



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 110 年 6 月



## 凡事準備

校長 / 劉文彥

眾人皆知做任何事之前，預先進行規劃與準備，才能處之泰然，事半功倍，順利應對以完成；反之，事前草率馬虎、渾渾噩噩、漫不經心，行事敷衍塞責、亂無章法，恐將杯水車薪，槁木死灰，終致一事無成，後患屢現。

每個人皆有夢想與願望，以此構築屬於自己的理想藍圖，據此搭設鷹架，逐步實現；而此夢想自然成為努力實踐的原動力，藍圖代表著事前的精心設計、規劃，做好準備的待辦事項，在層層鷹架的堆疊當中，將面臨不可抗力或始料未及的天災人禍，危及鷹架的崩塌，可比實踐目標的過程裡，可能遇見的種種阻力與障礙，急待自己思索方法、尋求資源來克服；以上比喻可促使你了解事前做好準備與嚴謹的思慮，將能大大提升成功機會，逐步實現理想。

在生活之中，求學之際，或許會自覺千頭萬緒，苦無方向，思維紛亂，不知如何妥處，有此情景，絕多數肇始於自身所秉持的態度與長期習性的養成，如同守株待兔般，坐等機會自行降臨，不知變通；亦或在日常累積過多事情，尚待處理，欲解決卻覺得曠日廢時，因此視而不見，棄而不顧所致；此時建議一人靜下心來，逐一條列目前所遭遇事情，依照對自己所認知的輕重緩急（嚴重性、急迫性）、難易度、優勢劣勢、勝算機會等等，分門別類，疏理排列出現階段各項事情的優先順序，以書面釐清各個待辦事項，也才能整理出頭緒，描繪出面臨困境的輪廓，不致無所適從。

進一步針對優先急待處理的事項，進行準備因應，提供以下建議，以便當您不知如何排定流程與規劃實施步驟時，能有方向依循執行；茲援引寫作原則的四大技巧「起、承、轉、合」，應用於事前準備之流程作法，並將其詮釋如下：

壹、起：對於該事項的起始開頭，下一標題（設定目標，為其命名），企圖從初步的瞭解，讓自己進入事件情境內，融入其中。

貳、承：承接前述，對事情的發展與整個過程，做更詳細的了解與延伸；亦即將心中的想法、理念，經由進階深入探究的過程，抒發開來，做擴散性的思考，感性地發想，廣泛提出各種需求與想法，將可能遇到的場景，一一羅列出來（正向表列），據以準備實施。

參、轉：轉而從其他的面向、不同的角度，提出可能面臨的遭遇困難，來搜尋與該困境有關的線索、條件、事物，從而分析影響此事項的主客觀因素或不利威脅（負面表列），以此找出可以強化支持的成功因子。

肆、合：綜合以上正負向因素（有利與不利），預先思索，找出相對應的處理／推動方法；作收斂性思考，理性地聚焦，發展解決策略，為可能的困境找解方，建立危機處理的機制。

舉凡現在與未來，擬定讀書計畫、結伴旅遊、生涯發展、選擇學校／科系、興趣／專長養成等等，參考以上作法套用或將其權宜微調成屬於自己的運作模式，如此律定計畫，朝目標前進，初期或許花費時間也燒腦，在籌畫或擬定準備的過程中，發覺有欠考量、不週到之處，而自找理由，心生退卻，臨陣縮逃，然與其迴避，不如將所耗費時間、精力，轉化為正向積極作為，是否更有意義；秉持樂觀態度，逐漸調適修正，持之以恆，鞭策自己，使其成為一種規律與習慣，當能嚐得甜美的果實，恰如胡適先生之名言：

「要怎麼收穫，先那麼栽。」彼此共勉之。



教務處

## 109 年度全國貓咪盃 SCRATCH 競賽 國中動畫組國風國中奪金、銀獎

國風國中參加 109 年度全國貓咪盃 SCRATCH 競賽，為花蓮縣贏得國中動畫金、銀兩項大獎。獲獎者邱雅欣、孟慶珊榮獲國中動畫金獎；邱郁珊、周宜蓁獲得國中動畫銀獎。

### 考驗運算思維，結合創意

指導老師黃立雙指出，九年級周宜蓁、邱郁珊連續三年參加縣內初選，沒有放棄任何一次機會，她們擅長設計對話式劇情、活潑鮮明的配音與電影運鏡方式呈現動畫作品。八年級邱雅欣、孟慶珊擅長精美的繪圖、KUSO 劇情及精彩的 Rap 歌唱，希望能拉近與觀眾的距離，讓觀眾喜歡她們的作品。

程式設計比賽，不只考驗選手的運算思維能力，更是結合美感、溝通表達與創意的一刻。

孟慶珊說，國小五年級時就接觸到這個比賽，但當時成績不算太好。這次在賽前花了很多時間，思考如何在比賽中脫穎而出；很意外能獲得金獎，希望未來比賽也能像這次一樣順利，也很感謝黃立雙老師的用心指導。

邱雅欣說，有天在國中時上資訊科技課時，老師突然問她，要不要參加貓咪盃比賽？就這樣開啟了這個機緣。比賽前有密集訓練，並和伙伴培養默契。一路上是辛苦的，但結果是甜美的；希望未來可以繼續在這方面發光發熱。

### 利用午休練習，自由發揮

九年級周宜蓁、邱郁珊說，自國小開始接觸 Scratch 並參加競賽，經常利用午休到電腦教室進行練習。在創作時老師不會去限制他們，總是只給他們一個大方向，讓他們能夠無拘無束的發揮自己的想像力來創作。每一次的作品都是經由審題後，在短時間內完成抓取資訊及重點整理，進而討論劇本，核心概念和整個動畫的走向。

### 花蓮縣致力打造智慧城市藍圖

花蓮縣長徐榛蔚對於各項教育議題極為重視，更致力打造智慧城市藍圖，除領先全國於校園百分百普及推動兒童程式語言及創客教育，也大量於校園中建置新興科技設備與創客套件，更成立全國標竿的智慧教育中心，定期開辦教師研習以培訓資訊領域師資、採用大數據分析建構智慧校園、建立縣內專屬之親師生平台提供各項免費學習資源。

### 國風一步一腳印 良師引路創巔峰

縣府重視科技教育，而國風國中科技課程在黃立雙老師的帶領之下也卓然有成。黃老師除了每天利用午休時間指導學生，更擴展資源，跨領域與藝術領域的林家瑜老師合作。透過林老師的創意設計專長，為學生在動畫製作上培育更多的能力。這兩位老師跨域的合作也是重要的典範移轉，更讓這個團隊營造出多元合作的文化，讓學生孕育出絕佳默契並一起解決問題。



## 國風國中學學生探討火龍捲和環保吸管 花蓮縣科學展覽勇奪國中團體組第一名

花蓮縣 110 年國民中小學科學展覽，科學菁英激烈競賽，國風國中在國中組七個科別中總共獲得物理組、化學組、生物組、生應（二）組四項第一名，另外還有生應（二）組獲得第三名；共入選得獎 12 件作品，成績亮麗，校方也榮獲國中團體總冠軍。其中，物理科「火龍捲－探討火龍捲的特性」，及生活與應用科學「環給地球新吸望－環保吸管的製作與探討」將代表參加全國賽代表權為花蓮縣爭光。

校長劉文彥表示感謝長期在科學教育辛苦耕耘的科展團隊，也感恩全校老師培育學子的用心。參展作品延續國風閃耀的科學因子，作品題材結合生活題材豐富多元，藉由學校推動 108 新課綱後，扎實的部定課程與國風國中創新多元的校訂課程「科學探索」及「DFC」這

兩個課程來涵養學生的科學素養，並運用所學的科學知能，輔以實驗操作，培養學生解決問題的能力。

物理科第一名作品「火龍捲－探討火龍捲的特性」，這是賴可崱、林君 2 名同學從科學人雜誌一篇探討火焰龍捲風文章出發，了解到火龍捲的破壞力，因此著手深入的探討火龍捲的各種燃燒特性，希望能夠有效駕馭火龍捲，在實驗室中打造更節能、更有效率的加熱裝置。指導老師黃耀輝和這二位同學利用一整年的假日、周五科探社團下午等時間研究，終於成功探得火龍捲的奧妙。

生活應用（二）組第一名的作品「環給地球新吸望－環保吸管的製作與探討」，是由林恩慈、廖妘柔同學探究的成果。林恩慈說她們想做一種讓大家在家裡便可以自己製作的吸管，甚至是可以吃的吸管，除





功製成令人驚奇的吸管。

化學科第一名的作品「酒精炮開火 - 探討酒精與揮發性有機溶劑的燃燒反應」，是陳玥竹、黃耀輝老師指導吳承洋、游詠仲、戴恩喆這 3 位同學的心血結晶。同學從傳統科學遊戲「酒精炮」出發，自行研發出既安全又能精準量測設計出可控制溫度、保溫的實驗裝置，加上廢棄木條及卡樺的使用固定針筒反應腔，可拆裝的電極讓每一次架設實驗裝置更有效率。此外，運用了 Arduino 面板與繼電器控制高壓脈衝電弧放電，作為這個實驗的熱源，是結合科技能力與探究實驗的優秀作品。

生物科第一名作品「黑水虻生活環境偏好之初探與應用」是由老師蔡欣吟指導呂則謙、邱章樺 2 位同學進行研究。本實驗是在探討黑水虻對環境的偏好，黑水虻是近來新興的明星昆蟲，熱愛觀察的學生呂則謙說他們將焦點放在有關黑水虻的生活環境偏好，藉由各種實驗設計來了解黑水虻的特性，從長時間的觀察、實驗，獲得瞭解如何高效率地飼養黑水虻。

了想讓一次性餐具有可以減量，還讓親友們能用得安心。他們在黃依萍與吳姿嫻老師的指導下，先進行基礎測試實驗，接著在正式實驗中藉由控制不同變因，最後成

生應(二)組第三名作品「紋「封」不「洞」- 探討不同紋路鞋底與不同材質地磚之間摩擦力的關係」，是由老師林藝暉指導七年級學生郭立喆、林承陞、張紘恩 3 名科探班學生研究，雖然只是七年級但是已經能自行設計實驗裝置，假日經常為探究鞋底摩擦力的影響因素流連實驗室，是未來潛力十足的小科學家。國風國中科探社的專題課程，讓孩子養成保持好奇心與探究事實的思辨能力，以及有一分證據說一分話的科學態度。雖然周間課程中只安排兩堂課，但孩子態度積極、常利用課餘及假日時間前來進行研究，著實不易。

教務主任周穎達表示學生能有這樣的成就絕非偶然，是長期的耕耘與付出所累積的結晶。除了「科學探索社」有堅強科學指導的團隊之外，更要讓科學知識能接近學生的真實生活，因此國風國中和結合東華大學的資源舉辦「科學週」活動，使每一位學生能夠有機會將課堂中的知識加以輕鬆應用，進而發展孩子們對探究的興趣與潛能，不僅協助學生吸收課外知識，更獲得探究、邏輯與推理能力的整體訓練。

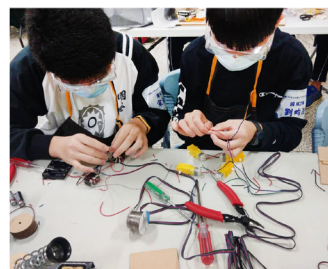


## 生活科技競賽，國中生防疫大作戰

### 本校承辦花蓮縣 109 學年度國民中學生活科技創作競賽

新的學期甫一開始，國風國中就在 3 月 6 日承辦花蓮縣政府「109 學年度國民中學生活科技創作競賽」。且因應近來 COVID-19 的疫情，本次的主題是「防疫大作戰」。來自各校的 14 隊選手無不使出渾身解數的功力，分組參與由國立台灣師範大學團隊命題的「原物料運輸車」及「物資包投射器」的二項挑戰任務。這不僅考驗學生對科技之思考力、創造力與合作問題解決能力，也讓學生透過此項競賽有機會代表花蓮縣邁向全國賽。

這是花蓮縣首次辦理生活科技創作競賽，並邀請臺灣師範大學科技應用與人力資源發展學系多位教授擔任評審。教育處翁書敏副處長表示，108 新課綱的亮點之一便是新增「科技領域」，透過資訊科技與生活科技兩門科目，來培養學生運算思維、設計思考以及理解與思辨科技議題。而這次競賽透過模擬運送防疫物資的情境，讓學生自製裝置，動手實作將科技能力運用於日常生活中，這不僅符合 108 課綱的精神，更展現徐榛蔚縣長長期許學生能擁有「以科技賦能與未來接軌」的能力。



