

發行人	劉文彥
發行單位	花蓮縣立國風國民中學
指導單位	花蓮縣政府教育處
編輯小組	花蓮縣立國風國民中學輔導處
電話	03-8323847
地址	花蓮市林政街 7 號
出版日期	中華民國 109 年 6 月

## 型塑「溝通與表達」的素養

### ——孩子們要讓人了解你表達的意思

校長／劉文彥

有時您心情不好，同儕友人、師長、親人趨前寒暄問暖，適時關心，而你卻面無表情，置之不理；你知道嗎？當真心誠意的關懷表露，但你卻違和以對，垂喪著臉，甚或顯出不耐不悅的負向表情，此時，當下的你應該無法感受他們的想法，就如同別人也沒辦法體會你內心的感受般！

一念之間，聽者的感受，將有正負向完全不同的解讀，於是將產生截然不同的應變與結果；因為在當下如果朝負向思維，累積負面能量，隨之伴隨負面情緒帶來的影響，容易導向窘境的出現，致使處境愈發艱困，則事後會付出很多的心力與時間來修繕彌補彼此之間的關係與友誼。

日積月累，形成對立、壁壘分明之勢，就無法理解各自的立場及想法；試想，在同一空間、學校、教室上課、生活、共處，每天至少八個小時，將其視而不見，難免苦悶無耐，其間感受，冷暖自知，你我是否都曾經遭遇過這樣的經驗呢？

反躬自省，即時以同理心設想同學、朋友、家人…的想法、感受，以正向的態度思維來應對，則能產生友善的環境氛圍，容易形成溝通的機會、渠道，讓彼此的想法貼近，關係契合，加以互相的體諒，活絡你我思維，促進共識的形成，達成雙贏，營造共好。

「溝通」是雙向的交流，需了解對方的想法，也將自己的意見表露，彼此尋求可接受的最大公約數；進而言之，「適時表達」自己的意思，把內心的訴求與人分享，有效的使他人了解，是作出有效溝通第一步；然而常常會覺得自己講出的話，言不及義，沒有將自己的意思，即時充分的表達出來，擔心旁人不明白真義所在，而深感惋惜，建議以下幾項的技巧，嘗試著實作，改變表達的方式：

一、先認真傾聽對方的想法，聽清楚後也才能正確地回應。

二、在聆聽過程中有疑問的地方，以提問來釐清。

三、放慢自己講話的速度，讓自己有時間思考，謹慎地回應，清楚正確的表達自己的想法，同時也讓對方可以清楚的了解。

四、在表達回應的過程中，忌諱帶有情緒的發言；當聽到對方所講出的話，雖不如自己的想法意思，避免怒氣惡言。

五、勿朝負面去解讀：如果將事情常常往壞處想，負面能量增加，積非成是，後果將不堪設想。

六、一相情願的認知，過分堅持自己的立場，在旁人來看，或許你的想法是偏頗、有誤的，可能需要調整；況且在民主共好的社會氛圍中，固執己見、不顧他人的強勢作風，往往限

縮自己的人际友誼空間，給人不易親近的觀感，致漸行漸遠，使溝通破局。

七、真誠地鼓勵與讚美：時常地行好心、說好話、做好事，讓人容易親近而無相處壓力，贏得好人緣，做起事來勢必事半功倍。

八、事先要評估與對方是否熟識、交情深淺，來說出得體的內容話語；例如，不熟的同學，你卻與其聊他人是非、自己功績或個人隱私，帶給旁人輕浮、誇大、不易信任的感覺，此舉措也會讓人丈二金剛，摸不著頭緒，無言以對。

其實「表達」非一蹴可幾，屬於天生賦予，即會暢所欲言者少，多為日積月累的經驗，需要平日的訓練堆疊，使之熟能生巧；當你經常地對話練習，嘗試錯誤，就越不怕說話，從 1 對 1 到 1 對多，以至於面對全班上台報告，久而久之，習以為常，勇於表達，就能減少緊張因素，遠離羞澀，讓口條流暢，提昇說話的準確度及自信。

當你能作出有效的溝通，相對就能觸及對方的想法與心理，幫助自己將訴求與人分享，就是成為人生勝利組的一項重要方式；況且現今多使用手機社群軟體來人際互動，更顯出面對面溝通之可貴，尤其當你將內心想法，現身抒發之時，就是一種壓力釋放的管道，得以舒展身心；同時藉由同理之間感受，彼此容忍、鼓勵，培養出默契與友誼，型塑屬於自己的情緒智商，營造自己的生活模式，發現亮點，積蓄優勢，自我實踐，與同儕一起成長與體驗，迎接正向的未來。

校園  
大事記

# 國風新課綱—培養主動學習、多元智能、適應環境與關懷社會的優質公民

**課程願景：培養主動學習，並具備多元智能，適應環境與關懷社會的優質公民。**

部定課程

校訂課程

 領域學  
習課程

統整性主題課程 DFC

邏輯思辨

科學探究

溝通表達

社團

 案部  
就班


「十二年國民基本教育課程綱要總綱」於本學年（108）國中七年級開始實施，因應社會需求與時代潮流而與時俱進所規劃之新課綱，以「自發」、「互動」、「共好」為課程理念、以核心素養為課程發展主軸。

新課綱將課程分為「部定課程」和「校訂課程」兩種，「部定課程」由國家統一規劃，「部定課程」將過去的七大領域調整成八大領域，將「科技」從自然領域獨立出來，成為新設的一門領域，包含生活科技和資訊科技等學習內容，落實科技教育及實作的能力。「校訂課程」（又稱「彈性學習課程」），則由各校以發展校本位特色課程、議題探究、跨領域學習專案或是安排其他強化學生的適性課程為主。

這幾年不難發現，學校宣導或坊間教育相關研究，幾乎都圍繞著「素養」二字。所謂的「核心素養」，是指一個人為適應現在生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度。「核心素養」強調學習宜以學科知識及技能為限，而應關注學習與生活的結合，透過實踐而彰顯學習者的全人發展。核心素養將能強化各教育階段、課程總綱與領域之間的連貫性，以及各領域彼此之間的統整性、延伸能力、態度及生活的實踐。

簡單來說，我們除了要教導孩子知識，還要教授孩子能適應現今生活及未來可能會面臨的日常挑戰，所應具備的知識、動手做的能力與良好的態度。很重要的是，過去我們習慣把同樣的教學當成套裝內容，一套一套地提供給學生們，但在未來的教學現場，學生為學習主體，我們要根據學生的需求提供適宜的內容，發揮因材施教的精神。

## 科技教育的先鋒

十二年國教已正式啟動，面對新課綱科技領域的教學，不論是領域師資的準備與增能、教學教材模組的開發、領域基本教學設施的充實與建置等都需同步進行。因此，本校自 107 年即開始推動試行科技領域前導學校課程，相關配套措施與前置作業在新課綱實施前一年已經建置完備，包含三間電腦教室以及二間生科教室的硬體設備以及專業師資的增能。配合推動十二年國民基本教育課程實施，逐年規劃落實科技領域課程發展，建構本校科技領域課程模組，引導學生具備科技領域素養，讓學生朝向多元展能，適性發展目標邁進。

## 能力，是用來幫助別人的！—DFC 為軸心的校訂課程，讓學生學以致用

在新課綱之精神下，國風國中「校訂課程」以 DFC 的教學引導方式與精神，發展出「溝通表達」、「科學探究」、「邏輯思考」的校本課程，這不僅連結英語文領域、自然領域、數學領域的教學活動，更因「DFC 跨領域教師社群」的共備，將參與的成員擴增至其他各學習領域。此外，亦結合「案部就班」的公民教育以及選修的「多元社團」課程，使學生探索自我與職涯，促進學生適性發展。

以 DFC 為核心的校本課程，讓彈性課程的教學以思考、探索、發現、應用的主題學習，引發學生的學習動機，

並關懷社會與周遭環境的生命議題。從各領域基本學科的基礎知識延伸，重視學生本位的學習歷程，了解學生在學習過程中所遇到的問題、觀點等，進一步協助學生可以找到更適宜的學習方法，並提高學生主動探究延伸內容的意願性。透過在課堂上結合真實情境和生活現象，引發學習動機，讓學生願意主動學習及尋找解決辦法，將所學知識落實於生活中的實踐。引導學生主動參與社會活動，讓學生了解所學知識如何應用生活，實現做中學、學中做的精神。

## 培養學生美感，並成為持續學習的能量

另外，本校的美感教育以美感創新設計與跨領域課程為主軸，結合各學科教學知識辦理跨科共備、觀課、議課，統整學校美術班師資以及設備學習資源，於普通班視覺藝術課程及美術班專長課程融入美感教育。美感教育的目標，是要培養無處不學習的終身學習者。透過美感的學習，學生展現對自我的認識、對人的理解，在藝術教育中，學生學會如何發現問題、解決問題並找到方法來表達自己創作，這是國風美感教育的核心精神。

## 成就每一個孩子一適性揚才、終身學習

透過此次課程綱要之重新思維及規劃，在現行課程綱要之基礎上，持續引入教師之專業及熱情，國風國中的教學團隊以學校本位課程規劃、教材設計與實踐、素養教材的研發為任務導向，組織校內同領域教師社群運



作以及跨校策略聯盟合作，依據學校及社區現有資源與條件，改變教學方法、推動多元創新課程，讓教育回歸本質，找回學生的主體性，與十二年國民基本教育課程綱要更密切結合，增加教師設計跨領域統整課程之能力，透過對話與激盪，為孩子們帶來符合核心素養學習課程。

以十二年國民基本教育課程的願景「成就每一個孩子一適性揚才、終身學習」為導向，國風國中學校教育以培養具有終身學習力、社會關懷及國際視野之現代優質國民為目標，結合花蓮縣政府教育政策目標、學校現場教師課程發展以及家長、學生共同努力的力量，共同合作、奠定課綱實施基礎之相關作為，期許引領學校新課綱課程發展邁向新的里程碑。



# 國風新風貌——逐步改善學校設施設備

## 國風加水站

本校全校師生近 1800 名，夏至秋季（5 月至 10 月）經常因為飲水的需求量大增，造成飲水機製水量不足以應付學生需求之情況，謝國榮議員補助學校 559,500 元，添購三台 RO 逆滲透加水站，本校完成加水站驗收並通過水質檢驗飲用水標準。

校長表示，夏季往往在體育課結束後，學生爭相使用下，飲水機常出現溫水過熱的問題，溫水口出水之水温高達 50 度左右，難以入嚥，一般飲水機增設，雖然可以暫時解決用水需求的問題，但耗電耗能且隨著使用年限增加，機體故障維修費用以及耗材更新頻率與日俱增；另外，涵玉樓、遊藝樓兩棟舊大樓因電路負載的原因，無法再增加高耗能的飲水機台，因此逐年汰換，成為必然之解決之道。為有效解決飲用水不足的問題，RO 逆滲透加水站的設置提供的水質符合生飲標準，除了節約用電與符合環保概念，供應量亦十分充足，此次獲謝國榮議員大力協助，對學校解決飲用水有極大幫助。



## 全校空調設備

本校位於空軍航線所經區域，戰機往來頻繁，噪音嚴重干擾教學進行，尤其段考前與中期，更需安靜教學環境，氣密窗緊閉雖能降低噪音影響，但隨氣候變遷，夏季氣溫屢創新高，窗戶緊閉之室內溫度，往往達攝氏 37 度以上，嚴重影響教學品質。夏季悶熱，各棟教學大樓四樓常有學生因高溫引發的身體不適，影響學生對於學習的專注。經過校長、家長會長大力奔走，爭取 400 萬元議員補助款以及校內預算，於 109 年上半年開始裝設全校 85 間教室與行政處室分離式空調，並預計於 6 月中旬全面裝設完成，期能控制夏季溫度於攝氏 26、27 度之間並降低噪音汙染，學生能於寧靜舒適教室環境中進行學習課程，教師能從容落實教學規劃，順利引導各項學習活動，確保達成預期教學效能。



