



■【急難救助金】

依教育部學產基金設置急難慰問金實施要點辦理急難救助，請符合資格同學提出申請，至軍訓室洽詢。

■【紫錐花運動】一碰就完蛋 毒品多可怕！

如何分辨各種吸毒的人

常見毒品分級表				
第一級	第二級	第三級	第四級	其他
• 鴉片	• 安非他命	• K他命	• 火狐狸	• 強力膠
• 嗎啡	• 大麻	• FM2	• 佐沛眠	• 笑氣
• 海洛英	• 搖頭丸	• 小白板	• 藍色小精靈	
• 古柯鹼	• 白板	• 青發	• 煩寧	
	• 蘑菇	• 紅中		
	• 液態快樂丸	• 一粒眠		
		• 喵喵		



嗎啡、海洛英
不斷打呵欠、流淚、
流鼻水、盜汗。



安非他命
身體消瘦、牙齒掉落、
身上有多處針孔。



K他命
沒感冒卻經常流鼻水、
身上有燒塑膠袋的氣味。



強力膠、有機溶劑
呼吸、身體及衣物會散發溶劑味道。
口鼻常接觸塑膠袋口吸食，周圍容易長紅疹。



搖頭丸
眼球會不自主地轉動。
對聲音節奏敏感，
會跟著搖擺身體及頭部。



喵喵
大量流汗、瞳孔放大、
牙關緊閉或是磨牙。

Yahoo奇摩新聞整理製圖

請共同關心、珍重生命 向毒品，大聲說“不”。

戒成專線服務電話：

- 一、24 小時戒成專線：0800-770-885。
- 二、高雄市政府毒品危害防制中心服務電話：07-7231025。

■【交通安全教育】

- 一、開學迄今已有多起交通意外事故發生，同學騎乘機車時務必戴上安全帽，切勿疲勞駕駛及車速過快搶時搶快，並鼓勵同學多多搭乘大眾交通工具，減少因騎乘機車發生事故機率。
- 二、學校附近危險路段已公告於首頁<最新消息>及軍訓室網頁，歡迎點閱參考。

■【招募訊息】

- 一、課指二組招募 11/28、12/12、12/26 星期六，下午 1 點半至 5 點擔任華山基金會志工(捐發票)
- 二、課指二組招募 12/17 星期四，下午 1 點至 4 點至約生療養院擔任活動志工(協助信望愛機構辦理聖誕活動)
- 三、軍訓室招募 11/21 星期六擔任親師座談會交通管制志工(無津貼)，中午 12 點至 5 點備有便當及專簽獎勵案。

■【生輔公告】

- 一、104 學年度第 1 學期【清寒助學金合格名單】通知
 - ◎每人服務時數：30 小時，於本學期完成服務折抵。
 - ◎於城區中心上課同學，服務時數可洽【9 樓辦公室徐篤生組長】辦理。
 - ◎未能於規定期間內完成者，爾後申請將不再受理。
 - ◎合格同學服務單位，如未獲通知者請洽系辦。
 - ◎如有任何疑問，請洽【學務處生活輔導二組石老師】或來電 07-6678888ex3221。
 - 二、104 學年度第 1 學期就學貸款送財稅中心查核異常名單通知
 - ◎詳細內容，請參閱生輔二組網頁。
- 下載同意書網址：<http://admin.kh.usc.edu.tw/student/同意書.pdf>
- ◎為了能儘速完成撥款作業，請同學於 104 年 11 月 20 日 16 時前，繳交辦理資料。
 - ◎依附件說明符合資格者檢附以下資料：

- ◎114~120 年收入為(B 級)在學期間繳交利息半額，檢附同意書。
- ◎120 以上年收入為(C 級)在學期間繳交利息全額，檢附同意書及 2 位子女就讀國內公私立學校在學證明或學生證等。(學生證要有註記 104 學年度第 1 學期註冊章之學生證影印本一份)
- ◎資格不符合者，請來電告知(07-6678888ex3221 傳真:07-6678889 石老師)並至會計室補發繳費單繳納。
- ★同意書填寫後，備齊相關文件，可將同意書(學校存查聯連)同證件郵寄：高雄市内門區大學路 200 號學務處生活輔導二組石老師收。
- ◎利息利率，依現行郵局浮動利率公告計之。

