

# 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  
11409版



# 考一考大家

教育部國教署  
補助學生生理用品  
定點置放處在哪裡？  
如何領用？一次領幾片？

# 一共有二個地點喔！歡迎大家使用

- 體育器材室
- 領用時間

上午8:00-11:10

- 健康中心
- 領用時間

上午07:30-下午5:30



# 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(5-6)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。若你或同學臨時有需要，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

# 各家生理用品兌換品項~7-11

## 7-ELEVEN可供兌換之生理用品品項

商品圖					
商品名稱	蘇菲彈力貼身超熟睡超薄35cm 8片	蘇菲導管式棉條一般型5片裝	蘇菲超熟睡超薄棉柔28cm14片裝	蘇菲超熟睡棉柔厚型28cm14片	靠得住茶樹舒涼棉夜用28cm9片
商品圖					
商品名稱	蘇菲彈力貼身超熟睡35cm-8片	靠得住草本抑菌日用23cm14片	靠得住草本抑菌夜用28cm12片	靠得住完美封漏長夜抑菌35cm8片	靠得住茶樹舒涼棉日用23cm10片

# 各家生理用品兌換品項~全家

## 全家便利商店可供兌換之生理用品品項

### 1. 日用衛生棉

商品圖								
商品名稱	M d m m d 新涼感抑菌衛生棉一超涼最多型	康乃馨 御守棉量多加長	靠得住 溫柔宣言草本抑菌日用超薄衛生棉	靠得住 茶樹舒涼棉 23cm	靠得住 輕柔無憂日用纖薄23cm	蘇菲 彈力貼身日用超薄潔翼 23cm	蘇菲 清新涼感溫和23cm	蘇菲 極淨肌日用超薄23cm

### 2. 夜用衛生棉

商品圖						
商品名稱	靠得住 完美封漏經典棉柔35cm	靠得住 溫柔宣言草本抑菌夜用超薄	蘇菲 超熟睡超薄棉柔28cm	蘇菲 超熟睡棉柔35cm	蘇菲 超熟睡厚型41.5cm	蘇菲 L 超熟睡神型衛生棉

### 3. 衛生棉條

商品圖	
商品名稱	蘇菲 導管式棉條 (一般型)

# 各家生理用品兌換品項~萊爾富

## 萊爾富便利商店可供兌換之生理用品品項

### 1. 日用衛生棉

商品圖				
商品名稱	蘇菲彈力貼身抑菌潔淨日蒲翼	靠得住茶樹舒涼護墊	極淨肌天然原生棉超薄潔翼日用	溫柔宣言草本抑菌日用
大小	23cm	17.5cm	23cm	23cm
片數	15片	18片	12片	14片
品牌	嬌聯股份有限公司	金百利克拉克股份有限公司	嬌聯股份有限公司	金百利克拉克股份有限公司

### 2. 夜用衛生棉

商品圖						
商品名稱	蘇菲超熟睡超薄棉柔	靠得住完美封漏長夜抑菌	溫柔宣言草本抑菌夜用	靠得住茶樹舒涼棉	蘇菲超熟睡細緻棉柔	蘇菲超熟睡超薄棉柔
大小	35cm	35cm	28cm	28cm	28cm	28cm
片數	8片	8片	12片	9片	14片	14片
品牌	嬌聯股份有限公司	金百利克拉克股份有限公司	金百利克拉克股份有限公司	金百利克拉克股份有限公司	嬌聯股份有限公司	嬌聯股份有限公司

### 3. 衛生棉條

商品圖	
商品名稱	蘇菲導管式棉條一般
大小	5入
片數	5入
品牌	嬌聯股份有限公司



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



# 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

如果無法登入請你洽詢資訊老師

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」

The screenshot displays the Taipei CooC-Cloud website interface. At the top left is the logo for Taipei CooC-Cloud. To its right is a button labeled '了解防疫不停學'. On the top right, there is a globe icon, the text 'AA', and a user profile for '夜秋華' (Yeh Chiu-hua) from '臺北市立特殊測試學校' (Taipei City Special Testing School). The main heading is '智慧校園服務' (Smart Campus Services). Below this, there are three tabs: '訊息中心' (Message Center), '個人服務' (Personal Services), and '校園官網訂閱' (Campus Website Subscription). The '個人服務' tab is active. Underneath, there are two links: '生理用品兌換券' (Physiological用品 Exchange Voucher) and '北市教育局 學生福利' (Taipei City Education Bureau Student Welfare). At the bottom, there is a row of seven service icons: '學生請假' (Student Absence), '線上點名' (Online Attendance), '班級聯絡簿' (Class Contact Book), '成績查詢' (Grade Inquiry), '報名系統' (Registration System), '回條調查表' (Return Slip Survey), and '課堂工具' (Classroom Tools). Below this row are two more buttons: '校務行政系統' (School Administration System) and '酷課OnO - 線上教室' (CooC OnO - Online Classroom).

