

臺北市教育局補助國小 女生生理用品兌換說明



劍潭國小 學務處健康中心 製



臺北市教育局重要政策

- 112年3月起，臺北市教育局將全市國小高年級女學生納入生理用品補助對象，並配合國小高年級實施健康教育課程，讓性平意識與尊重生理差異的態度向下扎根，深植於生活情境之中。
- 本校健康中心原已備有衛生棉、紙褲等女性生理用品提供學生無償使用。若您的孩子臨時有需要，都可來健康中心領用。

兌換方式與流程

- (一)發放對象：本市國中小5年級至9年級女性學生
- (二)發放日期：每月1日派發
- (三)領券方式：使用學生個人帳號密碼或已完成親子綁定之家長帳號密碼，登入酷課雲即可領取(學生個人帳號密請詢問資訊老師)
- (四)使用方式：每月2張兌換券，每張100元，每券可兌換指定生理用品一項，不接受補差額或要求找零，亦無法與門市其他促銷優惠同時使用
- (五)使用期限：兌換券效期2個月。例：6月券效期為6月1日至7月31日止
- (六)兌換通路：萊爾富超商、統一超商、全家便利商店全國門市。每月領券時可選擇不同兌換通路，惟選定後當期無法再行更換

臺北市 112 年度國中小女性生理用品補助計畫

超商通路兌換品項一覽

通路商 品名 項次	萊爾富	統一 7-ELEVEN	全家便利商店	售價
1	靠得住草本抑菌 日用 23cm			99
2	靠得住草本抑菌 夜用 28cm			99
3	靠得住茶樹舒涼棉 夜用 28cm		靠得住輕柔無憂 日用 23cm	99
4	靠得住茶樹舒涼 護墊 17.5cm	靠得住茶樹舒涼棉 日用 23cm		99
5	靠得住完美封漏 長夜抑菌 35cm		靠得住完美封漏 經典棉柔 35cm	99
6	蘇菲超熟睡 超薄棉柔 28cm			99
7	蘇菲天然原生棉 極薄 0.1 日用 23cm	蘇菲超熟睡 棉柔 35cm		99
8	蘇菲超熟睡 超薄棉柔 35cm		蘇菲清新涼感 溫和 23cm	99
9	蘇菲導管式棉條 (一般型)			79
10	蘇菲天然原生棉 超薄日用 23cm	蘇菲超熟睡 棉柔 28cm	蘇菲極淨肌 日用超薄 23cm	99
11	蘇菲抑菌潔淨 日用 23cm	**	**	99

第一步 以單一身分登入 酷課雲

帳號：jtes + 你的學號

密碼：jt + 你的西元出生年月日

如果無法登入請找資訊老師



臺北市府教育局

DEPARTMENT OF EDUCATION
TAIPEI CITY GOVERNMENT

生理用品 兌換流程

酷課雲操作流程



步驟 Step 1

以家長/學生帳號 登入酷課APP或酷課雲 選擇「個人服務」



步驟 Step 2

選擇通路商



步驟 Step 3

點擊兌換券，取得條碼

生理用品兌換券 家長 <

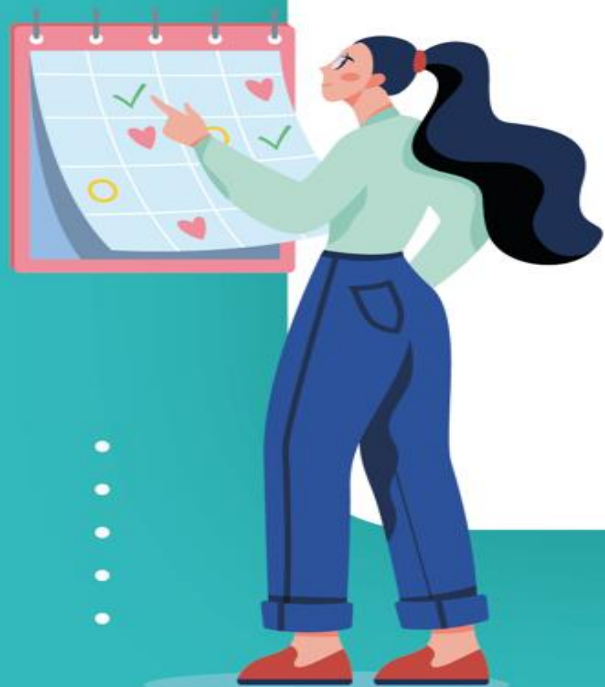
有效券 已失效

楚山孤

2月	生理用品兌換A券	兌換期限：2023/02/01 - 2023/02/28
萊爾富		
2月	生理用品兌換B券	兌換期限：2023/02/01 - 2023/02/28
萊爾富		
1月	生理用品兌換A券	兌換期限：2023/01/07 - 2023/03/07
7-11		
1月	生理用品兌換B券	兌換期限：2023/01/07 - 2023/03/07
7-11		