在歷經一整天緊湊的賽事，由宜昌國中 A 隊脫穎而出，榮獲特優。優等的獎項則分別由富里國中及富北國中的隊伍獲選，這三個隊伍以及本校的代表隊將代表花蓮縣參加全國生活科技創作競賽。而甲等得獎的隊伍則是秀林國中、東里國中以及宜昌國中 B、C 兩隊。

教育處課程教學科黃秀琴科長表示，從比賽的結果來看，獲獎的學校分布從南到北皆有，顯然生活科技課程的推動已有初步的成效。課程科也會繼續推動相關的競賽並提供資源給學校，成為師生共學的最佳後盾。

劉文彥校長也說明，國風國中當初在 108 課綱尚未實施之前就是「科技前導學校」，不只擁有最堅強的科技領域師資：曾心怡、黃立雙、林逸翔、陳柏璋等老師，更落實社群的共備與課程的開發，提供給學生真實體驗學習、動手實作的機會。這次承辦全縣性的比賽，看到學生們在過程中問題解決的能力展現，這也是科技領域所要培養的生活素養。此外，自 109 學年度本校成立九年級技藝優良班，也是奠基於這樣的理念來培育學生的多元能力。感謝科技領域老師們的用心，為我們國風的學子蓄積更多的科技競爭力。





學務處

## 實施「戶外教育自主學習課程」計畫

活動  
名稱

### 風收平安

本校由 DFC 課程帶入食農教育精神已近 2 年，2 年來皆以校內為主，較少走入相關農地進行課程。

此次以戶外教育為主，食農教育為輔，使學生更加了解食農教育的意義。活動中提升文化弱勢學生學習動機，結合體驗實作及農村人文之旅，學生深刻感

受農村之美。此外，戶外教育結合與落實課程目標，利用相關體驗活動，促進學生自我探索，提升學生學習視野和增進其學習素養。最後，透過戶外教育課程結合抽象知識與現實生活，養成學生關懷生態環境之態度，培養學生成為世界公民。



在農場親身體驗種菜感受



聆聽農場有機稻米介紹



有機香草栽種說明



親自動手製作米煎餅

## 實施「全校 DFC 專題探究比賽」計畫

活動  
名稱

### 109 學年度國風國中 DFC 專題探究比賽



DFC 成果海報展示



成果講評及領獎



3D 列印成果發表



全體發表學生合影

本校的 DFC 比賽已經邁入第八年，在花蓮扶輪社的支持之下，每年都鼓勵不同年級的同學踴躍參加。今年的比賽同樣十分精彩，具有三項特色，第一點在於比賽的主題從服務學習轉型成專題探究，希望鼓勵學生除了 FIDS 的思考歷程之外，更多運用系統性思考的解決問題方法，第二點在主題具有延續性，例如由高主任指導的食農教育，不斷持續的鼓勵學生參與，第三點則進一步的結合資訊科技，也就是融入 3D 列印，鼓勵學生結合數學、自然、資訊等不同領域知識，讓學習走入實際的情境當中，整體而言，今年度的 DFC 比賽成果非常多元豐富。



## 總務處

## 逐步改善學校設施設備

目前學校的重大設備工程及採購招標案有  
(進行中、將進行、已完成)：

- (一)、改善電腦資訊設備計畫(已完成)
- (二)、改善自然領域教學設備計畫(進行中)
- (三)、教具教材經費申請計畫(已完成)
- (四)、廣播系統等設備暨設施工程(進行中)
- (五)、學習扶助課程設備申請計畫(已完成)
- (六)、教室窗簾設備改善計畫(已完成)
- (七)、講桌設備改善計畫(進行中)
- (八)、購置自動體外電擊器(AED)設備申請計畫(已完成)
- (九)、改善生活科技教室設備申請計畫(已完成)
- (十)、涵玉樓粉刷美化設施工程計畫(進行中)
- (十一)、公立國民中小學視聽教室優化計畫(已完成)

- (十二)、液晶電視設備工程(進行中)
- (十三)、睿智樓露天階梯暨內部樓梯增設止滑條設備計畫(已完成)
- (十四)、整建游泳池申請計畫(進行中)
- (十五)、宿舍整修工程計畫(進行中)
- (十六)、體育館/場修建計畫(進行中)
- (十七)、涵玉樓、游藝樓照明設備改善計畫(補強作業)(已完成)
- (十八)、游藝樓廁所整修工程(進行中)
- (十九)、體育館冷氣空調工程(進行中)
- (二十)、學生宿舍及家政大樓頂樓防水隔熱工程(申請中)
- (二十一)、校門口地面整修工程(申請中)
- (二十二)、游泳池廁所、衛浴、及溫水改善工程(申請中)



涵玉樓、游藝樓教室窗簾換新



涵玉樓、游藝樓教室照明設備更新



睿智樓各樓層樓梯增設止滑條



建置多媒體智慧視聽教室



改善教室數位電視設備



一對一分離式冷氣清洗濾網及檢查



## 學生園地

705 盧郁琪

到底生命值多少錢？它的價值又是如何計算？即使是一隻毛毛蟲活的並不長久，但是在那短短的日子裡卻能成為一隻輕盈自若的蝴蝶，人也正是如此。

有時候意外的好突然，我認為那是老天爺給我們的考驗，這次的「太魯閣火車事件」帶給了國人沉重的心情，對罹難者家屬更造成了痛苦與傷害，我聽到了鳥哭猿啼的聲音；我看到了那不該來的場景；我感受到了放不下心的逝者，真的來的好突然，想到原本他們應該是帶著快樂的心情準備旅遊或是返鄉和家人一起掃墓，結果萬萬沒想到面臨的是一場重大災難等者他們，看到許多因為無法接受失他們的親友抑或是家人，整個身體都癱軟在地上，雖無法接受，但它的確是個事實，時間能沖淡一切，惟這道傷疤將永遠烙印在心底，甚至會跟隨著我們到老到死，但至少不會那麼痛了.....

透過這件事讓我領悟生命誠可貴，也让我更加珍惜時間，不浪費活著的每一分、每一秒，為天災意外突如其來是會讓人措手不及的，所以每個人都不知是否能安好的渡過明天，要把握現在，好好的把每一天當作最後一天在過，才能把每件事做到好，不留遺憾，充實得過著美好人生，讓生活過得更精采更有價值。

生命的長短並不能帶表生命的價值，而是由自己決定如何操縱人生。每個人一開始都只是一顆貌不驚人的石頭，經大自然風雨的摧殘之下、考驗的薰陶，將會成就了一顆難能可貴的寶石，這都是別人無法擁有的；但如果你只是渾渾噩噩的過這一生，那麼我們活到了七老八十，也只不過是一顆不起眼的老舊石頭。

愛因斯坦曾說：「人只有獻身社會，才能找到那實際上是短暫而風險的生命的意義。」每次在新聞上看到消防人員無畏無懼的衝進火場或是災難現場，無非是為了救人，但往往會不小心葬身火海或死於現場，因而喪失生命，他們總是無私的奉獻，不當就是所謂的無名英雄嗎？他們盡自己最大的力量來幫助社會，確保人民安全，這就是一個偉大的付出，雖沒活到最後，但他們的付出將永遠刻在人民的心底，並非一定要成為大老闆，只要對得起自己就好，生命，只要你充份利用，它就會是長久的。

生與死是一體兩面的，有了死才会有生，有生也才会有死，我們要好好珍惜生命、活在當下，但有些人卻會因為一時承受不住打擊就做出傷害自己也傷害家人的事，後果通常都是無法挽回的，要相信自己是獨一無二的，俗語說：「天生我材必有用」每個人都有存在的意義，就算有了困難及失敗也不要埋怨他人是如何對待我們的，總有撥雲見日的一天，相信自己任何難關就都會過去的！

## 生命的價值

818 王楷甯

在這塵世間，只要是條「生命」，必定會經過「生、老、病、死」。每條生命，都有其存在於世上的意義與價值。生命也各自依循天意，運行自己一生的軌道、遵循四季的遞嬗——蟬，一生幾乎潛藏地底，直到十幾年後的夏天，當牠羽化完成，悲壯高歌後便交配產下下一代，牠的生命周期，便在完成儲備一生的使命後畫下句點.....。

人，終究會有走到生命盡頭的一天。在這幾十年間，大家各自秉持著自己的生命之道：有人選擇淡泊名利、平凡無奇地度過一生；有人選擇轟轟烈烈、求好心切才不枉費一生.....。我們生活在同個平行空間，同樣都活著，大家對於「生命」的價值觀各有其獨特的見解。我雖然在這生命長跑的路上，歷練的不多、人生經驗也不足，這多生命之道也不及歷經滄桑的年長者。不過我覺得，就現階段的我們而言，「生命的價值」，目前的定義還不到汲取在社會的功名利祿及找尋自己在世界上的地位。古人云：「人生如白駒過隙，倘不及時行樂，則老大徒傷悲也！」我們應當把握當下，努力奮鬥，不虛度光陰，做好自己的本分後才能活出光彩。這就是小小年紀的我們現在的人生價值！

常看社會新聞，某些人會因事業不順、個人感情因素或一時的想不開而不惜了結自盡.....。我覺得真的十分令人惋惜！這些人通常都正值青春年華都還未體會到生命的美好，還沒嘗過世間煙火就因年少懵懂而提前告別人世.....。當下的他們一定痛苦至極才會誤入歧途，但越是挫敗，我們越是要振作。人生乃是崎嶇坎坷，將逆境化作磨練，一次次的打擊也就能泰然處之！找到自己的目標、專長，將其發揮極致，活出自我，因為人生面來就該為自己而活，別被挫折束縛，讓自己成為高價值的人！

沒有人一出生就懂怎麼活得有價值，都是在一次次經驗後深思反省，記取教訓後再繼續充實自己。哪天自己老了，回過頭來，無數風霜，曾經的絆腳石都化作價值的印記。人逃不過天命，但當你讓人的生活出價值後就會發現，是你在支配著命運。





# 生命的價值

818 林昕儒

隨著一陣清脆的嬰兒哭聲，一個生命也就此降臨。小時候經常會想，為什麼我會在個世界？為什麼我是我？天既然賜予我們生命，就一定有其存的價值。有句話說：「天生我才必有用」，正因為有這個信念，才促使人邁向了成功，一個人要有目標，才有生命的價值。

有一天，豬向牛抱怨：「人類很不公平，我出生時，人們就嫌我髒、嫌我懶、嫌我笨，但常我死後，我的豬皮、豬肉、甚至五臟六腑，卻沒有絲毫保留的奉獻給了人類；而牛你不但受到人們的讚揚，甚至還有「忍辱負重」的美譽，這對我實在太不公平了。」牛回答道：「我生前就在替人類拉車、耕田、提供牛奶，進而奉獻我的全身，而你死後才有價值，但我是生前死後都在貢獻我的一生，這就是我跟你不同的地方。」所以，生命的價值並不在於時間長短，而是我們在活著的時候是否認真看待過自己的價值在哪裡？不管是豬還是牛，只要我們的存在曾創造過精彩就不枉此生。

在貝多芬成名後，有一次，李希諾夫斯基王子命令他到某個地方演奏。他在傾盆大雨中步行了三英哩，演奏後，他寫了一封信給王子：「你之所以成為王子，靠的是命運和出身，而我之所以是我，靠的是我自己，世

界上有千百個王子，但世上只有一個貝多芬。」這封信充滿了貝多芬自我價值的肯定，他相信自己是獨一無二的。有的人不但在世的時候就造福社會，甚至像貝多芬，生前演奏的美麗樂章，直到他死後，依然受到世人的聆賞與喝采。一顆上千萬元的鑽石，有人獨得後，珍藏起來，人們並不知道它的用途與寶貴；而一顆不值錢的石頭，以它來修橋鋪路，卻能提供給人方便。所以，生命的價值究竟要做一顆鑽石，還是一塊石頭呢？就看你怎麼去發揮與表現，有時候，你相信自己是誰，可能遠比你真的是誰更重要，你可能很有潛力，但若你不相信自己的潛力的話，你根本無法發揮實力。

因此，活著的時候，就要發揮我們存在的價值，珍惜生命及當下。愛因斯坦說：「每個人都是天才，但如果你用爬樹的能力去判斷一條魚，魚一生都會相信自己很愚蠢。」所以，相信自己為什麼存在，為自己在有限的一生，找到自己生命的價值，比起那些漫無目標、虛度光陰的人，是不是更有價值呢？對社會而言，每個人都是渺小的，但是價值是讓人相信自己就是天才的動力。當一條魚努力在水中舞動就是魚的價值，若想跳出了水面去爬樹，是超越自己本身的能力，更不會綻放出自己在中悠遊的燦爛。