## 游藝樓防水隔熱工程

本校游藝樓由於屋頂漏水嚴重，頂樓空間累積長年以來破損的空心磚塊，屋頂整修改善時，也同進行清除整理工作，使得頂樓空間明亮又乾淨，美化校園環境。前年申請計畫後，經 108 年度「公立國民中小學校舍防水隔熱工程計畫（第六次）」補助 140 餘萬元，頂樓屋頂改用鋁鋅鋼板包覆，防水隔熱效果與耐用度都優於原先的 PU 防水層與隔熱空心磚，防水隔熱效能成果更加完善。



## 體育館整建案



本校體育館為民國 70 年代初期建置之大型集合場所，作為社區及學生重要的活動場所，惟迄今使用近 40 年，屋頂幾經颱風摧殘，雖屢作修補，但仍無法避免鏽蝕的發生；外牆為早期磁磚設計，已嚴重剝落不成形；內部空調、音響及燈光等，設置使用亦超過 20 年，老舊急待汰換；本校學生人數近 1600 人，體育館的使用率極為頻繁，體育館室內及週邊等相關體育場地破舊，急需進行修建，而修建之設計出發點首重安全性、空氣流通、採光改善、環境教育功能（節能、環保）、空間美學及場地活用（外觀設計、內裝設施）；營造兼顧自然環境、學校需求及整體美感之校園教育場域，深化，彰顯學校環境美學特色。目前已委由郭為中建築師事務所進行設計規劃案，預計下半年開始動工。

## 大門保全

近年來學校工友遇缺不補，學校門禁的人力逐漸吃緊，而社會新聞中，校外人士入侵校園事件屢見不鮮，過去在本校相關事件亦有所聞，門禁的管控與安全維護一直是學校很大的挑戰，然而專職保全人員的費用一年高達近 50 萬元，另外亦有電子保全以及早晚值日夜人員之費用需由學校自行負擔，校長特此召集校內一級主管商討經費來源，共同解決校園安全維護的人力問題，其經費到位有賴經費摶節活用，列出需求優先順序並將錢用在刀口上，為校園安全維護增添多一層保障。

總務處目前亦有其他改善學校設施設備案刻正規畫執行中，茲列舉如下：

工程名稱	進度	預算金額(元)
國風國中附設幼兒園大樓興建計畫	計畫撰擬中	約 9,000 萬
校園前區車道、停車場及人行道改善工程	計畫已送國教署	380 萬
涵玉、游藝樓教室汰換 LED 燈具工程（申請議員補助款）	計畫撰擬完成，議員完成現勘	50 萬
游藝樓老舊廁所改建工程	已獲國教署核定補助，預計暑假動工	341 萬 3,706
游藝樓電力系統改善工程	已獲縣府核定，預計暑假動工	70 萬
涵玉樓防水隔熱工程	已獲國教署核定補助，預計暑假動工	177 萬 5,844



## 語文資優班作品賞

### 記憶中難忘的滋味 ◎ 716 邱楷哲

寧靜的夜，朦朧的月光，寂寞的街道；一盞昏暗的燈泡，一縷孤獨的炊煙，一鍋澄澈的糖水，一碗烏黑的珍珠和一個年逾五十的背影。此時，人們睡的鼾聲大響，太陽正在梳洗，屋頂上的小貓還夢著美味的魚罐頭，在和藹的月光陪伴下，糖水、珍珠、牛奶、紅茶漸漸昇華成最難忘的滋味。

我與它的連結大約是參加國小籃球隊而開啟的。

兩年前，唸！命中一記空心三分球如一道完美的曲線躍進籃框中，背號一號的五年級平頭小孩完成了生涯的首次得分，他高興得和隊友擊掌；仔細一看一百五十五的身高搭配不足四十的體重，你很難想像那隻瘦皮猴就是我！並在一年後成為了球隊首位隊長。我國小的籃球生涯是從五年級開始，我在其中認識了許多朋友，但是我最喜歡的卻是將籃球與難忘的滋味連結在一起的珍珠奶茶。身為一個弱隊，面臨實力上的極大差距，唯一能使我們贏球的，就是那一杯可以激起鬥志的「手工黑糖珍珠鮮奶茶」。第一次見到它時，乳白色的奶茶中有如眼珠子般漆黑卻透著光澤的烏亮珍珠若隱若現，加上明亮清澈的角冰微微散發著涼意，還時常發出清脆的聲響；靠近一點你就會被一股淡淡的乳香吸引，乳香中夾雜著那幾不可聞卻又是最樸實、淡雅的糖水甜香，當奶茶打扮的花枝招展，它只靜靜的以真正的自己呈現出來，那些拿到珍奶便即狂灌的人是無法發現它的存在；接下來就是品嚐了，一杯珍奶拿在手中，陣陣清涼從指尖傳入全身，這種感覺就是最佳的禮物，吸一口，奶茶自舌尖散開，全烘焙的鶴岡紅茶與瑞穗鮮乳的交織，上演了一場動聽的協奏曲，咬一口珍珠，黑糖從 Q 彈的口感中引爆慢慢擴散，突然間一切都停止了，只有黑糖們帶著各式樂器入場，等你將它喝下，一串經典的交響樂又開始了，這種無與倫比的滋味說是美味一點也不為過。

每當球隊士氣低迷，教練就會熬夜做珍珠奶茶給大家喝，神奇的是，大家就像吃了菠菜的大力水手一樣，一口氣得了七十分把對手遠遠拋在後頭簡直易如反掌，也出現了「珍奶軍團」的稱號。六年級的最後一個賽季，我們燃起鬥志一路殺到全國賽，這段時間許多學弟紛紛倒下只剩我們這群「老人」繼續奮戰，季軍賽的前一晚我們回到房間，發現桌上擺著五杯珍奶，上頭寫著：「手工黑糖珍珠鮮奶茶，要加油哦！昨天做的。」最後的珍奶也讓我們再次強大了起來，唸！又是一記三分球，籃網似乎快被我們擦破了，強力的身體碰撞把對手撞個四腳朝天，終場以八十三比五十七奪得季軍。

一年後，已經是國中生，為了課業我放棄籃球，但是每當我喝到珍奶時，總是會想起在球場上征戰的回憶，刻苦的磨練和激烈的碰撞，球擦著籃網的聲音再次響起，即便味道已不同了，可是教練的付出卻將珍珠奶茶轉化為懷念，每喝一口就會使珍奶的記憶逐漸喚醒。

一個背影在昏暗的燈光下搓著珍珠，一顆一顆丟進糖水中，鍋中噴出騰騰輕煙隨著難忘的滋味慢慢飄出小屋，慢慢進入那靜靜的夜晚。

### 天淨沙·李白

◎ 916 陳仕傑

美酒·明月·利劍  
桃花·酒樓·詩仙  
東風·碧樹·青蓮  
須臾之間  
踏浮雲步入天

### 天淨沙·鳳陽花

◎ 915 鄭栩丰

陽光·汗水·揮灑  
砌磋·笑語·閒話  
逼迫·掙扎·高壓  
花開今夏  
你我比鄰天涯

## 語文資優班作品賞

### 仙人掌物語

◎ 809 李昀蓁

仙人掌，一株生長在沙漠裡，孤獨卻堅強的生物。

傳說，在造物之初，仙人掌是世上最柔弱的東西，只要稍微碰觸到它，它的生命就悄無聲息的結束了。神不忍心看它如此脆弱，便在它的心上加了一套盔甲，不僅結實又硬如鐵，上面更還帶了傷人的刺。

仙人掌有很多花語，其中有一個我覺得最符合我——「外表堅硬剛強但內心柔軟善良」，從小到大不只是我自己認為，連身旁的朋友都有這樣說過，我的外表看似堅強又不好親近，但其實內心卻有一束溫暖、和煦的陽光。

或許很多人都和我一樣，不擅於表達自己，常讓人感到陌生、不好相處，這對於人際關係可能比較不吃香，像是剛進入一個新團體，或者是剛到一個新班級，個性較木訥寡言又有點害羞的我們，真的不擅長和大家打成一片，一方面是因為不知道怎麼和陌生人開口，另一方面也是為了要保護自己才會加上帶刺的偽裝。但事實上，我們都擁有一顆比他人還細膩的心，我們都比他人多了一份溫暖的關懷，就如同仙人掌一般，只不過是在那脆弱的心上，加了一層堅硬的盔甲罷了。

仙人掌，這似帶刺又有點孤僻的生物，不但不會帶給我半點尖銳或不適的感覺，反而還有點親切感呢！它在我眼裡是最可愛的植物，不僅是一株仙人掌，它也是一個能夠代表我的，意義不凡的植物。



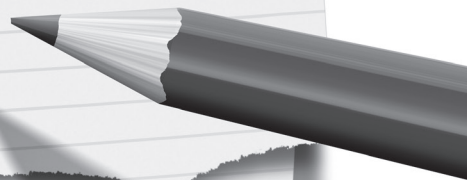
### 令人難忘的一堂課 ◎ 702 姜妤蓁

上了國中後，新增了不少科目，讓我們可以各方面發展。有實用型、心理輔導型等，皆與國小大不相同，也帶給我不同的感受。我曾上過一堂課，從那堂課中，我了解了一些人追求夢想的過程，也開始想去尋找自己心之嚮往的職業，那堂課我至今難忘。

我幼兒園時有很多夢想，我想當老師、當醫生，甚至還想當農夫，但不知為何隨著年齡的增長，這些夢想逐漸消失，我不太明白自己喜歡什麼？慢慢放棄尋找夢想，因為我總認為這些事情還很遙遠。

有一次，我們輔導課被叫去聽講，主講人是一位水手，他和我們分享他的職業。雖然他說船上設備很好，但我還是明白，水手要面對海上的變幻莫測，這個職業很艱辛也很危險，而他們不畏懼的原因，就僅是因為那是夢想，當時我雖然看見船上有好福利，也能得到不少錢，但一想到具有危險性和必須與家人分離，便無法接受。一想到這，我看看老師發給我們的那一張學習單，上面在問我們夢想中的職業，忽然內心有了動力，因為我從這些水手身上看見了夢想的力量，那便是無畏困難和風雨，從那一刻起我開始想尋找屬於自己的夢想，我也想追求一個夢，不怕任何困難，相信在得到時，我也能和這些水手們一樣享受自己嚮往的一片天。

記得小學畢業前老師一再告訴我，要尋找自己想要的職業，而我未放在心上。但這堂課改變了我的觀念，我的心中就像燃起了一把火，有了動力想去追夢。現在起，我開始接觸各種事物、了解職業，而我也相信未來一定有屬於我的夢。這堂課讓我受益一生，也將使我永生難忘。





# 語文資優班作品賞

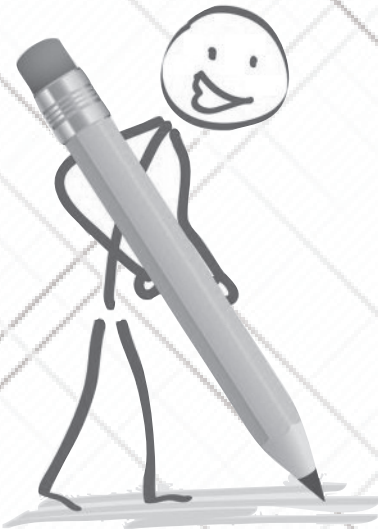
## Dear Basketball

◎ 806 林有寬

Dear Basketball,  
 You are my favorite sport in life.  
 You are hard to control,  
 Your skills are as many as the amount of the stars.  
 In fact, I believe that you are the most complex  
 And exciting sport in the world.  
 Basketball players have to fully focus on every plan of getting points.  
 The greatest time is that everyone fights for a ball,  
 We cooperate to make the remarkable shot.  
 When I throw a three-point shot,  
 A comfortable feeling spreads through my whole body.  
 It is the best encouragement for me.