步驟 Step 4

持條碼至超商門市兌換



112 年 2 月 生理用品兌換A券



- * 可用手機出示條碼進行兌換
- * 可至Life-ET輸入長條碼編號進行兌換

兌換期限：2023/02/28 前有效
限於萊爾富門市兌換一件指定商品





臺北市政府教育局

DEPARTMENT OF EDUCATION
TAIPEI CITY GOVERNMENT

生理用品 兌換流程



統一超商ibon



步驟 Step 1

點選「紅利 好康」

123 代碼輸入 / 圖碼掃描

語音/關鍵字查詢

APP **OPEN POINT** APP登入

客服專線
Call Center

💡 小祕訣：您可面對螢幕說「Hi ibon」啟動[語音/關鍵字查詢]

儲值/繳費

遊戲點數, ETC, 罰單, 電信費, 信用卡費, 保險費, 慈善捐款, OFW/TKI/LDNN/คนงาน

App Store 卡 停車費

好康/紅利

OPEN POINT, 小7集點卡, 證券保險, HAPPY GO

銀行紅利 i禮贈

繳學雜費送姓名貼

享卡米克與益福們陪你一起助學趣
活動期間：2022/09/01 - 10/31 點數隨自行裁切

購票/取票/訂房

交通票, 售票系統, 展演活動票, 運動賽事, 主題樂園, 電影票, 泡湯/住宿, 休閒農場, 露營, 點燈

台灣高鐵 THSR 臺鐵 TRA

寄件/購物

交貨便, 郵局便利包, 黑貓宅急便, 國際快遞, 賣貨便, 認捐愛心商品

交貨便 門市預購

OPEN POINT

超值優惠 立即換

列印/掃描

雲端列印, 文件/圖片/海報列印, 4x6相片/姓名貼, 2吋相片列印, 照片掃描, Print/Scan

取件編號列印 USB 列印

生活服務

電子發票 (中獎查詢), icash/悠遊卡/一卡通查詢, 血壓紀錄, 找工作, 行動電源租借

電子發票 計程車叫車

申辦服務

電信/政府/學校/金融/保險申辦

English / 日本語

門市人員專區



步驟
Step 2

點選 「台北市教育局生理用品」



Step 3

輸入行動條碼序號

好康活動 客服專線
Call Center

iMM序號印券 完成

輸入19碼兌換序號：

返回 下一步

1	2	3	← 倒退
4	5	6	
7	8	9	重新 輸入
0			

步驟 Step 4

列印小白單 兌換生理用品

好康/紅利

客服專線
Call Center

列印兌換券，共1張，請稍候！

完成

- 1 請拿取兌換券，且詳閱券上的兌換說明。
請於期限內直接從店內架上挑選兌換，如逾期限則本券即失效無法使用，如遇門市現貨不足，請至其他統一超商門市兌換。





臺北市政府教育局

DEPARTMENT OF EDUCATION
TAIPEI CITY GOVERNMENT

生理用品兌換流程



全家便利商店Fami-Port



步驟 1

點選「紅利 好康」

The screenshot displays the FamiPort website with a green header bar. At the top left is a search bar labeled "服務捷徑查詢" and a button for "My FamiPort APP". The FamiPort logo is on the top right. The main content area is a grid of eight colored boxes, each representing a different service category. Below the grid are five smaller promotional banners. On the left and right sides of the grid, there are hand icons pointing towards the "精選商品" (Selected Products) and "熱門活動" (Popular Activities) sections respectively.

