國民及學前教育署補助高級中等學校充實教學及實習設備計畫(專業群科)」，已複審通過核定補助經費 100 萬元，目前各科正協商採購需求項目。
- 二、本校規劃申辦 113 學年度產學攜手合作專班，目前依建教合作補評估申辦期限，提報 8 家合作機構申辦資料。
- 三、112 學年全國技藝競賽本校已於 1 月 16 日辦理賽後檢討會，並於 1 月 19 日休業式典禮頒發獎勵金及虎農技藝達人綬帶，感謝家長會及員生社贊助獎勵金。
- 四、112 年度第三梯次全國技術士技能檢定術科測試，本校電機科及製圖科已於 1 月 22 日~26 日期間順利辦理完畢。
- 五、本校 114 年度實習處各組(科)資本門預算需求編列彙整表，已於 1 月 26 日提報主計室彙總。

主席裁示：

充實教學及實習設備計畫補助經費將偏重於電機科與建築科，亦請妥善規畫與運用。

總務處報告

- 一、寒假期間已找廠商將學生反應修繕的事項，大部分都已修繕完成也已在總務處維修登記網頁公佈。
- 二、本校代理教師、助理、社團老師人數不少，部分人員大門保全不見得認識，建議以上人員能至總務處申請汽機車通行證以方便保全人員識別。

- 三、校內 113 年度資本門希望各處室過年後能儘早申請，因為國教署會定期追蹤執行進度，各處室應在年初提早採購以達物盡其用，尤其各科編列的資本門提早採購讓學生使用。
- 四、活動中心上方天花板維修，因明年全運費角力比賽在本校，已建議體育組編列活動中心修繕項目，列入天花板修繕，按程序六月底前會撥款並要整修完成。
- 五、至善樓、德善樓地面磁磚因熱漲冷縮多處地方隆起，已請廠商估價，因過年前廠商較忙且時間較短，安排過年後利用假日施工以免影響學生上課。
- 六、雲林縣政府經本校同意，近期內會在本校大門口設立 7 台腳踏車，本校同仁如果是外地開車上班，可以騎腳踏車至街上非常方便。

主席裁示：

洽悉。

輔導室報告

- 一、虎農校訊資料已於 1 月 24 日繳交。
- 二、內控稽查已於 1 月 25 日完成。
- 三、已於 2 月 2 日偕同機圖一導師進行李姓學生之家庭訪問。
- 四、已於 2 月 5 日進行 1 月份高級中等以下學校輔導工作成果填報。
- 五、下學期活動及講座邀請中。
- 六、戶外教育資源平臺資源 <https://outdoor.moe.edu.tw/>，敬請師長們多推廣利用。

主席裁示：

洽悉。

圖書館報告

- 一、寒假期間針對 2 樓書庫實施盤點。
- 二、預定 2 月底前辦理第一次新書採購，歡迎師長踴躍推薦優良圖書。
- 三、虎農校訊第十八期目前匯整中，預計 2 月 27 日（星期二）開定稿會議。

主席裁示：

對於校友會理事長的未來人選，我們須事先拜訪相關委員，再請儷娟主任規劃聯繫。

人事室報告

- 一、教育部國民及學前教育署 113 年 1 月 15 日臺教國署人字第 1130006800 號函以，有關 113 年師鐸獎初審與推薦事宜，請依「師鐸獎評選及表揚活動實施要點」踴躍推薦人員(專任合格教學人員、運動教練及校長)參選，相關表件請於本年 2 月 17 日前送至人事室。
- 二、教育部國民及學前教育署 113 年 1 月 19 日臺教國署政字第 1130010639 號函以，113 年度農曆春節將屆，請同仁恪遵「公務員廉政倫理規範」暨「教育部與所屬機關學校之公務員及教師廉政倫理規範」相關規定並落實廉政倫理事件登錄。

主席裁示：

洽悉。

主計室報告

一、本校校務基金截至 113 年 1 月底止，執行情形如下：(單位:元)

經費項目	可用預算數	累計執行數	累計分配數	執行率
業務總收入	261,111,000	47,326,881	46,271,000	102%
業務總支出	291,575,000	44,738,584	63,253,000	71%
本期賸餘(短絀)	-30,464,000	2,588,297	-16,982,000	
折舊費用	30,464,000	2,791,231	2,533,000	110%
不含折舊費用之 本期賸餘(短絀)	0	5,379,528	-14,449,000	
固定資產	12,632,000	0	0	0

二、教育部國民及學前教育署 113.1.30 臺教國署高字第 1130010708 號函以，為籌編 114 年度國立高級中等學校校務基金附屬單位概算，請各校於 113 年 2 月 29 日(星期四)前完成查填「購建固定資產預算表」。本校訂於 2 月 20 日上午 11 時召開「114 年度資本門概算籌編會議」。