Dear Basketball,  
 You are just like the glycolic water in the desert,  
 Growing me and accompanying me in the difficult times.  
 When I have some problems in my life,  
 I will miss what you have ever taught me before.  
 You are my life teacher.  
 You are surrounding my life.  
 No matter how good or bad I am,  
 You are always my mentor.

Your best friend,  
York



## Dear Coco

◎ 814 謝赫暉

From the moment I met you by the lawn,  
 I just knew that you were the indispensable part of my life.  
 You looked strong, fluffy, adorable and nothing besides destined.

You were curious about everything,  
 Wandering aimlessly,  
 And wondering vaguely.

Always playing hide and seek.  
 I said: One, two, three.  
 You didn't pop out from my eyes,  
 But I heard your snoring

Gradually, you are growing up.  
 You bark when strangers try to approach,  
 You protect us when there are dangers,  
 You lie down and roll over when you see me.  
 Like the angel.

For these past six years,  
 for my school life,  
 for my work life and for my future,  
 you have always stayed in here, in my heart.

You will accompany me for this endless life  
 Even though there will be some bumps along the way,  
 Nothing can defeat me,  
 Cause I know that you'll always be by my sides.



## Dear Books

◎ 803 管益弘

Dear Books,  
 You give me a chance to change my status.  
 You make me change my vision.  
 You have me broaden my insight.  
 You let me know how I am insignificant in this world.  
 You also give me a dream and teach me a lot of knowledge,  
 So I can pursue my dreams with full courage.

I can learn a lot of knowledge from you.  
 My father always tells me  
 "In the books, there is a house of gold.  
 In the books, there is a shade of jade"  
 It means knowledge can bring wealth.  
 Studying can't guarantee I will have a good job or more salary.  
 But there is a thing that I can ensure:  
 Learning can make me have more and better choices.  
 We also can connect with many people from different countries.  
 I think these are the reasons why I want to thank you.

There is an old saying that there is no end to learning.  
 This idiom touches my mind.  
 We will never know how tiny we are until we see the world outside.  
 Many things are still waiting for us to discover.  
 I know I can't live forever and one day, I will die.  
 That's why I must cherish my time with you.

Your best friend,  
Ian

## 語文資優班作品賞

### An Ode to Athena

◎ 915 徐睿仔

The grey-eyed goddess, coming out from Father Zeus' head  
Her hands hold her shield and her spear.  
Wise, kind, fair, chaste and beautiful  
Who tries to protect her people as hard as parents do.  
Whose wisdom is as much as her beauty.  
The Goddess' mind is as pure as the chastity she keeps.  
She can switch the battle situation in a snap.  
The power of her birth made the civilized world tremble.

### An Ode to Hades

◎ 915 陳昕妍

King of the underworld, husband of Persephone  
The lofty lord leaves his palace for his love.  
Serious, brilliant, majestic, gloomy, and unyielding  
Who governs the kingdom as well as a wise king.  
Whose appearance is as handsome as the sapphire in the moonlight.  
Whose power for the underground is like his brother's for the sky.  
His name builds up people's fear and awe.  
His wealth is enough to cover the world.

### Dear Dance

◎ 812 賴羿澄

Dear Dance,  
I miss you so much  
When I was little,  
My mom and dad told me that I was too  
shy and quiet.  
They asked me to choose "music" or  
"dance."  
I choose you then.  
It was all because of a show.  
I never danced before I chose you.  
I was afraid to dance because of my  
personality.  
I didn't like to talk to anyone  
It was very difficult for me to dance  
But I couldn't say  
"No!"  
So  
I had my first dance class.  
Although I didn't like talking,  
I still tried to dance well.  
I didn't tell my mom and dad how  
painful I felt.  
I wanted to be the best student and child,  
So I practiced harder and harder  
I felt exhausted sometimes,  
But I still practice every day.  
Then I fell in love with you!  
I thought.  
I am very confident when I wear my  
dancing dress and shoes.  
I love to dance and I dance well, too  
I have become the best dancer and  
student in my class.  
I am very proud of myself.  
I love you so much that I never give up  
dancing.  
I have tried my best and even broken  
through many limits.  
Although I seldom dance now,  
I still miss yo.  
You are my best friend  
Forever.

Your true friend,  
Mimi

### Dear Dream

◎ 707 林君

From the moment.  
When I close my eyes,  
You will appear in my mind.  
Wherever I am,  
You always give me a lot of happiness.  
Just like a child who likes candy,  
  
I love you so deep.  
As I grow older,  
A lot of things are changing.  
But the only thing that remains the same is  
my love for you.  
Just like math, I love you so much.  
To a child who loves to dream,  
you give me many goals.  
  
Since I was little,  
I have had so many dreams.  
I imagine I will grow taller and taller.  
If I am tall, I can do many things I can't do  
now.  
Or if I am a boy, what can I do?  
Climb the tree? Eat a lot of hamburgers?  
Or fight?  
  
When I am sad, you make me happy.  
When I am bored, you give me a lot of  
funny things.  
You give me the life of joy.  
In my eyes, you are an angel, a hope.  
You give me the power to change my life  
and to explore this world.  
There are dreams in everyone's heart,  
including me.  
I trust you, and you trust me, too.  
Therefore, even if the whole world is not  
as great as I expected,  
I still have you to give me courage.  
In some people's eyes, you are impractical.  
But in my eyes, you are very important  
Because everything comes from dreams.  
Even if I grow older, my heart will still be  
the child full of dreams.  
I am always trusting you,  
  
Your love,  
Carol

### Dear Sister

◎ 716 林昱廷

You are the most wonderful sister in the  
world.  
You are the most hardworking sister in the  
world.  
You are the most childish sister in the world.  
  
You are a photographer in my heart.  
You always take photos when I am sleeping.  
You always take photos when I am playing  
phone games or watching TV.  
You always take photos when I look ugly.  
  
When I am angry, you will try to make my  
feel good.  
When I am sad, you will try to make me  
happy.  
When I am disappointed, you will try to  
comfort me.  
When I am happy, you will be as happy as I  
am.  
  
You are a hero in my heart.  
You study alone in America.  
America is strange to you.  
You don't have friends there.  
You don't have family there.  
  
You are very lonely, and I am very lonely,  
too.  
No one can play with me.  
No one can fight with me.  
No one can be my personal photographer.  
  
Even you are twelve years older than I.  
But we still love each other.  
You are the important person in my life.  
I am proud that I have a super sister.  
  