服務捷徑查詢 **My FamiPort APP** **FamiPort**

紅利	票券	儲值	繳費
悠遊卡UUPON活動 ATM集點紅利 紅利PIN贈品 信用卡紅利	KKTIX/兩廳院/年代 威秀電影票/餐券/樂園 客運/航空/展覽/聯梯 Famiticket/一訂OK電影	數位遊戲/國際點數卡 數位影音/數位出版 電信專線/其他儲值點數 電信預付卡門號申辦	代碼繳費/水費/信用卡 汽燃費/停車費/強制險 交通罰鍰/etag 電信帳單/有線電視/保險
信用卡紅利 紅利PIN	高鐵 台鐵	MyCard 元氣卡	停車費 etag

服務 寄件	預購	會員	列印 查詢
捐款/愛心商品/愛心餐 店到店/雅虎/露天/蝦皮 潔衣家/市國圖書/中環澳 台灣大車隊/退貨/請冊	書籍雜誌/幼教圖書/影音 霹靂專區/金光專區/3C 國際上網卡/觀光護照 電影唱片周邊/年節預購	全家會員 UUPON HAPPY GO My FamiPort	雲端列印/發票列印/一卡通 發票查詢/禮物卡/商品查詢 商品履歷/電子地圖/悠遊卡 政府申辦/憑證查詢
店到店 公益	中秋節 金光	全家集點 UUPON	雲端列印 電子發票

精選商品 **熱門活動**

FamilyMart 點數活動 **紅利 PIN 兌換** **富邦悍將 快速購票** **KKTIX** **桃猿職棒 快速售票** **霹靂布袋戲**

點選 「紅利PIN碼」



步驟
Step 3

點選「紅利PIN碼補開通」



步驟
Step 4

輸入行動條碼序號

familynet 紅利 ▶ 紅利PIN碼

PIN碼輸入 ▶ 商品確認

請輸入需重新開通之PIN碼

例：輸入範例1：A2C4E-A2C4-A2C4E(共14碼)
輸入範例2：A2C4E-A2C4-A2C(共12碼)

9AMBP CRAV JRXMU 確認

Q	W	E	R	T	Y	U	I	O	P	1	2	3
A	S	D	F	G	H	J	K	L	Caps Lock	4	5	6
Z	X	C	V	B	N	M				7	8	9
.	-	-	@				← 倒退	清除	←	0	→	

2019/08/26 17:02

Activate Windows
Go to PC settings to activate Windows

↑ 上一頁

步驟 Step 5

選擇北市教育局生理用品兌換

familynet 紅利 ▶ 紅利PIN碼

PIN碼輸入 ▶ 商品確認

◀ 回紅利

請選擇要開通的交易

一次僅限選擇一筆開通

選取	序號	列印日期	列印時間	列印店名	商品名稱
<input checked="" type="checkbox"/>	1	2022/12/30	03:42:15		北市教育局生理用品兌換
<input type="checkbox"/>					
<input type="checkbox"/>					
<input type="checkbox"/>					
<input type="checkbox"/>					

確 認

2023/02/13

14:18

↑ 上一頁

步驟 Step 6

再次輸入PIN碼

familynet 紅利 ▶ 紅利PIN碼

PIN碼輸入 ▶ 商品確認

◀ 回紅利

請輸入需重新開通之PIN碼

例：輸入範例1：A2C4E-A2C4-A2C4E(共14碼)

輸入範例2：A2C4E-A2C4-A2C(共12碼)

9AMBP

CRAV

JRXMU

確認

Q	W	E	R	T	Y	U	I	O	P	1	2	3
A	S	D	F	G	H	J	K	L	Caps Lock	4	5	6
Z	X	C	V	B	N	M				7	8	9
.	_	-	@				← 倒退	清除	←	0	→	

