



曾騰瀛

3小時 · 🌐



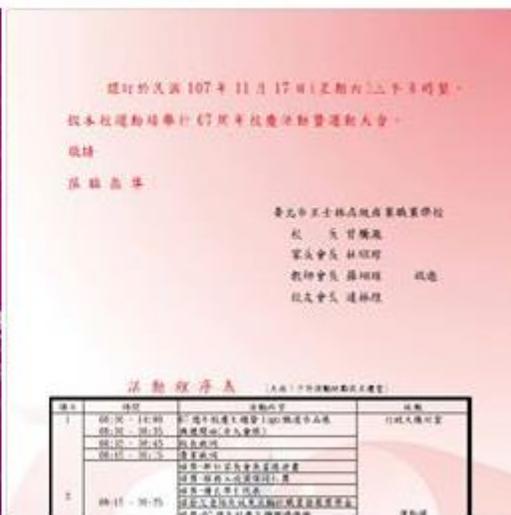
邀請---士林高商67週年校慶邀請
107年11月17日(六) 08:00 ~ 16:00

士商桃李慶六七 風樓菁莪耀古今

本屆校慶活動暨運動大會

歡迎各位長官、先進、校友、家長、師生蒞臨指導，

士林高商67週年校慶~



👍❤️ 63

2則留言 2次分享



曾騰瀾

19小時 · 🌐

...

健康---士商健康操比賽~

時間：10月19日(五)，地點：操場

士林高商107年度一年級新式健康操班際比賽

健康比賽結果名次結果公告

第一名 114

第二名 104

第三名 122

第四名 120

第五名 121

第六名 106

恭喜上列班級肯定所有參賽班級同學

感恩評審、體育組與學務處工作人員

更感激所有體育老師與導師訓練與陪伴

健康操班際比賽，

培育同學運動習慣，

培養班級情感默契，

擁有健康 擁有未來~





曾騰瀧—和 Ho Weekun 及杜瑤瑤。



10月29日上午9:52 · 🌐

成年禮---士林高商單車成年禮

7月6日(五)，返校日集合後，

士林高商舉辦單車成年禮

近100位師生，來回約20公里，途經

途經：大佳自行車租借站-迎風河濱公園-觀山河濱公園-過麥帥一橋-彩虹河濱公園-內湖河濱公園-美堤河濱公園-過大直橋，

在大直橋下空地舉行成年禮及摸彩活動，

禮物包含特獎，單車、LED燈，每位同學再獲陶瓷杯紀念獎

典禮結束，再騎回程，

利用暑假的熱情，透過挑戰單車，

同學完成對自己長大成熟的期待。

感謝家長會支持，學務處體育組、學生活動組主辦，

教官室、輔導室、進修學校協助。

追逐風，追逐太陽，在人生的大道上；

成年禮，勇負責任，在成熟的生命中。

— 與何偉群。





曾麗麗—和顏其政。



10月17日下午5:43 · 🌐

運動防護員參訪士商

屏東科技大學休閒運動健康系來訪

全部共17位屏科大休閒運動健康系的學生

大一到大四都有、其中有一位是北士商畢業的學生

本校經教育部及「台大物理治療學系，運動防護團隊輔導推薦聘任防護員入校

對本校體育班及一般生學生之運動防護教育與保護

發揮極大功效，感謝教育部及「台大運動防護團隊」。

本次參訪由本校運動防護員親自介紹學校運動防護工作實況

並親自示範防護演練基本動作

了解各項目易受傷害的部位及處理方式

教導學生如何評估運動員傷害以及撰寫傷害評估表

也帶領參訪學生至各個代表隊訓練場地參觀

感謝體育組、學務處及防護員的協助

未來也希望有機會與屏科大合作，

建立實習生機制，提供實習機會

與各校共同教育及保護學生~





曾騰龍

10月16日上午8:16 · 🌐

狂賀！士商柔道隊參加107年中華民國柔道錦標賽榮獲：

1. 高中男子組第三級倪俊熙第一名
2. 高中女子組第七級彭瀨儀第一名
3. 高中男子組第四級詹皓安第二名
4. 高中男子組第八級涂勝中第二名

恭喜獲獎學生，鼓勵每位同學，
感謝王彥書老師、余熒熒教練的辛勤指導~





曾雁龍

10月12日下午4:43 · 🌐



士商交通大隊暨秩序大隊領導幹部晉任交接典禮

於107年9月21日舉行

士商交通大隊負責每天全校師生上學放學的交通安全管理

維護上學放學人潮眾多密集時的交通管制

人車分道，是全校師生的安全守衛

秩序服務隊每天早晚執勤

辛勤維護學校紀律

導正同學的穿著

引導學生遵守校規

也養成自我管理之美德

讓本校學生養成好的習慣

成為優良的國民

參加勤務隊

帶給參加的同學們很多東西

榮譽 責任 紀律 成長

是最有秩序的隊伍

有威嚴 但不帶霸氣

有歡笑 但沒有稚氣

有紀律 但像個團隊

有管理 全方位領導

是閃耀光芒的大家庭

歡迎參加勤務隊一起服務學習成長~





曾麗龍

10月8日下午5:31 · 🌐

狂賀!士商田徑隊競賽獲佳績~

107年臺北市秋季全國田徑公開賽撐竿跳高項目

308班張洲豪同學

榮獲高男組第1名佳績(破大會紀錄)。

208班林晏如同學

榮獲高女組第1名佳績。

208周庭安、208楊惟元、208古明禾分別獲第3、4、7名佳績。

恭喜獲獎同學，

感謝王文祥老師的辛勤指導~





曾麗麗

10月5日上午11:23 · 🌐

士林高商教練榮獲全民運動會摔角項目冠軍
余熒熒教練參加107年全民運動會摔角項目榮獲金牌
「年齡是無法阻止我想要問鼎 冠軍 的夢想」

余熒熒擔任本校柔道隊教練
對自我的要求很高 自我鍛鍊
平常關心學生 訓練嚴格
鼓勵學生 不管是專門技術或生活
課業上的督促重視

使體育班柔道隊學生各個身強體壯 循規蹈矩
並在各項競賽上獲得很好的成績

本次余熒熒教練代表桃園市參加107年全民運動會摔角項目
榮獲冠軍 不僅達成個人目標 也對學生們起了很好的示範~

因平常教練的職責是教導及訓練學生
也希望能實現自我 維持運動訓練習慣

隔了10年 再出發

現年38歲 出來比賽是認真的

要加緊準備 奪冠的意念

要面對的是要有勇氣站在台上

環境不同，競賽規則也改了

但終於余熒熒教練克服了年齡的障礙 贏得冠軍
達成個人的目標~





曾麗麗

10月3日下午12:13 · 🌐

士商「國家防災日」防災教育宣導活動

台北市政府「國家防災日」防災教育宣導活動，
於107年9月29日（星期六），
於國父紀念館中山公園廣場舉行，
特邀士林高商熱舞社同學，
協助勁歌熱舞表演活動，
帶動熱鬧氣氛，
寓教於樂，以學生的熱情，
邀請市民，參與防災活動，
祝福市民，平安健康幸福。





曾麗麗

10月2日下午5:37 · 🌐

士商登革熱防治

士商為防範登革熱

學校從暑假、開學、至今，並將持續進行以下措施

- (1)全校師生衛生觀念與習慣建置
- (2)學期初登革熱防治宣導-了解孳生源
- (3)學期初登革熱防治宣導-登革熱介紹
- (4)校內大掃除
- (5)校園委外登革熱防治噴藥

認識登革熱 了解登革熱的傳染途徑

登革熱的通報定義 登革熱傳染期程

病媒蚊在台灣的分佈 防治方法等

登革熱防治人人有責，從動手做起~





曾麗蓮

9月21日 · 🌐



士林高商地震防災演練~

107學年度上學期演練期程

9月7日(五)，日校地震避難演練預演，

9月11日(一)，無預警演練

9月21日(五)，正式地震避難演練，

目的為透過辦理校園防災演練，

強化校園災害防救應變能力，

提升師生防災避災救災觀念，

地震避難演練全校師生參加~

模擬情境一、地震發生時

模擬情境二、全校師生逃離與避難引導

模擬情境三、緊急應變組織的啟動及災情回報

模擬情境四、緊急搜救與傷患救助

分成通報組、避難引導組、搶救組、安全防護組、警急救護組，

全校師生實施1分鐘就地避難掩護動作(臥下、掩護、穩住3要領)

再由師長引導疏散至指定安全地點(即操場)，完成人員清查及安全回報動

作。

更演練學生跌倒骨折，經包紮、集合、後送之流程。

身障行動不便學生均安排導護人員隨行護送，

全程師生全力配合，動作確實，疏散迅速，熟練各項災害處置流程。

尤其教師與職員，以身示範，帶領學生，重視防災，令人感動，

感謝總務處、教官室、各處室與所有師生配合。

台灣多地震，記取教訓，確實演練，增進防災意識，減少災害。





曾麗麗

9月10日 · 9



士商販賣部揭牌邀請您的參與~

本校熱食部成立於106年8月1日

成立以後，不僅用餐品質提升，對全校師生的健康也幫助很大，成效良好
有自助餐提供多種豐富可口菜色，也提供便當避免久候，
也有多種麵食提供，照顧學生的飲食與安全。

一年後更成立果汁吧，並提供現烤鬆餅，

同時成立販賣部提供各式飲品及點心，也代售書包服裝筆記本等簡單文具，

為使販賣部的服務到位，於107年暑假期間裝修門面，

並裝修內部，將販賣部整個規劃裝修得像外面超商一樣，

服務到位，提供更多種類、價格實惠的食品服務本校師生。

為慶祝販賣部開幕及熱食部成立滿一周年，

特別於9/19(三)下午1點45分舉行揭牌活動，

敬邀蒞臨參加~

士商與熱食部照顧全校師生。

販賣部的服務品項多元，並以知名品牌為優先考量如光泉·統一·泰山·
義美... 內容有牛奶、果汁、飲料、餅乾、制服、運動服，作業本、學習檔案、文
具、可連線雲端影印服務...

商品售價 部份一律低於市價9折銷售

提供悠遊卡線上支付服務

販賣部也提供一些簡易的輕食給發育中的學生解決營養補給問題，如茶葉
蛋、包子、關東煮、熱狗、焗烤飯、焗烤麵，產品非常多源

未來也可以來服務代購年菜、季節商品...等等服務~

VITATION 邀請

真實您好：

訂於107年9月19日(星期三)13:45舉行

販賣部揭牌活動，敬請 蒞臨指導





曾麗蓮—和孫逸文及其他 7 人。

...

