

學務週訊(11) 114.11.10-114.11.14

高雄市立明義國中 114 學年度第 1 學期

本週中心德目：孝順 感恩

出版：學生事務處

編輯群：詹為權、黃尉豪、周易誼、涂重敬
陳麗芬、湯秀惠、邱珮政、王美惠

本週班會活動

值週組長：黃尉豪 值週老師：林峻陞、蔡鵬雲、何佳宜、李佳蕙

<榮譽榜> 第 9 週整潔、秩序競賽優勝班級整潔競賽優等

■整潔競賽優等：105、111、104 / 211、205、201 / 303、302、301

■秩序競賽優等：103、102、111 / 213、202、208 / 305、304、307

◎恭喜 301 連續 6 週整潔比賽前三名且加權均 40 分以上，獲「整潔榮譽班」

♥具體行為：

- 1.早晚向長輩噓寒問暖，禮貌要周到，不口出惡言。
- 2.樂意和父母、長輩分享快樂，時常溝通彼此的想法。
- 3.幫助父母分擔家務，兄弟姊妹和睦相處。
- 4.用功讀書，謹言慎行，積極認真，不讓父母擔心。

◎子女要讓父母安心，才是孝順。

■討論題綱：

- 1.若有一天父母親(或家裡主要照顧你的親人)長時間不在身邊，你的生活會變成如何？
- 2.思考一下，自己平時表現孝順的方式有哪些？

◎飲水思源 心存感激 知恩反哺

各組報告~

♥訓育組

◎11/10(一)管樂比賽，中午 12:30 集合，13:15 出發前往社教館

♥衛生組

- 1.最近發現部分樓梯很多髒汙，部分區域欄杆、窗台及天花板有蜘蛛網及灰塵有許多蜘蛛網，提醒同學注意清理乾淨。
- 2.部分班級資源回收工作沒做好，提醒同學在丟垃圾時一定要依照回收方式，將垃圾分類放好。

♥生教組：

◎上網要聰明，安全最要緊！

記住「網路五不」：不留姓名、不給密碼、不給照片、不留電話、不與陌生人見面。保護自己從不輕易分享開始！



~健康小資訊... 細說”空氣汙染”

空氣汙染是指空氣中所包含的一種或多種污染物，影響空氣成份，其量、性質及時間可傷害到人類及動植物的性命，令財物受損，或使舒適的生活環境受到干擾（如氣味）認識天氣系統與空氣品質的關聯·從風向看空氣品質·污染物特性·影響空氣品質的氣象要素·空氣品質與日常生活·臺灣空品時空特徵·空品之最·認識空污感測物聯網：<https://airtw.moenv.gov.tw/> 環境部修正發布「空氣品質標準」自114年1月1日起調整民眾每日接收空氣品質指標(AQI)之濃度門檻 空氣品質指標的定義

空氣品質指標為依據監測資料將當日空氣中臭氧(O₃)、細懸浮微粒(PM_{2.5})、懸浮微粒(PM₁₀)、一氧化碳(CO)、二氧化硫(SO₂)及二氧化氮(NO₂)濃度等數值，以其對人體健康的影響程度，分別換算出不同污染物之副指標值，再以當日各副指標之最大值為該測站當日之空氣品質指標值。空氣中臭氧(O₃)係一種由氮氧化物、反應性碳氫化合物及日光照射後產生之二次污染物。

細懸浮微粒(PM_{2.5})交通污染(道路揚塵、車輛排放廢氣)、營建施工、工業污染、境外污染、露天燃燒。懸浮微粒(PM₁₀)交通污染(道路揚塵、車輛排放廢氣)、營建施工、工業污染、境外污染、露天燃燒。一氧化碳(CO)除森林火災、甲烷氧化及生物活動等自然現象產生外石化等燃料之不完全燃燒產生。二氧化硫(SO₂)自然界(火山)、燃料中硫份燃燒。氮氧化物(NO_x)燃燒過程中，空氣中氮或燃料中氮化物氧化而成，光化學反應中可反應成二氧化氮濃度等數值。其對人體健康的影響程度，分別換算出不同污染物之副指標值，空氣品質指標(AQI)值，並提供每小時監測數據，而即時空氣品質指標(AQI)計算方式如下：