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 <

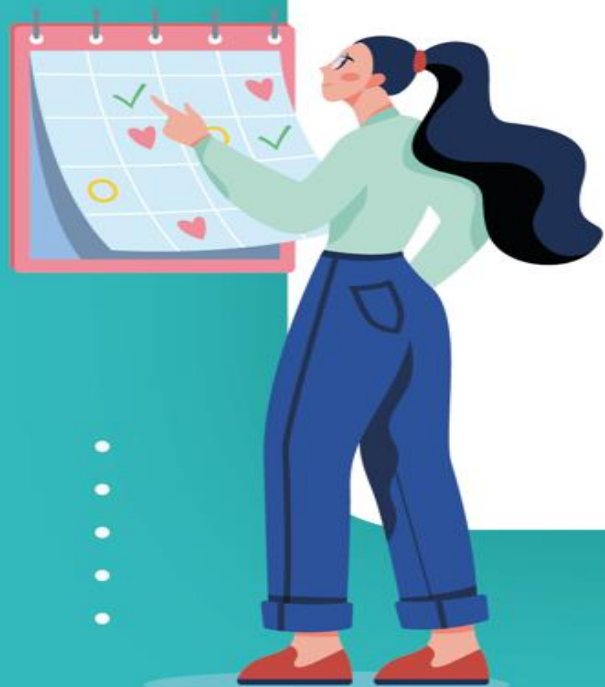
有效券 已失效

楚山孤

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

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 / 圖標 圖標掃描

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

**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

**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

English / 日本語

門市人員專區

繳學雜費送姓名貼  
享卡米克與藍莓們陪你一起助學囉  
活動期間：2022/08/01-10/31(點數隔日計算)

OPEN POINT  
超值優惠 立即換

4G上網 吃到飽 377元起  
中辦超Easy!  
線上填寫 門市取件 自助取件

臺高鐵/客運/航空  
立即購、取票！

名店美食  
預購中

申辦服務  
電信/政府/學校/金融/保險申辦

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。



# 生理用品兌換流程



全家便利商店Fami-Port



# 步驟 Step 1

## 點選「紅利 好康」

服務捷徑查詢  My FamiPort APP

FamiPort

<b>紅利</b> 悠遊卡UUPON活動 ATM集點紅利 紅利PIN贈品 信用卡紅利 信用卡紅利   紅利PIN	<b>票券</b> KKTIX/兩廳院/年代 威秀電影票/戲券/樂園 客運/航空/展覽/聯棒 Famiticket/一訂OK電影 高鐵   台鐵	<b>儲值</b> 數位點數/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 MyCard   元氣卡	<b>繳費</b> 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 停車費   etag
<b>服務寄件</b> 捐款/愛心商品/愛心餐餐 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/遺失 店到店   公益	<b>預購</b> 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 中秋節   金光	<b>會員</b> 全家會員 UUPON HAPPY GO My FamiPort 全家集點   UUPON	<b>列印查詢</b> 當票列印/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 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

© 2016 PC settings to activate Windows.

步驟  
Step 2

# 點選 「紅利PIN碼」

FamiPort 紅利

 信用卡	 紅利PIN碼	 ATM集點平台	 活動專區
 HAPPY GO 免點	 17LIFE紅利PIN	 UUPON 免點	 悠遊卡 /UUPON活動
 商品預售			

Activate Windows  
Go to PC settings to

回首頁

步驟  
Step 3

# 點選「紅利PIN碼補開通」

The screenshot shows the 'familynet' website interface. At the top left, the text 'familynet 紅利 ▶ 紅利PIN碼' is displayed. At the top right, there is a yellow button labeled '回紅利'. In the center, two orange buttons are shown: '紅利PIN兌換' and 'PIN碼補開通'. The 'PIN碼補開通' button is highlighted with a blue border. At the bottom left, the date '2019/08/26' and time '17:00' are shown. At the bottom right, there is a yellow button labeled '↑ 上一頁' and a Windows watermark that reads 'Activate Windows Go to PC settings to activate Windows'.