9月6日 · 🌐

士商感謝體育老師

9月9日(日)，體育節，

深深感謝體育老師們，

感謝體育老師們對學生的辛勤教導，

帶領學生培養運動觀念、習慣、健康人生，

帶領體育班學生參加各項比賽爭取佳績，

獲得各項競賽優勝，為學校爭光，

也為學生爭取好的升學機會。

更感謝體育老師們對所有學生的關懷與全人教育，

代表全體教職員生，表達深深感謝~





曾麗蓮

9月3日 · 🌐



士商空氣品質監控

蘆洲9/3清晨大火,早上7點半火勢正旺,
衷心希望大家平安。

煙塵往北漂,形成一片煙帶,社子士林一帶受到影響,
為評估對空氣品質的影響,

士商持續檢視校園內的PM2.5空氣品質監測狀況,顯示良好。
並緊急通知校內盡量減少戶外活動,以維護師生健康。

本校於105年度配合市政府發展太陽光電政策,
於本校行政大樓建置太陽能板,提供綠能發電,
並同時建立空氣品質PM2.5監測,
隨時留意空氣品質變化,維護學生健康。





曾麗龍—和 Jeron Ho 及賴孟婷。

8月24日 · 🌐



狂狂狂賀！士商參加亞運女壘榮獲銀牌
雅加達巨港亞運女壘決賽，
24日下午在GBK園區壘球場舉行，
台灣女壘將士用命勝中國隊，進入冠軍爭奪戰，
惜不敵日本，榮獲亞運銀牌，
追平台灣女壘在亞運最佳紀錄。
士林高商多位畢業校友參與台灣亞運女壘隊，
潘慈惠教練、韓幸霖老師擔任台灣女壘教練，
平紀錄榮獲亞運銀牌，為國爭光，台灣之光，
士商全師生家長狂賀，與有榮焉，深以為榮。





曾麗蓮—和劉淑華及其他 4 人。

6月29日 · 🌐

暑假平安

6月29日，士商休業式、校務會議、教學研究會
接著暑假開始，提醒同學暑假安全

1. 交通安全
2. 戲水安全
3. 網路安全
4. 打工安全
5. 人員安全(反黑)
6. 藥物安全(反毒)
7. 金錢安全(反賭)

尤其暑假期間，

同學勿沉溺網路世界或觸犯法令，

留意網路交友、求職陷阱、網路不當言論與散播不雅圖(影)片相關刑責。

建議同學，善用暑假

1. 早睡早起，作息正常，
2. 加強課業，補強不足，
3. 規律運動，康健身體，
4. 紙本閱讀，學習才藝，
5. 多陪家人，幸福美滿。

暑假學校教育繼續，若有需要，請與學校聯絡。

祝福學生，暑假平安健康。





曾麗蓮

6月27日 · 🌐

士商龍舟隊

6月17(日)大佳河濱公園

2018水岸臺北端午嘉年華，

本校以交通勤務隊、秩序勤務隊學生，

36位學生，分組龍舟隊，參加競賽。

過程辛苦，凝聚向心，

立定目標，全力以赴，

團隊合作，爭取榮譽，

衝過終點，共享榮耀。

恭喜勤務隊同學，

感謝教育的教育。





曾麗蓮

6月21日 · 🌐

熱烈歡迎參加士商夏令營

107 年度士林高商 C++ 程式設計夏令營

目的: 學習程式設計 C++ 程式語言, 並訓練學生參加高中生資訊程式競賽與大學資訊先修

檢定 APCS (Advanced Placement Computer Science) 的寫作能力 (大學程式設計能力鑑定), 藉由程式設計訓練學生 STEAM, Science、Technology、Art、Engineering、Mathematic 邏輯思考能力, 藉以提昇學生程度, 並培養學生之運算思維為目的。

由士商資料處理科鑽石陣容師資

106 年 7 月 5 日(四)、8 月 23 日(四), 每天 8:20 - 16:00, 共 14 堂課

活動地點: 士林高商 力行樓三樓 第五電腦教室

參加對象: 本校高一資處科特招錄取新生, 本校高一升高二同學共 30 人 (額滿為止)

活動費用: 一般市價 5600 元, 本次費用免費

聯絡電話: 28313114 分機 531 資處科 徐必大 主任

<https://drive.google.com/open...> ✓

<https://drive.google.com/open...> ✓

107 年度士林高商壘球夏令營

綻場的小花火, 要讓今年的夏季發燒 🔥

台灣首度的壘球 🏆 訓練營, 即將在綻場運動行銷的催生下 🔥, 由 🇹🇼 國家隊

🇹🇼 女神教練 🏆 韓幸霖 🏆 (現任北士商、凱撒飯店企業女壘隊教練) 以及數名國家隊選手領軍, 在台北士林高商重砲登場 🏆

👉 報名簡章 <https://goo.gl/forms/xA2bFu2j7ZKB84lq2> ✓

不管你/妳是棒球狂, 慢壘掛還是快壘咖, 都能夠讓你/妳在這四日的營隊裡, 體驗自身對於守備與打擊等基本動作的扎實精進, 以及棒球觀念的提升 🏆

除了專業的教練團隊, 我們也提供 🏆 世大運醫療團隊 🏆 的專業防護服務, 讓小朋友和大朋友們在快樂學球之餘, 提供更安心的照護 🏆

還有多樣學員獨享贈品都在 🏆 訓練營簡章報名表裡唷 🏆

感謝北士商韓教練以及熱情的選手們 ❤️

<https://www.youtube.com/watch?v=fkiu37Q8y3Y&t=1s> ✓



曾麗龍

6月17日 · 🌐



端午平安

分享士商勤務隊參加龍舟賽，

敬祝各位先進好友，

端午平安闔家健康，

勇往直前開創新局。



👍👍👍 241

4則留言 1次分享



曾麗蓮

6月7日 · 🌐

健康---士商健康操比賽
4月13日(五)，活動中心
士林高商106學年度一年級新式健康操班際比賽
第一名:114班
第二名:117班
第三名:112班
第四名:111班
第五名:118、105班並列。
恭喜獲獎班級，
肯定所有參賽班級同學(包含坐輪椅同學)，
感恩評審、體育組與學務處工作人員，
更感激所有體育老師與導師訓練與陪伴，
健康操班際比賽，
培育同學運動習慣，
培養班級情感默契，
擁有健康擁有未來。





曾麗麗

5月22日 · 🌐

...

賀！台北市品行優良努力向學獎學金

5月21日(一)，於濱江國中

107年台北市立高中職品行優良努力向學獎學金頒獎典禮

士林高商6位同學獲獎，

潘玉、李嘉娟、陳煊卉、范又心、毛徐安來、陳冠龍，

同學因孝行可嘉、品行優良、熱心助人、努力向學，足為楷模而獲獎，

希望獲獎同學之孝悌楷模成為全校師生之榜樣，以行動孝順父母親。

期勉全體同學效法，孝順父母，尊敬師長。





曾麗蓮

5月21日 · 🌐

士商校外教學-進修部

5月14日(一)-16日(三)，

士林高商(進)高二校外教學

兼具教學與活動，人文與科技，與師生共創美好回憶。

5/14(一)，學校集合出發→麗寶樂園→福容飯店→晚會

5/15(二)，義大遊樂世界→義大皇家飯店

5/16(三)，義守大學參訪→故宮南院→返校

學生餐後主動收拾餐具，住宿完主動收拾房間，

參訪學校表現優秀積極，深獲科大師生肯定，

美麗的山水、美麗的旅程、美麗的師生。

感謝校務處、每位導師、教官辛苦帶領陪伴。





曾麗麗

5月6日 · 🌐



狂賀！士商吳家如撐竿跳破全國紀錄

士林高商吳家如同學，今天下午在泰國田徑公開賽，

女子撐竿跳以4公尺20再度締造全國紀錄，不僅為台灣摘下金牌，也改寫自己在4月跳出4公尺15的全國紀錄。

今年傷癒復出的吳家如，4月才在新加坡公開賽以4公尺15奪金，打破高懸15年的女子撐竿跳全國紀錄，相隔不到1個月，吳家如在泰國公開賽更上層樓。

除了吳家如外，士林高商林映彤同學跳3公尺90，榮獲第四名。

2018年世界中學運動會，

摩洛哥馬拉喀什舉行，

女子撐竿跳高項目，

士商林晏如同學跳3m60榮獲第五名。

恭喜獲獎同學，感謝王文祥教練。

士商之榮，台灣之光。

<http://sports.ltn.com.tw/m/news/breakingnews/2417486> ✓

<https://sports.ettoday.net/news/1164215> ✓

<https://video.udn.com/news/873189> ✓

<https://www.facebook.com/ltsportsNews/posts/1604700502962128>

<https://tw.news.yahoo.com/%E6%B3%B0%E5%9C%8B%E7%94%B0%E5%BE...> ✓

<https://wowsight.tw/>

<.../%E3%80%8A%E7%94%B0%E5%BE%91%E3%80%8B.../> ✓





曾麗蓮

5月2日 · 🌐



預備統測—全力以赴、迎向榮耀

士林高商高三同學：

努力多日，統一入學測驗本周六日上場，

堅持到底，成功必屬於你，相信你正迎向榮耀。

全校師生正為大家加油與陪伴，貼心提醒。

本週飲食營養，充分休息，準備准考證及文具，禱告上帝，

每天早起，依試場時間作息，確定周六10點或下午1點考。

帶著謙虛，信心平安，全力以赴，

不要放掉任何一科。

均衡飲食(清淡)、注意營養。

充足的睡眠、充分的休息。

把寫過的模擬考、考古題拿出來看，把錯的再看一遍，比去看新的東西有用。

中午自帶喜歡午餐，避免壅擠及衛生問題

不要穿士林高商制服

不要帶手機入場

不要吃的太飽

不要違反試場規定（考試結束鈴響畢時，應即停止作答）

不要抄答案

不要對答案

不要提早交卷

不要在試場內飲食

我們相信每位同學均有最好的成績。

繼續堅持到底，成功必屬於你，你正迎向榮耀。

祝福同學金榜題名心想事成。





曾麗麗

4月26日 · 3



【全中運】士林高商雙妹爭冠 林映彤撐竿跳破大會奪金

4月25日，全國中等學校運動會今天進入倒數第2天，田徑場上進行的女子高中組撐竿跳決賽，來自台北士林高商3年級的林映彤，以3公尺90的破大會紀錄成績摘金，新科全國紀錄保持人吳家如，以3公尺77的成績獲得銅牌。

近況不錯的吳家如，2周前在新加坡田徑賽以4公尺15成為國內女子撐竿跳的新全國紀錄締造者。

奪金的林映彤，和吳家如從國一開始到現在高三都是同校、同隊，今年首度拿下個人第一面全中運金牌。

<https://tw.appledaily.com/new/realtime/20180425/1341271/>

<https://sports.ettoday.net/news/1157260>

<https://www.ltsports.com.tw/.../co.../129269-2018-04-25-06-31-11>

<https://udn.com/news/story/11313/3107903>

<http://sports.ltn.com.tw/news/breakingnews/2406146>

<http://sports.ltn.com.tw/m/news/paper/1195683>

<http://sports.ltn.com.tw/m/news/paper/1195683>



IW.APPLEDAILY.COM

【全中運】士林高商雙妹爭冠 林映彤撐竿跳破大會奪金 | 蘋果日報

全國中等學校運動會今天進入倒數第2天，田徑場上進行的女子高中組撐竿跳決賽，來自台北士林高商3年級的林映彤，以3公尺90的破大會紀錄成績摘金，...