## 生命的價值

818 林靖庭

春天到了，是萬物重生的時節，一朵鮮美的花朵，在陽光熱情的照耀下，顯得美麗動人。可是到了秋天，這朵鮮花便枯萎了，失了勃勃生機，枯黃的花瓣落在地上。但是，當人們想起它來時，只想到了艷麗的鮮花啊！鮮花，總有一天會凋零，但為何我們只記得它那美麗動人的樣子呢？

美麗的笑容讓大家看了有好心情，令人流連忘返啊！做出了奉獻，大家是不會忘了它的好，想的也是花的美。而人也一樣，只要你為大家付出，別人永遠不會忘了你。這也是生命的價值 --- 為人們奉獻。

童年時，我們不知道什麼叫憂愁，不知道什麼叫生命，也不知道什麼是生命的價值。單純的笑容總是一直掛在我們的臉上，那時的我們，只知道每天快樂就好！

年少時，我們活力四射，整天懵懂地跑著，自由地在校園、田間、我們的生命裡奔跑著。這時，我們懂得了什麼是生命，可是依然不懂什麼叫「生

命的價值」。

中年時，我們忙著奔波於事業，用自己的努力換取應得的回報，換取幸福，換取我們命中輝煌的時刻。

老年時，我們將開始退休生活，靜心休養，雖然五線譜似的皺紋會出現在臉上，但我們也要快樂，要為我們擁有生命而快樂，我們很少再露出那單純的傻笑，不會再懵懂地奔跑，也不會奔波於事業。這時的我們只需要讓安詳的笑容留在我們的臉上，來安渡我們的晚年，珍惜我們的生命，因為那時我們將清楚的懂得什麼是生命，什麼是生命的價值！

生命不僅僅是活著，它是一種不斷生長不斷交替的延續過程。死了的人其實並沒有離開我們，他們以自己的後代得以永生，而這又將一代代傳承下去。他們所創造的美永遠不會消失。這些美也將伴隨我們、激勵我們。這些美也將與天地同存，與日月共輝。

還就是人生的價值，簡單而樸實！

## 那金黃色的木瓜

801 王雅慈

頭上蔚藍色的天空，遠方綠油油的中央山脈，門前黃澄澄的稻田，如此完美好天氣使我的心情也雀躍了起來。自家院子裡木瓜樹那翠綠的葉子似乎長得更茂盛了，在粗糙的枝幹上，一顆顆木瓜如同鴛鴦蛋那麼碩大，拿刀剖開肥美的木瓜，裡頭橘黃的果肉令人不禁垂涎三尺、食指大動，在口水直流之際，兒時回憶也隨之緩緩地湧上心頭。

還沒有入學的我，黃昏時總喜歡獨自望著院子各式各樣的花草樹木發呆，奶奶時常走到我身邊，耐心地教我認識不同的植物。某天下午，我一如既往地坐在專屬的木製小板凳上，看著眼前綠意盎然的院子，這時，奶奶遞給我一個黃澄澄像小帆船般的水果，我的雙手不自覺地接了過去，一口咬下，甜甜的汁液在口中蔓延著，甜而不膩，一口接著一口，我的嘴巴完全無法停下來，看到我那豪邁又十分不淑女的誇張吃相，奶奶眼角彎得跟月牙似的，嘴角也上揚著，不停地叫我吃慢一些，就怕我為了吃而噎著了。在之後每個涼爽的下午，我們一老一少便坐在板凳上悠閒地吃著香甜的木瓜，一起度過如此美好的午後時光。

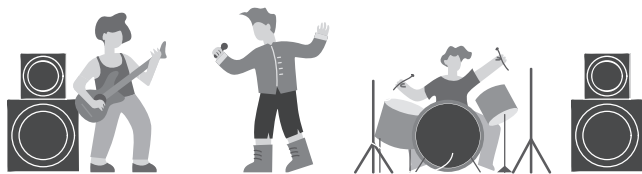
大約在小學時，有次因為上課的關係拖延了不少時

間，我披著淡淡的月色回家，拖著沉重的書包、疲倦的身軀、緩慢的步伐走到了廚房，便看到奶奶提前切好並放在流理台上的木瓜，我頓時眼睛為之一亮，我的視線全都聚焦在那美味的木瓜上，所有的疲憊全飛往九霄雲外，我迅速地洗好手，像是有人要和我搶奪食物一般，迫不及待地拿起湯匙，挖開橘黃的果肉，興奮地吃了一大口，跟當年的感覺一樣，心裡浮現奶奶嘴角的微妙微笑，味蕾甜甜的，心中暖暖的，這份溫暖在我心中埋下了種子，像電流一樣快速充斥在我全身上下，成為了一種刻骨銘心的情感，就算是冬天的夜晚，東北季風不停地拍窗狂吼，但我絲毫未感到半點寒冷。

每當離開家時，靠著搖晃的車窗，看到路旁小小的木瓜樹，總會想起那份大大的溫暖。難得的假日，我仍喜歡陪著奶奶一起坐在院子前，伴著黃昏，一邊吃著木瓜，一邊向她分享各種大大小小的趣事。對奶奶來說，我能給她最好的禮物，就是陪伴。或許之後離家的時間會越來越長，但在我心中永遠不變的美景，依舊是奶奶那似木瓜弧度般的微笑，和那打翻了橘色顏料的黃昏，以及鳥兒歸家喜悅的叫聲。

## 當個挫折也擋不住的強者

911 吳宇涵



自己小孩似的，用溫和且有耐心的語氣教導，使剛接觸到樂器的我放下心。日復一日，我的能力逐漸提升，在幾場比賽中嶄露頭角，並且開始對那個位子產生野心。終於，老師將手指指向我，這個全樂團團員夢寐以求的位子到手了，我成為了樂團首席。但是這份雀躍感沒有持續太久，這曾令我癡迷的位子，開始毫不留情地折磨、摧殘著我。我要承擔所有團員的情緒，要像棵大樹般支撐著他們；我要接收指揮所有的要求與嚴格，要像面盾牌般為團員承受一切壓力，我的毅力終於潰決。這種感覺就好像原本以為自己腳踏實地，一踏出去，竟掉入萬丈深淵。昔日的練團室，成了黑暗的牢房；樂器柔和的琴聲，成了令人難受的刺耳噪音；那張名叫「首席」的寶座，更成了敵人般，天天譏笑著狼狽不堪的我。我變得無法面對樂團、無法面對深愛的樂器、無法面對那個我朝思暮想的位子。那些從前的君王，是否也曾像我一樣，對此感到絕望？是否也曾後悔坐上那個王位、那張龍椅？那句「問君能有幾多愁？恰似一江春水向東流。」此刻不停在我腦海裡浮現……。

低潮有如泥沼困住我，直到有一日，曾經也是首席的學長告訴我，他以前也曾經歷過這段「黑暗期」，也曾體會過這種痛苦。他說：「就是因為熬得過這些挫折與磨難，首席這個位子才顯得不凡，也才證明了我們有資格坐上這個位子，不是嗎？」這句話有如一雙強而有力的手，把我從泥沼中拉起。如今，我已脫胎換骨，不再是從前那個懦弱的我，我要領著全團打贏每一場仗。

劉禹錫說：「千淘萬漉雖辛苦，吹盡狂沙始到金。」遭遇挫折的痛使人落淚，但當我們克服了它，把淚水化為養分，就會發現，「挫折」其實是淋上苦澀的蜜糖、披著魔衣的天使。王，許多人稱羨的字眼，他們不明白，看似光榮無比的外表，其實經歷了無數的苦，但正因為經得起這個磨鍊，才有資格脫穎而出。從前我那黑暗沉重的心，如今滲透出如杲杲冬日般溫暖而耀眼的光。我不畏懼，也不後悔！





雙輪舞，伴著輕快的鈴聲，車身的閃亮和日光相輝映，跟著它一起享受這美好的午後。

五歲的時候，一次再平凡不過的假日，我和平常一樣跟著阿嬤一起來到了倉庫，不一樣的是，阿公那大大的貨車上載著我童年的回憶——車斗上一輛有著黑色的車身、灰色的塑膠車籃、晶亮的鈴鐺，還有兩顆大輪胎的腳踏車被阿公搬了下來，說是給我的禮物。與它的初次見面有些突然，從小騎著三輪車的我，看到它只有兩顆輪胎，讓我一點安全感都沒有。第一次坐上它，我的心臟狂跳，手腳冒冷汗，身體僵硬，一時不知如何是好。但在阿嬤的細心教導下，我進步了許多，她不時地耳提面命：「起步時，右腳要先踩上踏板，接著手握緊把手，才能開始騎。」就這樣，每逢假日我都到倉庫練習腳踏

## 載著童年的腳踏車

801 林廷濤

青綠的草地，蔚藍的天空，豔陽高照下，微風輕輕吹拂。一大片黝黑柏油路上只有我一個人騎著腳踏車。踩著

車，直行時穩住車身，轉彎時減慢速度……。可以上路後，我幾乎每天放學都要帶它出去炫耀一番。它成了我兒時的玩伴。每當有不開心的事，總能在它的安慰下忘掉；開心的事，總會在它的陪伴下欣喜加倍，它就是我最好的朋友。

美好的童年沒有持續太久，小學三年級的我，從鄉下轉學到了市區。市區車水馬龍，平日不能再和我的夥伴在道路間穿梭自如。少了它的陪伴，我的沮喪之情難以言喻，度日如年，想必此時的它也失落無比。不僅如此，以前每天都能和阿嬤一起到倉庫玩耍，現在想想，簡直天方夜譚，沒了他們，人生黯淡不少。但也是因為這樣的思念，讓我對於童年獲得的愛，更加眷戀。想到阿嬤，對我無私的照顧，即使我們不能時時刻刻地陪伴彼此，也不會影響我對他們的愛。

現在，我還是可以在每個假日回到阿嬤家，去到那熟悉又樸素的倉庫。黑色的腳踏車上，因為久沒使用而生灰，但是拍一拍，車身依然閃亮。青綠的草地，蔚藍的天空，豔陽高照下，微風輕輕吹拂，雖然我和它不再形影不離，但它就如同一道和煦的光亮，讓我在不能見面的日子裡，可以重溫那暖暖的回憶。

輔導  
專欄

## 您願意應徵此職缺嗎？

專輔教師 李政家老師

招聘：護理員，照顧一個或兩個孩子以上長大成年。工作時間是一星期七天、一天 24 小時、即使生病或週休也沒有薪資或福利給付，更無法屆齡退休。護理員需要支付孩子與自己的所有生活開支，即使您請假、離開孩子一會兒，也必須找其他人代班，開始正式工作前無法事先與孩子接觸，以確定您是否適合這份工作。由於孩子或社會很少對這項工作表達感謝與正面評價，因此求職者自己需要從工作中尋找到動力和樂趣。

目前在台灣每年約有 16 萬多名父母擔任這份職務，為了孩子健康成長，父母付出的精力、時間與金錢更是數以萬計、難以衡量，儘管養育孩子的過程中充滿

酸甜苦辣，每一個父母還是日以繼夜地無私犧牲與奉獻，為人父母帶來的是更多的幸福與快樂。

本書分成三個部份，第一個部份描述為人父母過程中，孩子、父母與社會的互動與重要性。第二個部份描述孩子從出生到成人早期的行為，並詳述孩子在特定階段的發展、為人父母的擔憂與任務、父母可以採取並幫助孩子充分發展的互動。第三個部份著重於家庭環境如何塑造孩子的發展、父母的擔憂與任務，以及每個情境下父母可以採取的有效行動方案。

相信成年人努力成為盡責的父母，不僅是孩子受益，幫助孩子成長更是一段讓人緊張、興奮的經歷，並給父母自身帶來許多

回報。引自 Brooks, J. (2015)。為人父母 (第九版) (張璇譯)。機械工業出版社。(原著出版於 2013 年)





# 職業達人分享



1



2



3

- 1 第一名 傳統小吃業 - 古早味麵店  
703 李宜蓁 賴湘潔
- 2 第二名 建築師  
702 邱珮芯 余少閎 蔡承佑
- 3 第三名 7-Eleven  
716 陳愛 郭良靖 張雁榕



# 海報比賽



4

4

第三名 內政部特種搜救隊  
717 李亞芸 李惠筠 簡愛雅

5

第三名 全聯福利中心員工  
709 沈戴依庭 許庭瑋 梁家惠

6

第三名 西點烘焙  
713 劉品秀 范又驊 莊惟中



5



6



## 語文資優班作品欣賞



### Thanksgiving Acrostic Poem—Grateful

◎ 廖耘柔 Erin

Good morning! Let's have some  
Red cranberry sauce  
And put it on the bread for the breakfast.  
Tell your family members and  
Eat yummy.  
Food together. Throw away any  
Unhappy things. At  
Last, we all have sweet dreams today.



