

國語日報

寂寞感影響身心 6版
恐導致憂鬱症、認知衰退、中風

AIT、國語日報社交流 14版
小記者即席採訪 臨場反應佳

危險角落藏童話故事 16版
三代攜手彩繪校園防撞護條

閱讀報紙
充實我的學習生活
送報到山巔

<http://donate.mdnkids.com/>
衛部教字第1081360613號

今日特價 10元

財團法人國語日報社發行
董事長兼社長/蔣竹君

社址/10078臺北市中正區福州街2號
網址<http://www.mdnkids.com>

訂報 (02)2341-2448
總機 (02)2392-1133

青少年脊椎側彎 每50名有1人

根據統計，每五十名青少年中，就有一名就有脊椎側彎問題。醫師表示，脊椎側彎有時並非姿勢不良導致，八成是自發性病變；脊椎側彎除了外觀不好看，情況嚴重可能影響心肺功能。如果家長發現孩子有高低肩、腰部不對稱或背部異常凸起，都應提高警覺，儘早就醫。

臺北醫學大學附設醫院昨天召開記者會，出席的十六歲徐姓女學生，三年前發現肩胛骨凸出，就醫檢查確認是脊椎側彎，角度達三十度，去年十二月到北醫附醫就診時角度已達四十三度，後來動手術治療後治癒，還長高六公分。

收治病患的臺北醫學大學附設醫院副院長、脊椎骨科

主治醫師黃聰仁表示，脊椎側彎發生率約為百分之二十，其中，自發性脊椎側彎占八成，病人年齡層大多為十歲到十八歲的青春學期學生，女性則比男性多四倍到六倍，原因至今未解，推測和體質、家族史等方面有關。

黃聰仁強調，脊椎側彎初期不會有身體上的不適，患者大多是健康檢查、游泳或洗澡時，才發現脊椎形狀異常。許多家長會尋求推拿、整骨等民俗療法治療，但這些方法只能增加身體柔軟度，對於矯正脊椎側彎沒有顯著療效，最好趁孩子發育完成前儘早治療。

黃聰仁說，脊椎側彎從外觀上看，不一定準確，而是要請病患照X光片，以計算脊椎側彎

英國會禁無協議脫歐

英國國會在當地時間九月四日通過法案，禁止英國無協議脫歐。該法案要求英國政府必須在十月下旬前，和歐盟取得新的脫歐協議，或是獲得國會同意無協議脫歐，否則就必須向歐盟申請，將英國脫歐日期延至明年一月三十一日。力主脫歐的首相強森則提出解散國會、提前大選因應，但未獲得三分之二國會議員同意，遭到否決。

強森在上任之初即提出國會休會計畫，使得英國很可能走向無協議脫歐。不過，不少議員對此感到憂心，因而聯手通過無協議脫歐禁令，當中也包括執政黨保守黨議員。圖為強森九月四日在國會接受質詢的情形。

文/何靜茹 圖/美聯社



柯氏 (Cobb's) 角度，基本上不需要特別治療，但要持續追蹤；側彎角度在二十度到四十度者，建議採用背架治療；角度達到四十度以上者，才需要考慮是否採用手術矯正。

趁著佳節 向師長親友獻上芬芳的祝福吧

讀好報增素養 送好皂傳心意

國語日報半年 優惠價 1900元 (原價2350元) 現省450元

+ 『洋甘菊燕麥蜂蜜皂、日月潭紅茶皂』 2入手工皂 每個重量:100公克(+/-10%)