曾麗菲 和 Judo Wang 及其他 2 人。



4月25日 · 🌐

狂賀!士商參加全中運獲獎連連，

士林高商參加107全中運成績

田徑撐竿跳高

高女 林映彤 金牌 破大會

吳家如 銅牌 破大會

林晏如 第五名

高男 楊惟元 銅牌

柔道高男

第七量級 彭濬申 銅牌

第二量級 倪俊熙 第五名

第八量級 涂勝中 第七名

恭喜獲獎同學，

感謝王文祥老師，王彥書老師，余熒熒老師的教導陪伴，

感謝體育組與防護員全力協助。

士商以每位師生為榮。

(教育局新聞稿) 1070425士商雙姝~雙破大會紀錄

http://www.doe.gov.taipei/News_Content.aspx... ✓





曾麗麗—和吳家如及王文祥。



4月12日 · 🌐

狂狂狂賀！士商吳家如再破全國記錄
(中央社記者黃自強新加坡12日專電)
新加坡田徑公開賽第2天賽事，
台灣小將士林高商吳家如，
今天在撐竿跳高項目擊敗泰國選手，
以4公尺15成績摘下金牌。
並再破高懸15年全國記錄。
恭喜吳家如同學，感謝王文祥老師辛勤指導。
台灣之光，士商之榮。

<https://www.ltsports.com.tw/other/complex/129049-15> ✓

<http://www.cna.com.tw/news/aspt/201804120244-1.aspx...> ✓





曾麗麗—和楊秀華。

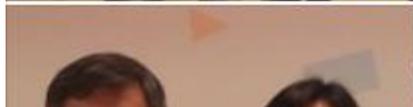
...

4月2日 · 🌐

狂賀！士商楊秀華老師榮獲臺北市小田園百大名師
 士林高商楊秀華老師榮獲臺北市小田園暨綠屋頂百大名師，
 107年3月30日於松山工農由柯P市長親自頒獎，
 楊秀華老師參與小田園暨綠屋頂事蹟：

- 1.105學年度開始針對門市服務科高二學生(輕度智能障礙及自閉症學生)，每週平均四節的課程時間，融入小田園教學。
- 2.因應學生個別需求彈性調整教學內容，透過實作達到田園認知、技能、工作態度學習與情緒療癒效果。
- 3.主要種植作物有：洛神、香草、百香果、芋頭、葉菜類。
- 4.每學期學生工作內容為整地、播種、澆水、施肥、除草、採收、販售、記帳(收入分成獎勵金、捐款二部分)。

楊老師代表本校所有老師獲獎，
 推動校園小田園，關心教育學生，
 大大恭喜，深深感激，
 十年樹木，百年樹人。





曾麗麗分享了 1 本相簿。

...

3月28日 · 🌐

狂狂狂賀！士商壘球隊榮獲全國高中壘球聯賽總冠軍

士商壘球隊傳捷報，自102學年度後，今日再以全勝之姿，榮獲全國高中壘球聯賽總冠軍。

恭喜所有總冠軍同學，感謝教練無私奉獻，感謝瑞士營行熱情贊助，感謝壘球前輩打下基礎，感謝家長會校友會頂力支持。

分享士商女壘貼文：

本屆高中聯賽，士商最後的對手是一路從敗部復活拼到冠軍賽的埔里高工。

士商雖然首局就先馳得點，但埔里也不愧是女壘名校，到了第五局硬是把比數追平，讓勝負從第六局從頭開始較量。

先攻的士商在七局上再度以4:2領先，而埔里高工在七局下又再度把比數追成4:3，並且二壘有人的微妙局面。

所幸士商同學們堅持到最後，不但投手沒有被壓力壓垮，野手們也將最後一顆球穩穩接住，封殺了最後一名打擊者。

士商從2014年拿下20年不見的高聯冠軍後，因為多名學生畢業離開而沈寂了三年；這段期間的努力直到今年終於開花結果，不但讓高三的畢業生送上最好的畢業禮物，更是士商女壘成立六十年來最棒的紀念！

各位士商和女壘的粉絲們，大家都辛苦了。

今年各級壘球還有許多重要的比賽，尤其是中華隊在八月將挑戰千葉世錦賽，以及雅加達亞運會，各位朋友們請密切注意相關訊息囉！





曾麗麗

3月27日 · 🌐



關懷--感謝扶輪社對士商的愛心

3月24日(六)臺北市草山扶輪社頒發草山繁殖教育獎學金

草山現任社長 藍玉芬(Deer)頒發

本校獲獎學生：陳逸軒、周心如、蔡依棠，

獲獎同學同時擔任關懷非洲孩童飲水路跑志工

聯合國「世界水資源日」，根據世界衛生組織（WHO）報告指出，全球至少有8.4億人口缺乏安全乾淨的飲用水，相當於每9個人中就1個人，因為不乾淨的水生活大受影響，其中就有超過3.4億人住在撒哈拉沙漠以南的非洲。因水危機或飲用混入汙水的不乾淨水而導致的疾病，嚴重影響兒童的健康，甚至死亡；也因為要長途跋涉來尋找水源，許多的孩子無法上學。

活動溫馨、歡樂、感動，

更感謝扶輪社給同學們最大的關愛和鼓勵，

期盼獎學金成為學生心中的種子，

落地、發芽、成長、茁壯、結果百倍、千倍，

服務大眾、回饋社會。

<https://www.facebook.com/JudgeAd/videos/1580422122052214/>





曾慶龍

3月26日 · 🌐

防災演練

士林高商舉辦地震避難演練，
3月16日(五)，日校地震避難演練，
3月19日(一)，進修部地震避難演練，

目的為透過辦理校園防災演練，

強化校園災害防救應變能力，

提升師生防災避災救災觀念，

地震避難演練全校師生參加。

模擬情境一、地震發生時

模擬情境二、全校師生逃離與避難引導

模擬情境三、緊急應變組織的啟動及災情回報

模擬情境四、緊急搜救與傷患救助

分成通報組、避難引導組、搶救組、安全防護組、警急救護組，

全校師生實施1分鐘就地避難掩護動作(臥下、掩護、穩住3要領)

再由師長引導疏散至指定安全地點(即操場)，完成人員清查及安全回報動

作。

更演練學生跌倒骨折，經包紮、集合、後送之流程。

全程師生全力配合，動作確實，疏散迅速，熟練各項災害處置流程。

尤其教師與職員，以身示範，帶領學生，重視防災，令人感動，

感謝總務處、教官室、各處室與所有師生配合。

台灣多地震，記取教訓，多份準備，少分災害。





曾麗麗

3月23日 · 🌐

...

繽紛--士商校園滿顏芳

在老師與總務處同仁努力維護與照顧，

士林高商校園充滿綻放的花朵，

各種花與花語，哪個代表你：

櫻花 (良善的教育)

波斯菊 (少女的真心)

薰衣草 (等待愛情)

白山茶花 (純真、無邪)

紅山茶花 (天生麗質)

白蘭花 (清純、高雅)

海棠 (溫和、美麗)

蘭花 (高潔、純樸)

薔薇 (美麗、聖潔)

火鶴 (快樂、熱情)

杜鵑 (欣喜、節制)

黃玫瑰 (高貴、**祝福**)

鞭炮花 (喜氣、吉祥)

粉紅山茶花 (克服困難、努力向前)

螃蟹蘭 (鴻運當頭、運轉乾坤)

木瓜花 (平凡、安詳)

白火鶴 (平謐，安泰)

咸豐草 (安然自在、回歸純真)

萬年青 (健康、長壽)

聖誕紅 (奉獻、**祝福**)

蒲公英 (離別、再見)

六神草 (思慕、想念)





曾慶龍

3月22日 · 🌐

...

介紹士商撐竿跳吳家如同學

2018國際暨海峽兩岸室內撐竿跳，

士林高商吳家如同學，

去年受傷，開刀休養一年，

今天在2018國際室內撐竿跳高邀請賽續寫傳奇！她以4.05打破張可欣高懸14年的室內全國紀錄4.00，一舉達標亞運、世界U20和亞洲U20，成為第三位「四米俱樂部」成員。

原室內女子撐竿跳高全國紀錄，是張可欣於2004年創於日本香川縣觀音寺市的4公尺整。

吳家如以4.05拿下國際組第三名，也是海峽兩組第一名，更打破室內全國紀錄。

傷後強勢回歸，近況極佳的吳家如表示：「下個目標是4.20！」志在挑戰張可欣保持15年的撐竿跳高室外全國紀錄4.10。

臺灣長跑競技網洪國智老師表示，吳家如4.05成績和室外成績一起比較是歷年第五高。

恭喜吳家如，感謝王文祥老師，

祝福平安健康，再創高峰。





曾麗麗

3月21日 · 🌐

...