步驟  
Step 4

# 輸入行動條碼序號

The screenshot shows the FamilyNet mobile PIN code entry page. At the top left, it says "familynet 紅利 ▶ 紅利PIN碼". To the right is a "回紅利" button. Below the header, there are two breadcrumb links: "PIN碼輸入" and "產品確認". The main heading is "請輸入需重新開通之PIN碼". Below this, two examples are provided: "例：輸入範例1：A2C4E-A2C4-A2C4E(共14碼)" and "輸入範例2：A2C4E-A2C4-A2C(共12碼)". There are four buttons for PIN input: "9AMBP", "CRAV", "JRXMU", and a highlighted "確認" button. Below these is a virtual keyboard with letters, numbers, and special keys like "← 倒退", "清除", and "→". At the bottom left, the date "2019/08/26" and time "17:02" are shown. At the bottom right, there is an "↑ 上一頁" button and a Windows watermark.

familynet 紅利 ▶ 紅利PIN碼

回紅利

PIN碼輸入 ▶ 產品確認

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

◀ 回紅利

PIN碼輸入 ▶ 商品確認

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

◀ 回紅利

PIN碼輸入 ▶ 產品確認

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	→	

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  已兌換次數  剩餘次數

	北市教育局生理用品兌換 數量 <input type="text" value="1"/> <span>+</span> <span>-</span> 最大兌換數為1	<input type="text"/>	數量 <input type="text" value="0"/> <span>+</span> <span>-</span> 最大兌換數為0
<input type="text"/>	數量 <input type="text" value="0"/> <span>+</span> <span>-</span> 最大兌換數為0	<input type="text"/>	數量 <input type="text" value="0"/> <span>+</span> <span>-</span> 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

familynet 紅利 ▶ 紅利PIN碼

回紅利

繳費單列印中，請稍候！  
請於繳費期限內，至櫃台完成結帳

請持繳款憑證至櫃檯繳費

Activate Windows  
Go to PC settings to activate Windows



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

The screenshot displays the Life-ET mobile application interface, organized into a grid of service categories. A red box highlights the '行動條碼' (QR Code) option within the '紅利·會員' (Rewards & Memberships) category.

紅利·會員	繳費·代收	點數·儲值	娛樂·購票
HiCard、信用卡紅利、銀聯會員、PIN碼功能查詢、銀行活動查詢、行動條碼綁定	愛心捐款、代碼繳費、繳單(信用卡、現金卡、電話費、電費、水費)、eTag加值、停車費、交通罰款、汽票費、有線電視	遊戲點數卡、遊戲點數包、手機補充卡、國際電話卡、國際電話/儲值、送禮專區	高鐵、台鐵、觀光、機票、船票、海運票、年代、霹靂、威秀影城、udn、政大票、全場電子
PIN碼功能	愛心捐款	CASH	高鐵
行動條碼	列印繳費碼	MyCard	台鐵
休憩·旅遊	網路·預購	申請·下載	生活·服務
主題樂園、按摩SPA、泡湯池、住宿體驗、休息券、貴賓當晚、團體活動、觀光活動、研習會、活動票券、其他票券	網路預購、星際預購、動漫展網路預購、特色商品預購	電子發票服務、雲端報稅(線上支付)、統一發票中獎號碼、雲端列印、空碼頭	店對店操作、圖書通、二手書操作、家衣家、圖書館借閱、宅配書券、計程車叫車
主題樂園	網路預購	電子發票	店對店
展覽活動	星際預購	帳片沖印	家衣家

At the bottom of the app, there is a navigation bar with icons for '助您大作戰' (Help you fight big battles), a search icon, and other utility icons.

步驟  
Step 2

# 輸入行動條碼序號

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

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-廷宇-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  
受兌換本券所剩以外商品。



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)

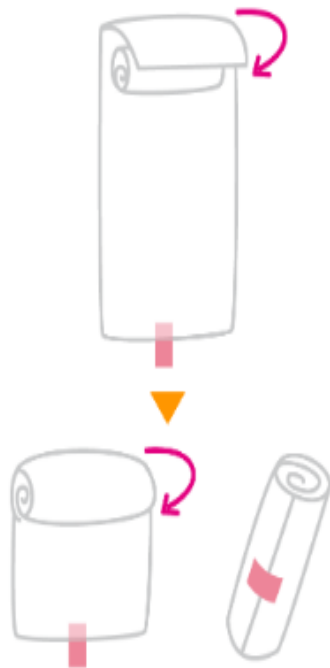
- 有翅膀的衛生棉要先把翅膀撕開，再撕下用過的衛生棉。



- 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

若有領用相關問題，可洽學務處健康中心  
2885-5491#827