Love you forever  
Your sister  
Alice



## 家庭教育與性平教育課程學生佳句—幸福蜜方最佳方程式

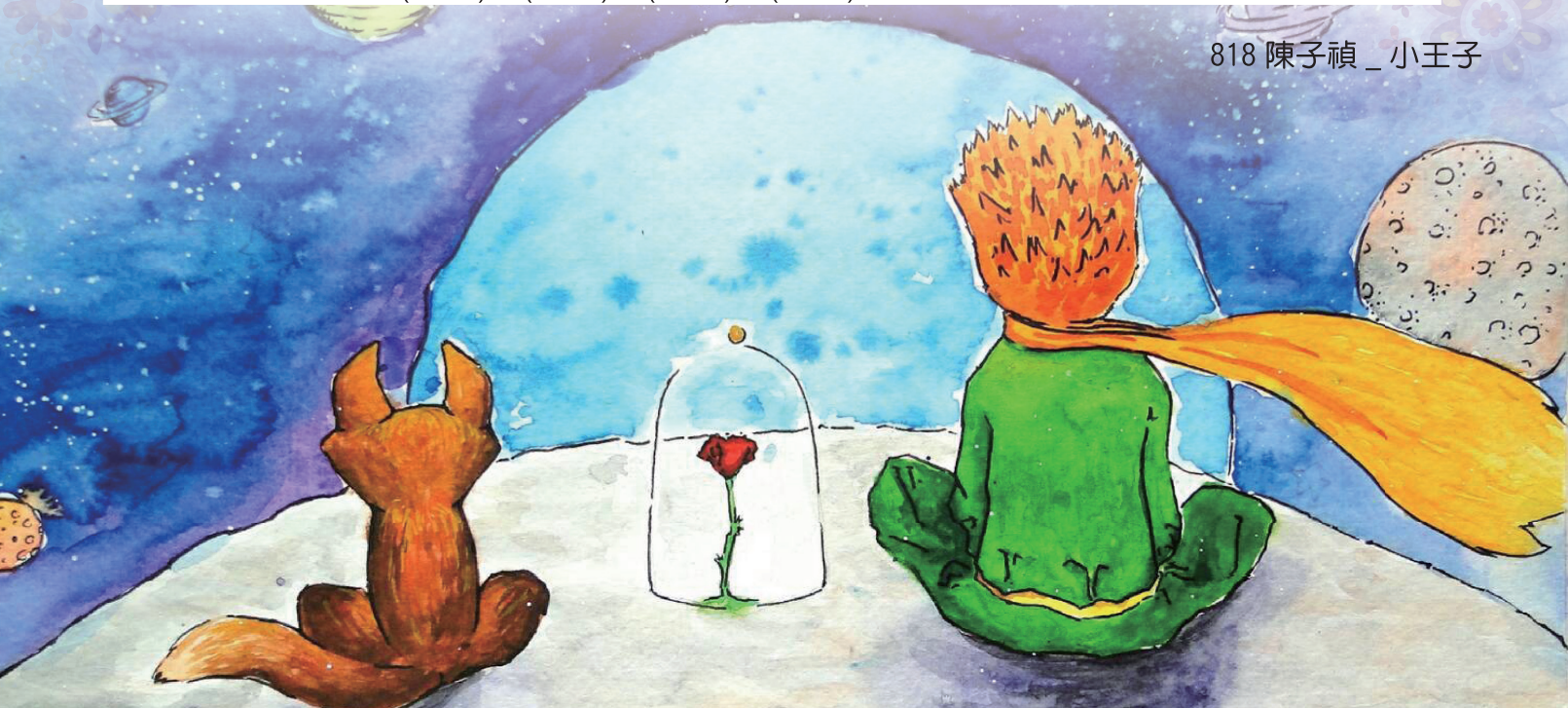
8  
年級

- 801 陳品安 幸福蜜方 = ( 互相信任 ) + ( 有事就要說 ) + ( 不要做出讓家人傷心的事 ) + ( 一起做家事 )
- 802 林喆瑩 幸福蜜方 = ( 良好溝通 ) + ( 包容 ) + ( 懂得原諒 ) + ( 開心 )
- 803 宋惠欣 幸福蜜方 = ( 良性溝通 ) + ( 互相理解 ) + ( 一定程度的信任 )
- 804 虞昀蕙 幸福蜜方 = ( 互相包容、體諒 ) + ( 能夠為對方著想 ) + ( 理性的面對和解決問題 ) + ( 給予對方信任 )
- 805 羅儀恩 幸福蜜方 = ( 彼此的信任 ) + ( 互相體諒和包容 ) + ( 互相給驚喜 ) + ( 誠心誠意的付出 )
- 806 柯信安 幸福蜜方 = ( 分工合作 ) + ( 相互扶持 ) + ( 互相鼓勵 ) + ( 一起面對困難 )
- 807 莊苡婕 幸福蜜方 = ( 信任 ) + ( 互相體諒 ) + ( 互相分享心事 ) + ( 發生問題一起解決 )
- 808 周宜蕙 幸福蜜方 = ( 互相體諒 ) + ( 互相尊重 ) + ( 理解溝通 ) + ( 共創回憶 )
- 809 賴郁婷 幸福蜜方 = ( 健康的家人 ) + ( 尊重的態度 ) + ( 體諒的心態 ) + ( 互相照顧 )
- 810 鍾琳伊 幸福蜜方 = ( 大家都聚在一起 ) + ( 互相尊重和信任 ) + ( 所有事情一起承擔 ) + ( 為家中的每個人著想 )
- 811 賴安柏 幸福蜜方 = ( 家人間的互相扶持 ) + ( 完整的家庭 ) + ( 彼此之間的信任 ) + ( 彼此要有愛 )
- 812 林雅婕 幸福蜜方 = ( 良性溝通 ) + ( 互相尊重 ) + ( 給予適當的空間 ) + ( 陪伴家人 )
- 813 孫浩鈞 幸福蜜方 = ( 互相信任 ) + ( 相互肯定 ) + ( 扶持彼此 ) + ( 保持溝通 )
- 814 高佳和 幸福蜜方 = ( 家人的陪伴 ) + ( 穩定的工作 ) + ( 興趣生活 ) + ( 笑容 )
- 815 張幼佳 幸福蜜方 = ( 真心愛著家人 ) + ( 能夠理性溝通 ) + ( 互相尊重、包容 ) + ( 會互相幫忙、且了解彼此 )
- 816 賴昱蕙 幸福蜜方 = ( 有所愛的人 ) + ( 勇於追求理想 ) + ( 有支持自己的人 )
- 817 葉城廷 幸福蜜方 = ( 和諧 ) + ( 關愛 ) + ( 合作 ) + ( 共患難 )
- 818 陳奕陵 幸福蜜方 = ( 相處融洽 ) + ( 經濟穩定 ) + ( 坦誠相見 ) + ( 相互理解 )

7  
年級

- 701 張紘恩 幸福蜜方 = ( 相處和樂 ) + ( 互相幫助 ) + ( 關心彼此 ) + ( 友善溝通 )
- 702 吳家儀 幸福蜜方 = ( 尊重對方 ) + ( 理性溝通 ) + ( 關心對方 ) + ( 幫助對方 )
- 703 廖家沂 幸福蜜方 = ( 家人的團聚 ) + ( 溫暖的問候 ) + ( 感謝的話語 ) + ( 熟悉的菜肴 )
- 704 歐陽翰 幸福蜜方 = ( 家人彼此相愛 ) + ( 可以完成自己的夢想 ) + ( 可以陪伴家人 ) + ( 家人互相了解 )
- 705 張哲璋 幸福蜜方 = ( 互相體諒 ) + ( 家事分工 ) + ( 和諧家庭氣氛 ) + ( 適當的工作、家庭時間比例 )
- 706 李 竹 幸福蜜方 = ( 家人互相關愛 ) + ( 懂得家事分工 ) + ( 互相包容對方 ) + ( 願意改變自己的短處 )
- 707 林 君 幸福蜜方 = ( 羈絆信任體諒 ) + ( 一起分擔共事 ) + ( 感恩所有事物 ) + ( 去理解去原諒 )
- 708 蔡宇薇 幸福蜜方 = ( 在意彼此 ) + ( 珍惜時光 ) + ( 互相尊重 ) + ( 分擔家務 )
- 709 陳趙雲云 幸福蜜方 = ( 信任 ) + ( 關心 ) + ( 溫暖 ) + ( 信用 )
- 710 唐佑寧 幸福蜜方 = ( 互相付出 ) + ( 情感聯繫 ) + ( 適當溝通 ) + ( 理解包涵 )
- 711 孟慶珊 幸福蜜方 = ( 尊重 ) + ( 分工 ) + ( 誠實 ) + ( 守本分 )
- 712 胡婕苡 幸福蜜方 = ( 小巧思 ) + ( 包容心 ) + ( 判斷力 ) + ( 思考力 )
- 713 李 婕 幸福蜜方 = ( 家人團聚 ) + ( 大家歡樂 ) + ( 互相陪伴 ) + ( 互相信任 )
- 714 賴宣伶 幸福蜜方 = ( 互相信任 ) + ( 家事分工 ) + ( 訴說傾聽 ) + ( 彼此關懷 )
- 715 留婕縈 幸福蜜方 = ( 站在別人的立場思考 ) + ( 家事分工 ) + ( 互相尊重 ) + ( 有問題互相討論 ) + ( 不要心情不好就把情緒丟在家人身上 )
- 716 邱楷哲 幸福蜜方 = ( 家人 ) + ( 歡樂 ) + ( 理性溝通 ) + ( 互相尊重 )
- 717 傅承美 幸福蜜方 = ( 同理心 ) + ( 尊重 ) + ( 溝通 ) + ( 珍惜 )
- 718 吳欣臻 幸福蜜方 = ( 家人 ) + ( 情愛 ) + ( 溝通 ) + ( 調劑 )

818 陳子禎 \_ 小王子





1



2



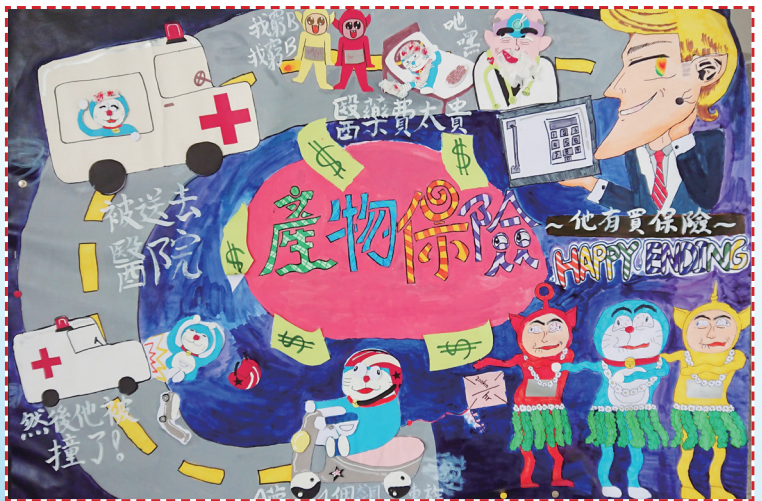
3



4



5



6

### 職業達人海報比賽

- |   |  |
|---|--|
| <b>1</b> 第一名 保險的重要<br>718 關子翔 吳祐家 吳欣臻 呂宜孺   | <b>4</b> 第三名 保險與生活<br>718 林昕儒 李沛鎂 柯閱浩 許君慈  |
| <b>2</b> 第二名 華語教師<br>715 張睿心 邱韋樺 張芷婕        | <b>5</b> 第三名 軟體工程師面面觀<br>710 簡君健           |
| <b>3</b> 第二名 醫療保健職業分享<br>718 劉昕 陳好恩 杜微庭 莊晏寧 | <b>6</b> 第三名 保險職業分享<br>718 陳愷振 王楷甯 劉或瑄 李奇歡 |

## 情緒抒發地圖

↑ 隨機增加橫線，就可能走到不同的結果唷！

- 使用方法：1 隨機選定一個字母出發  
2 遇到橫向線條就轉彎，直到抵達終點  
3 試著使用終點的方法抒發心情吧！

校園大事記

# 為學生構築多元學習的舞臺

母親節「愛要即時」廣播活動



田徑隊



合唱



直笛團



游泳隊



國樂團



本校在學務處的規劃下，主題活動課程及社團活動課程相當豐富精彩，就以主題活動課程而言，本學期結合母親節辦理「愛要即時」廣播活動，鼓勵同學勇敢說出對家人的感謝！同時，在社團活動課程方面，全校共計有 42 種社團，並分為語文、技能、學術、康樂、體育及其他類，學習內容精彩豐富，不但直笛、國樂、合唱、舞蹈、童軍、科探成績優異，還有版畫社、汽球社等社團會支援學校畢業典禮等主題活動，積極建立學生拓展多元視野的學習舞臺。

童軍團



絲竹室內樂團



跆拳道隊



語文資優班



籃球隊



排球隊



## 學生園地

### 感謝有你

◎ 718 王楷甯

有些人，在你最孤苦無助的時候，適時伸出援手，使你免於徘徊在絕望的深谷；有些人，在你最缺乏安全感時，給予你最溫暖的擁抱，陪你度過漆黑的夢魘。從小到大，我們總是接受許多人的幫忙。但沒有任何一個幫助是理所當然的。因此，一定要時常懷著一顆感恩的心，去回應別人無私的奉獻。進而去做一個也能給予別人溫暖的小太陽吧！

就如同這次的「新冠病毒疾病」，造成了全世界嚴重的疫情。辛苦的第一線防疫人員和醫生護士們，以及處理口罩的藥局藥師……都在各自的工作崗位上，不眠不休地工作。因為有這些無名英雄的付出，我們才得以在這塊安全的土地上，大口呼吸這自由的、新鮮的空氣！我們能做的，就是好好配合防疫的工作，也可藉著小卡片，感謝那些辛苦的第一線人員，為他們加油打氣！

再者，感謝父母親把我生下，讓我能誕生在這美好的人世間。從我牙牙學語到現在，努力用愛澆灌我，將我從一個小小幼苗拉拔長大。他們處處替我們著想、努力栽培我們成長，不管是「愛的教育」，還是「鐵的紀律」，父母的養育之恩，絕對比山高，比海深！所謂「鴉有反哺

之義，羊有跪乳之恩」，父母親伴隨我們成長，我們應盡為人子女的本分——孝敬父母，知恩圖報，好好報答他們的哺育之情。和他們聊聊天，替他們搥搥背，分擔做家事的辛勞。最重要的是，別惹父母生氣！減輕他們的負擔，用行動來反饋父母的愛。反觀有些人接受了父母一輩子的恩惠，羽翼豐滿後便棄父母於不顧。這樣的人，實在是背負著忘恩負義之名而讓眾人唾棄啊！

在熱鬧的校園裡，師長們的諄諄教誨，讓含苞待放的一株株蓓蕾，幾經教化後，綻放出各自的精彩。同窗共硯的好夥伴，更是我學習路上同甘共苦，彼此扶持的最佳戰友。何其有幸，一路上有良師益友，陪伴我在青澀的學習生涯中，不孤單。謝謝老師的提攜教導，謝謝同學的切磋琢磨，一日復一日，讓我成為今天比昨天更好的人。

花草樹木身在大自然中，感激大地之母賦予他的養分與雨水的滋養。人的一生中，或多或少，我們也同樣接受過許多貴人的相助。哪怕只是說聲「謝謝」、點個頭、微微一笑、一張小卡，或能及時幫助他人，都能讓對方感受你的謝意。知恩、感恩再報恩，飲水思源。人若懂得感恩，就會謙卑有禮。多一份感恩，人性溫暖就會展現出來，這個世界將處處充滿愛！感謝一路上有「你」。