狂賀！士商學生獲獎連連

賀！士商田徑隊參加國際撐竿跳高賽，國內好手將與美加日韓等國選手競技，

士商同學，吳家如榮獲第1名，林映彤榮獲第2名，

兩人同以3公尺90，均破大會紀錄。

恭喜獲獎同學，感謝王文祥老師辛勤指導！

賀！士商壘球隊參加107年理事長盃全國壘球錦標賽，榮獲第三名，

恭喜壘球隊，感謝韓幸森老師、潘慈惠教練、李毓玲教練辛勤指導！

祝福中小學女子壘球聯賽，旗開得勝。





曾麗蓮

3月20日 · 🌐



北士商罰服儀違規生校門舉牌惹議新聞-士商回應如下

本校為商業職業學校，以培育未來商業人才為目標，故學生服儀為本校教育重點之一。

本校每年皆召開服裝儀容委員會，出席人員有行政代表、老師代表、學生代表及家長會代表，會議為共議決。

學生服儀之正向管教措施經朝會及生輔公告宣導多次，可選擇公服1小時或教育宣導舉牌2次或與生輔組協調其他愛校服務之正向管教措施，即可註銷服裝違紀，教育宣導舉牌為第一節前的晨間活動或放學後在校門口內實施，每次30分鐘，舉牌內容為教育宣導標語。學生亦可配合個人時間於課餘時間進行補救措施，期許同學維護士商優良校風並確實做好自我管理或盡速完成教育宣導或公服消除違紀。

目前實施至今，學生多選擇公服1小時，並無強迫學生只能教育宣導舉牌，今年1月起已無學生教育宣導舉牌，攸關教育宣導舉牌之正向管教措施，學校經過緊急會議已取消教育宣導舉牌方式，並擬於3月22日(星期四)晚上家長委員會，與家長共同研商舉牌之替代方式，並於本校校規相關委員會後續討論及形成共識後實施，確保學生權益及優良校風。

👍❤️ 425

37則留言 1次分享



曾麗麗

3月15日 · 🌐

分享臺北市教育局的貼文

Never give up向永不放棄的運動員致敬

勇於挑戰「撐」起亮麗天空

臺北市106學年度中等學校運動會屢創佳績

士林高商田徑比賽

不放棄與堅持的運動家精神，讓經歷韌帶斷掉的士林高商吳家如同學

在經歷艱辛的開刀及一年多的復健後，

撐竿跳仍以4公尺奪冠，破高中女子組大會紀錄！

恭喜士商田徑隊參加107年全國田徑公開賽獲2金3銀1銅佳績

吳家如，撐竿跳高，第1名，破大會紀錄

林映彤，撐竿跳高，第2名，破大會紀錄

林晏如，撐竿跳高，第3名，平大會紀錄

楊惟元，撐竿跳高，第1名，

張洲豪，撐竿跳高，第2名，

李慧彤，跳遠，第2名，

周庭安，撐竿跳高，第4名，

董品賢，三級跳遠，第4名，

林映彤，跳遠，第5名，

周庭安，100M跨欄，第7名，

恭喜田徑隊 並感謝王文祥老師 辛勤指導!!

吳家如同學當初因為嚮往撐竿跳凌空跳躍的刺激感，而加入戰局，到現在

每天花上無數時間與精力，並兼顧課業，游刃有餘。

在教練、夥伴與家人的全力支持，及受傷期間的全心照顧陪伴下，幫她度

過低潮走出困境，現在她最希望成績能更上層樓，向亞運挑戰

[https://m.facebook.com/story.php?](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=1220412701426223&id=362601647207337)

[story_fbid=1220412701426223&id=362601647207337](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=1220412701426223&id=362601647207337)





曾麗麗

3月14日 · 🌐

...

運動防護員訪視

2月26日(一)，

教育部體育署106學年度學校約聘運動防護員巡迴服務計畫訪視

本計畫包含

1. 聘任專職運動傷害防護員林虹姣老師
-提供學生運動傷害預防、傷害初步評估與急救處理、傷後復健。
2. 建置區域醫療服務網，新光醫院、陽明醫院
-促使學生受到更完善照顧，並提升就醫品質與效率。
3. 增進校內安全認知-增進區域巡迴學校教師、教練、體育班學生與其家長有關運動防護、運動營養與運動安全之認知。
4. 規畫體育班運動防護室三間與設備。

訪視當日

台大醫學院物理治療系柴惠敏老師蒞臨士商訪視，

對本校計畫大表肯定，並提出建議，

本校同仁立即改善完畢。

感謝本校體育組及學務處的用心與投入，

感謝專職運動傷害防護員林虹姣老師對全校師生的照顧，

感謝台大醫學院物理治療系、教育部體育署、臺北市政府教育局體衛科的支持，

士林高商運動防護系統，持續服務照顧全校師生。





曾麗麗

3月9日 · 🌐

元宵—士商慶祝燈節

107年3月3日(六)

士商樂、儀、旗隊參加台北市元宵燈節西城嘉年華大遊行

當日1400報到

1600~1800暖場表演

1800~2030嘉年華大遊行

士商樂儀旗隊學生

全程6小時，頂寒風由日到夜，

卻精神抖擻，參與燈節遊行，展現美麗與榮耀，

為台北城獻上元宵祝福，

士商樂儀旗隊，全校師生以你們為榮。





曾麗麗

3月7日 · 🌐

...

熱心友善士商

士林高商近日接受市民反映，
2月23日(五)晚上8時左右，
士商路125-150號巷子發生車禍。
本校308班曾楷庭同學及楊淑侃同學熱心協助車禍事宜，
雖警察已到場處理，學生仍熱心協助。
故在市民要求下，警察與學生合影，
市民特別感謝本校學生的善行，
希望能啟發更多人見賢思齊，
在安全的環境下，伸出溫暖的手，讓社會更祥和。
親愛的同學們，士商以各位為榮。





曾麗麗

3月6日 · 🌐



狂賀！士商參加全國田徑賽榮獲佳績

士林高商吳家如同學，

參加台北市春季全國田徑公開賽高女組撐竿跳高，

以3.90破大會佳績奪得金牌。

去年愚人節在比賽中雙腳內側韌帶撕裂、右腳前十字韌帶斷裂，傷後連腳都抬不起來的士林高商吳家如，今天在台北市春季全國田徑公開賽高女組撐竿跳高，以3.90破大會佳績奪金並達亞青標準強勢回歸，讓人感動與讚賞。

士商田徑隊在王文祥老師帶領下，

台北市春季全國田徑賽並獲2018國際賽事達標情況如下：

2018亞洲青年田徑錦標賽（6/7~10日本 岐阜）==（撐竿跳高）林映彤4m
吳家如3m90兩位同學，

2018青年奧運亞洲區選拔賽（7/4~5泰國 宋卡）==（撐竿跳高）林晏如
3m60一位同學，

2018世界中學運動會（5月初 摩洛哥）==（撐竿跳高）張洲豪4m50 楊惟
元4m50 林晏如3m60 周庭安3m40（跳遠）李慧彤5m61共5位同學。

麗台運動報：田徑《雙腳差一點報銷 吳家如強勢回歸

<http://www.ltsports.com.tw/other/complex/128409-2018-03-03-09-35-35&from=line>

<https://www.facebook.com/ltsportsNews/posts/1539746386124207>



LTSports.com.tw

田徑《雙腳差一點報銷 吳家如強勢回歸 - 麗台運動報

【記者許瑞瑜／專訪】...



曾雁龍

2月27日 · 🌐

...

士商熱食部新增菜單

熱食部已於106學年度正式開張，與合作社一同照顧同學。
 鼓勵士商學生，中晚餐先帶家裡愛心便當，若有需要再購買合作社與熱食部。
 熱食部自備餐具購買享折扣，為班級服務同學享優惠，一起服務做環保。
 熱食部慶祝開學，菜單除原有100多種菜色外，新增菜色如圖，
 為了紓解同學排隊，
 熱食部自助餐除內場一條動線，外場新增打好便當一條動線，
 請同學優先全班訂購，必要時再到現場採買。
 訂購自助餐新增懷舊便當(目前推出三種口味排骨·雞排·魚肚)售55元，
 麵食部、早餐部有新的不同物超所值套餐，也可以單點，
 期盼照顧每位師生，在士商健康安心學習。

30x90cmPP(不黏)三張



60x90cmPP上蓋兩張





曾麗麗

2月26日 · 🌐

珍惜水資源

年前，本校總務處發現士商水錶異常，可能有漏水，
經總務處同仁與董華明老師全校巡查，
發現和平樓南端的地面下水溝中有漏水，且是清水，
總務處立刻通知自來水事業處陽明分處，
該處派5名員工到學校來協助查漏，
於年前立刻將漏水修繕。
年後，水錶刻度顯示，仍可能有漏水，
總務處同仁鑒而不捨再巡校園，
發現合作社前有滲水，
可能為地底下RC擋住水管無法埋深，
離地面太淺，容易因重車進入壓到而漏水。
總務處利用周末加班，利用怪手把地面挖開，
打掉RC，將水管盡量埋深，並用水泥做硬底加強支撐力道，
最後再做鋪面復原，盡量不影響教學。
施工過程除總務處同仁、
挖土機廠商、水電、泥作之外，
體育董老師一早就來現場協助，
連退休工友財哥也回校到場查看協助。
深深感謝愛士商、愛環保的同仁，
士商有各位真好。





曾騰濼 is with Ho Weekun.

February 21 · 🌐

...

士商開學

107年2月21日(三)，士商106學年度第2學期開學，

當天教師與同仁提早到校，學生準時入校，

日間部：開學典禮，班級打掃，第二節正式上課。

進修部：全校教學研究會，開學典禮，大掃除，第二節正式上課。

因1月22~24日已補行下學期課程，

故註冊，班級時間，幹部訓練，領書，日校全校教學研究會已實施完成，順利開學。

開學典禮為悼念0206花蓮地區地震罹難同胞，士商今日(2月21日)下半旗1日，祈禱平安。

本學期重要時程

3/3(六)學校日親師座談會

3/23、26、27，第1次期中考

4/14、15，四月天商業季

5/5、6日 四技二專統一入學測驗

5/9、10、11日 高三畢業考及高一二第2次期中考

6/26、27、28日，高一二期末考試

6/29日 休業式

第一週，友善校園週，同學以誓詞表明反黑、反毒、反霸凌，

校園安全，環境清潔，設備新穎，教材教具充足，

每個班、每節課、每位老師、每位學生努力教育與學習，

導師陪同早自習、午餐午休、打掃與放學、晚自習，

主動關心學生寒假生活及開學身心狀況，

感謝每位同仁的奉獻與教育，

士商正式開始本學期學習。





曾騰濼 is with Ho Weekun.