### Thanksgiving Acrostic Poem—Thanksgiving

◎ 李依珊 Sandy

Taiwan has many foreign  
Holidays,  
A special one I like is  
Named thanksgiving.  
Kisses to my families  
So they can feel my love and  
Gratitude. An  
Important food for that day in my family is  
Very special: we often eat meat with Rosemary.  
I love this  
November holiday.  
Gently treat our family because – it's thanksgiving!



### 我所嚮往的一條街道 ◎ 912 賴羿澄

漫步在林間小路上，令人心曠神怡；快步在都市馬路旁的騎樓下，即使自己無所事事，心情也會被染上急促；站在鄉間道路上，偶有碎石、雜草與幾點被黃土打擾的小白花，則會忘記自己要去哪？從哪裡來？

各式各樣的街道，都帶給人們不同感受。我是個想像力豐富的人，特別喜歡清晨時雲霧繚繞的山徑，不管路旁種滿何許植物，重點是「霧」中的想像。獨自一人踏在遠離塵囂的產業道路上，不知道前頭會出現什麼驚喜，不知道會走到哪裡，不過沒關係，若是行到水窮處，那就坐看雲起時吧！在一片朦朧中一切似有若無，會不會突然出現奇怪的生物或是一個神秘的洞穴——通往桃花源？

繼續走著，陽光漸漸從雲隙間溜了出來，眼前的景象似乎清晰不少，小水珠開始騷動。不行哪！我還不想結束我的想像和探險，於是加緊腳步，景物開始向後跑，跟時間賽跑，就像那隻來不及趕上紅心皇后下午茶兔子一樣。不過，有時候錯誤的步調會帶領你走向正確的路——而且準時到達。

太陽仍要起床，而屬於我的想像時光隨之終了，誰能跑贏時間呢？連夸父也辦不到。但就在太陽露出山頭的瞬間，路旁的樹梢亮的似千縷金光同時映入雙眼，令人不敢直視，接下來，葉片篩落了點點金粉。陽光向傾瀉而下的金粉落入樹林的剎那，讓我突然覺得慶幸自己沒趕上時間，天哪！我竟然一直雜沓在兩旁是茶園與金針花園的小徑，那金針花好像挺得似向日葵般自信！

先前沉浸在自我想像世界中的一條山徑的我，踏著錯誤的步伐，遇到了現實世界中，陽光映出的一條充滿自信之小路。其實我所嚮往的不過是一條能令人體驗心情起伏的街道罷了。

#### 天淨沙 嵇康 ◎ 908 蔣沂瑾

竹林 風雅 流觴  
焦尾 佳釀 薰香  
桎梏 刀斧 刑場  
餘音繞樑  
廣陵已成絕響

#### 天淨沙 阿嬤家 ◎ 912 黃韻安

蘋果 水梨 葡萄  
花生 蛋捲 麻荖  
肉粽 湯圓 年糕  
阿嬤阿嬤  
真的已經吃飽

#### 天淨沙 創客之 3D 列印

想法 製圖 三轉 ◎ 908 賴昱辰  
成品 裂痕 爆肝  
血絲 癡狂 眼圈  
一件成品  
忽略早午晚餐

#### 天淨沙·青春 ◎ 906 簡好

拉筋 熱身 預備  
等待 檢錄 就位  
衝刺 跌倒 跨越  
搖旗吶喊  
努力過不後悔

### Mother's Day Cinquain

◎ 903 管益弘

Mom  
Tender, tolerant  
Working, cleaning, teaching  
Let me know what's right  
Mentor

◎ 909 李昀蓁

Jenny,  
Friendly, pretty  
Nicely, cutely, humorously  
Oh, don't believe it's just a kidding  
Humor

◎ 909 邱鈺淇

Mom  
Pretty, Lovely  
Kind, nice, tender  
Satellite of my life  
Anchor



## 珍惜生命的每一天

◎ 802 姜妤蓁

生命如永不停息的沙漏，無人知曉何時會落下最後一粒沙。我伸出手，想要握住眼前的快樂時光，卻只得到無法改變的回憶。或許生命又是如此一去不復返，才顯得更加可貴，面對那些充滿未知的未來，我深刻明白有些事一旦錯過，便難以重來，唯有把握每個瞬間，才是永恆不變的真理。

「十六歲的少年因為一場車禍而結束了他的生命」，這是從電視中傳出的聲音，寧靜的午後，新聞主播播報那令人惋惜的消息，在我

平靜的心中掀起一絲波瀾，我從未想過，如此年輕的少年竟會迎來生命的終點，這使我有些意外，甚至恐懼。從前的我總抱著自己還年輕的心態過生活，將一切重要的事與想表達的情感一再延後，但是今日所得知的消息使我了解，從前的自己都忽略了生命的一個考驗，那便是「變故」。

自從得知了生命的變化多端，我深刻感到自己應該把握當下，突破心中阻礙，我不願在想說出感謝時，卻沒了最重要的聆聽者。當天，

在父母親下班歸來的那一刻，我終於說出了感謝，他們笑得燦爛，我感謝他們的照顧，也希望為他們的辛苦帶來一絲回報，或許只是簡單的一句話，只願我能為他們的生活帶來力量。

透過這次經驗，我明白了在生命的無常中，把握當下、展現每個情感的重要。我不希望我的生命留下滿滿悔意，只希望能珍惜每一天，使自己回頭望去時，得到的盡是溫暖與喜悅。

## Courage

◎ 802 林允成

Courage

Overcome anything

Utilize it appropriately

Resolve challenges that happen

Always support you

Gain confidence

Eternally

◎ 807 林君

Mother

tender, clever

cleaning, cooking, studying  
my favorite person in my life  
love

◎ 807 何田田

Homework

Hard, boring

Thinking, writing, correcting

A time-consuming thing

Textbook

## Braveness of Crusader

◎ 816 邱楷哲

Fight

Fight for believers

Those unknown prayers

With the Lord

Fight

Kill

Kill all the pagans

Only Jesus is the truth

The same as Richard I

Kill

Return

Triumphant return

Back to the place we belong

And start again

Return

Protect

Protect the truth

The wonderful religion

We are Catholics

Protect

Dream

Dream about the world

Blue sky, great life, yeah

All because we fight

Dream

Crusaders

The synonym of bravery

Keep fighting for truth

We are believers

Crusaders

Sing

Sing the carols

With happiness and pleasure

On the way

Sing

Bleed

Bleed for loyalty

Never stop bleeding

Till we win

Bleed

GO!

## Two-Sword Legend

◎ 804 歐陽翰

A big iron castle

A boy who likes games very much

A two-sword legend with a black  
swordsman

A flurry of blue and black light

A kingdom of fairies

A black guarding elf and a green windy  
fairy

A prison in a towering world tree

A prisoner who believes in salvation

A dark sniper rifle

A girl shrouded in fear

A god of death in a cloak

A murderous intent hidden in a smile

A girl who is terminally ill

An angel spreading her wings

A life living in a virtual world

A story carved in the hearts of everyone

A huge world on the sea

A thought that will always be  
remembered

A blue rose blooms in the night sky

A legend named Star King

A little wish

A group of powerful warriors

A future full of the unknown

An eternal legend

## Mother's day Acrostic Poem

◎ 804 盧佳鈞

My mother is my teacher

Often teaches me some knowledge

Thank you for taking care of me

Have a nice Mother's Day

Every day you play with me

Reading novels with me

Sharing your favorite food

Dear Mother and teacher

Always kind

You are a nice person and mentor  
to me.

## Mother's Day Acoustic Poem

◎ 816 林昱廷

Mother's Day is special  
Only one day for Mother  
Thanks to your mother  
Hug your mother  
Eat the special dinner with your mother  
Run to your mother  
Say "I love you" to your mother  
Don't forget "Mother's Day"  
Always remember it  
You are the best mother in the world

## Thanksgiving

◎ 906 黃亦德

To get together and have a chat is relaxing for me  
Having a dinner with family is something I like  
Appreciating everyone that gives me a hand  
November is the month for giving thanks  
Kindness from you, I will remember that  
So joyful and satisfied with the meal  
Glad to hear the thanks from other people  
I think giving thanks is important  
Very simple and useful  
Neither argue nor shout out loud  
Good attitude makes good relationship

## Mother

◎ 914 謝赫詠

My origin of life  
Once I popped up into her life  
The sunshine or the dim dim light  
Her love gives me the reason to fight  
Entire universe is in her eyes  
Reminding me to think of her in the  
moonlight

◎ 914 劉豐睿

Mom  
Beautiful Mom  
Always watching videos  
Happy, energetic, wise, helpful!  
Wonderful  
Mom  
Helpful Mom  
Always helping me  
Nice, generous, intelligent, funny!  
Perfect

◎ 914 林宣

Spring  
Sun, flower  
Sandal, dress, smile  
City in the warm wind  
Life

◎ 906 林有寬

Magnificent person  
Often educates me whenever I need  
The best person in the world  
Helpful to every family member  
Enthusiasm for looking after me  
Respond to what I want

## 聽雨，看雨 ◎ 707 賴可崱

撐起粉紅小傘，穿著雨鞋，緩緩跳過水坑，躲在傘下的是六歲時的我，剛上小學，一個人漫步雲雨中，前往敞開的校門，身旁的新生也躲在傘下，好像跟我一樣害怕被雨滴打到，怕弄濕鞋子，怕被別人發現自己的憂慮，彷彿沒躲在卡通人物守護下的人，將失去保護、失去安全感。

等著輕盈的紫色書包，伴著三、五個同窗衝回教室，豆點大的雨珠是炮彈，錯落的水窪是地雷，而我們是無懼的勇士，任憑臉頰被雨水抨擊，任憑球鞋被冰冷的水浸透，任憑師長如連珠炮似的責備與告誡，九歲的我們仍然對雨充滿想像，淋著的不是雨，是刺激的夢；耳邊響起的不是雨

聲，是一串歡樂的笑語。

揹著沉重的書包，雙手捧著如山般的參考書與評量，拖著疲憊的步伐步出教室，披著黑色雨衣，前往另一個戰場——補習班。雨嘩啦啦地下不停，雲彷彿再也承受不住沉沉地壓力，晶瑩的淚伴隨震動大地的怒吼，誰不是如此？但是無數的心靈宣告投降，本該翱翔的雙翼終究解不開網籠索，十二歲的面容承載了太多，揚起的嘴角終於垂了下來。

揮別國小，要面臨更大的挑戰，超載時，就大聲地哭吧！讓淚水沉澱心靈，乾燥煩悶的大地正需要雨來降溫，面對風雨，我們需要的不只是接受，還要學會內化，別讓風雨影響自己！

但願我能懷著六歲時的謹慎，但同時保持著九歲時享受雨的態度，更要攜著十二歲時的心，懂得發洩自己，整理好自己的情緒後，再迎著微笑繼續面對！

在雨中，在人生中，難過時不要忘了笑，不要忘了天空也會陪著一起笑、一起哭，人並不孤單！

自己怎麼想，雨就怎麼下，世界不會有真正的暴雨。







# 榮譽榜



## 教務處

### 2020 年 台灣區〈JHMC〉國中數學競賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級                                       | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|---------|-------|------------------------------------------|-----|------|
| 國中組  | 地區個人獎 |         | 一等獎   | 906                                      | 林有寬 | 蔡尚軒  |
| 國中組  | 地區個人獎 |         | 二等獎   | 911                                      | 葉承昕 | 蔡尚軒  |
| 國中組  | 地區個人獎 |         | 二等獎   | 914                                      | 劉豐書 | 蔡尚軒  |
| 國中組  | 地區個人獎 |         | 二等獎   | 913                                      | 薛宇廷 | 王錦慧  |
| 國中組  | 地區個人獎 |         | 二等獎   | 901                                      | 許程博 | 王芊喬  |
| 國中組  | 地區個人獎 |         | 二等獎   | 913                                      | 蔡均佑 | 王錦慧  |
| 國中組  | 地區團體獎 |         | 一等獎   | 911 葉承昕<br>914 劉豐書<br>904 謝正寬<br>906 林有寬 |     | 蔡尚軒  |
| 國中組  | 地區團體獎 |         | 三等獎   | 907 陳毓暉<br>904 陳恩泓<br>906 唐英捷<br>906 吳昶軒 |     | 蔡尚軒  |