### 窗外景

◎ 818 范若婕

現代人生活步調緊湊，常常忽略人生旅途綺麗的風景，或許是教室窗外青翠碧綠的大樹；或許是辦公室那窗外的大廈林立；又或許是車窗外瞬息萬變的城市……

母親總是開車送我去上學，車子啟動後，看著素來依賴的避風港與自己漸離漸遠，彷彿古代騷人墨客赴京趕考等離鄉背景的场景，心裡頓時感到一絲不捨。此時，大片的天空映入眼簾，純淨的底色有一簇簇的飄絮正緩緩移動著，幾分透明的金色穿梭而過，撒在沉睡的大地上，遠山那水墨畫般的清淡也添了幾分活力，連一幢幢的房屋都鍍上一層光，路邊的樹群更是玩起了擋住視野的遊戲，瞬間我感覺到帶著些許暖意的陽光在車裡閃動著，多美好的早晨啊！

還記得小時候，母親總愛指著車窗外說：「你看！陽光何其漂亮啊！一束束地照在大地上！」我卻困惑不已，覺得也沒有她說得那麼誇張動人。那時的我認為：母親坐在前座，而前座能看到令人動容的美景，長大後，我開始坐在副駕駛座，此時的我，卻發現一件事——我缺少的不是一個好的賞景地點，而是一顆發現美景的心思。所以，我試著撇下手上的小說或手機，不奢望永遠不接觸，至少！在這段路途中我也要擁有和母親一樣的美景！

古人說：「萬物靜觀皆自得」，再普通的一扇窗都能有無窮無盡的寶藏，我們不妨放下忙碌的工作，與你所愛之人一同探索。母親！以後的日子，換我說給您聽！



### 窗外景

◎ 818 劉宜家

你是否也曾幻想過，在自己的房間裡，有一大片、一整面的落地窗。

每天早晨，陽光零零落落的撒進房間，拉開窗簾時能看見繁忙的城市。相對比的遠方是一捲藍絲綢，撲鼻而來的海風裡有自由的味道，劃破安詳早晨的船笛鳴，而開始了一天的生活。

又或是你的床旁邊，有一扇白色的百葉窗。夏日寧靜的夜晚由蟋蟀拉開序幕，偶爾仰望一眼天空，無光害的鄉村總使我張嘴看著，上帝在天空倒下的點點亮粉，尋找星座時，搭配一場夢。

也可能是書桌的窗台，幾盆多肉植物和楓葉的色調成了大大的反差，但這仍不影響我用畫筆描繪窗外的一片紅。從路的盡頭延伸，一陣一陣的風吹著樹葉旋轉，轉進新的學校不同的人生。

會不會其實是一個圓圓的小窗，在廚房，熱呼呼的湯圓煮好，仙女卻因為思念落淚，在寒冷凝成雪花，緩緩飄落，積著傷痛在心頭，停在窗口，等待春天陽光，窗台上的種子發芽，收回淚水，又是一年窗景過，我依舊繼續生活。

## 學生園地

### 精讀與略讀

◎ 818 蔡昀孜

有人看了許多書卻一本也沒看懂；有些人看了很多書卻把眼界局限於書中。多讀書固然好，但如何真正讀懂一本書？又如何能使閱讀成為提升自己的利器呢？

閱讀的方式有很多，且因人而異。在節奏快速的資訊時代，很少有人能靜下心來細細品味完一本書，更別說將一本書反覆誦讀多遍了！所以現代人的閱讀方式大多是「略讀」，且常靜不下心，看書如走馬看花，然而這樣容易在閱讀時忽略了思考及分析，書中哪些句子對自己有啟發？哪些讀起來觸動心靈？這些是需花時間探討而非「略讀」能體會的。

我認為休閒文章自然能快速讀過，但經典則需精讀才能體會其精髓，因而閱讀的方式和書的類型有關，就如陶淵明的讀書方式——好讀書不求甚解；每有會意，便欣然忘食。對於不重要之處可不求甚解、快速略過；對於重要或思索不透的地方，他還是會緩和下來，靜靜地思悟及品味。所以，閱讀需要兼具如風般的速度與如澤般的深度。

許多著名的古人也有留下自己對於「閱讀方式」的見解，蘇軾就曾提出好書需重覆回味的道理「舊書不厭百回讀，熟讀精思子自知。」，讀書要反覆閱讀和思考，方能悟得書中的深意和真諦。那位集理學大成的朱熹大師也曾在總結前人的經驗時提出自己的見解，他說，如果閱讀只停留於一本書、一種見解裡，那麼必會造成自己的短見和狹隘。這也告訴了我們，不要單採取一本書中的想法，要學會思考，並擁有自己的想法。

簡單來說，真正讀懂一本書，需要透過「思考」、「分析」和「詮釋」。在反覆的回味與思考中，了解作者的想法並過濾，進而得到屬於自己獨樹一格的看法，而非被書所局限，這也是「精讀」較「略讀」精到的地方。「精讀」能讓你更加了解作者的想法，也能讓你在閱讀的過程中發現更多的細節、獲得更多的感動。

### 關於新冠肺炎我想說的是……

◎ 818 范若婕

自春假以來，一場令人心驚膽戰的惡夢襲捲全球——新冠病毒。這是戰爭似的風暴，讓原本安逸的日子漸漸消逝……

當疫情尚未爆發時，武漢的李文亮醫師已開始提醒：有新的病毒存在。不料知者不但不小心謹慎，還反過來指責其不該造成社會恐慌。於是乎，疫情便急速蔓延，將他的毒爪伸向世界各地，原本僅只是清水上的一滴墨，如今，清水早已汙濁不堪。

我們之所以還能正常出入各個場所，是建立在嚴格的疫情管控上，像是口罩實名制、防疫旅館以及邊境管制等，既阻斷人與可能感染者之接觸，更盡量讓人人都有保護自己的能力。我們也應從自身做起，與人保持距離，不去危險地區……，將病毒絲毫不苟地鎖在屏障外。

換個角度想，疫情也許是一場考驗，訓練人們面對病毒蔓延是否能夠及時並準確地控制，就像台灣曾爆發過SARS，所以如今才能遏止疫情快速滋長，我們也要謹記：「如今的歲月靜好，是前方有人為你負重而行。」絕對不能因為處於安全之地便掉以輕心，做好防疫工作，才能當前方醫護人員最堅強的後盾。

### 關於新冠肺炎我想說的是……

◎ 818 蔡昀孜

在迎接 2020 的前一晚，陸陸續續從中國傳出了新型冠狀病毒的疫情，隨著染疫人數節節攀升，人們漸漸地意識到了危機，漸漸地產生了恐慌。

「新型冠狀病毒」又稱「COVID-19」，是一種新型的肺部疾病，目前許多醫學專家都在試圖了解並找出治療的方法，而依據目前的病例，可發現這種病毒經突變後，可能產生各式的症狀，且感染者又分為「無症狀感染者」和「有症狀感染者」，無症狀感染者便使防疫變得更加艱難。

這次的疫情波及了全球，造成了人們每天都活得膽顫心驚。各國也紛紛訂定了防疫計劃及政策，然因起初的輕忽，疫情仍無減緩的現象，因而國際間如何互助與交流便成立這次疫情的最大考驗。

在近幾年中，台灣能否加入「WHO」（世界衛生組織）一直是個爭議，而台灣也持續不斷的運用行動告訴世界——Taiwan can help，希望引起世界的關注，和各國分享台灣的防疫見解，並彼此交流防疫經驗。相信台灣的能力可以從此次疫情中展現出來。

在全球流行的「新冠」疫情中，我們是否該放下偏見共同合作？放下政治立場？甚至暫時放下國際立場？透過國與國之間的合作，從彼此的防疫經驗中得到想法，使各自的防疫體系更完善，也使更多的人免於死亡的威脅。

# 榮譽榜

(因獎項眾多，部分獎項全國賽只列前三名，縣賽只列第一名)

<b>108 學年度全國學生美術比賽</b>						
比賽項目	主題、作品名稱	名次獎項	班級	學生	指導老師	
西畫類	美女與野獸	佳作	918	簡玉秀	湯香櫻	
漫畫類	溫情攻勢，他們淪陷	佳作	918	簡玉秀	林家瑜	
漫畫類	摩西過海	佳作	718	李奇叡	黃景璋	
<b>2020 第十三屆全國原住民兒童創作繪畫比賽</b>						
比賽項目	組別類別	作品名稱	名次獎項	班級	學生	指導老師
繪畫	國中組	共襄盛舉	優選	718	王楷甯	翁雅慧
繪畫	國中組	彩虹中的約定	優選	818	李念主	黃景璋
繪畫	國中組	船祭	佳作	818	昂耀勳	湯香櫻
<b>108 年聯合盃作文比賽 (全國)</b>						
比賽項目	組別類別	名次、獎項	班級	學生	指導老師	
	兩岸評審獎說服類	優選	814	林宣	陳若婷	
<b>108 學年度全國學生音樂比賽個人組</b>						
比賽項目	組別類別	作品名稱	名次、獎項	班級	學生	指導老師
個人組	國中 B 組	中胡獨奏	優等	905	羅怡涵	孫晨翔
個人組	國中 A 組	高胡獨奏	優等	913	洪裕博	孫晨翔
個人組	國中 B 組	高胡獨奏	優等	811	吳宇涵	孫晨翔
個人組	國中 B 組	二胡獨奏	優等	916	梁右暄	孫晨翔
個人組	國中 B 組	笛獨奏	優等	716	呂育萱	黃耀增
<b>全國北區 (1) 分齡游泳錦標賽</b>						
比賽項目	組別類別	主題	名次獎項	班級	學生	指導老師
游泳	國中女子組	100 公尺自由式	1	717	張若庭	張育銘
游泳	國中女子組	400 公尺自由式	1	717	張若庭	張育銘
游泳	國中女子組	200 公尺自由式	3	717	張若庭	張育銘
游泳	國中女子組	50 公尺蛙式	2	717	傳承美	張育銘
游泳	國中女子組	100 公尺蛙式	2	717	傳承美	張育銘
游泳	國中女子組	200 公尺蛙式	3	717	傳承美	張育銘
游泳	國中女子組	400 公尺自由式	2	717	鄭安希	張育銘
游泳	國中女子組	50 公尺仰式	3	717	秦柏瑄	張育銘
游泳	國中女子組	200 公尺蝶式	3	917	李廖沛喻	張育銘
游泳	國中男子組	100 公尺自由式	1	817	王文宥	洪士洋
游泳	國中男子組	200 公尺自由式	1	817	王文宥	洪士洋
游泳	國中男子組	400 公尺自由式	1	817	王文宥	洪士洋
游泳	國中男子組	800 公尺自由式	1	817	王文宥	洪士洋
游泳	國中男子組	50 公尺自由式	3	817	王文宥	洪士洋
游泳	國中男子組	200 公尺蝶式	1	817	蕭嘉宏	洪士洋
游泳	國中男子組	400 公尺混合式	2	817	蕭嘉宏	洪士洋
游泳	國中男子組	200 公尺混合式	3	817	蕭嘉宏	洪士洋
游泳	國中男子組	50 公尺蛙式	2	717	傳承景	洪士洋
游泳	國中男子組	100 公尺蛙式	2	717	傳承景	洪士洋
游泳	國中男子組	200 公尺蛙式	2	717	傳承景	洪士洋
游泳	國中男子組	400 公尺自由式	2	817	葉城廷	洪士洋
游泳	國中男子組	400 公尺自由式	3	817	李孟哲	洪士洋
游泳	國中男子組	400 公尺自由式	2	917	嚴皓維	洪士洋
游泳	國中男子組	200 公尺蝶式	3	717	張鄭立珩	洪士洋