February 20 · 🌐



迎新春—士商初五迎新春

2月20日(二)，大年初五

士商歡喜迎新春準備開學，

過年前，

行政同仁認真執勤上班守護學校續推校務，
設備組積極準備開學文具、設備與教科書，
老師寒假輔導學生上課至小年夜下午五點，
總務同仁迅速修護籃球架及校園漏水各處，
家長會會長及夫人親自布置人車分道導引，
樂儀旗隊與各社團，自主返校練習與集社，
除夕至初二

教官警衛同仁認真負責值勤維護校園安全，
許多老師與總務同仁冒寒風照顧花樹動物，
有老師於地震後主動巡視校園、維護安全，
初三至初五

初三體育專長同學開訓全力以赴爭取佳績，
初四有老師們開始陪伴學生升學課業準備，
初五家長會長及夫人親贈學校，開學大吉，
許多行政與老師們主動到校備課準備開學，
總務同仁工程收尾與完成，準備迎接學生，
喜迎師生，展多元學習，
春回大地，士商滿活力。





曾騰濤

January 19 · 🌐

...

士商太陽能發電環保愛地球

士商推動綠能環保政策，配合市府產發局與大同公司簽訂合約，建置太陽能板。

106年1月12日(四)市府召開公有房舍屋頂設置太陽光電發電說明會」，

士商評估後，決定提供本校行政大樓屋頂建置太陽能板發電系統。

設置以後的好處：

一、頂樓隔熱。

二、空間運用不受限：棚架高達200公分，空間仍可運用。

三、回饋金運用：正式發電產能，扣除成本後所得回饋金，編列推廣節能減碳、再生能源教育宣導、汰換節能設備、公有財產修繕等使用。

1月24日由大同公司到校說明施工方式。

4月28日開始進行建置。

8月16日太陽能板建置及外管銜接工程施工完成。

11月16日正式使用。

透過本案，加裝PM2.5偵測器裝在本校屋頂，同步施作學校PM2.5監測。

總務處的監視器可以看到即時發電功率、累積發電量、PM2.5累積減碳已種植樹量。配合廣播，供空氣品質監控及綠能教育宣導之用。

以107年1月15日上午10時為例，

太陽能板面積：大約1000平方公尺

即時發電功率：59.9kW

當日總發電量：1183 kWh

累積總發電量：20.921 MWh

PM2.5：綠燈良好

累積減碳已種植樹量：1472棵。

士商綠能齊步走，環保教育愛地球。





曾麗滢

December 15, 2017 · 🌐

士林高商65週年校慶報導--5

106年11月25日 (六)

士林高商慶祝66週年校慶運動大會，
此次運動大會雖因雨改期，近日天晴，
在體育組與各單位全力協助下，順利完成，團體成績如下：

高三甲大隊接力：

第一名301、第二名315、第三名304，

高二甲大隊接力：

第一名203、第二名205、第三名201，

高一甲大隊接力：

第一名103、第二名102、第三名122，

高三乙大隊接力：

第一名320、第二名310、第三名318，

高二乙大隊接力：

第一名209、第二名210、第三名221，

高一乙大隊接力：

第一名106、第二名121、第三名120，

高三趣味競賽：

第一名312、第二名317、第三名316，

高二趣味競賽：

第一名205、第二名216、第三名214，

高一趣味競賽：

第一名106、第二名109、第三名103，

高一田徑錦標：

第一名116、第二名115、第三名117，

高二田徑錦標：

第一名203、第二名202、第三名209、第四名210、第五名218，

高三田徑錦標：

第一名301、第二名311、第三名321，

進修部田徑錦標：

第一名205、第二名305、第三名204。

恭喜獲獎班級與同學，

士商風雲六六載誠勤弘毅創未來。





曾騰瀧

December 7, 2017 · 🌐

扶少團—士林高商城東扶少團團慶

106年11月18日(六)

士林高商城東扶輪少年服務團團慶，暨授證22周年，新舊任團長交接。台灣城東扶輪社社長及代表10位、城東扶少團學生、各祝福友團，一行約150位。

本校學生，責任交接、熱情接待，友團互動熱絡，快樂交流學習。

感謝素秘書指導教育，

感謝子瑄與1617夥伴領導扶少團，會務順利，

恭喜佩馨與1718夥伴承接扶少團，佩馨更榮任3482區代。

恭喜城東扶少團團慶，期盼城東扶少團，

發揮扶少團宗旨：培養領袖、強調責任、重視家庭、實踐服務、幫助他人、參與國際。

扶輪育才，桃李萬載，少青菁英，團施博愛。





曾麗瀧

December 6, 2017 · 🌐



士商參與陽信銀行60周年慶

11月19日(日)陽信銀行歡慶60周年，

於臺北市兒童新樂園盛大開唱，同時舉行「台東紅葉少棒隊」受贈儀式及獨家贊助「公益演唱嘉年華」活動，現場吸引超過5,000人熱情參與。

士林高商樂儀旗隊帶來精采表演揭開序幕，

緊接著由無雙樂團、戴愛玲、有感覺樂團、朱俐靜、安歆遷、賴慈泓等樂團、歌手輪番演出，最後由玖壹壹壓軸演唱，現場氣氛嗨到最高點。

陽信銀行陳董事長為本校榮譽校友，每年捐贈支持學校與學生，

士商樂隊、儀隊、旗隊，

頂著風雨，完美演出，

感謝陽信銀行支持教育，

恭喜士商樂儀旗榮譽完美演出，

祝福陽信銀行60周年，鵬圖大展。





曾麗滢

November 30, 2017 · 🌐

士林高商66週年校慶報導--3

106年11月25日 (六)

士林高商慶祝66週年校慶，

園遊會、茶會、展覽，動靜皆宜。

今年新設「土商文創館」特別受歡迎。

- 1.校慶茶會
- 2.校慶園遊會
 - a.餐飲益智遊戲
 - b.趣味英語闖關活動
 - c.閱讀闖關活動
 - d.新移民多元文化體驗活動
 - e.個人速寫
 - f.童軍團精神堡壘
 - g.軍警國防與安全宣導
- 3.土商藝術節~學生社團表演、學生卡拉OK大賽
- 4.土商藝術節~圖書館書展
- 5.66週年校慶主題暨logo甄選作品展
- 6.廣設科學生美展
- 7.土商66週年各項紀念品販售

「土商文創館」設計作品包括有北土商形象品、品土商、土商幸福館、土商文具館、北土商X半隻羊等五大系列。「土商文創館」建置於本校圖書館內。

感謝家長會及志工們全力協助，

感謝各班努力展現青春熱情，更感謝各單位鼎力支持。

土商風雲六六載，誠勤弘毅創未來。土商六六大順、生日快樂。





曾麗瀧

November 29, 2017 · 🌐



士林高商66週年校慶報導--2

認真與感動，士商校慶勤務隊與社團

士商校慶，雖遇天雨，學校總動員，雨天備案，更換所有場地與布置，全校教師全心教育與投入，活動順利，學生表現精彩專業。

還有另有一群學生，認真犧牲讓人深深被感動，清晨六點多，

交通勤務隊、秩序勤務隊、衛生勤務隊，

頂著雨勢，已就位專注認真執勤，

維護並保護所有來賓、家長、學生的安全。

報到處與校慶典禮，

典禮組親切和善引導貴賓與協助典禮流程順暢，

讓各項頒獎與貴賓，賓至如歸。

樂儀旗隊，

士商最傳統與優質的表演社團，不分日夜的訓練與努力，

終在貴賓面前完成燦爛的表演，為青春留下榮耀的註記。

社團表演，

日間部、進修部社聯會邀請本校各社團輪番上陣，精彩豐富，

全程學生自行規劃執行，並因應雨天應變得宜。

校慶結束，

衛生服務隊除全日維護環境整潔，垃圾分類，

更在全校努力打掃完離校後，繼續刷地，讓學校煥然一新。

每隊勤務隊、每個社團、每位同學，

於團隊中學習，擁熱情、肯付出、能負責、會合群、尚紀律、重禮貌、展榮耀、成人才。

親愛的勤務隊與社團同學，

你們的付出讓全校師生有優質環境，

你們的犧牲證明了士商的教育成功。

謝謝你們，

校長深深以各位為榮，以勤務隊與社團為傲。



曾騰瀧

November 28, 2017 · 🌐



士林高商66週年校慶報導—1

106年11月25日（六）

士林高商慶祝66週年校慶，

本屆校慶活動慶祝典禮

士商家長會何偉群會長當選證書，

服務本校滿10、20、30年資深同仁獎，優良學生代表，

沈美紅老師獎助學金(程恕人校長)，臺北城東扶輪社職業發展獎學金、

校慶主題優勝獎、校慶logo優勝獎、表揚捐款士商之各界人士。

感謝貴賓蒞臨指導：

台北市教育局蔡實督學，士商第4任許勝哲校長、第7任黃寶瑾校長，

台北市議會陳建銘議席、何志偉議席、汪志冰議席、立法院吳思瑤委員羅助理，

陽信銀行陳勝宏董事長、城東扶輪社張俊英社長，

松山工農楊益強校長、松山家商張瑞賓校長、大理高中楊廣銓校長，石牌國中陳玲玲校長及各友校主任老師，

實踐大學、致理科大、德銘財經科大、龍華科大、華夏科大、景文科大、聖約翰科大、城市科大，各校教授師長，

國中聯合會許總會長，高職聯合會葉總會長，高中聯合會林總會長及各校會長。

全長協郭理事長、北長協謝理事長，

士商家長會何偉群會長及所有家長，

校友會周桐堯會長與校友們、士林高商家長聯誼會劉奕棋會長與夥伴們，後港里紀建漢里長，

及所有蒞校祝福之貴賓與先進。

士商風雲六六載，誠勤弘毅創未來。





曾麗瀧 is with 韓幸霖

November 20, 2017 · 🌐



狂賀！土商學生獲獎連連

恭喜士林高商女壘隊，榮獲2017年全國中小學女子壘球錦標賽銅牌！

比賽精采，各校均竭盡全力、努力奮戰，發揮運動家精神。

過程中，土商對戰南崁高中、東山高中、秀峰高中A隊、

華江高中、丹鳳高中、埔里高工紅隊、土城高中、中正高工。

土商教練與同學，將士用命、攻守俱佳、堅持到底、榮獲銅牌。

恭喜土商女壘隊，全校師生引以為榮，

感謝教練、體育組、學務處、家長會全力支持，

接下來還有高中聯賽，同學們繼續加油吧！





曾騰瀧

November 16, 2017 · 🌐

士商參與瑞銀益齊跑

瑞士銀行長期贊助士林高商女壘隊。

11月12日，瑞銀集團發起瑞銀益齊跑，

號召20家企業共襄盛舉的瑞銀益齊跑(U Relay Charity)接力邀請賽，

齊跑之餘更齊心做公益，募得600萬公益善款，將捐給全台10家公益慈善機構夥伴。

士商女壘隊受到瑞士銀行邀請，一同參加公益路跑賽。

比賽分為菁英組八人，每人有三分鐘；和挑戰組十人，每人有十五分鐘。

在時限內依照跑步圈數加總的多寡排名。

雖是公益性質，以健康快樂為主的活動，但士商同學們依然全力以赴，

菁英組跑出了全場第二名，挑戰組更是一路領先，贏得第一名的成績。

感謝瑞士銀行長期贊助士林高商女壘隊。

恭喜士商女壘好成績。

跑步是所有運動中最基本的訓練，

希望同學們帶著扎實訓練與愉快心情，迎向未來。





曾騰瀧

November 9, 2017 · 🌐

SBL冠軍蒞臨士商

11月7日(二)