### 2020 第八屆右軍盃全國硬筆書法比賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|---------|-------|-----|-----|------|
| 硬筆書法 | 中學組   |         | 佳作    | 802 | 林允成 |      |

### 2020 看見洄瀾公益繪畫比賽（全國）

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱     | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|-------------|-------|-----|-----|------|
| 繪畫   | 國中組   | 幽靜          | 第二名   | 818 | 林靖庭 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 「眺」浪斷崖      | 第三名   | 818 | 林斯儒 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 翡翠谷         | 佳作    | 818 | 王楷南 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 石興河         | 佳作    | 818 | 吳祐家 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 台 11 線舊路    | 佳作    | 818 | 杜微庭 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 童話屋         | 佳作    | 818 | 林斯儒 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 湖溪          | 佳作    | 814 | 林芷瑄 | 呂宛潔  |
| 繪畫   | 國中組   | 阿美文化村 - 神像  | 佳作    | 805 | 林愛瑛 | 呂宛潔  |
| 繪畫   | 國中組   | 砂婆礫水源地      | 佳作    | 818 | 邱鈺庭 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 美在太魯閣       | 佳作    | 805 | 張畢妍 | 呂宛潔  |
| 繪畫   | 國中組   | 米亞丸溪        | 佳作    | 818 | 張佳音 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 溪流          | 佳作    | 818 | 張宜潔 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 世外桃源        | 佳作    | 818 | 莊晏學 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 清水斷崖        | 佳作    | 818 | 許君慈 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 靜謐長春祠       | 佳作    | 818 | 陳愷愷 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 如詩如畫、雲山水    | 佳作    | 818 | 陳愷愷 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 獵戶瀑布        | 佳作    | 818 | 黃品微 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 翡翠谷         | 佳作    | 818 | 劉鈞  | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 米亞丸溪谷探險     | 佳作    | 818 | 關子翔 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 金針花田        | 佳作    | 918 | 林冠聰 | 翁雅慧  |
| 繪畫   | 國中組   | 洄瀾花蓮 - 美麗東華 | 佳作    | 918 | 陳睿志 | 翁雅慧  |

### 2020 花蓮太平洋全國無人機運算思維賽暨亞洲機器人運動

#### 競技大賽 - 東部分區賽

| 比賽項目       | 組別、類別 | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級      | 學生         | 指導老師 |
|------------|-------|---------|-------|---------|------------|------|
| 東部分區賽 - 初賽 | 國中組   | 無人機程控競賽 | 第一名   | 809 812 | 黃子芯<br>林睿軒 | 黃立雙  |
| 東部分區賽 - 初賽 | 國中組   | 無人機程控競賽 | 第三名   | 711     | 葉東洋<br>邱有程 | 林逸翔  |
| 東部分區賽 - 初賽 | 國中組   | 無人機遙控競賽 | 第三名   | 908 912 | 賴昱辰<br>涂秉宏 | 曾心怡  |
| 東部分區賽 - 決賽 | 國中組   | 無人機程控競賽 | 第三名   | 809 812 | 黃子芯<br>林睿軒 | 黃立雙  |

### 109 年花蓮縣科技教育創意實作競賽

| 比賽項目  | 組別、類別 | 主題、作品名稱  | 名次、獎項 | 班級      | 學生         | 指導老師       |
|-------|-------|----------|-------|---------|------------|------------|
| 生活科技組 | 國中組   | 科技教育創意實作 | 銅獎    | 807 802 | 林君<br>姜舒葉  | 曾心怡        |
| 資訊科技組 | 國中組   | 科技教育創意實作 | 金獎    | 811     | 邱維欣<br>曾德庭 | 黃立雙<br>林逸翔 |

### 2020 太平洋盃仿生機器人創作競賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱   | 名次、獎項 | 班級                 | 學生      | 指導老師 |
|------|-------|-----------|-------|--------------------|---------|------|
| 接力賽組 | 國中組   | 仿生機器人創作競賽 | 第二名   | 807                | 楊義弘、高佳傑 | 曾心怡  |
| 翻滾賽組 | 國中組   | 仿生機器人創作競賽 | 佳作    | 809 劉傳利<br>813 江芷妍 |         | 曾心怡  |

## 學務處

### 109 學年度全縣藝文比賽團體組

| 比賽項目      | 組別、類別 | 主題、作品名稱                    | 名次、獎項 | 班級 | 學生 | 指導老師              |
|-----------|-------|----------------------------|-------|----|----|-------------------|
| 直笛合奏      | B 組   | Symphony No.1 in D minor   | 特優    |    | 團體 | 周宜業               |
| 國樂合奏      | B 組   | 國風                         | 優等    |    | 團體 | 陳錦怡<br>呂宛潔<br>張晨翔 |
| 絲竹室內樂合奏   | B 組   | 獨克宗                        | 優等    |    | 團體 | 陳錦怡<br>呂宛潔<br>張晨翔 |
| 鄉土歌謠東南亞語系 | B 組   | 1.Oras 南時光飛逝<br>2.Maya 馬雅人 | 優等    |    | 團體 | 廖汝欣               |
| 現代舞       | 甲組    | Day In Day Out             | 優等    |    | 團體 | 唐尉慈               |
| 現代舞       | 乙組    | EXIT                       | 優等    |    | 團體 | 唐尉慈               |
| 客家藝文競賽    | 國中組   | 行過                         | 優等    |    | 團體 | 廖汝欣               |

### 109 學年度全國藝文比賽個人組

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|---------|-------|-----|-----|------|
| 個人   | 國中組   | 揚琴獨奏    | 優等    | 808 | 黃宥翔 | 吳佳親  |
| 個人   | 國中組   | 琵琶獨奏    | 優等    | 818 | 張佳音 | 張維婷  |
| 個人   | 國中組   | 阮成獨奏    | 優等    | 810 | 陳銘澤 | 潘熊采榛 |

### 中華民國 109 年 第 13 屆有盃盃全國溜冰錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱             | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|---------------------|-------|-----|-----|------|
| 溜冰   | 國男組   | 速度過橋選手菁英 - 前溜雙足 S 形 | 第四名   | 802 | 柳柏安 |      |
| 溜冰   | 國男組   | 速度過橋選手菁英 - 前溜交叉形    | 第二名   | 802 | 柳柏安 |      |

### 109 學年度全國學生美術比賽

| 比賽項目  | 組別、類別 | 主題、作品名稱                      | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|-------|-------|------------------------------|-------|-----|-----|------|
| 西畫類   | 美術班組  | 峽谷風情                         | 佳作    | 918 | 陳仕均 | 湯香櫻  |
| 西畫類   | 美術班組  | 海洋狂想曲                        | 佳作    | 818 | 黃品微 | 黃景瑋  |
| 平面設計類 | 美術班組  | Earth mother is crying       | 佳作    | 918 | 張巧琳 | 林家瑜  |
| 平面設計類 | 美術班組  | Stopping the global warming. | 佳作    | 818 | 林靖庭 | 林家瑜  |
| 版畫類   | 美術班組  | Help me                      | 佳作    | 818 | 杜微庭 | 林家瑜  |
| 漫畫類   | 美術班組  | 甜蜜的陷阱                        | 佳作    | 818 | 李奇翹 | 黃景瑋  |

### 花蓮縣學生美術比賽

| 比賽項目 | 組別、類別  | 主題、作品名稱  | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 | 備註    |
|------|--------|----------|-------|-----|-----|------|-------|
| 水墨畫類 | 國中普通班組 | 傳承       | 第 3 名 | 802 | 吳孟霖 | 陳育孜  | 參加全國賽 |
| 書法類  | 國中普通班組 | 錄白居易詩    | 第 3 名 | 802 | 林允成 | 陳育孜  | 參加全國賽 |
| 版畫類  | 國中普通班組 | 織        | 第 3 名 | 904 | 葉香辰 | 呂宛潔  | 參加全國賽 |
| 漫畫類  | 國中普通班組 | 3C 世代的哀愁 | 第 1 名 | 815 | 邱睿樺 | 陳育孜  | 參加全國賽 |
| 漫畫類  | 國中普通班組 | 全台抗疫戰    | 第 2 名 | 913 | 陳宜甄 | 呂宛潔  | 參加全國賽 |
| 漫畫類  | 國中普通班組 | 八手敗家     | 第 3 名 | 705 | 蔡巧安 | 鄭淑玲  | 參加全國賽 |

### 花蓮縣國中小學網路小論文暨本土使命式行動研究競賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱                                     | 名次、獎項   | 班級          | 學生                | 指導老師       |
|------|-------|---------------------------------------------|---------|-------------|-------------------|------------|
| 社會人文 | 國中組   | 我們在美術班 - 淺談國風才能美術班，現在與未來                    | 入圍決賽    | 818         | 李沛鈺               | 陳慧菁        |
| 各類議題 | 國中組   | 小型校園農場對國中學生教育成效之初探 - 以花蓮市國風國中為例             | 入圍決賽；金獎 | 816 802 804 | 邱愷哲<br>林允成<br>歐陽翰 | 蘇怡臻        |
| 社會人文 | 國中組   | 從脫北者自傳看北韓人民眼中的南韓印象 - 以《擁有七個名字的女孩》、《為了活下去》為例 | 入圍決賽    | 804         | 盧佳昀<br>林昱廷        | 蘇怡臻        |
| 社會人文 | 國中組   | 迎風、啟程，一起走吧 - 學生自創畢業歌之歌詞元素與畢業生心坎關聯之剖析        | 入圍決賽；優選 | 807 802 807 | 何田田<br>姜舒葉<br>林君  | 蘇怡臻        |
| 自然科學 | 國中組   | 如膠不如水 - 利用瞬間膠蒸氣製作疏水性表面                      | 入圍決賽；金獎 | 911         | 葉承昕               | 黃耀輝<br>林靜君 |

### 花蓮縣第 61 屆科展

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱                            | 名次、獎項 | 班級          | 學生                | 指導老師       |
|------|-------|------------------------------------|-------|-------------|-------------------|------------|
| 國中組  | 團體獎   |                                    | 第一名   |             |                   |            |
| 國中組  | 物理    | 火龍升起 - 探討火龍捲的特性                    | 第一名   | 707         | 賴可諾<br>林君         | 黃耀輝        |
| 國中組  | 化學    | 酒精炮開火 - 探討酒精與揮發性有機溶劑的燃燒反應          | 第一名   | 703 703 703 | 吳承洋<br>游詠吟<br>戴恩慈 | 陳珮竹<br>黃耀輝 |
| 國中組  | 生物    | 黑水蛙生活環境偏好之初探與應用                    | 第一名   | 809 815     | 邱則謙<br>邱睿樺        | 蔡欣吟        |
| 國中組  | 生應二   | 紋「封」不「洞」 - 探討不同紋路鞋底與不同材質地磚之間摩擦力的關係 | 第二名   | 704 706 801 | 郭立誌<br>林承陞<br>張慈恩 | 林靜暉        |
| 國中組  | 生應二   | 「環」給地球新「股」望 - 環保吸管的製作與探討           | 第一名   | 701 707     | 林恩慈<br>廖煥柔        | 黃依萍<br>吳安嫻 |

### 109 年度花蓮縣英語動態競賽

| 比賽項目 | 組別、類別  | 主題、作品名稱 | 名次、獎項                         | 班級                            | 學生                            | 指導老師              |
|------|--------|---------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------|
| 國中   | 英語讀者劇場 | 特優      | 709 魏劭宇<br>813 黃育婷<br>903 宋惠欣 | 709 許庭瑋<br>813 羅瑞端<br>906 唐楚哲 | 813 林育陞<br>816 邱愷哲            | 劉以諾<br>陳瑞儒        |
| 國中   | 英語歌唱   | 優等      | 708 張芷芸<br>709 賴語婕<br>806 莊澄媛 | 709 江蕙真<br>711 陳婉婷<br>806 廖正玟 | 709 梁家惠<br>801 賴芊妤<br>801 鄭志君 | 尚文華<br>廖汝欣<br>唐尉慈 |