<b>第 59 屆全國科展</b>						
組別、類別	主題、作品名稱	名次獎項	班級	學生	指導老師	
生物科	台灣樂樹—探討蒴果與果瓣對種子成長與擴散模式的關係	第二名	畢業畢業 801	林億儒	蔡欣吟	蔡尚軒
				徐茂倫	蔡睿庭	
生活應用科 (二)	如膠不如水 - 利用瞬間膠蒸氣製作疏水性表面	佳作	811 903	葉承昕	黃耀輝	林藝暉
				葉映廷	蔡尚軒	

<b>108 學年全國語文競賽</b>						
比賽項目	組別類別	名次、獎項	班級	學生	指導老師	
閩南語演說		特優	902	葉子祈	戴如君	
朗讀	國語	優等	918	李晴	陳淑萍	
寫字		甲等	702	林允成	謝素瑛	

<b>108 年第十九屆總統盃全國空手道錦標賽</b>						
比賽項目	組別類別	主題	名次獎項	班級	學生	指導老師
空手道	國中男個人型丙組		第 3 名	714	吳張智	
空手道	國中男個人型丁組		第 1 名	715	周恩祐	
空手道	或中女個人型丙組		第 1 名	810	周倚恩	
空手道	國中女自由一招		第 3 名	810	周倚恩	

<b>108 學年度第 41 屆中正盃全國溜冰錦標賽</b>						
比賽項目	組別類別	主題	名次獎項	班級	學生	指導老師
溜冰	男子國中組	速度過橋 - 前溜交叉型	第 3 名	702	柳柏安	
溜冰	男子國中組	速度過橋 - 前溜雙足 S 型	第 2 名	907	巫蘇宇恩	
溜冰	男子國中組	速度過橋 - 前溜交叉型	第 2 名	907	巫蘇宇恩	

<b>108 年第 29 屆會長盃全國溜冰錦標賽</b>						
比賽項目	組別類別	主題	名次獎項	班級	學生	指導老師
溜冰	國中男子菁英組	速度過橋 - 前溜交叉型	第 2 名	810	王豈華	
溜冰	國中男子菁英組	速度過橋 - 前溜雙足 S 型	第 3 名	907	巫蘇宇恩	
溜冰	國中男子菁英組	速度過橋 - 前溜交叉型	第 3 名	907	巫蘇宇恩	

<b>109 年全國中等學校運動會桌球項目國中男子組個人雙打賽</b>						
比賽項目	組別類別	主題	名次獎項	班級	學生	指導老師
桌球	國中男子組	個人雙打賽	進入資格賽	809	彭駿宇	
桌球	國中男子組	個人雙打賽	進入資格賽	712	江彥柏	

<b>108 年全國總統盃分齡游泳錦標賽</b>						
比賽項目	組別類別	主題	名次獎項	班級	學生	指導老師
游泳	13 & 14 歲級男子組	4×200 公尺自由式接力	第 3 名	917	謝鎮宇	洪士洋
游泳	13 & 14 歲級男子組	4×200 公尺自由式接力	第 3 名	917	嚴皓維	洪士洋
游泳	13 & 14 歲級男子組	4×200 公尺自由式接力	第 3 名	817	李孟哲	洪士洋
游泳	13 & 14 歲級男子組	4×200 公尺自由式接力	第 3 名	817	王文宥	洪士洋

<b>108 學年度花蓮縣學生音樂比賽</b>						
項目	組別、類別	主題	名次	班級	學生	指導老師
個人組	國中組	二胡獨奏	優等	916	梁右暄	孫晨翔
個人組	國中組	中胡獨奏	優等	905	羅怡涵	孫晨翔
個人組	國中組	高胡獨奏	優等	811	吳宇涵	孫晨翔
個人組	國中組	高胡獨奏	優等	913	洪裕博	孫晨翔
個人組	國中組	笛獨奏	優等	716	呂育萱	黃耀增
個人組	國中組	笛獨奏	優等	808	林禹霏	孫晨翔
個人組	國中組	笛獨奏	優等	705	唐曼瑄	何楓杰

<b>108 年度花蓮縣縣長盃分齡游泳賽</b>						
組別、類別	主題、作品名稱	名次	班級	學生	指導老師	
國中女子組	50 公尺仰式	第 1 名	717	秦柏瑄	洪士洋	
國中女子組	100 公尺蛙式	第 1 名	717	傳承美	洪士洋	
國中女子組	50 公尺蝶式	第 1 名	917	李廖沛喻	張育銘	
國中女子組	100 公尺自由式	第 1 名	717	張若庭	洪士洋	
國中女子組	200 公尺自由式接力	第 1 名	717	秦柏瑄	洪士洋	
國中女子組	200 公尺自由式接力	第 1 名	717	傳承美	洪士洋	
國中女子組	200 公尺自由式接力	第 1 名	717	鄭安希	洪士洋	
國中女子組	200 公尺自由式接力	第 1 名	717	張若庭	洪士洋	
國中女子組	100 公尺蝶式	第 1 名	917	李廖沛喻	張育銘	
國中女子組	50 公尺自由式	第 1 名	717	張若庭	洪士洋	
國中女子組	100 公尺仰式	第 1 名	717	秦柏瑄	洪士洋	
國中男子組	50 公尺仰式	第 1 名	917	莊清謙	張育銘	
國中男子組	100 公尺蛙式	第 1 名	717	傳承景	洪士洋	
國中男子組	50 公尺蝶式	第 1 名	817	蕭嘉宏	洪士洋	
國中男子組	100 公尺自由式	第 1 名	817	王文宥	洪士洋	
國中男子組	200 公尺個人混合式	第 1 名	817	蕭嘉宏	洪士洋	
國中男子組	200 公尺自由式	第 1 名	817	王文宥	洪士洋	
國中男子組	50 公尺蛙式	第 1 名	717	傳承景	洪士洋	
國中男子組	100 公尺蝶式	第 1 名	817	蕭嘉宏	洪士洋	
國中男子組	50 公尺自由式	第 1 名	917	嚴皓維	張育銘	
國中男子組	100 公尺仰式	第 1 名	817	蕭嘉宏	洪士洋	

<b>108 年花蓮縣縣長盃柔道錦標賽</b>						
比賽項目	組別、類別	名次	班級	學生	指導老師	
柔道	國中男子組個人賽	第 1 名	715	劉嘉翔		
柔道	國中男子組個人賽	第 1 名	907	韓丞宇		

<b>108 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會</b>						
比賽項目	組別、類別	名次	班級	學生	指導老師	
跆拳道	國中女子黑帶組跆拳道 52KG 級	第 1 名	917	余佩頌	陳廖霞	
跆拳道	國中女子品勢組跆拳道黑帶	第 1 名	917	卓瑞琪	陳廖霞	
跆拳道	國中男子黑帶組跆拳道 63KG 級	第 1 名	908	盧承宗	陳廖霞	
跆拳道	國中男子黑帶組跆拳道 55KG 級	第 1 名	817	林承毅	陳廖霞	
跆拳道	國中男子品勢組跆拳道品勢低色帶	第 1 名	817	張詠盛	陳廖霞	
跆拳道	國中男子黑帶組跆拳道 48KG 級	第 1 名	817	張詠盛	陳廖霞	
跆拳道	國中男子黑帶組跆拳道 68KG 級	第 1 名	817	黃國祥	陳廖霞	
跆拳道	國中女子黑帶組跆拳道 63KG 級	第 1 名	817	林尹馨		
跆拳道	國中女子黑帶組跆拳道 46KG 級	第 1 名	817	游靖苡		
跆拳道	國中男子品勢組跆拳道品勢高色帶組	第 1 名	717	楊千諳		

<b>108 學年度花蓮國中技藝教育課程學生技藝競賽</b>						
比賽項目	組別、類別	名次、獎項	班級	學生	指導老師	
學生技藝競賽	家政 - 美容組	第 1 名	903	李儀薇	蘇翊涵	
學生技藝競賽	家政 - 美髮組	第 1 名	903	康 溱	蘇翊涵	
學生技藝競賽	家政 - 美髮組	第 2 名	903	張沛晴	蘇翊涵	
學生技藝競賽	食品組	第 2 名	908	李柔毓	趙國榮	
學生技藝競賽	食品組	第 5 名	912	謝宜恩	趙國榮	
學生技藝競賽	餐旅 - 中餐組	第 4 名	906	簡立豪	張瓊方	
學生技藝競賽	農業 - 寵物飼養保健組	第 1 名	912	郭庭好	黃惠琳	
學生技藝競賽	農業 - 寵物飼養保健組	第 2 名	912	楊詠蕓	黃惠琳	
學生技藝競賽	農業 - 寵物飼養保健組	第 3 名	914	何桂誠	黃惠琳	
學生技藝競賽	農業 - 寵物飼養保健組	第 3 名	914	賴仁俊	黃惠琳	

<b>108 年全國總統盃分齡游泳錦標賽</b>						
比賽項目	組別、類別	名次	班級	學生	指導老師	
游泳	13 & 14 歲級男子組	4×200 公尺自由式接力	第 3 名	917	謝鎮宇	洪士洋
游泳	13 & 14 歲級男子組	4×200 公尺自由式接力	第 3 名	917	嚴皓維	洪士洋
游泳	13 & 14 歲級男子組	4×200 公尺自由式接力	第 3 名	817	李孟哲	洪士洋
游泳	13 & 14 歲級男子組	4×200 公尺自由式接力	第 3 名	817	王文宥	洪士洋

<b>108 學年度國中乙級籃球聯賽花蓮縣預賽</b>						
比賽項目	組別、類別	名次	班級	學生	指導老師	
籃球	國男組	第 1 名			謝宏岳	
917 陳泓誌、917 饒佳晨、917 施元豪、917 謝昕辰、917 楊顯頌、917 林意善、917 黎克謙、917 林楷威、917 鄭詒瀚、917 平易恩軒、917 王傳恩、817 黃衍午、717 范植楷、717 鄭維佑、717 黃亮勳、717 張誠						

第 16 版

108 學年度花蓮縣鄉土歌謠比賽						
比賽項目	組別、類別	名次	班級	學生	指導老師	
鄉土歌謠	東南亞語系	優等			廖汝欣	
108 學年度花蓮縣舞蹈比賽						
比賽項目	組別、類別	名次	班級	學生	指導老師	
現代舞	團體甲組	特優			唐尉慈	
108 學年度花蓮縣音樂比賽						
比賽項目	組別、類別	名次	指導老師			
直笛	直笛合奏	特優	周宜蓁			
絲竹室內樂	絲竹室內樂合奏	特優	孫晨翔 馮紫君			
國樂	國樂合奏	優等	孫晨翔 馮紫君			
108 學年花蓮縣語文競賽						
比賽項目	組別、類別	名次	班級	學生	指導老師	
寫字	全國賽	第一名	702	林允成	鄭淑玲	
閩南語演說	全國賽	第一名	902	葉子祈	戴如君	
國語朗讀	全國賽	第一名	918	李晴	曾育馨	
閩南語字音字形		第一名	711	蕭秉欣	賴珮瑄	
客語演說		第二名	809	李昀蓁	李惠敏	
國語演說		第二名	905	黃惠榆	張志中	
國語朗讀		第二名	913	許銘纓	曾育馨	