2017年SBL冠軍，達欣虎隊蒞臨士林高商籃球教學，

達欣虎籃球隊由教練帶領14位隊員，

與士商籃球隊與體育課學生，進行籃球教學，

達欣球員熱情教學指導，

士商學生互動熱烈，更熱愛籃球。

在教學結束後，現場學生與老師也把握難得機會找球員們合照，

感謝達欣虎隊蒞臨教學，體育組與士商籃球隊協助。

期盼爾後繼續SBL球隊來交流。

推廣籃球運動與正確籃球態度及技術。





曾麗瀧 is with 陳泰有

November 8, 2017 · 🌐



愛心捐贈

10月31日(三)

感謝台北市議會陳政忠議員蒞臨士商，

愛心捐贈指揮棒24支、導護旗4支、雨衣28件予士商三大勤務隊。

士商三大勤務隊，全人教育的展現，

展現榮譽、服務他人、照顧師生。

士商交通勤務隊、秩序勤務隊、衛生勤務隊之教官同學，

頂烈日、冒寒風、每日每夜、上學放學、認真執勤、維護全校師生。

貢獻一己之力，樂於付出分享，貫徹服務與學習之理念。

感謝陳政忠議員與士商家長會的愛心，

全校師生更深深感謝勤務隊。

期盼每隊勤務隊、每屆幹部、每位同學，

於團隊中學習，擁熱情、肯付出、能負責、會合群、尚紀律、重禮貌、展榮耀、成人才。





曾騰瀧

October 30, 2017 - 🌐

世大運室外看臺

世大運完美結束，卻繼續影響教育。

世大運舉行時，本校王文祥老師向世大運承辦單位申請戶外看臺與設備，經承辦單位協助，支援土商總數有40座室外看臺。

看臺送至本校後，由體育班全體協助搬運，廠商組裝，過程中王文祥、董華明老師及體育老師，全程給予協助，讓學校戶外運動場地有更多休憩空間，並也美化校園。

目前戶外看臺放置於籃球場18座、跳高場5座、壘球場周遭5座、排球場6座、司令臺左側6座。

除了戶外看臺以外，有關於撐竿跳的比賽設備全部移到本校給基層訓練站學生使用，包括測風儀、跳高橫竿40根、主席臺、柵欄等。

在學校體育課、運動、比賽，放學後休憩，提供學生休閒、運動時放置物品及休息之用，許多學生使用，便利又美觀，老師學生們都很喜歡。

感謝台北市政府、世大運支援

總務處、體育老師與體育班同學協助，

11月25日(六)，本校校慶運動會，歡迎各界蒞臨指導。





曾麗瀧

October 26, 2017 · 🌐



狂賀！士商學生獲獎連連
士林高商柔道隊

106年9/25-9/28，

參加106年全國柔道錦標賽，榮獲

208，涂勝中，社會男子乙組，超重量級，冠軍。

308，曾子瑄，高中女子組，第三級，季軍。

308，彭濬紳，高中男子組，第六級，亞軍。

208，練宇恒，高中男子組，第二級，季軍。

10/14-10/15，

106年臺北市中正盃柔道錦標賽，榮獲，

廖士豪 高男 第一級 季軍

彭濬紳 高男 第六級 冠軍

吳承睿 高男 第六級 亞軍

倪俊熙 高男 第二級 季軍

詹皓安 高男 第四級 季軍

蔣承峰 高男 第五級 季軍

王柏智 高男 第七級 季軍

涂勝中 高男 第七級 冠軍

曾子瑄 高女 第三級 季軍

宋品璇 高女 第三級 季軍

沈彙婕 高女 第四級 冠軍

彭靜儀 高女 第五級 冠軍

王柔諺 高女 第四級 季軍

恭喜獲獎學生，

感謝彥書及茱茱老師指導，

士商以每位為榮。





曾騰瀧

October 24, 2017 · 🌐



狂賀！林映彤全運會奪冠，文祥老師獲傑出教練

士林高商林映彤同學，
於全國運動會(宜蘭舉行)，
榮獲女子撐竿跳高冠軍。

林映彤撐過4公尺大關，
成為歷年唯二。

林映彤同學同時達明年2018的亞青賽及成年組的亞運會參賽資格。

歷年第三傑是士商吳家如同學記錄，3m92，她受傷還在恢復中，這次未參賽，相信康復後能更上層樓。

再狂賀！士商撐竿跳指導教練王文祥老師榮獲中華民國田徑協會全國青年組傑出教練獎。

恭喜文祥老師、映彤，加油家如。

士商以各位為榮。

<https://www.facebook.com/misshan.yun/videos/1818782294802741/>

<https://www.facebook.com/misshan.yun/videos/1818782314802739/>





曾麗瀧

October 20, 2017 - 🌐



教育盃聯合開幕暨嘉年華

10月14日(六)，

臺北市106學年度教育盃聯合開幕暨體育嘉年華在和平籃球館開幕！

士商負責籌辦教育盃壘球項目競賽，

士商壘球隊協助壘球競賽，開幕當日到場設攤(棒球九宮格)讓民眾闖關體驗，大獲好評，

士商典禮服務組學生開幕服務，獲貴賓們高度肯定，

熊讚也到場表演空手道破磚，並為活動開鑼，替各位選手及愛好運動的學生們加油！

臺北體育嘉年華，全台北市共48所高國中學校體育班參與，

開幕並抽iPad 柯P簽名球，50輛自行車等豐富獎項。

「挑戰自我 超越極限」同時讓我們一起為我們臺北市教育盃選手們鼓勵與加油！

歡迎大家一起來關心投入體育運動與教育。





曾騰瀧

October 11, 2017 · 🌐

社區—士商參加里民活動

9月29、30日(五~六)

台北市士林區後港里紀建漢里長，舉辦社區中秋晚會，除了精彩表演、關懷宣導，更有里民最愛的摸獎活動，團圓里民，溫馨關懷。

本校榮幸獲邀參與，

士商儀隊精彩開場、舞研社舞力全開、烏克蘭麗社熱鬧表演，大獲里民肯定，也拉近學校與社區距離，

臺前豐富的摸彩品，臺上精彩的表演，臺下熱情的里民，

士林區後港里中秋晚會，順利成功。

感謝紀建漢里長，表演同學與學務處，所有里民鄰居。

中秋平安闔家健康。

<https://youtu.be/K8PO9AYvjOk>





曾騰瀧 is with Ho Weekun and 4 others.



September 29, 2017 · 🌐

教師節快樂--士林高商慶祝教師節活動

敬愛的老師，謝謝您

以辛勤的汗水，滋潤學生心田，

並愛護茁壯成長，桃李滿天下。

士林高商以四種方法慶祝教師節

1.奉茶：

全校朝會時，由校長、家長會長、學生代表，向教師代表奉茶，學生向老師致敬。

2.家長會辦理敬師活動：

本校家長會將教育局敬師經費再加碼，

辦理敬師餐會及抽獎，

敬師獎品有家電、禮品、餐卷，

其中家長會長特別贊助iphone 8及紅包五個，

並於校慶時，家長會再加碼送全校老師POLO衫，

現場親師熱絡溫馨，感謝老師。

3.愛要大聲說：

廣播學生將學生對老師的敬意、感恩、留言，

對全校師生廣播，

並鼓勵同學於課堂向每位老師致敬。

4.默默傳感恩：

讓學生於留言版，以卡片、發揮創意表示對老師的感激。

敬祝老師，教師節快樂，

感謝家長會的用心祝福，

各位同學，平安與喜樂。





曾騰瀧

September 20, 2017 · 🌐



家鼎杯慢速壘球邀請賽

106年9月16~17日(六~日)，臺北市美提河濱公園球場

第27屆家鼎杯慢速壘球邀請賽，

本賽事為紀念士商前壘球教練家鼎老師而設立，

是國內最早的壘球推廣賽事，

台北市市商校友壘球俱樂部舉辦，

並由台北市士林高商女子壘球俱樂部會長黃夏江老師，

台北市市商校友壘球俱樂部林泰龍榮譽會長、張登傑會長、蔡仲仁召集人、

曾金城執行長，共同推動與舉辦，

此次共30隊，約400人參加，

士商女壘隊參與比賽並跨界與社會組切磋，以球會友，磨練球技，

並榮獲最佳團隊家鼎獎。

感謝市商校友壘球俱樂部的學長、裁判與所有工作人員，

傳承優良體育，推動台灣慢壘活動。





曾麗瀧

September 15, 2017 · 🌐



防災演練

士林高商舉辦地震避難演練，

9月8日(五)，日校、進修部，2場地震避難演練預演，

預計9月21日(四)，日校、進修部，2場地震避難演練，

目的為透過辦理校園防災演練，

強化校園災害防救應變能力，

提升師生防災避災救災觀念，

地震避難演練全校師生參加。

模擬情境一、地震發生時

模擬情境二、全校師生逃離與避難引導

模擬情境三、緊急應變組織的啟動及災情回報

模擬情境四、緊急搜救與傷患救助

分成通報組、避難引導組、搶救組、安全防護組、警急救護組，

全校師生實施1分鐘就地避難掩護動作(趴下、掩護、穩住3要領)