■【活動訊息】 11/19(四)晚上 6 點半畢聯會舉辦形象管理-型男美女養成術，講師彭玉鈞學姊～



■【賃居業務】

- 一、同學如在外發生賃居糾紛，歡迎請至軍訓室洽詢。
- 二、軍訓室備有租屋合約空白範本，歡迎請至軍訓室索取。

■【兵役業務】

83 年次(含)以後的同學若有意願申請二階段常備兵役軍事訓練者，請詳閱學校首頁資料，依規定於期限時間內向戶籍地鄉（鎮、市、區）公所兵役單位提出申請。

■【重要提醒】

I 棟旁涼亭及附近草皮區域非吸菸區，請勿在上述地點吸菸，本校吸菸區已公告在首頁<最新消息>及軍訓室網頁查詢。

■【催繳通知】

104 學年度第 1 學期校外租賃調查作業應於 104 年 10 月 8 日完成，調查時間已截止仍有以下班級未依規定回報，未依規定回報班級如下：金融二甲、金融三甲、國貿二甲、國貿三甲、國貿四甲、國貿四乙、國企一乙、國企四甲、國企四乙、會資一甲、會資二甲、會資二乙、會資四甲、會資四乙、行銷一乙、行銷三甲、行銷三乙、行銷四甲、行銷四乙、資管一乙、資管二甲、資管三乙、資管四甲、資通三甲、資通三乙、資通四甲、資設一甲、資設一乙、資設二乙、資設三甲、資設四甲、應英一甲、應英二甲、應英二乙、應英三甲、應英三乙、應英四甲、應英四乙、應中二甲、應中三甲、應中四甲、應日三甲、應日三乙、應日四甲、觀光一甲、觀光三甲、觀光三乙、觀光三丙、觀光四甲、觀光四乙、觀光四丙、休產二乙、休產三甲、休產三乙、休產四甲、休產四乙、服經二甲、服經二乙、服經三乙、服經四甲、時尚一甲、時尚二甲、時尚二乙、時尚三乙，以上班級班代請確實調查（班上確實無校外賃居生亦請回傳告知以利統計）並於 104 年 11 月 27 日前回傳至軍訓室朱教官處 spig0122@g2.usc.edu.tw，表格請至本校軍訓室網站下載。

■【防範一氧化碳中毒宣導】

一氧化碳中毒處置措施~使用燃氣熱水器時，若有頭昏、噁心、嗜睡等身體不適情況發生，請立即停止盥洗，打開通往室外的窗戶通風，關閉燃氣熱水器，身體嚴重不適時，請先前往通風良好的室外環境，再打 119 電話求助。發現家人或朋友有一氧化碳中毒患者時，態度應保持冷靜、迅速急救。一般民眾的反應，絕大部分都是「趕快叫 119 送醫院」；殊不知在等待送醫時，往往錯失搶救先機！人體心臟突然停止後，4-6 分鐘時，對人體的腦損傷即可能發生，6 分鐘後則不可避免，超過 10 分鐘將會造成腦死；若能在 4 分鐘內給予適當之急救，完全的恢復是相當可能的。一氧化碳中毒現場需立即打開窗戶使空氣流通，依照急救步驟實施人工呼吸及心肺復甦術（CPR）；等到救護車到場急救時，救護技術員仍會持續操作心肺復甦術（CPR）並給予氧氣治療，直到送抵醫院。故在救護車尚未到達時，為避免缺氧造成腦死情形，立即正確的急救處置是非常重要的。

一氧化碳中毒急救步驟：

- 1.立即打開門窗，使空氣流通。
- 2.將中毒者移到通風處，鬆解衣物，並抬高下顎。：
- 3.若已無呼吸，應立即施以人工呼吸。
- 4.若已無心跳，應立即施以心肺復甦術。
- 5.盡速撥打 119 求助。

■【諮商天地】你是豆腐還是麻糬？< 諮商輔導二中心宋承義老師>

《天地一沙鷗》作者理查·巴哈曾說：「毛毛蟲的世界末日在大師的眼中叫做蝴蝶」。這句話獻給身處大學的你們，未來要面臨無數新挑戰的大學生們，然而有人將挑戰、壓力看做動力，有人將壓力看成阻力，那你呢？你想要變成一壓就碎的豆腐？還是變成經歷壓力後還是可以回復原狀的麻糬？而這些都取決於自身如何看待自己所面對的壓力，抗壓力將是未來職場最需要培養的軟能力，也是一生生活當中都必須具備的能力。

大眾常認為越樂觀的人越具備抗壓能力，但毫無根據的過度樂觀，最後也會因為希望破滅，進而覺得灰心沮喪。因此具備「樂觀的現實想法」的人，就會像是能保持復原力的麻糬，能夠客觀檢視自身所面的問題與困境，同時也對未來保持正向開放的態度。那我到底是一塊豆腐還是一顆麻糬呢？可由下列幾點來檢視自己遇到困境壓力時常出現的思考模式判斷：

※豆腐式思考：

- 思考模式 1「對自己沒有信心」：開始懷疑自己的能力，認為「壞事」發生都是自己所引起的，對於原本自己可以做到的事開始產生懷疑。
- 思考模式 2「認為周遭的人覺得自己不好」：當失敗了便開始覺得周遭的人看不起自己，如果別人看不起我，就失去自我價值，代表我是一個失敗的人。
- 思考模式 3「對於未來失去希望」：豆腐式思考的人認為挫折失敗會一再的發生，再也不會有好的事情發生，對於困境也不會改善，不會改善那乾脆就放棄或是逃避面對。

※麻糬式思考：

- 思考模式 1「投入壓力」：面對所遇到的壓力，創造自己面對壓力時的意義，積極回應困境，並思考當中所學習的收穫。
- 思考模式 2「我選擇了我的行為」：拋開自己是受害者的角色，讓自己掌握對壓力的控制權，認為自己可以克服困難，找出解決問題的方式，爭取所需資源並採取因應行動。
- 思考模式 3「困境是種挑戰」：困境與挫折是考驗自己的因應能力，將壓力當作是一種挑戰而不是威脅。我們在人生中一定會面臨許多不同的新挑戰，重點是我們如何去看待所面臨的挑戰與壓力，接受現實並不是認輸，而是可以從更適切的角度面對並因應挑戰，讓我們變成一顆可以承受壓力並可以回復原狀的麻糬吧！也深深的祝福未來的你們都可以勇於面對挑戰，克服壓力，追求自己的夢想。