花蓮縣第 60 屆國民中小學科學展覽 榮獲團體總冠軍

生物科	組別	主題、作品名稱	名次	班級	學生	指導老師
生物科	國中組	種子最初的守護者 - 台灣樂樹果瓣在種子發育過程中扮演的角色	2	801 701 811	蔡睿庭 張紘恩 何世堯	蔡欣吟 黃耀輝
生活與應用科學 (二)	國中組	平原菟絲子寄生雙子葉或單子葉植物的差異	3	717	傳承美 傅承景	林祖濬
數學科	國中組	以「亮」取勝 - 探討如何提升塑膠微粒的辨識率	1	802 809	林亞慧 張立琪	黃耀輝
數學科	國中組	平和盡 14	2	813	蔡均佑 梁凱育 徐永璋	王錦懋 林秋源
數學科	國中組	擠幾個都一樣	佳作	915 915 902	徐睿婷 陳昕妍 王婷榆	王錦懋
數學科	國中組	數、數於哪裡	佳作	813	黃以慈 陳宜甄 范郁玟	王錦懋
物理科	國中組	高飛圓舉—飛行筒飛行現象之探討	3	805 712 715	林有蓉 林育陞 邱韋樺	林藝暉
地球科學科		笑問砂從何處來 - 立霧溪出海口扇洲變化的探討	2	911	羅信安 王家恩 劉承罡	張雅婷

108 年花蓮縣小論文競賽

組別	主題、作品名稱	名次	班級	學生	指導老師
社會人文	身分？個性？或環境—唐傳奇女性角色悲喜結局之成因探討	銀獎	808 809 812	蔣沂瑾 邱鈺淇 黃韻安 賴羿澄	蘇赫臻
社會人文	自己的未來自己救 - 學生自主學習與自我領導之研究	銅獎	806 814 814	簡 好 黃 宣 謝赫聃	高宏忠 張文權
社會人文	浮華世情冷眼觀—剖析莫泊桑小說中人物的行為心理	銅獎	803 806 808 809	管益弘 黃亦德 賴昱辰 蔡采蓮	蘇赫臻
社會人文	西頓與劉克襄動物文學小說寫作方式分析與比較	優選	705	潘敬雅	林嘉琦 吳香瑩
本土關懷	教師公開觀課授課對學生業樂觀影響之個案研究及分析 - 以花蓮縣國風國中為例	金獎	806 814 816 819	林有寬 劉豐睿 劉紘伊 賴昱蓁	周穎達 張文權
各類議題	真真假假不清楚 - 國中生媒體素養之探討	金獎	808 809	周宜蓁 李昀蓁	施宜廷 張文權
各類議題	我是不是很笨 - 淺談閱讀障礙的教育與學習	銀獎	910	王程諺	王永龍

108 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會

項目	組別、類別	主題、作品名稱	名次	班級	學生	指導老師
空手道	國中男子甲組	個人型 13 歲以上	第 1 名	714	吳張智	
空手道	國中男子甲組	個人型 13 歲以下	第 1 名	715	周恩祐	
空手道	國中男子甲組	個人對打第一量級 45.00 公斤以下	第 1 名	715	周恩祐	
空手道	國中女子甲組	個人型 14 歲以下	第 1 名	810	周倚恩	
項目	組別、類別	主題、作品名稱	名次	班級	學生	指導老師
排球	國中女子組		第 1 名	806	黃思諭 鄒玉鈿	
排球	國中女子組		第 1 名	914	倪婉瑛 鄒玉鈿	
排球	國中女子組		第 1 名	915	廖婉杉 鄒玉鈿	
排球	國中女子組		第 1 名	915	胡瑞宸 鄒玉鈿	
排球	國中女子組		第 1 名	911	林雯董 鄒玉鈿	
排球	國中女子組		第 1 名	915	杜少鈞 鄒玉鈿	

108 年聯合盃作文比賽 ( 花蓮縣 )					
組別	名次、獎項	班級	學生	指導老師	
國中八年級組	第一名	814	林宣	陳若婷	
國中九年級組	第一名	901	黃文嫻	曹子慧	

2019 年更生盃數學大賽					
組別	名次	班級	學生		
國一組	金牌	707	林君	國二組 銅牌 814 劉豐睿	
國一組	銀牌	710	謝承峻	國二組 銅牌 818 范若婕	
國二組	金牌	804	謝正凜	國三組 金牌 907 陳景湘	
國二組	銀牌	811	葉承昕	國三組 銅牌 904 習瑪芯	
國二組	銀牌	813	蔡均佑	國三組 銅牌 918 蔡璨庭	
				國三跨考高一組 銀牌 907 陳景湘	

108 學年度第十七屆 JHMC 國中數學競賽									
組別	名次	班級	學生	指導老師	團體	優等	813	黃以慈	王錦懋
團體	一等獎	907	陳景湘	蔡尚軒	個人	二等獎	912	黃浩昕	王錦懋
團體	一等獎	814	劉豐睿	蔡尚軒	個人	二等獎	907	陳景湘	蔡尚軒
團體	一等獎	811	葉承昕	蔡尚軒	個人	二等獎	814	劉豐睿	蔡尚軒
團體	一等獎	806	林有寬	蔡尚軒	個人	二等獎	811	葉承昕	蔡尚軒
團體	二等獎	903	何彥廷	吳志強	個人	優等	806	林有寬	蔡尚軒
團體	二等獎	903	陳永翔	吳志強	個人	二等獎	903	陳永翔	吳志強
團體	二等獎	901	倪傳青	吳志強	個人	優等	901	倪傳青	吳志強
團體	二等獎	909	周隆宇	吳志強	個人	二等獎	909	周隆宇	吳志強
團體	優等	902	石宗恩	王錦懋	個人	優等	902	石宗恩	王錦懋
團體	優等	902	王婷榆	王錦懋	個人	優等	912	黃浩昕	王錦懋

109 年 Scratch 比賽【國中遊戲組】入圍複賽名單

比賽項目	組別	主題	名次	班級	學生	指導老師	備註
【遊戲組】	國中組	人體中的血液循環	入圍決賽	718	關子翔	黃立雙	薛人豪
【遊戲組】	國中組	白血球的病毒消滅戰	入圍決賽	718	陳愷振	黃立雙	薛人豪
【遊戲組】	國中組	血球保衛戰	入圍決賽	712	方均安	黃立雙	薛人豪
【遊戲組】	國中組	拯救人體大作戰	入圍決賽	709	黃子芯	黃立雙	林家瑜
【遊戲組】	國中組	血液循環大冒險	入圍決賽	706	鄭宇浩	黃立雙	林家瑜
【動畫組】	國中組	在變異的世界裡只有程式語言能夠拯救世界	入圍決賽	918	楊又堯	黃立雙	林家瑜
【動畫組】	國中組	FOLLOW 愛因斯坦學程式	入圍決賽	808	周宜蓁	黃立雙	林家瑜
【動畫組】	國中組	創客生活	入圍決賽	911	張暉加	黃立雙	林家瑜
【動畫組】	國中組	程式做起來!!	入圍決賽	908	陳子庭	黃立雙	林家瑜
【動畫組】	國中組	遠古來的訪客	入圍決賽	818	范若婕	黃立雙	林家瑜
【動畫組】	國中組	Google 的演算法~	入圍決賽	704	蕭廷毅	黃立雙	林家瑜
【動畫組】	國中組	未來世界的美好	入圍決賽	704	彭瑜歆	黃立雙	林家瑜
【動畫組】	國中組	你今天 Scratch 了嗎?	入圍決賽	711	邱雅欣	黃立雙	林家瑜
【動畫組】	國中組	小海的甘苦一生	入圍決賽	705	林雯瑛	黃立雙	林家瑜
【動畫組】	國中組	未來的世界	入圍決賽	714	許家寧	黃立雙	林家瑜

108 學年度花蓮縣學生美術比賽縣賽

項目	組別、類別	主題	名次	班級	學生	指導老師
西畫類	B1 國中普通班組	素描	第三名	808	周宜樂	無
西畫類	B1 國中普通班組	移民地球	第三名	710	謝承峻	謝忻汝
西畫類	B2 國中美術班組	美女與野獸	第一名	918	簡玉秀	湯香櫻
平面設計類	C5 國中普通班組	環保歸速·沒有龜信	第二名	914	何梓賢	林家瑜
	C5 國中普通班組	無塑家園	第三名	715	邱章樺	陳育孜
	C6 國中美術班組	因於肺死	第一名	918	盧屏蓉	林家瑜
水墨類	D4 國中美術班組	花盆	第一名	918	何芸嘉	湯香櫻
書法類	E3 國中普通班組	詠懷古跡	第一名	702	林允成	陳育孜
書法類	E3 國中普通班組	錄溫庭筠蘇武	第三名	908	呂信毅	無
書法類	E4 國中美術班組	登樓	第一名	918	楊庭恩	趙翠榕
版畫類	F3 國中普通班組	貪「藍」	第三名	904	徐御	林家瑜
版畫類	F4 國中美術班組	孤獨	第一名	918	何芸嘉	林家瑜
漫畫類	G5 國中普通班組	迷網	第二名	806	曾俊慈	陳若婷
漫畫類	G6 國中美術班組	摩西過海	第一名	718	李奇叡	黃景璋
個人組	國中組	鋼琴獨奏	優等第二名	802	林亞慧	徐鳳謙

項目	組別、類別	主題、作品名稱	名次	班級	學生	指導老師
游泳	國中男子組	200 公尺蛙式	第 1 名	717	傅承景	洪士洋
游泳	國中男子組	100 公尺仰式	第 1 名	917	莊清謙	張育銘
游泳	國中男子組	200 公尺仰式	第 1 名	917	謝鎮宇	張育銘
游泳	國中男子組	100 公尺蝶式	第 1 名	817	蕭嘉宏	洪士洋
游泳	國中男子組	200 公尺混合式	第 1 名	917	張凱立	張育銘
項目	組別、類別	主題、作品名稱	名次	班級	學生	指導老師
田徑	國中男子組	800 公尺	第 1 名	902	趙國俊	高嘉郁
田徑	國中男子組	1500 公尺	第 1 名	902	趙國俊	高嘉郁

108 年花蓮縣第 37 屆蓮花盃空手道錦標賽

比賽項目	組別、類別	主題、作品名稱	名次、獎項	班級	學生
空手道	國中男子甲組	指定演武	第 1 名	714	吳張智
空手道	國中男子 B 組	個人型	第 1 名	715	周恩祐
空手道	國中女子組	自由演武	第 1 名	810	周倚恩
空手道	國中女子乙組	指定演武	第 1 名	708	李微恩





## 國風國中傑出校友訪談

### 當 Crispy 遇上 Juicy： 劉敏賢先生專訪

小記者：林宣、簡妤、謝赫晅、劉豐睿  
指導老師：林太一老師

「竄紅全台的網購商品」、「營業額上億的花蓮名店」、「名店提拉米蘇創辦人」是大眾對於劉敏賢先生的既定印象，然而光鮮亮麗的背後，卻也有著辛苦的過往……

#### Crispy 是過往，Juicy 是契機

劉敏賢先生共經歷了兩次的挫敗，學生時期爸爸經商失敗，自己出社會後又再次創業失敗。接下父親的原物料販售後，花了 14 年的時間還債，在過程中不斷地去練習、去精進自己，才從網路宅配市場的商機中抓到機會創業。