三、教育部函轉行政院 113.1.10 院授主會財字第 1131500027 號函，各機關辦理各類會議及講習訓練改進原則暨補充及重申規定，其中膳雜費報支標準自即日起調整為不分官等每人每日 1,000 元為上限，所需經費請各適用機關(構)視業務實際需要，本摺節原則於年度相關經費支應。但本校辦理國教署各項委辦案，仍依「教育部及所屬機關(構)辦理各類會議講習訓練與研討(習)會管理要點」之規定。

主席裁示：

對於學校經費預算的用度方向第 1 著重是教學設施設備、第 2 是改善環境、第 3 才是提升品質。現在觀察各處室提出的採購項目已進入到提升品質的方向。

參、臨時動議

教務主任：

想確認 112 年度學務處模範生遴選內控稽核紀錄表的內容，因雲端分享資料的內控流程圖出現-第一次選社結果。經詢問訓育組模範生遴選的流程圖並無此項目，因關乎稽核紀錄表的內容，所以表格內容是否重新調整。

主席裁示：

會後請秘書再確認內控表格資料的內容。

肆、主席結論及交辦事項

共通事項：

- 一、年節過後即開學，開學前的整備時間不多，但亦請各單位對於教學及教室設備環境、實習工廠設備機具、校園環境整理、各班清掃區域規劃及清掃用具盤查等，依各處室業管的範圍秉持工欲善其事必先利其器的原則完成開學前的整備工作。
- 二、現在校園的資通安全為國家重視的政策方向，請教務處設備組運用相關的會議與集會，向全校師生宣達資訊安全的相關規定與法律責任，若再次發生類似資安事件被檢討時即依相關規定來辦理。

教務處：

對於學生成績評量請教務處依照主管機關及本校規定公告周知全校教師，避免在成績輸入截止日期後又更改成績，以維學生成績的衡平性。

學務處：

- 一、113年2月5日國教署函示訂定了教師輔導及管教學生的辦法，請學務處併同輔導室依新訂的辦法檢視盤查適時修訂本校相關規定。
- 二、開學典禮活動的各項準備工作請務必事先籌劃辦理。

圖書館：

對於校友會的運作，未來理事長的人選請預先規劃聯繫，並安排拜訪相關委員。

秘書室：

113年3月28日(星期四)日本成城高校到校交流參訪的規劃，請秘書室統籌分工，針對接待的流程、參訪的動線、入班的學習、活動的內容等面向邀集相關處室協調分工。對於日韓學校到全國高中職交流參訪的活動已可列為行事曆的常態活動。

伍、散會：10時20分

紀錄：

主席簽署：

單位主管：

身體不痠不痛、心情舒暢輕鬆！蔡璧名：從 3 個醫道習慣做起，遇見脫胎換骨的自己

2023-10-23

編按：沒有健康的體魄，其他全無意義；沒有舒暢的心情，再好的身體也會慢慢耗損！本文作者為臺大中文系副教授蔡璧名，她在新書《醫道習慣》中提到：「什麼是一個人能送給自己最好的禮物，而且最好從小就能擁有，它將大幅地提升你的學習效率——就是『珍愛自己，優化習慣』——送給自己一個洗心革面，脫胎換骨的全新的自己。」



蔡璧名曾在抗癌過程中依循莊子之道強化心身，進而走出癌症，也有學生藉此走出憂鬱。在抗癌成功後她重讀醫書，發現《黃帝內經》說過的「精神不進，志意不治，故病不可愈」，攸關身體健康，不論是醫家與道家，都極度重視如何「用心」的學問。她以獨特的家學背景，融合傳統中醫、太極拳法、老莊學說，分享日常中值得養成的良好習慣，幫助靜心神凝、培養更輕鬆靈活的身體。

西方的快樂學幸福理論探討的其中一個問題是：「什麼是世界的終極貨幣？」很多人愛錢，但錢最後是為了買什麼呢？我們的終極價值到底是什麼？就像康德所講：「人是目的。」人本身才是最重要的目的，金錢不是終極目的，吃喝玩樂當然也不是，人才是。所以就讓我們把在意、注意力收回到人自身。讓我們把培養良好的心靈和身體的習慣，當成生活中值得持續關注的一件事來進行，從而開展嶄新敞亮的人生。

現在我們已經知道養成好習慣，可以遇見更理想的自己，但我們究竟要養成哪些好習慣，可以像一個房子的樑柱，把房子建構起來，讓人能在其間優游生活呢？接下來分幾個面向，來談需要養成的習慣、練習的項目。經由不斷地練習、養成習慣，讓我們的心靈、身體都能活得更輕鬆自在、優游。

練習身體的習慣：豎起脊樑，全身自然容易放鬆

誰不想要身體不痠、不痛，更輕鬆靈活？問題是要培養什麼樣的使用身體的習慣，才能達成這樣的目標呢？培養身體的良好習慣，最重要的就是莊子講的「緣督以

為經」(《養生主》)，老子講的「守靜督」(《十六章》)。我認為，在習慣學殿堂的中央，有一根擎天柱。如果同學有學習瑜伽的經驗，印度瑜伽認為：脊椎是神聖的殿堂，我們把這條脊椎豎立起來，全身自然就容易放鬆了。