### 109 年度全國貓咪盃 SCRATCH 競賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師           |
|------|-------|---------|-------|-----|-----|----------------|
| 國中   | 動畫組   |         | 金獎    | 811 | 邱雅欣 | 811 孟麗瑋<br>黃立雙 |
| 國中   | 動畫組   |         | 銀獎    | 904 | 邱郁欣 | 908 周宜業<br>黃立雙 |

## 輔導處

| 比賽項目      | 組別、類別             | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|-----------|-------------------|---------|-------|-----|-----|------|
| 花蓮縣國中技藝競賽 | 1. 機械職群           |         | 1     | 920 | 吳柏諺 | 魏凱   |
| 花蓮縣國中技藝競賽 | 1. 機械職群           |         | 2     | 920 | 李可威 | 魏凱   |
| 花蓮縣國中技藝競賽 | 2. 動力機械職群 - 汽車    |         | 3     | 913 | 孫傑傑 | 李政家  |
| 花蓮縣國中技藝競賽 | 4. 商業與管理職群        |         | 3     | 903 | 林柏毅 | 林靜暉  |
| 花蓮縣國中技藝競賽 | 5. 食品職群           |         | 2     | 920 | 林瑜庭 | 魏凱   |
| 花蓮縣國中技藝競賽 | 6. 農業職群 - 農業資源    |         | 2     | 920 | 黃靜雯 | 魏凱   |
| 花蓮縣國中技藝競賽 | 6. 農業職群 - 農業資源    |         | 3     | 920 | 劉鈺伶 | 魏凱   |
| 花蓮縣國中技藝競賽 | 11. 家政職群 - 美髮     |         | 1     | 916 | 藍欣好 | 張瓊方  |
| 花蓮縣國中技藝競賽 | 13. 農業職群 - 寵物飼養保健 |         | 3     | 920 | 陳以榮 | 魏凱   |

### 109 學年度全縣藝文比賽個人組

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|---------|-------|-----|-----|------|
| 個人   | 國中組   | 直笛獨奏    | 優等    | 702 | 莊家柔 |      |
| 個人   | 國中組   | 直笛獨奏    | 優等    | 706 | 蔡昀晴 |      |
| 個人   | 國中組   | 直笛獨奏    | 優等    | 708 | 林以恆 |      |
| 個人   | 國中組   | 直笛獨奏    | 優等    | 814 | 胡進康 |      |
| 個人   | 國中組   | 直笛獨奏    | 優等    | 708 | 林子堯 |      |
| 個人   | 國中組   | 直笛獨奏    | 優等    | 708 | 馬子晴 |      |
| 個人   | 國中組   | 直笛獨奏    | 優等第二名 | 810 | 林品岑 |      |
| 個人   | 國中組   | 揚琴獨奏    | 優等第一名 | 808 | 黃宥翔 | 吳佳親  |
| 個人   | 國中組   | 揚琴獨奏    | 優等    | 705 | 林秋如 | 吳佳親  |
| 個人   | 國中組   | 揚琴獨奏    | 優等    | 912 | 李采露 | 吳佳親  |
| 個人   | 國中組   | 琵琶獨奏    | 優等    | 814 | 呂莞姩 | 張維婷  |
| 個人   | 國中組   | 琵琶獨奏    | 優等    | 908 | 蔣衍瑾 | 盧梅端  |
| 個人   | 國中組   | 琵琶獨奏    | 優等第一名 | 818 | 張佳音 | 張維婷  |
| 個人   | 國中組   | 阮成獨奏    | 優等第一名 | 810 | 陳銘澤 | 潘熊采榛 |
| 個人   | 國中組   | 箏獨奏     | 優等    | 710 | 林郁馨 | 饒天慈  |
| 個人   | 國中組   | 箏獨奏     | 優等    | 715 | 謝尚晏 | 邱齡晏  |

### 109 年花蓮縣「縣長盃」羽球錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級              | 學生                       | 指導老師 |
|------|-------|---------|-------|-----------------|--------------------------|------|
| 羽球   | 國男組   | 雙打      | 第二名   | 802 812         | 黃誌敏<br>楊富翔               |      |
| 羽球   | 國男組   | 團體組     | 第三名   | 812 802 810 806 | 楊富翔<br>黃誌敏<br>劉子晏<br>孔令睿 |      |
| 羽球   | 國男組   | 單打      | 第二名   | 802             | 黃誌敏                      |      |

## 109 年花蓮縣基層訓練站區域性田徑對抗賽暨太平洋西岸聯盟田徑邀請賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|---------|-------|-----|-----|------|
| 田徑   | 國男組   | 400 公尺  | 第一名   | 810 | 蘇宏楷 | 高嘉郁  |
| 田徑   | 國男組   | 400 公尺  | 第二名   | 901 | 羅宇安 | 高嘉郁  |
| 田徑   | 國男組   | 400 公尺  | 第二名   | 810 | 蘇宏楷 | 高嘉郁  |
| 田徑   | 國男組   | 400 公尺  | 第二名   | 901 | 羅宇安 | 高嘉郁  |
| 田徑   | 國男組   | 800 公尺  | 第二名   | 815 | 黃宇賢 | 高嘉郁  |
| 田徑   | 國女組   | 800 公尺  | 第二名   | 812 | 楊欣昀 | 高嘉郁  |

|    |     |            |     |  |                          |     |
|----|-----|------------|-----|--|--------------------------|-----|
| 田徑 | 國男組 | 4*400 公尺接力 | 第一名 |  | 黃宇賢<br>蘇宏楷<br>郭良界<br>黃宇安 | 高嘉郁 |
| 田徑 | 國男組 | 1600 公尺接力  | 第一名 |  | 蘇宏楷<br>羅宇安<br>黃宇賢<br>郭良界 | 高嘉郁 |

## 中華民國 109 年第二十四屆全國青少年跆拳道錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|---------|-------|-----|-----|------|
| 跆拳道  | 國男組   |         | 第五名   | 917 | 林峻皓 | 陳廖霞  |
| 跆拳道  | 國男組   |         | 第五名   | 917 | 黃國祥 | 陳廖霞  |
| 跆拳道  | 國男組   |         | 第五名   | 917 | 林尹馨 | 陳廖霞  |
| 跆拳道  | 國男組   |         | 第七名   | 917 | 游靖玟 | 陳廖霞  |

## 109 年縣長盃暨中小學聯合運動會空手道錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱      | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|--------------|-------|-----|-----|------|
| 空手道  | 國男組   | 甲 A 一般組個人型   | 第一名   | 815 | 周恩祐 |      |
| 空手道  | 國男組   | 甲 A 一般組個人型   | 第二名   | 814 | 吳張智 |      |
| 空手道  | 國男組   | 乙組個人型        | 第二名   | 901 | 王紹誠 |      |
| 空手道  | 國女組   | 甲一般組個人型      | 第一名   | 910 | 周倚恩 |      |
| 空手道  | 國女組   | 甲一般組個人型      | 第二名   | 808 | 李微恩 |      |
| 空手道  | 國女組   | 甲一般組個人型      | 第二名   | 817 | 蘇妍瑋 |      |
| 空手道  | 國男組   | 一般甲組第一量級自由對打 | 第一名   | 815 | 周恩祐 |      |
| 空手道  | 國男組   | 一般甲組第一量級自由對打 | 第二名   | 814 | 吳張智 |      |
| 空手道  | 國女組   | 一般甲組自由對打     | 第一名   | 817 | 周倚恩 |      |
| 空手道  | 國女組   | 一般甲組自由對打     | 第二名   | 817 | 蘇妍瑋 |      |
| 空手道  | 國女組   | 一般甲組自由對打     | 第二名   | 808 | 李微恩 |      |
| 空手道  | 國男組   | 乙組自由一組       | 第一名   | 901 | 王紹誠 |      |

## 109 年花蓮縣「縣長盃」滑輪溜冰錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱      | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|--------------|-------|-----|-----|------|
| 溜冰   | 青年女子組 | 前溜單足 S 行速度過橋 | 第一名   | 809 | 張慈瑋 |      |
| 溜冰   | 青年女子組 | 前溜雙足 S 行速度過橋 | 第三名   | 809 | 張慈瑋 |      |
| 溜冰   | 青年女子組 | 前溜交叉型速度過橋    | 第二名   | 811 | 朱庭蕓 |      |

## 2020 慧行盃後山分齡游泳錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別       | 主題、作品名稱  | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------------|----------|-------|-----|-----|------|
| 游泳   | 女子 11-12 歲級 | 50 公尺蝶式  | 第一名   | 709 | 陳晉慈 |      |
| 游泳   | 男子 13-14 歲級 | 50 公尺自由式 | 第一名   | 905 | 鄭安成 |      |
| 游泳   | 男子 13-14 歲級 | 50 公尺自由式 | 第二名   | 905 | 鄭安成 |      |
| 游泳   | 男子 13-14 歲級 | 100 公尺仰式 | 第三名   | 905 | 鄭安成 |      |

## 109 年第 30 屆會長盃全國溜冰錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱            | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|--------------------|-------|-----|-----|------|
| 溜冰   | 國中男子組 | 速度過橋菁英組 - 前溜雙足 S 形 | 7     | 910 | 王豈華 |      |
| 溜冰   | 國中男子組 | 速度過橋菁英組 - 前溜交叉形    | 5     | 910 | 王豈華 |      |
| 溜冰   | 國中男子組 | 速度過橋菁英組 - 前溜單足 S 形 | 2     | 910 | 王豈華 |      |
| 溜冰   | 國中男子組 | 速度過橋菁英組 - 前溜交叉形    | 4     | 802 | 柳柏安 |      |
| 溜冰   | 國中男子組 | 速度過橋菁英組 - 前溜單足 S 形 | 3     | 802 | 柳柏安 |      |
| 溜冰   | 國中男子組 | 速度過橋菁英組 - 前溜交叉形    | 7     | 813 | 戴瑞哲 |      |
| 溜冰   | 國中女子組 | 速度過橋菁英組 - 前溜雙足 S 形 | 2     | 715 | 戴文君 |      |
| 溜冰   | 國中女子組 | 速度過橋菁英組 - 前溜交叉形    | 5     | 715 | 戴文君 |      |

## 109 年全民運動會

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱      | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|--------------|-------|-----|-----|------|
| 溜冰   | 女子組   | 滑輪溜冰競速速度過橋決賽 | 8     | 809 | 張慈瑋 |      |

## 110 年花蓮縣「縣長盃」羽球錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱      | 名次、獎項 | 班級 | 學生                            | 指導老師 |
|------|-------|--------------|-------|----|-------------------------------|------|
| 羽球   | 國中組   | 個人賽 - 女子組單打  | 3     |    | 葉芸希                           |      |
| 羽球   | 國中組   | 個人賽 - 男子組單打  | 2     |    | 黃庭毅                           |      |
| 羽球   | 國中組   | 個人賽 - 男子組雙打  | 2     |    | 楊宗棠、楊富翔                       |      |
| 羽球   | 國中組   | 團體賽 - 男子組團體組 | 2     |    | 楊富翔、黃庭毅<br>孔令睿、吳冠霖<br>劉宇安、陳有安 |      |

## 110 年花蓮縣「縣長盃」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  | 指導老師 |
|------|-------|----------------|-------|-----|-----|------|
| 空手道  | 國中組   | 男子一般甲組第一量級自由對打 | 1     | 815 | 周恩祐 |      |
| 空手道  | 國中組   | 男子一般甲組第一量級自由對打 | 2     | 814 | 吳張智 |      |
| 空手道  | 國中組   | 女子一般甲組第一量級自由對打 | 1     | 808 | 李微恩 |      |
| 空手道  | 國中組   | 女子一般甲組第二量級自由對打 | 2     | 910 | 周倚恩 |      |
| 空手道  | 國中組   | 女子一般甲組第二量級自由對打 | 3     | 817 | 蘇妍瑋 |      |
| 空手道  | 國中組   | 男子八年級一般甲組個人型   | 1     | 815 | 周恩祐 |      |
| 空手道  | 國中組   | 男子八年級一般甲組個人型   | 3     | 814 | 吳張智 |      |
| 空手道  | 國中組   | 男子八年級一般甲組個人型   | 3     | 810 | 謝承峻 |      |
| 空手道  | 國中組   | 女子一般甲 A 組個人型   | 1     | 910 | 周倚恩 |      |
| 空手道  | 國中組   | 女子一般甲 A 組個人型   | 2     | 817 | 蘇妍瑋 |      |
| 空手道  | 國中組   | 女子一般甲 A 組個人型   | 3     | 808 | 李微恩 |      |