空氣品質指標 (AQI)							
AQI 指標	O ₃ (ppm) 8 小時平均值	O ₃ (ppm) 小時平均值 (1)	PM _{2.5} (µg/m ³) 24 小時平均值	PM ₁₀ (µg/m ³) 24 小時平均值	CO (ppm) 8 小時平均值	SO ₂ (ppb) 小時平均值	NO ₂ (ppb) 小時平均值
良好 0~50	0.000 - 0.054	-	0.0 - 12.4	0 - 30	0 - 4.4	0 - 8	0 - 21
普通 51~100	0.055 - 0.070	-	12.5 - 30.4	31 - 75	4.5 - 9.4	9 - 65	22 - 100
對敏感族群不健康 101~150	0.071 - 0.085	0.101 - 0.134	30.5 - 50.4	76 - 190	9.5 - 12.4	66 - 160	101 - 360
對所有族群不健康 151~200	0.086 - 0.105	0.135 - 0.204	50.5 - 125.4	191 - 354	12.5 - 15.4	161 - 304 (3)	361 - 649
非常不健康 201~300	0.106 - 0.200	0.205 - 0.404	125.5 - 225.4	355 - 424	15.5 - 30.4	305 - 604 (3)	650 - 1249
危害 301~400	(2)	0.405 - 0.504	225.5 - 325.4	425 - 504	30.5 - 40.4	605 - 804 (3)	1250 - 1649
危害 401~500	(2)	0.505 - 0.604	325.5 - 500.4	505 - 604	40.5 - 50.4	805 - 1004 (3)	1650 - 2049

空氣品質指標 (AQI) 與健康影響及活動建議						
空氣品質指標 AQI	0-50	51-100	101-150	151-200	201-300	301-500
對健康影響與活動建議	良好	普通	對敏感族群不健康	對所有族群不健康	非常不健康	危害
	Good	Moderate	Unhealthy for Sensitive Groups	Unhealthy	Very Unhealthy	Hazardous
狀態色塊	綠	黃	橘	紅	紫	褐紅
人體健康影響	空氣品質為良好，污染程度低或無污染。	空氣品質普通；但對非常少數之極敏感族群產生輕微影響。	空氣污染物可能會對敏感族群的健康造成影響，但是對一般大眾的影響不明顯。	對所有人的健康開始產生影響，對於敏感族群可能產生較嚴重的健康影響。	健康警報：所有人都可能產生較嚴重的健康影響。	健康威脅達到緊急，所有人都可能受到影響。
一般民眾活動建議	正常戶外活動。	正常戶外活動。	1.一般民眾如果有不適，如眼痛，咳嗽或喉嚨痛等，應該考慮減少戶外活動。 2.學生仍可進行戶外活動，但建議減少長時間劇烈運動。	1.一般民眾如果有不適，如眼痛，咳嗽或喉嚨痛等，應減少體力消耗，特別是減少戶外活動。 2.學生應避免長時間劇烈運動，進行其他戶外活動時應增加休息時間。	1.一般民眾應減少戶外活動。 2.學生應立即停止戶外活動，並將課程調整於室內進行。	1.一般民眾應避免戶外活動，室內應關閉門窗，必要外出應配戴口罩等防護用具。 2.學生應立即停止戶外活動，並將課程調整於室內進行。
敏感性族群活動建議	正常戶外活動	極特殊敏感族群建議注意可能產生的咳嗽或呼吸急促症狀，但仍可正常戶外活動。	1.有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人，建議減少體力消耗活動及戶外活動，必要外出應配戴口罩。 2.具有氣喘的人可能需增加使用吸入劑的頻率。	1.有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人，建議留在室內並減少體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2.具有氣喘的人可能需增加使用吸入劑的頻率。	1.有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人應留在室內並減少體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2.具有氣喘的人應增加使用吸入劑的頻率。	1.有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人應留在室內並避免體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2.具有氣喘的人應增加使用吸入劑的頻率。