重點是天天練習，讓這些鍛鍊成為生活中自然不過的一部分。那麼相信不到半年，在生活裡面的坐著、站著、躺著、行走，豎起脊樑的習慣，你一定能夠養成。

另外在「醫道習慣」課程當中，我個人覺得非常珍貴的一部分，就是能在站著或走路的時候，養成虛實分明、把重心落在單腳的習慣。每天至少選一餐，在餐後練習十五分鐘的虛實步。如此一來，豎起脊樑的功夫便因為下半身的參與，達到所謂的「下接地軸、上接天根」，而更加完整。

當我們能豎起脊樑，做到「守靜督」、「緣督以為經」，行走站立又做到虛實分明，那麼就能逐漸達到莊子所講的「形如槁木」，整個身體會像乾掉的木頭這麼輕鬆。各位切過生薑嗎？你知道四錢的生薑曬乾了只剩一錢嗎？乾的木頭跟濕的木頭比起來，是何等地輕盈。太極拳為什麼說「一舉動周身俱要輕靈」，就是因為你「守靜督」、做到「緣督以為經」，身體的中心線強化了，不會因為無力而駝背、駝腰、駝脖子了，隨時都能保持豎起脊樑了。就像旗桿豎起來了，全身的肌肉筋膜就像旗面一樣，很自然地可以輕鬆擺放。

我們只要樹立這樣一個小小的目標，每天都更加放鬆靈活，那麼無病一身輕、一身輕無病的身體，就在不遠處等著我們。

練習用餐的習慣：好好吃飯，氣血順暢人才健康

傳統醫學告訴我們，人體的皮表有氣穴，穴道會通往孫絡，孫絡會聯繫到絡，絡會聯繫到經，經會聯繫到臟腑，我們的氣血必須要流動順暢，人才會健康。

而一天三餐的質量，可是會大大地影響你的氣血狀況的。那到底要怎麼樣才能算有好好吃飯呢？

各位是否有聽過《孟子·梁惠王上》提到的「君子遠庖廚」？但是在《莊子》書裡，居然不只一次提到男子自炊，甚至於可以幫妻子兒女燒飯做菜。為什麼燒飯做菜這件事，在醫道同源的傳統裡，居然是這麼地重要？一旦我們能夠理解傳統醫學《黃帝內經》中「脈氣流經」的身體，所謂「穀盛氣盛，穀虛氣虛」(《刺志論》)，「穀」指的是五穀雜糧。你的氣是否充足跟攝取多少穀類，有非常密切的

關聯。所以研讀傳統醫學的朋友，通常還是會適量地攝取澱粉，絕對不敢不吃澱粉或者吃太少澱粉。

練習睡覺的習慣：未睡身、先睡心，試著關掉思慮與情緒

你觀察過自己的睡姿嗎？習練太極拳者的標準睡姿是右側睡，因為我們的心臟在中央偏左，右側睡可以減少對心臟的負荷及壓迫。當然，脊椎側彎者、胃食道逆流者或者肩膀肌肉特別容易發炎的族群，請依醫生的指示來決定睡側。主要就是要做到——讓身體的肌肉能夠完全地放鬆。

太極拳所謂的標準睡姿。右腳是伸直的，而左腳的腳背會勾住右腳的委中穴，左手就擺放在左腿上，右手大約就跟身體呈九十度擺放。睡覺的時候，我覺得更重要是心靈的功夫，就是你要把注意力擺在丹田的位置，不要有任何念頭，當然更沒有負面情緒，就可以快速地沉沉入睡。相對地，如果不是睡覺，而是上課或工作時感到精神不濟，那就千萬不要把注意力放在丹田，而是放在眉心或者頭頂的百會穴，反而可以提神。注意力擺在越高越清醒、擺在越低越容易想睡，這樣就對了。

先把眼睛閉上，把注意力放在肚臍以下四指幅（同身寸三寸）左右的關元穴，這就是丹田的位置。你雖然閉著眼睛，但想像自己閉著的眼睛正注視著這個位置，然後再慢慢地把你的情緒完全關掉，把你的思慮關掉。思慮也要關掉，讓它沒有文字，一個念頭都沒有，就這樣保持這個神凝的狀態。這就是我們要養成的未睡身、先睡心的習慣。

所謂未睡身、先睡心的活動，不是躺上床才開始的。假使你打算十一點要入睡，建議你從十點鐘開始就關掉所有 3C 產品，培養讓你的意識逐步進入睡眠狀態的習慣，接著會感到越來越睏，一旦有這樣的意識狀態、還有姿勢的話，你的肌肉會非常放鬆，這將大大提升今晚的睡眠品質。

本書摘自《醫道習慣：心、身、情、食、寢，習慣成自然》／蔡璧名（臺大中國文學系博士）／時報出版