再由師長引導疏散至指定安全地點(即操場)，完成人員清查及安全回報動作。

更演練學生跌倒骨折，經包紮、集合、後送之流程。

全程師生全力配合，動作確實，疏散迅速，熟練各項災害處置流程。

尤其教師與職員，以身示範，帶領學生，重視防災，令人感動，

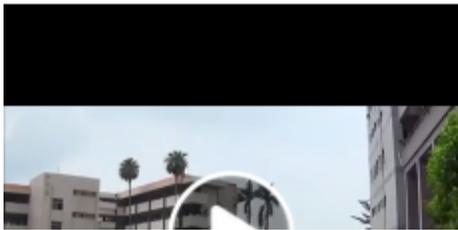
本次更有教育局4位訪視委員蒞臨指導，

繼5月19(五)，校園防災計畫訪視，

本次防災演練完，召開訪視會議，委員給本校高度肯定。

感謝總務處、教官室、各處室與所有師生配合。

台灣多地震，記取教訓，多份準備，少分災害。





曾麗瀧

September 12, 2017 · 🌐

青春士商—士商社團聯合迎新

9月8日(五)，士林高商106學年度社團聯合迎新，

歡迎士商同學參加各類社團，發展多元才藝達成寓教於樂的教育目標，

並在社團中學習過程懂方法、有效率、很愉悅、肯付出、能負責、會合群、尚紀律、重禮貌、展專業、成人才。

106學年度士商社團

- 1 樂隊
- 2 儀隊
- 3 攝影社
- 4 美術社
- 5 新音社
- 6 綠社
- 7 熱音社
- 8 吉他社
- 9 電影欣賞社 (A)
- 10 電影欣賞社 (B)
- 11 漫畫研究社
- 12 不織布社
- 13 手工藝社
- 14 旗隊
- 15 同人藝文社
- 16 魔術社
- 17 烏克蘭麗社
- 18 城東扶少團
- 19 多語文化社
- 20 編輯社
- 21 鳥類研究社
- 22 舞研社
- 23 熱舞社
- 24 舞狂社
- 25 滑板社
- 26 劍道社
- 27 柔道社
- 28 籃球社 (A)
- 29 籃球社 (B)
- 30 排球社
- 31 桌球社
- 32 羽球社
- 33 女壘社
- 34 田徑社
- 35 攀岩社
- 36 棒球社
- 37 康輔社
- 38 慈幼社
- 39 童軍社
- 40 心閱社





曾騰瀧 is with 韓幸霖 and Frank Cheng.

September 9, 2017 · 🌐



體育節快樂

9月9日體育節

體育：建立運動習慣、培養運動道德、建立團體精神、鍛鍊健全身心，士林高商配合臺北市政，體育課外，全面推動SH150，讓學生達到課外每週運動150分鐘，

加上土商體育班柔道、女壘、田徑撐竿跳，及各校隊與社團，士林高商教練、老師、選手、學生們，辛苦了。

土商樂儀旗舞隊榮耀參與。

世大運閉幕式表演。

世大運台灣英雄遊行，

感謝每位同學全力以赴、勤加練習、鍛鍊技能和團隊默契。

感激教練老師專業體育、陪伴訓練、鼓勵安慰和達標榮耀。

多少時間，多少血汗，多少晨昏夜晚，多少假日苦練，

摔過多少次，撐過多少回，揮過多少棒，終於砥礪成玉石，苦練成精金，

體育老師同學們，你們面對目標，反覆訓練，精進技能，巔峰身心，全力以赴，爭取榮譽，是全校師生的驕傲與榜樣。





曾麗瀧

September 5, 2017 · 🌐

士商開學

106年8月30日(三)，士商106學年度第1學期開學，
當天教師與同仁提早到校，學生準時入校，
日校

開學典禮，全校教學研究會，班級時間，幹部訓練，班級打掃，班級領書，
午餐、午休，1300正式上課。

進修學校

開學典禮，註冊，領書，大掃除，幹部訓練，2020正式上課。

本學期重要時程

9/9(六)學校日親師座談會

10/11~13，第1次期中考

11/25，66週年校慶

11/29~30、12/1，第2次期中考

1/16~18日，期末考試

1/19日 休業式

1/26、27日 大學學測考試

第一週，友善校園週，同學以誓詞表明反黑、反毒、反霸凌，
校園安全，環境清潔，設備新穎，教材教具充足，
每個班、每節課、每位老師、每位學生努力教育與學習，
導師陪同早自習、午餐午休、打掃與放學、晚自習，
主動關心學生暑假生活及開學身心狀況，
感謝每位同仁的奉獻與教育，
士商正式開始本學期學習。





曾騰灃 is with Jaican Haung and 2 others.

September 2, 2017 - 🌐

士商感謝教官

9月3日(日)，軍人節，

深深感謝教官，

教官們全年無休，24小時守護學生，
尤其教官逐漸減少，創新人力未補前，
學生有需要，教官衝第一線幫助學生，
學生受威脅，教官擋在中間保護學生，
對學生管理，用霹靂手段顯菩薩心腸。
颱風期間展現教官對學校熱愛與忠誠，
全程守護巡守、投入救災及整理校園，
教官堅守崗位，令全校師生銘感五內。

教官室，一級主管獻上蛋糕，家長會敬贈加菜金，
代表師生家長，向士商與全台教官，深深感謝您。





曾騰瀧

September 1, 2017 · 🌐

士商慶祝世大運-3

台灣英雄遊行，士商樂儀旗隊榮耀參與。
繼世大運閉幕式表演。

8月31日，繼續支援世大運台灣英雄遊行，
士林高商接續景美女中，
負責忠孝復興至忠孝敦化段導引遊行，
學生們連續3個月的辛苦，
化為對英雄的恭喜與祝福，
士商樂儀旗隊光榮與英雄同行，
分享世大運每位運動員的榮耀。



👍❤️👏 159

5 Comments 9 Shares 972 Views



曾騰瀧

August 31, 2017 · 🌐



士商參與世大運開幕，完美

8月30日，台北田徑場，世大運開幕式，
士商樂隊、儀隊、旗隊、熱舞、舞研、舞狂，
120位同學們，第一個正式節目演出，

在20000位現場觀眾，世界170個國家轉播前。
30分鐘，完美演出，讓世界看見士林高商。

同學們一起創造士商歷史，

為各國選手留下在台灣最美好的回憶。

這樣的成就屬於整個團隊，榮耀屬於每位同學，
全校師生深感驕傲。

請大家給士商樂儀旗舞隊熱情的掌聲。

感謝世大運邀請士商，感謝每位參與的教練與學生，

感謝士商學務處、各行政單位、家長會與教師會全力支持。

接續柯市長的致詞：

台灣，是一個成功的故事。

台北，是一座光榮的城市。

士商，是一所夢想的學校。

Part 1 <https://youtu.be/kklQdXsZmCQ>

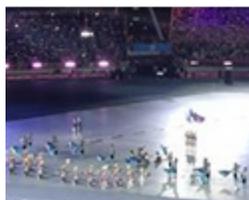
Part 2 <https://youtu.be/MyuGzhAClek>

Part 3 <https://youtu.be/4KOBn1oBCQA>

Part 4 <https://youtu.be/nnS9XKcKT98>

Part 5 <https://youtu.be/rL5QankzKs>

Part 6 <https://youtu.be/06M-aVuUOVg>



YOUTUBE.COM

**2017-08-30 2017 Summer Universiade Taipei
closing ceremony 1**

士商旗隊8~10屆演出



曾騰瀧

August 30, 2017 · 3

士商慶祝世大運

2017台北世大運，恭喜中華隊總計拿下26金、34銀、30銅，共90面獎牌，金牌數和獎牌數都創下歷史新高。

士商慶祝世大運，

包含開幕式本校實習老師黃郁凱擔任手語翻譯

閉幕式演出，8月30日晚上6點半，台北田徑場，

士林高商樂儀旗隊獲邀於世大運閉幕表演

預計現場國內與國際觀眾超過20000人，

超過世界170個國家的媒體轉播與國際能見度。

士商加油，歡迎各界前輩好友一同觀賞，見證歷史。

世大運手語翻譯歷程分享-實習教師黃郁凱

士商實習老師黃郁凱，特教老師、台北市立大學畢。

因手語的無聲之美而著迷，從高中、大學社團入門，到手語翻譯員培訓班結

業，丙級及乙級證照的能力檢核。真正從事手語翻譯服務至今約12年，今年

適逢世大運盛會，感謝老師提攜，並給予後輩機會，因而能擔任本次翻譯的

大任。業界比學生優秀的老師及前輩比比皆是，只能說自己何其幸運能參與

其中。

翻譯與教學現場一樣充滿挑戰，事前的準備非常重要。但臨場應變及轉換的

能力，則必須要靠實務經驗和每次自我的省思來提升。只有不斷的學習和精

進才能勉強勝任每一次的任務。學無止境，止於至善就是我的信念和自我期

許。





曾騰瀧

August 24, 2017 · 🌐



開學準備—士商熱食部3

熱食部場地設施特色：衛生、優惠、專業、環保、安全。

自備餐具購買熱食部享折扣，為班級服務同學享優惠，一起服務做環保。

熱食部經理、廚師、營養師、工作夥伴均為專業人員，施工與作業人員符合職業安全。

本校食材會推行四章一Q（吉園圃、CAS、有機農產品、產銷履歷等四標章以及台灣農產生產溯源QR code）。

依法規設置瓦斯防漏偵測器，並於廚房擺設滅火器，人員定期訓練。

電源重配(包括新設電錶)、供水(含新設水錶)，用火與瓦斯符合消防安全。

全台北唯二之一的中央洗碗設備，洗劑符合環保規定。

設置排水溝，並與地中海餐廳聯合設置2道主動式載油槽。

設置排煙管、靜音馬達、靜電機之排油煙清潔設備，冷凍櫃熱氣排除系統。

熱食部與用餐區之照明、電扇設置與店面新裝璜佈置，建材符合建築技術規則，使用耐燃材質。

感謝家長會支持，合作社、總務處、學務處與各單位全力推動，

營運後共同持續督促廠商，互相合作，

讓本校師生有健康、衛生、豐富、溫暖、飽足、多元、價廉、美味的餐食。





曾騰瀧

August 22, 2017

...