2019/08/26

17:02

Activate Windows
Go to PC settings to activate Windows

↑ 上一頁

步驟
Step 7

點選北市教育局生理用品兌換

familynet 紅利 ▶ 紅利PIN碼

回紅利

PIN碼輸入 ▶ 商品選擇 ▶ 商品確認 ▶ 列印兌換券

請選擇欲兌換的商品
每次兌換商品總數最多為3

可兌換次數 **1**

已兌換次數 **1**

剩餘次數 **0**

 北市教育局生理用品兌換	數量 1   最大兌換數為1		數量 0   最大兌換數為0
	數量 0   最大兌換數為0		數量 0   最大兌換數為0

列印兌換券

2023/02/13
14:28

↑ 上一頁

步驟
Step 8

列印小白單 兌換生理用品





臺北市府教育局

DEPARTMENT OF EDUCATION
TAIPEI CITY GOVERNMENT

生理用品 兌換流程



萊爾富Life-ET



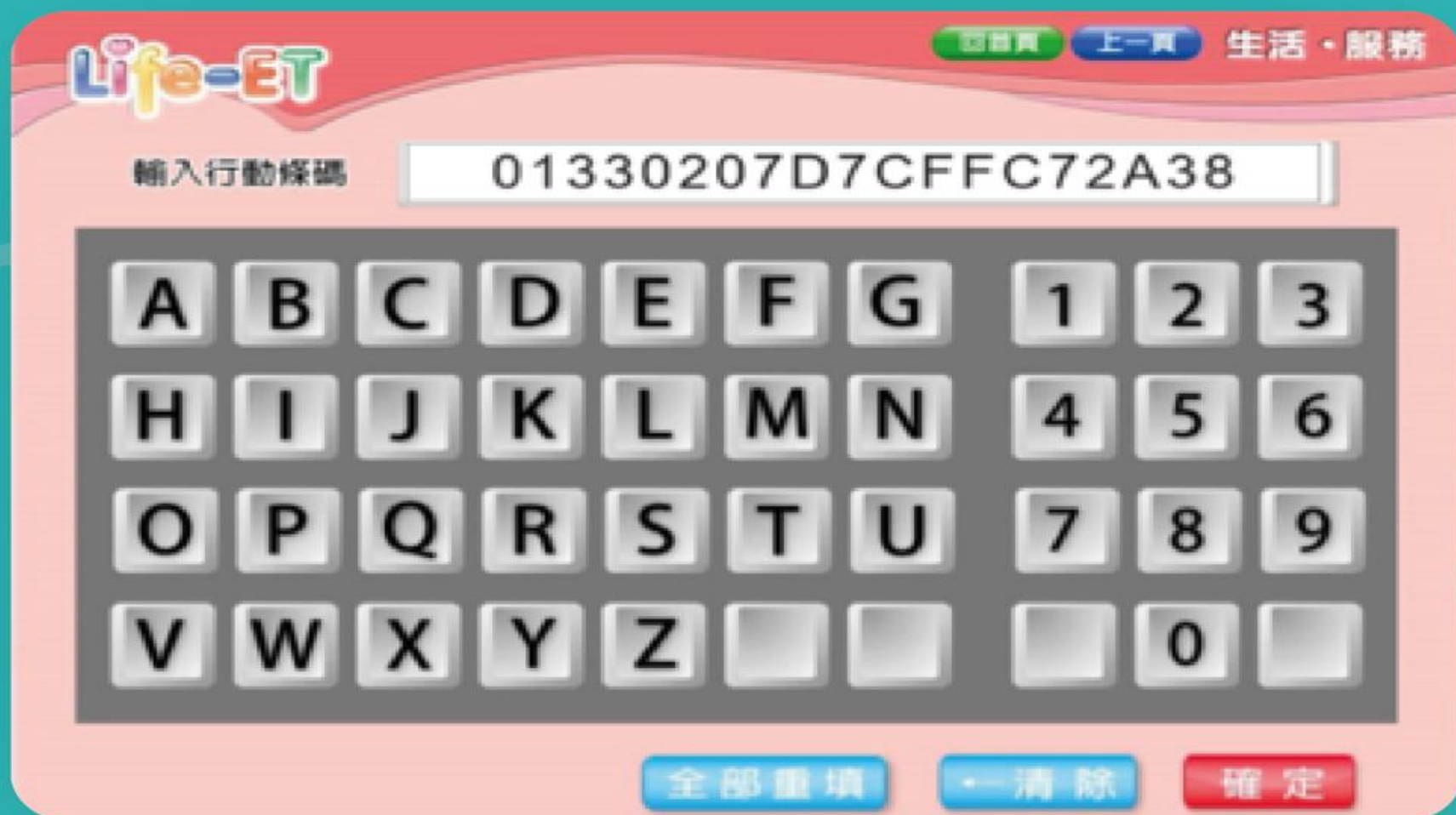
步驟 Step 1

消費者持行動條碼 至Life-ET > 行動條碼



步驟
Step 2

輸入行動條碼序號



The image shows a mobile application interface for entering a mobile code. At the top, there is a red header bar with the 'Life-ET' logo on the left and navigation links '回首頁', '上一頁', and '生活・服務' on the right. Below the header, the text '輸入行動條碼' is followed by a text input field containing the alphanumeric code '01330207D7CFFC72A38'. Underneath the input field is a large, grey, 3D-style keyboard with four rows of buttons. The first three rows contain letters A through U, and the fourth row contains letters V through Z, followed by two empty space buttons. To the right of the letters are numeric buttons 1 through 9, followed by a '0' button and another empty space button. At the bottom of the interface, there are three buttons: '全部重填' (Reset All), '清除' (Clear), and '確定' (Confirm).