## 110 年花蓮縣「縣長盃」桌球錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱    | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|------------|-------|-----|-----|------|
| 桌球   | 國中組   | 國風國中 A-團體組 | 3     | 818 | 王楷南 |      |
| 桌球   | 國中組   | 國風國中 A-團體組 | 3     | 818 | 許恩慈 |      |
| 桌球   | 國中組   | 國風國中 A-團體組 | 3     | 815 | 留建榮 |      |
| 桌球   | 國中組   | 國風國中 B-團體組 | 1     | 909 | 彭峻宏 |      |
| 桌球   | 國中組   | 國風國中 B-團體組 | 1     | 812 | 江彥柏 |      |
| 桌球   | 國中組   | 國風國中 B-團體組 | 1     | 804 | 張貽易 |      |
| 桌球   | 國中組   | 國風國中 B-團體組 | 1     | 713 | 張貽巨 |      |

## 110 年花蓮縣「縣長盃」籃球錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|---------|-------|-----|-----|------|
| 籃球   | 國中女子組 | 團體組     | 1     | 917 | 林楷劄 |      |
| 籃球   | 國中女子組 | 團體組     | 1     | 917 | 郭千泰 |      |
| 籃球   | 國中女子組 | 團體組     | 1     | 917 | 曹榮威 |      |
| 籃球   | 國中女子組 | 團體組     | 1     | 917 | 林清  |      |
| 籃球   | 國中女子組 | 團體組     | 1     | 817 | 林宇涵 |      |
| 籃球   | 國中女子組 | 團體組     | 1     | 817 | 趙少萱 |      |
| 籃球   | 國中女子組 | 團體組     | 1     | 817 | 蘇妍瑋 |      |
| 籃球   | 國中女子組 | 團體組     | 1     | 717 | 蔡子雅 |      |
| 籃球   | 國中女子組 | 團體組     | 1     | 717 | 鄭愛雅 |      |
| 籃球   | 國中女子組 | 團體組     | 1     | 717 | 李亞芸 |      |
| 籃球   | 國中女子組 | 團體組     | 1     | 717 | 李惠均 |      |
| 籃球   | 國中女子組 | 團體組     | 1     | 717 | 郭雅森 |      |

## 110 年花蓮縣「縣長盃」籃球錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級  | 學生   | 指導老師       |
|------|-------|---------|-------|-----|------|------------|
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 917 | 黃衍午  | 謝宏岳<br>莊子毅 |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 817 | 鄭煥中  |            |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 817 | 黃亮明  |            |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 817 | 黃吳廷廷 |            |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 817 | 鄭維佑  |            |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 817 | 潘顯耀  |            |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 817 | 曹子勳  |            |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 817 | 張誠   |            |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 817 | 范植權  |            |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 817 | 楊孟鈺  |            |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 817 | 王承恩  |            |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 717 | 羅錦輝  |            |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 717 | 魏宏輝  |            |
| 籃球   | 國中男子組 | 團體組     | 1     | 717 | 郭承濤  |            |

## 110 年花蓮縣縣長盃滑輪溜冰錦標賽暨速度過橋接力隊選手選拔賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱  | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|-------|----------|-------|-----|-----|------|
| 溜冰   | 國中女子組 | 前溜單足 S 形 | 3     | 818 | 朱庭蕓 |      |
| 溜冰   | 國中女子組 | 前溜雙足 S 形 | 3     | 818 | 朱庭蕓 |      |
| 溜冰   | 國中女子組 | 前溜交叉形    | 3     | 818 | 朱庭蕓 |      |
| 溜冰   | 國中女子組 | 前溜單足 S 形 | 1     | 818 | 朱庭蕓 |      |
| 溜冰   | 國中女子組 | 前溜單足 S 形 | 1     | 809 | 張慈瑋 |      |
| 溜冰   | 國中女子組 | 前溜單足 S 形 | 1     | 809 | 張慈瑋 |      |
| 溜冰   | 國中女子組 | 前溜交叉形    | 1     | 809 | 張慈瑋 |      |

## 110 年末來球星防疫盃全國青少年網球錦標賽 (C-9 挑戰級)

| 比賽項目 | 組別、類別   | 主題、作品名稱 | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師 |
|------|---------|---------|-------|-----|-----|------|
| 網球   | 16 歲男子組 | 雙打      | 3     | 701 | 柯辰瀟 |      |

## 110 年全國中等學校運動會「跆拳道項目」

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱  | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師              |
|------|-------|----------|-------|-----|-----|-------------------|
| 跆拳道  | 國中男子組 | 48 公斤級對打 | 3     | 817 | 林晉凱 | 陳廖霞<br>任鳳儀<br>邱康宇 |
| 跆拳道  | 國中男子組 | 63 公斤級對打 | 3     | 917 | 黃國祥 |                   |
| 跆拳道  | 國中男子組 | 68 公斤級對打 | 3     | 917 | 林峻皓 |                   |
| 跆拳道  | 國中男子組 | 78 公斤級對打 | 3     | 817 | 盧丞楷 |                   |
| 跆拳道  | 國中男子組 | 63 公斤級對打 | 3     | 917 | 林尹馨 |                   |
| 跆拳道  | 國中男子組 | 46 公斤級對打 | 5     | 717 | 王佩慈 |                   |
| 跆拳道  | 國中男子組 | 45 公斤級對打 | 5     | 917 | 張詠盛 |                   |
| 跆拳道  | 國中男子組 | 品勢團體     | 5     | 817 | 林晉緯 |                   |
| 跆拳道  | 國中男子組 | 品勢團體     | 5     | 917 | 張詠盛 |                   |
| 跆拳道  | 國中男子組 | 品勢團體     | 5     | 817 | 楊千鈺 |                   |
| 跆拳道  | 國中男子組 | 51 公斤級對打 | 7     | 917 | 李健昇 |                   |
| 跆拳道  | 國中女子組 | 46 公斤級對打 | 7     | 917 | 游靖玟 |                   |

## 110 年全國中等學校運動會「游泳項目」

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱       | 名次、獎項 | 班級                       | 學生                       | 指導老師       |
|------|-------|---------------|-------|--------------------------|--------------------------|------------|
| 游泳   | 國中男子組 | 1500 公尺自由式    | 2     | 917                      | 王文有                      | 張育銘<br>洪士洋 |
| 游泳   | 國中男子組 | 400 公尺自由式     | 2     | 917                      | 王文有                      |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 4×200 公尺自由式接力 | 3     | 917                      | 葉威廷<br>李孟哲<br>蕭嘉宏<br>王文有 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 4×200 公尺自由式接力 | 3     | 717<br>817<br>817        | 葉玉琳<br>秦柏道<br>鄭安希<br>張若庭 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 800 公尺自由式     | 4     | 917                      | 王文有                      |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 1500 公尺自由式    | 5     | 917                      | 蕭嘉宏                      |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 800 公尺自由式     | 8     | 817                      | 張若庭                      |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 400 公尺自由式     | 8     | 817                      | 張若庭                      |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 4×100 公尺自由式接力 | 8     | 717<br>717<br>817<br>817 | 葉玉琳<br>蔡宛宏<br>鄭安希<br>張若庭 |            |

## 110 年花蓮縣縣長盃游泳錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱   | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師       |
|------|-------|-----------|-------|-----|-----|------------|
| 游泳   | 國中男子組 | 50 公尺仰式   | 1     | 917 | 蕭嘉宏 | 張育銘<br>洪士洋 |
| 游泳   | 國中男子組 | 50 公尺仰式   | 2     | 817 | 曾逸祥 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 50 公尺仰式   | 3     | 917 | 張自然 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 100 公尺蛙式  | 1     | 917 | 蕭嘉宏 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 100 公尺蛙式  | 2     | 917 | 張自然 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 100 公尺蛙式  | 3     | 817 | 傅永景 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 50 公尺蝶式   | 1     | 917 | 王文有 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 50 公尺蝶式   | 2     | 917 | 賴育誠 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 100 公尺蝶式  | 3     | 917 | 曾立丞 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 100 公尺自由式 | 1     | 917 | 王文有 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 100 公尺自由式 | 2     | 917 | 葉威廷 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 100 公尺自由式 | 3     | 917 | 李孟哲 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 200 公尺自由式 | 1     | 817 | 傅永景 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 200 公尺自由式 | 2     | 917 | 賴育誠 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 200 公尺自由式 | 3     | 717 | 溫育惟 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 50 公尺蛙式   | 1     | 917 | 蕭嘉宏 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 50 公尺蛙式   | 2     | 917 | 張自然 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 50 公尺蛙式   | 3     | 817 | 傅永景 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 100 公尺蝶式  | 1     | 917 | 張若庭 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 100 公尺蝶式  | 2     | 917 | 李康丞 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 50 公尺自由式  | 1     | 917 | 葉威廷 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 50 公尺自由式  | 2     | 917 | 王文有 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 100 公尺自由式 | 3     | 917 | 曾立丞 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 50 公尺仰式   | 1     | 917 | 蕭嘉宏 |            |
| 游泳   | 國中男子組 | 100 公尺仰式  | 2     | 817 | 曾逸祥 |            |

## 110 年花蓮縣縣長盃游泳錦標賽

| 比賽項目 | 組別、類別 | 主題、作品名稱   | 名次、獎項 | 班級  | 學生  | 指導老師       |
|------|-------|-----------|-------|-----|-----|------------|
| 游泳   | 國中女子組 | 50 公尺仰式   | 1     | 817 | 柯佳蓉 | 張育銘<br>洪士洋 |
| 游泳   | 國中女子組 | 100 公尺蛙式  | 1     | 817 | 傅承美 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 100 公尺蛙式  | 2     | 717 | 蔡宛宏 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 100 公尺蛙式  | 3     | 717 | 洪育涵 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 50 公尺蝶式   | 1     | 817 | 鄭安希 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 50 公尺蝶式   | 2     | 817 | 張若庭 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 50 公尺蝶式   | 3     | 817 | 傅承美 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 100 公尺自由式 | 1     | 717 | 蔡宛宏 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 100 公尺自由式 | 2     | 717 | 陳品蓉 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 100 公尺自由式 | 3     | 717 | 洪育涵 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 200 公尺自由式 | 2     | 717 | 陳品蓉 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 200 公尺自由式 | 3     | 817 | 傅承美 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 50 公尺蛙式   | 2     | 817 | 張若庭 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 50 公尺蛙式   | 3     | 717 | 葉玉琳 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 100 公尺蝶式  | 1     | 817 | 鄭安希 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 100 公尺蝶式  | 2     | 817 | 張若庭 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 100 公尺蝶式  | 3     | 817 | 秦柏道 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 50 公尺自由式  | 1     | 817 | 柯佳蓉 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 50 公尺自由式  | 3     | 717 | 陳品蓉 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 100 公尺仰式  | 1     | 817 | 秦柏道 |            |
| 游泳   | 國中女子組 | 100 公尺仰式  | 2     | 817 | 柯佳蓉 |            |

## 110 年全國原住民運動會「跆拳道項目」

| 比賽項目 | 組別、類別   | 主題、作品名稱  | 名次、獎項 | 班級         | 學生                | 指導老師              |
|------|---------|----------|-------|------------|-------------------|-------------------|
| 跆拳道  | 青少年男子個人 | 個人品勢     | 5     | 817        | 林晉緯               | 陳廖霞<br>任鳳儀<br>邱康宇 |
| 跆拳道  | 青少年男子個人 | 個人品勢     | 7     | 817        | 林晉銘               |                   |
| 跆拳道  | 青少年男女配對 | 男女配對     | 3     | 917        | 林尹馨<br>張詠盛        |                   |
| 跆拳道  | 青少年男子   | 男子團體     | 2     | 917<br>817 | 林晉凱<br>張詠盛<br>林晉緯 |                   |
| 跆拳道  | 青少年男子   | 51 公斤級對打 | 1     | 817        | 林晉緯               |                   |
| 跆拳道  | 青少年男子   | 48 公斤級對打 | 1     | 917        | 張詠盛               |                   |
| 跆拳道  | 青少年男子   | 68 公斤級對打 | 2     | 917        | 林峻竣               |                   |
| 跆拳道  | 青少年男子   | 63 公斤級對打 | 2     | 917        | 黃國祥               |                   |
| 跆拳道  | 青少年男子   | 78 公斤級對打 | 2     | 817        | 盧永熾               |                   |



# 看得多，感觸越多

## ——徐子芳議員

### 前言

俗話說：「薑是老的辣。」。有經驗的長輩往往能提供我們後代一些寶貴的建議，告訴我們一些他們曾走過得的一些冤枉路，避免我們重蹈覆轍。這次，我們得到了一個保貴的機會——訪談國風國中的校友，徐子芳議員。