開學準備--士商熱食部2

熱食部將於106學年度正式開張。

鼓勵士商學生，中晚餐先帶家裡愛心便當，若有需要再購買熱食部。

自備餐具購買熱食部享折扣，為班級服務同學享優惠，一起服務做環保。

熱食部菜單依全校師生建議，

規劃早餐部、麵食部、自助餐部、點心、水果與果汁

自助餐營業時間11:00~13:30, 16:00~18:50

四副菜一主菜含白飯 60元

三副菜一主菜含白飯 55元

三副菜含白飯 40元

早餐部營業時間6:00~15:20

經典套餐 (附奶茶) (8種, 45~60元)

鐵板麵 (4種, 35~40元)

百匯吐司x4片 (4種, 35~55元)

美味漢堡 (8種, 35~60元)

元氣蛋餅 (8種, 20~35元)

元氣吐司(10種, 20~55元)

元氣飲料 (3種, 15~20元)

輕食小點(9種, 15~40元)

歐式鬆餅 (2種, 40~50元)

粥品(皮蛋瘦肉粥 冬天限定) (40元)

麵食部營業時間9:00~18:50

咖哩雞飯 55元、咖哩雞排飯 55元、咖哩豬排飯 55元、

豬肉燴飯 55元、牛肉丼飯 60元、滑蛋蝦仁燴飯 60元、

滑蛋牛肉燴飯 60元、肉羹麵 50元、肉羹飯 50元、

肉羹米粉 50元、炒米粉 30元、炒麵 30元、

義大利肉醬麵 50元、甜不辣 35元、麵線 35元、

綜合滷味 30元、花枝羹麵 50元、花枝羹飯 50元、

花枝羹米粉 50元、貢丸麵 40元、貢丸米粉 40元、

炸雞排 40元、炸雞腿 30元、炸腿排 25元、

炸薯條 15元、炸甜不辣 15元、炸花枝丸 15元。

湯/飲品

綠豆湯 15元、紅豆湯 15元、仙草 15元、

紫米紅豆 15元、山粉圓 15元、紅茶 15元、

綠茶 15元、冬瓜茶 10元、奶茶 20元。

感謝家長會支持，合作社、總務處、學務處與各單位全力推動，

營運後共同持續督促廠商，互相合作，

讓本校師生有健康、衛生、豐富、溫暖、飽足、多元、價廉、美味的餐食。

百匯吐司x4片		鐵板麵	
5	招牌火腿蛋總匯 35	5	肉燥炒泡麵
5	肉蛋總匯 45	5	蘑菇/黑胡椒
5	雞排蛋總匯 45	5	義式白麵
5	香辣雞排蛋總匯 55	5	義式肉麵
元氣蛋餅		美味漢堡	
0	原味蛋餅 20	0	元氣肉蛋堡
0	起司蛋餅 25	0	元氣雞排蛋
0	鮪魚珍珠蛋餅 30	0	無敵魚排蛋
5	泡菜起司蛋餅 35	5	煎燒豬排蛋
0	手作肉燥蛋餅 35	0	無敵味龍堡
0	薯餅蛋餅 35	0	椒麻雞腿堡
0	培根蛋餅 30	0	招財薯來蛋
0	燒肉蛋餅 35	0	4盎司牛肉

自助餐與麵食			
5	招牌火腿蛋總匯	35	招牌火腿蛋總匯
5	肉蛋總匯	45	肉蛋總匯
5	雞排蛋總匯	45	雞排蛋總匯
5	香辣雞排蛋總匯	55	香辣雞排蛋總匯
0	原味蛋餅	20	原味蛋餅
0	起司蛋餅	25	起司蛋餅
0	鮪魚珍珠蛋餅	30	鮪魚珍珠蛋餅
5	泡菜起司蛋餅	35	泡菜起司蛋餅
0	手作肉燥蛋餅	35	手作肉燥蛋餅
0	薯餅蛋餅	35	薯餅蛋餅
0	培根蛋餅	30	培根蛋餅
0	燒肉蛋餅	35	燒肉蛋餅
5	招牌火腿蛋總匯	35	招牌火腿蛋總匯
5	肉蛋總匯	45	肉蛋總匯
5	雞排蛋總匯	45	雞排蛋總匯
5	香辣雞排蛋總匯	55	香辣雞排蛋總匯
0	原味蛋餅	20	原味蛋餅
0	起司蛋餅	25	起司蛋餅
0	鮪魚珍珠蛋餅	30	鮪魚珍珠蛋餅
5	泡菜起司蛋餅	35	泡菜起司蛋餅
0	手作肉燥蛋餅	35	手作肉燥蛋餅
0	薯餅蛋餅	35	薯餅蛋餅
0	培根蛋餅	30	培根蛋餅
0	燒肉蛋餅	35	燒肉蛋餅



曾騰瀧

August 21, 2017 · 3

開學準備—士商熱食部

為提供學生健康、衛生、豐富、溫暖、飽足、多元、價廉、美味的餐食。
及配合台北市禁用一次性餐具政策，

士林高商經過一年準備，熱食部將於106學年度正式開張。

士商籌備熱食部經過程序：

105年9月~10月：觀察新政策及學生用餐，收集意見與討論。

105年9月~11月：觀摩6所學校。

105年11月教育局場勘表支持。

106年12月諮詢廠商及會勘。

106年2月專案會議確認。

106年3月：擬定局頒公用房地契約草案(士林高商)報局，

包括：出租相關條文、權利義務關係條約、場地配置及空間調整情形、租金計算等。經教育局承辦人員、會文財政局、法務局，提供修正意見，修改3次以上。

106年6月：調查師生餐飲需求及菜色。

106年7月4日：核定本校「臺北市公有公用房地使用行政契約熱食部招租案。

106年7月19日：經公開招標、評審後確認紅蕃茄廠商為得標廠商。

因時程緊迫，必須在8月24、25日導師研習與新生訓練以前完成熱食部設置，並提供用餐。緊鑼密鼓展開一系列建置工作，總務處也因應場地變動，進行合作社、工友室、籃球社的遷移工程。

熱食部的建置包括：全台北唯二之一的中央洗碗設備、電源重配(包括新設電錶)、供水(含新設水錶)、熱食部規劃(早餐部、麵食部、自助餐部)、廚房場地建置規劃、導水溝、截油槽、排煙管及靜電機、照明、電扇、熱食部的店面裝潢佈置等。

106年8月：召開熱食部規劃進度會議，監督並瞭解廠商的販售項目、單價、規劃、施工進度、本校配套措施等。

此次熱食部特色：

感謝家長會支持，合作社、總務處、學務處與各單位全力推動，

期使熱食部得以如期如實如質的完成供餐的任務，

使本校師生得以有健康、衛生、豐富、溫暖、飽足、多元、價廉、美味的餐食。



曾騰瀧

August 18, 2017 · 🌐



世大運點將士商

2017臺北世大運開幕典禮將於明(19)日隆重登場，至8月30日，在台北市、新北市、桃園市、新竹縣、新竹市等5縣市，各國選手同台競技，爭取榮譽。

此次我國共派出368名選手，參加22種運動競賽，其中，士林高商2位畢業生榮獲中華代表隊。

世大運士商點將錄：

102年士商畢業，李欣芸同學，參加世大運柔道57公斤量級。

103年士商畢業，蔡佳雯同學，參加世大運柔道78公斤量級。

祝福欣芸、佳雯與所有台灣選手，

全民支持世大運，我們一直都在。

我的主場，我的比賽，得勝旗開。





曾麗瀧

August 7, 2017 · 🌐



暑假學習—台北市暑期柔道訓練營

7/11-8/4，106年台北市暑期柔道訓練營

主辦單位：臺北市政府體育局

承辦單位：臺北市體育總會柔道協會，士林高商，

訓練地點：士林高商、台北市立大學、大理高中。

參加選手：士林高商、大理高中、大同高中、復興高中、北投國中、民權國中、桃源國中，約200位學生。

訓練內容：

1. 專項運動技術訓練課程(移動連攻法、快速連攻法、移動三人強力、連絡摔倒、搶手、寢技、立技、掙脫翻技術、壓制關節技術)

2. 體能訓練課程

3. 心理因素成長訓練課程

4. 運動傷害防護課程

感謝本校體育組承辦，總務處與學務處協助，

藉由暑期集體柔道訓練，切磋彼此技術，

培育臺北市柔道優秀人才，

提升基層柔道競技水準，

期盼全中運能再創佳績，

並在2017世大運為臺北市爭取柔道獎牌，

為國家爭取最高榮譽。





曾騰瀧 is with 顏士雄

August 4, 2017 · 🌐

成果發表—士商樂儀旗隊

7月9日(日)，士商活動中心

士林高商樂隊、儀隊、旗隊成果發表。

士商樂儀旗隊馳名中外、有輝煌歷史與光榮傳統、是士商最榮耀與美麗的代表。

民國44年樂隊成立、49年儀隊成立、77年旗隊成立。

曾參與2000年澳洲雪梨奧運聖火傳遞表演、雙十國慶大典、總統府升降旗等重大慶典與活動。

今年，士商樂儀旗隊更獲邀世大運開幕表演，

8月30日，台北田徑場，

當日預計現場國內與國際觀眾超過20000人，

超過世界170個國家的媒體轉播與國際能見度。

士商加油，歡迎各界前輩好友一同觀賞。

士林高商與士商樂儀旗隊，加油，

支持世大運，支持台北，支持台灣。





曾麗瀧

August 1, 2017 · 🌐



安全—士商機車安全研習

為提升士林高商學生機車行車安全，

士商教官室與三陽機車辦理機車安全研習。

活動名稱：安全歐巴，一切All PASS。

2017年5月17日(三)，50位學生

內容包含：

學員報到、教練說明，

車輛熟悉，

教練示範，

試乘練習(基本平衡練習、加減速、轉彎直角轉彎、直線煞車與平衡訓練)

考照模擬(模擬監理所考照路線練習)

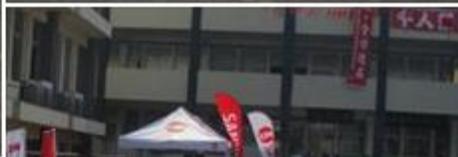
騎乘講習(安全騎乘講習、機車安全騎乘講習、安駕宣導)

結訓、合照、領取贈品。

感謝教官室、學務處盡心辦理，三陽機車協助研習，

期盼士商學生更保護自己與他人，重視行車安全。

態度決定速度，安全傳遞安心。



S