Life-ET

回首頁 上一頁 生活・服務

輸入行動條碼 01330207D7CFFC72A38

A	B	C	D	E	F	G	1	2	3
H	I	J	K	L	M	N	4	5	6
O	P	Q	R	S	T	U	7	8	9
V	W	X	Y	Z				0	

全部重填 清除 確定

步驟
Step 3

列印小白單 兌換生理用品



萊爾富便利商店(HI-LIFE)



86010026



02232091F9C50EF3189

商品名稱:測試用2-延字-茶葉蛋
兌換期限:2022-12-31 23:59:59

◎注意事項

行動條碼補印兌換券注意事項:

1. 持券兌換指定商品時此應須回收
由門市留存 無需轉回總部。恕不接
受兌換本券所剩餘之商品。



女孩兒！要和好朋友好好相處~請各位家長共同關心

1. 請提醒孩子經期期間盡量勿飲冰冷飲料及辛辣刺激的食物
2. 經痛可以多喝溫熱水、黑糖水、暖暖包熱敷等方式緩減
3. 初經前2-3年，由於卵巢功能尚未成熟，經期不會規律穩定屬於正常現象，可提醒孩子平時備1-2片衛生棉在身上
4. 約2-3小時視經血量應更換棉片，保持乾爽清潔
5. 只需要以肥皂及清水清潔局部即可，無需使用市售清潔液
6. 若經期過長或經血量過多、過少，宜就診婦科醫師檢查
7. 請和學校共同指導提醒孩子如何丟棄衛生棉
8. 本校二處置放以提供同學臨時領用：健康中心+體育器材室(上午)

各位家長，建議您

- 兌換前，可先和您本期所選擇的超商門市，確認有無孩子所需求或想要的品牌、款式，也可以以預訂預留方式辦理，免得臨時發現並沒有所想要的品牌或款式
- 建立正確觀念、提升平權意識、轉念從現在起
- 讓「那個」來不再躲躲藏藏，讓孩子適應身體正常轉變，讓每個月的特別日子都清爽自在

如何使用衛生棉

撕開外包裝



將衛生棉從包裝紙上取下，小心黏貼處不要沾黏到其他地方



如何使用衛生棉

將黏貼處貼在內褲底部



再將蝶翼（那兩片小翅膀）上的防黏紙取下，並將蝶翼的黏貼處往內褲後面黏貼就完成囉！



如何丟棄衛生棉

(養成好習慣做個知書達禮好女孩兒)

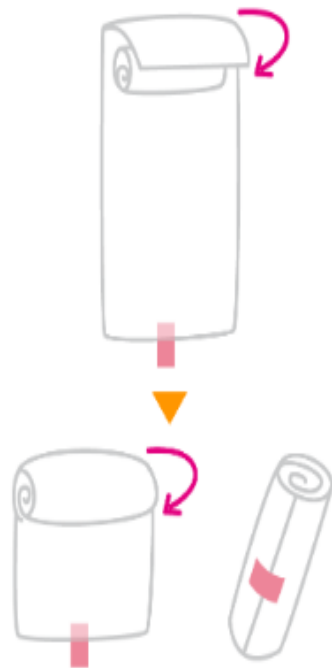
- 有翅膀的衛生棉要先把翅膀撕開，再撕下用過的衛生棉。



- 把有經血的那一面朝內捲起來。
有翅膀的衛生棉要把翅膀折到背面。



- 用要更換的新衛生棉的個包裝捲成圓形。



※如果沒有個包裝的話，請用衛生紙捲起來

- 請丟到生理用品專用的垃圾桶。絕對不可以丟馬桶沖掉。



※如果沒有專用垃圾桶，請用衛生紙等捲起來帶回家丟棄。

劍潭國小學務處健康中心
祝福各位女孩兒健康成長