### 轉念，是堅定的



徐子芳議員是一位充滿音樂天分的聲樂愛好者，因為看見社會底層的弱勢族群而轉念，毅然決然地朝著自己的夢想前進。為了服務與協助人民，她放棄自己喜愛的音樂投入公職。過程中有許多挫折，但她始終保持正向繼續前進。

### 被政治耽誤的歌手

30 年前的國風國中和現今的校園有許多不同。據徐議員的回憶——當時的國風有福利社，以及許多椰子樹林立，現今家政教室的地方原是教師宿舍，體育館也尚未建設。

議員就讀當時的音樂班（合唱班），由於平日讀書十分疲累，所以和同學下課時幾乎都在休息，有時也會一起練合唱。她當時的班導是位國文老師，雖然每天都打扮得都很時尚，但對於學生也十分嚴格，還被他們喻為「女神」。

就讀國風的期間，最令她深刻的是一次她擔任了合唱班小老師，並且代表國風國中榮獲第一名的殊榮，當下的她十分開心，因為除了得獎外，她還擔任了獨唱的位子。「唱歌」這項天賦在她現在的生活中還有些連結，像是工作跑活動時會唱歌，還被其他人開玩笑地稱為「被政治耽誤的歌手」。

### 幫助社會是我對自己的期許

徐議員於民國九十一加入婦聯會，她在花蓮婦女界十分活躍，也盡力為社會付出。婦聯會自宋美齡女士創辦至今已有六十九年歷史。當時是敬軍、愛軍、勞軍，全力做政府的後盾並發起興建軍宅、保護養女

指導老師：林太一、蘇怡臻 老師  
記者：邱楷哲、盧佳昀、何田田

運動、廣設牛奶供應站、開辦多種軍眷技藝研習班，加強其謀生技能，藉此提升婦女地位。而現今則轉為關懷弱勢，接軌國際，開創未來的目標。徐議員起初對自己的未來職業並沒有明確目標，但在她擔任婦聯會主委期間，看見了社會上有許多弱勢與需要幫助的人，因此她思考自己是否能幫助他們。

在 2014 年徐議員曾主持高中職學生就學補助金頒贈儀式，她希望藉由頒發補助金，能幫助清寒家庭解決子女的學費問題，讓他們繼續完成學業。她也鼓勵清寒學子們努力向學，將來有能力時也要為社會服務。隨著她看過的事情愈多，她想要為社會服務的意志更加堅定。之後她離開了婦聯會，開始參選公職。雖然她在第十九屆花蓮縣議員選舉落選，但後來也透過遞補宣誓就職，她也期許自己未來更加努力為社會服務。

### 享受助人的繁忙

徐議員之所以會接觸政治，和她的先生有些關聯。由於先生之前是市民代表，她一開始以類似秘書的身份在旁幫忙，後來到婦聯會工作，漸漸的開始接觸政治。

在她擔任議員的期間，雖然工作繁忙，且比國中日夜苦讀的日子更加忙碌，但她依然較喜歡現在的生活。幫助他人會使議員自己感到快樂，所以她一點也不會後悔選擇了政治這條路，並享受工作的忙碌。

熱愛助人的她，還因為想把孩子的英文教好，而創辦華盛頓學院，那裡會有一些戶外活動，有時還會舉辦一些特別的活動，像是一些戶外活動和如何用英文介紹花蓮。她還把自己的行為比喻成「為了喝一杯奶而開一個牧場」。

### 失敗是給予自己重新站起的機會

徐議員說：「培養挫折的復原力和學習轉念十分重要。」許多人在遇到問題時，選擇抱怨或逃避，但徐議員經沉澱思考，會專注於分析問題、自我檢討並思考解決之道。隨時以樂觀的態度看待事情能讓人更加快樂也能是生活更加多姿多采。

### 結尾

經過這次的訪談，我們收獲了許多。首先我們了解了國風國中 30 年前和今日校園樣貌的差異，像是以前有合唱班、合作社等。第二，國、高中時期或許會有些夢想，但之後遇到人生的轉捩點後也可能會有不一樣的體驗，像是原本讀會計的議員，後來也因先生的關係而開使接觸新的領域——政治。最後，如果遇到瓶頸，也不要輕易放棄，「培養挫折的復原力和學習轉念十分重要。」這是議員想要告訴我們的道理。

# 勇於在各方面挑戰——林怡君律師

指導老師：林太一、蘇怡臻 老師  
記者：姜妤蓁、歐陽翰

一頭流利的短髮，一副黑色圓框眼鏡，帶著自信的笑容。娓娓地道出兒時對未來的展望與期待。林怡君律師一字一句的闡述著對學生們的鼓勵與建議，過去的時光再度旋繞在心頭。

## 在國風國中的時光



「八年級露營時，老師帶領我們練習舞蹈，獲益良多」林怡君律師回想起 16 年前的經歷，臉上泛起笑容。她畢業於 95 年的國風國中，當時還沒有新校舍，只有老舊教學樓。在國中三年裡，令她最印象深刻的便是八年級的隔宿露營活動，此機

緣使她接觸了「舞蹈」這個新領域，從全班一起編曲到練習，她得到課業外的新知，同時也在嘗試新事物的過程中探索自我興趣。

除此之外，她還提及「國中是個儲備期」，一切經驗皆可在未來進行探討。正如學生時期所經歷的髮禁政策，當時她認為是個值得研究的議題，待到高中則正式進行探究。

## 從檢察官到律師

雖然現在的職業是律師，但在學生時期，林怡君律師原本夢想的職業實際上是檢察官。當時的日劇「HERO」是影響她的重要原因，劇中檢察官利用法律伸張正義的樣子深深的吸引著她。不過因為幾個原因，讓她選擇了與檢察官對立的職業，也就是律師。

首先是因為隨著年紀的增長，見識越來越豐富，她明白了伸張正義不只一種方法，她認為以什麼角度辦案不是重點，正確的調查每個案件才是真正的主軸。除此之外，就是因為檢察官的工作項目中有驗屍的部

分，林怡君律師對這個部分有點害怕，因此才選擇成為沒有這個工作程序的律師。當然，學校中的職業分享、其他地方獲得的資訊也是重要的原因之一。

## 律師的使命

身為律師的她平時主要接觸到的案件主要有民事案件、刑事案件以及行政案件。為了處理這些案件，她平常需要使用許多的法律知識，以及收集證據等。有時候還會進行法律知識的宣導，像林怡君律師就曾到國風國中進行宣導。她認為宣導正確的法律知識有一定的必要性，如果未來有涉及案件也可以知道怎麼正確回答警官的問題。也因為她職業的與其的關聯性，所以使她有去做這些事情的使命感。

## 秉持著「多方嘗試」的理念

「機會是留給準備好的人」林怡君律師自信的說。她認為具備能力的人才能擁有機會，因此平時應該涉略各領域，充實自我，方能於面對事件時，使用相應能力。而她自身在學習方面也並未鬆懈，除了專業外，在醫療、工程等部分也有所接觸。她始終相信「人生應該要擁有目標」，若是無所事事，停滯不前，那生活將會失去意義。

## 對學弟妹們的鼓勵和建議

林怡君律師對國風的學弟妹們想要提供一些建議，她認為在現階段學生們可以進行多方面的嘗試，多多在各領域進行學習。在高中或是大學階段再從已習得的知識中選擇真正想要選擇的道路。如果是想選擇律師這個路線，也可以努力的充實自己，因為在工作過程中其實會運用到非常多方面的知識。因此可以試著涉略各種領域，讓自己在面對不同挑戰時也能游刃有餘。除了這些她也提到，在大學時可以利用輔修或雙主修的方式來讓自己能接觸到更多不同的知識。不要覺得學習到的東西沒有用，只要在適合的時候正確的使用，就能發揮出更勝以往的價值。





## 教育盈滿心——鍾蕙仔校長

指導老師：林太一、蘇怡臻 老師  
記者：姜妤蓁、歐陽翰

一頭蓬鬆的捲髮，柔和的女聲緩緩地述說陳年往事，偶爾露出的神情像是回到了從前，每一句裡的故事都透露出著她對教育的熱情。

### 熱情實現教育夢， 人生以服務為目的



鍾蕙仔校長於民國 73 年從國風國中畢業，正值第 14 屆的國風國中。校長見到了好久不見的校園，她心中滿是懷念，當年的國風國中，就屬這樣宜人的風景最令她印象深刻。校長說國風國中由於興建了新校舍，設備變得更加完善，

整齊的校園看起來清爽多了。

在校長的記憶中，當時的老師十分嚴格，很在意學生的紀律和禮節，更以學業為重。而最令她印象深刻的是班導師孫元貞，孫老師向來十分照顧學生，他做為數學老師，他全心全意地維持著班級的讀書環境，使校長在學業方面培養了至關重要的基礎，亦為日後的教育夢想，深植了不可或缺的熱情。

鍾校長由於國中時期對於文科的接觸，使她嚮往成為一名老師，在她眼裡，教育如同生活，幫助學生即是她最大的樂趣，鼓勵學生向上、給予信心並協助進步，對她而言皆是一份喜悅。

### 實現自己的夢想，很美

從小就夢想當老師的校長，在一開始當了六年的代理老師後，考上了幼稚園教師，分發玉里國小附幼。

取得國小教師資格後，在宜昌國小服務了 17 年，當過導師、組長、分校主任及總務主任，到現在已經先後擔任過三民國小、西富國小、秀林國小等三所學校的校長了。

實現夢想的她，也希望在未來可以多多接觸自然；把工作當樂趣的她，希望在未來可以多陪陪家人。她教導我們一個道理：「經驗，不是白費的。」常說，學習是為了自己，但是很多人並不是，從這句話我們可以學到，現在學的東西未來會不會派上用場，無從得知，若需要使用的時候，機會就來了。

### 耕耘不一定有收穫， 但是不耕耘絕對不會有收穫

鍾校長多年的教書生涯中遇到了許多困難，例如經費問題，她需要到處爭取經費來修繕校園、改善環境，即使面對困難，她都會一一克服。因為她一直保持著一個理念：「耕耘不一定有收穫，但是不耕耘絕對不會有收穫。」，她相信天下沒有白吃的午餐，沒有人可以不努力就有甜美的果實。

訪談過程中，聽到校長講的這句話，讓我不禁想起愛迪生曾經說過：「天才是一分的靈感加上九十九分的汗水。」這句話：後天的勤奮努力佔了百分之九十九，成功中運氣和資質卻只佔了百分之一。每個人在運氣不好或覺得自己資質不好時，其實不用抱怨，因為成功的人，往往都是那個最努力、最認真的人。

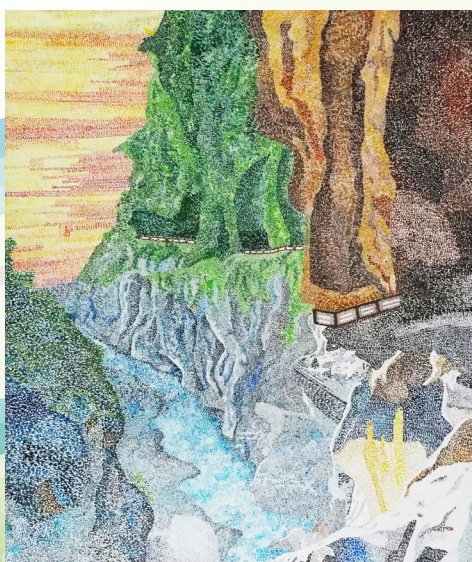
現在經過的點點滴滴，並不曉得為什麼會發生，但是在未來的某一天，回頭一看時，就會發現，這些都是促成我們成長的經歷。或許，我們現在的夢想不一定會實現，也有可能會在成長的過程中改變，但是這些並沒有關係，因為這些都是促使我們成長的經歷。在實現夢想的過程中，有許多的事情是必須要走過的，就算路途很漫長，也沒有關係。







# 全國學生美術比賽得獎作品



- ① Help me  
818 杜微庭 (版畫佳作)
- ② Stopping the global warming  
818 林靖庭 (平面設計佳作)
- ③ 峽谷風情  
918 陳仕均 (西畫佳作)
- ④ Earth mother is crying  
918 張巧琳 (平面設計佳作)
- ⑤ 海洋狂想曲  
818 黃品微 (西畫類佳作)

|   |   |
|---|---|
| 1 | 4 |
| 2 | 5 |
| 3 |   |