#### 會說故事的蛋糕：提拉米蘇

很少人知道劉敏賢先生到底為甚麼要選用提拉米蘇作為招牌，其實背後擁有一段屬於他自己的故事。他 21 歲時經商失敗，為了生計，他去幫商家送貨。在這段期間，他並沒有因為壓力和失敗的經歷而絕望，反而利用這些時間好好沉澱自己，再一步步從零開始。劉敏賢先生家族兩代都是經營糕餅業，於是他先從提供牛排館小餐包開始做起，再慢慢發展為供給自助餐的小蛋糕。當我們問到開店為何以提拉米蘇作為招牌時，他笑說：「店家跟我們說提拉米蘇的銷量最好，總是最快被夾光。」說到這裡，他微微驕傲的向我們表示：「我從來不用預拌粉。我認為我們應該自己來開發，而不是用那種一蹴可及的方式來賺錢，不要做太淺碟的東西，要做深一點，那這樣你才有跟別人相抗的條件。」找到了提拉米蘇作為招牌後，他率領員工不斷的更新配方，甚至連歐洲的朋友都對他的蛋糕讚不絕口。或許就是這樣不斷嘗試的精神，才能讓他和品牌變得如此成功。

#### 國風教會我的：剛毅、率直、做人

「君子務本，本立而道生。」他認為師長在傳道、授業、解惑的過程中，最重要的是傳道。他覺得教書的好壞都是其次，最重要的是老師以身作則。老師的剛毅、率直和無形中的理念會傳到心中。

「我小時候的梦想是當科學家。」他說到這裡時，他面容難掩興奮。因為他化學比較好，所以可以很容易知道各種材料是硬性還是柔性，讓各種材料在一個蛋糕結構中維持平衡。例如糖和麵粉過多會產生什麼效果，在增減過程中，怎麼維持平衡，才能讓整個蛋糕吃起來鬆軟化



口。

他想對國風學生說：「英文能力夠強就像如虎添翼般。我跟人家交流、去國際貿易時，最起碼會很順利溝通，要把自己訓練好，才能離夢想概念更進一步，因為國際語言就是英文。此外，中國傳統文化也有很多可以學習的。一個領導者創造價值、把社會財富再重新分配，行有餘力再做一些公益、救濟，就能使國家更加蓬勃發展。」

劉敏賢先生說的所謂直率，在訪談過程中一覽無遺。整場訪談並沒有一開始想像中的嚴肅與沉悶，劉敏賢先生甚至與我們暢談提拉米蘇的獨家配方，並在訪談結束後留下了名片，熱情的樣子讓我們印象深刻。談論到從前的苦困生活時，劉敏賢先生眼眶泛紅，哽咽了數秒才斷斷續續地向我們表示：「語文能力很重要。」我們不知道他在那段貧困時的每日艱辛和煎熬，卻能從他真摯的言語中了解他想對我們說的警示。帶著過來人的穩重，劉敏賢先生教會我們成功的條件在於現在的努力學習、不被失敗打擊的精神以及交際能力的訓練，你我都可能成為成功的創業家。

### 靠教育翻轉人生的 戴春國老師

小記者：蔣沂瑾、黃顛安、賴羿澄  
指導老師：林太一老師

一頭整齊的白髮，一抹上揚的微笑，勾起了在眉間飛揚的陳年往事，從他娓娓道來的內容中，透漏出他對以往回憶的懷念，以及對教育、學生的熱忱與感慨……

戴春國老師生於民國 27 年的鳳林窮苦農家，受到當時家庭經濟因素的影響，他就像其他經濟較困難的學生一樣選擇公費就讀師範體系學校，讓自己學業完成後便有一份穩定的工作。老師說：「曾經也想轉行，去選擇待遇更好、更能展現自我的工作」，但是捨不得放棄校園的生活，也很清楚他的興趣就是教地理。戴老師雖然不是國風



校友，但在國風任教到退休，他的兒子、孫女都是國風傑出校友，兒子是一個是東華大學教授、一個是知名媒體工作者，孫女是當屆會考榜首，目前就讀台大，一家三代都是國風之光。以下是我們訪談的紀錄：

### 以前國風的環境、學風如何？

以前國風有一個口號：「男生讀花崗，女生讀國風」以資源分配來講，市區的花崗國中才是精華區。我們國風比較偏僻、鄉下。但是國風的學區很大，從溝仔尾到國富、十六股都是我們的校園。雖然我們在農村鄉下，學生的素質也比較差一點，但是我們國風好的就是老師多又用心，所以能專注於對學生的教學。師生之間，上課也好、下課也罷，經常全班去郊遊，這都不是學校規定的。師生之間很像家人，直到現在，我們的學生都六十幾歲了，在街上，我雖然認不出他們，但他們還是會跟我打招呼，也都會報名字。

### 以前學生的學習和現在學生有何不同？

早期整個社會的風氣比較傳統，現在可能就受到資訊各方面的影響，社會的進步，觀念就不一樣了。以前我們學生後期才有電腦和手機，手機也不是現在的手機而是 BB Call，所以資訊的來源很貧乏，不懂的事很多。現在，資訊很方便，叫學生查資料，叫學生做什麼，只要一下子就能夠把資料整理出來、提供出來，這個是現在小孩子跟以前最大的不同，現在的學生真的很靈活。講聰明，以前跟現在其實一樣，但現在工具比以前先進多了，所以現在學生就有自動求知的觀念，比過去進步。

在訪談的最後請春國老師給我們國風的學生一些建議：

在禮貌方面要注意，學生和老師之間還是有一條界線，不可以沒大沒小。做事情要有要求，有條有理，養成習慣就能學會分析問題，找到解決問題的辦法。他表示：「一山、一草、一花、一木，都很美！」地理有個理字，顧名思義就是要講道理，從生活中的現象，連結課本裡的知識，知道來龍去脈，要學生理解而不是死背。

老師一直都能體會學生心理的掙扎及愛玩的心；但他們必須扮演好老師的角色並要求學生，希望學生能夠完整吸收新知。

## 人美心也美—— 張美慧議員

小記者：林有寬、李昀蓁、邱鈺淇、周宜蓁  
指導老師：林太一老師



在這個瀟灑花香的小空間中，我們見到了張美慧議員，她是一位具有親和力的人，時常對我們展現了屬於她獨特魅力的笑容，打破了我們以往對議員不苟言笑的既定印象。她的談吐條列清晰，對於從政和生活有一套自己的想法，並且熱愛公益，投身多項公益團體，讓我們感受親民、有愛心的一面。

### 秉持著「見不得別人不好」的信念

張美慧議員說：投身公益活動就是為了幫助社會上各式各樣的人，有兒童也有年長者。她認為接觸這部分久了就能幫助到更多人，也期待受到這些資源幫助的孩子們，有一天長大了、有能力的時候也能回饋社會，讓這個善循環持續擴大，幫助更多有需要的人。因此她創辦了花蓮縣婦女成長關懷協會、田智宜基金會。

### 延續先生對政治的熱愛

張美慧議員也提到，先生在四年前去世，這是她會踏入政治圈的一個原因。她希望自己能夠延續先生服務民眾的精神來為民喉舌，把民眾的聲音轉達給政府，這也是她為自己設定的一個目標。她說，在從政的過程中會遇到很多的困難，唯有讓自己轉念，調整心態重新去接受它並戰勝它，否則別無其他辦法。

因為張美慧議員以前曾任過東海岸有線電視台的記者，因此也讓她進入政治圈時更快熟悉工作狀態。張美慧議員說，在當記者時是去訪問別人，但成為了一個縣議員卻是常接受訪問，這樣的轉變對她來說其實很特別。

## 國中導師的啟發

張美慧議員說，她對國中的班導師有很深的印象，因為當時的班導師是教英文的，所以讓她喜歡英文也把英文學的更好。儘管當時的風氣是以老師帶領學生學習，資訊和校外活動都不及現在這麼多元。但是議員也說，現在網路發達科技進步，想要找尋資料真的很方便，而學習的方式也逐漸趨於自主學習，要好好運用這些資源幫助自己學習。

經過訪談後，我們對美慧議員有了更深入的了解，秉持著幫助人的信念從事各項公益活動，除了擔任花蓮縣議員傾聽人民的聲音並轉達給政府以外還是田智宣基金會的董事長，七年前更是創立「花蓮縣婦女成長關懷協會」，長年投身公益活動的她堅信這是一個善的循環，受幫助的人在未來也能用他們的力量幫助更多人。也為了悼念她已逝世的丈夫田智宣先生，將她的服務工作繼續承接下去。與眾不同的她堅持著他們的理念「見不得別人不好」去協助、關愛更多人，願這樣有愛的互助循環，能夠一直傳承下去。

## 充滿教育熱情的 鮑明鈞校長

小記者：管益弘、黃亦德、賴昱辰、蔡采運  
指導老師：林太一老師

鮑明鈞先生目前是國立東華大學附設實驗小學校長，也是位人際溝通與互動上的高手，更有著積極向上的態度使他遇到困難時都能不畏懼，持續向前邁進。在教育上也位很積極的校長，不斷地做改變。

### 校長是國風第五屆畢業的傑出校友

民國六十四年畢業，第五屆畢業生。第五屆是男女分班的時代，以前我們的讀書環境都是男生女生分班。而我讀的那一班是實驗班，也是唯一的一屆男女合班實驗班。我們畢業之後又改成男女分班，所以我們那一屆是非常非常特殊的。

### 國風的天空很寬廣， 各界優秀校友表現亮眼

因為國風在花蓮是非常有名的學校，所以有很多很優秀的校友。當然這些優秀的校友不管在商界、醫界、學界、政府部門，都有他們的一片天空，所以國風的孩子被培育出來之後，未來都有一片很寬廣的天空、一條大道。

### 國風的優秀來自優良的學風— 老師引導啟發學生的學習動力

看一個學校，裡面的學風是很重要的，這些學風是



來自於老師的教學還有學生的學習動力才有所成就。當每一個老師都很認真在教學，很希望能夠把他的所學傳遞給所有的學生；而每一個學生也知道，在這個地方，必須要學到一些東西。在我們以前考聯考的時代你一定是被逼著讀書，我們必須要學很多很多的課，但是現在我們教育越來越開放，希望能各方面的、均衡的發展，你可以朝各個領域裡面去找自己的興趣。老師們都會教導孩子，你怎麼樣朝你的目標去前進，當你被引導的時候你自然就會有一個學習的動力。這必須是要在校長、主任、老師，大家都願意勤於耕耘，學生們也有那種動力去跟著老師有那種學習的，才會有這種學風以及今天的國風。

### 教育要與時俱進： 因應網路教學的時代趨勢， 重在培養學生的思辨能力

你們要注意到一點，教育絕對不是一成不變的，他還要跟著我們的時代與時俱進。可是，你們都很清楚網路的東西沒有經過篩檢、網路的知識很多、很雜，似是而非的道理，到底傳遞出來的東西，是不是你們想要的是真正的知識？所以你們就必須要具備一個判斷的能力、思辨的能力，判斷這個影片，還有網路上傳的東西到底是不是真的？當你具備有判斷能力之後，那些東西是假的就把他刪除也不去傳播。但是網路也存在著一些很有價值的東西，我要怎麼去查證他是真的、假的？所以你們追求學問，探究的精神就出來啦，而這些東西可幾乎是不會在學校裡面學到的。所以網路的教學很重要，但是你就必須要有思辨、判斷，還有查證，這樣，你才有辦法把別人的知識變成自己的知識。

訪問完鮑明鈞校長後，我們發現他是一個很有想法的人，對於教育也有許多的熱忱。他是一個很有志向的人，很清楚自己的目標，對於現在的教育也有許多的不同面向的嶄新看法，讓我們獲益良多，聽見不同的聲音，看到不同的世界。

# 全國學生美術比賽 得獎作品



平面設計類  
國中美術班組佳作  
溫情攻勢，他們淪陷  
918 簡玉秀



漫畫類／國中美術班組佳作  
摩西過塑海  
718 李奇叡



西畫類  
國中美術班組佳作  
美女與野獸  
918 簡玉秀