獨家加贈 文青風帆布提袋

國語日報 小馬少棒、青棒賽 中華隊

訂報專線：(02)23412448 或「國語日報社」官網訂閱

新聞聯絡 傳真 (02) 2341-0203 信箱 newsbox@mdnkids.com

把演講比賽當冒險

文 / 冀劍制 (華梵大學哲學系教授) 圖 / 黃秋萱



推理偵探社

如果比賽都變成有趣的冒險遊戲，你會更願意參加嗎？

小光大冒險 ③



比演項目影響參與度

普老師繼續跟大家討論有趣的問題，「下個月有個演講比賽，贏的人有獎品，輸的人沒有處罰。誰

要參加？」

結果沒人參加。

普老師故意露出疑惑的神情說：「奇怪，為什麼會這樣呢？看誰能用一隻腳站最久的比賽和演講比賽都是有獎品、沒處罰，條件都一樣，為什麼差這麼多？」

小威說：「因為演講比賽很可怕！」

阿珍說：「因為演講比賽輸了很丟臉。」

小光說：「因為演講比賽很難！」

小花說：「因為演講比賽要面對很多人。」

普老師問：「為什麼看誰能用一隻腳站最久的比賽就不可怕？輸了就不丟臉？何況一隻腳站著可不容易，也要面對很多人哪！」

大家你看我、我你看你，也都覺得很奇怪。「對呀！為什麼會這樣呢？」

思考不想參加的理由

阿珍舉手：「是不是因為演講比賽感覺很正式，要很厲害才能參加」

全班同學都要參加比賽，大家玩得很開心。這次又是小光獲勝。小威第二名，他撐到站不穩跌倒時，很酸的說：「贏的人是獨『腳』仙。」小花聽到後，批評小威沒有運動家精神。

當普老師講完「我思故我在」的真理後，發現大家都頭腦昏昏，就提議玩遊戲讓身體動一動，「我們來比賽誰可以用一隻腳站最久？贏的人有獎品，輸的人沒有處罰。誰要參加？」

所以如果不厲害就會很丟臉？」

普老師說阿珍分析得很好，又問：「會覺得丟臉，是因為覺得表現不好會被別人看不起嗎？」

阿珍想了想，覺得是這樣沒錯。同學也覺得是這樣。小光說：「對呀！因為參加誰能用一隻腳站最久的比賽，就算是最後一名也不會被看不起，所以不用擔心，只要好玩就好了。」

普老師又問：「如果有人演講比賽表現不好，你們誰會看不起他呢？」

大家又你看我、我你看你

既然你們都不會看不起演講比賽表現不好的人，為什麼會擔心自己表現不好，被別人看不起呢？」

「對呀！好奇怪！為什麼會這樣呢？」小光想了一下，「如果把演講比賽當成冒險遊戲來玩，是不是就跟誰能用一隻腳站最久的比賽一樣有趣了呢？」

普老師笑說：「既然你們都不會看不起演講比賽表現不好的人，為什麼會擔心自己表現不好，被別人看不起呢？」

「對呀！好奇怪！為什麼會這樣呢？」小光想了一下，「如果把演講比賽當成冒險遊戲來玩，是不是就跟誰能用一隻腳站最久的比賽一樣有趣了呢？」

如果所有的比賽都和單腳站遊戲一樣好玩，那該有多好哇。

我會緊張，但遊戲就不會！



普老師說：「既然你們都不會看不起演講比賽表現不好的人，為什麼會擔心自己表現不好，被別人看不起呢？」

「對呀！好奇怪！為什麼會這樣呢？」小光想了一下，「如果把演講比賽當成冒險遊戲來玩，是不是就跟誰能用一隻腳站最久的比賽一樣有趣了呢？」

普老師說：「既然你們都不會看不起演講比賽表現不好的人，為什麼會擔心自己表現不好，被別人看不起呢？」

「對呀！好奇怪！為什麼會這樣呢？」小光想了一下，「如果把演講比賽當成冒險遊戲來玩，是不是就跟誰能用一隻腳站最久的比賽一樣有趣了呢？」

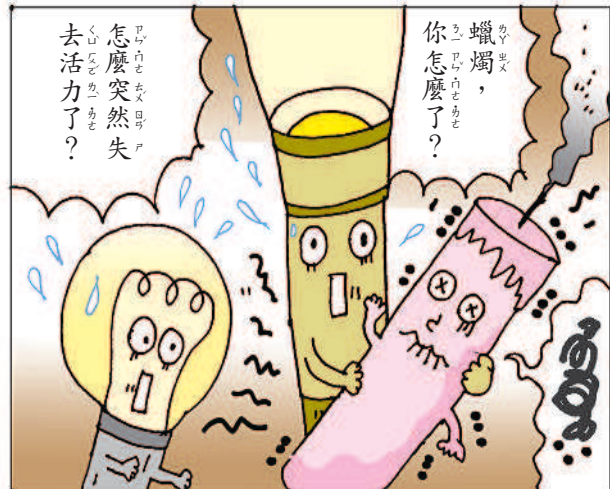
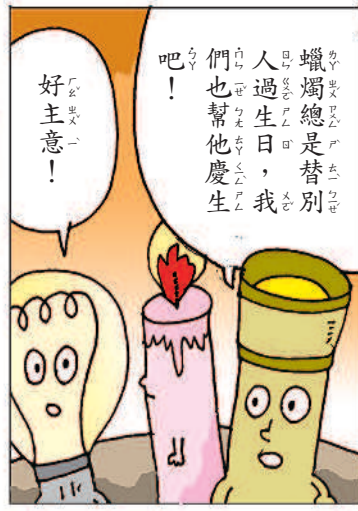
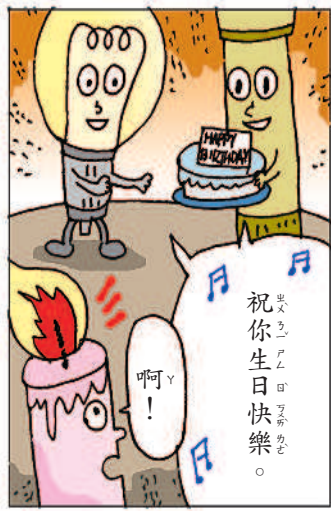


單腳站好困難哪！

哲學一點通

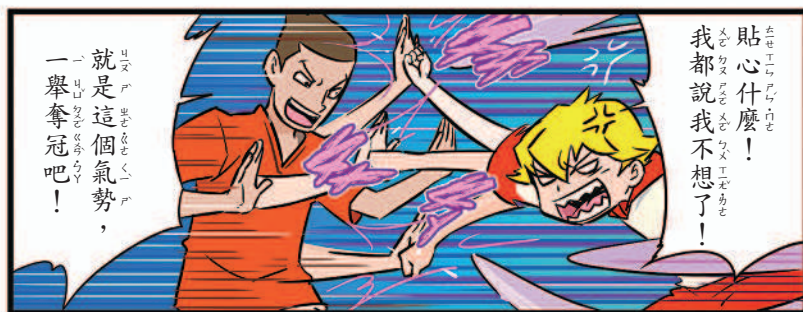
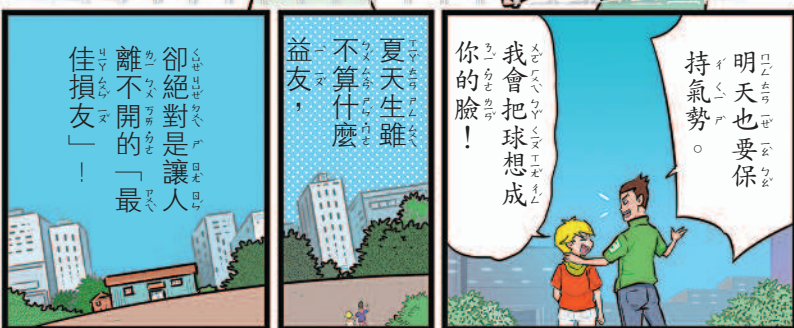
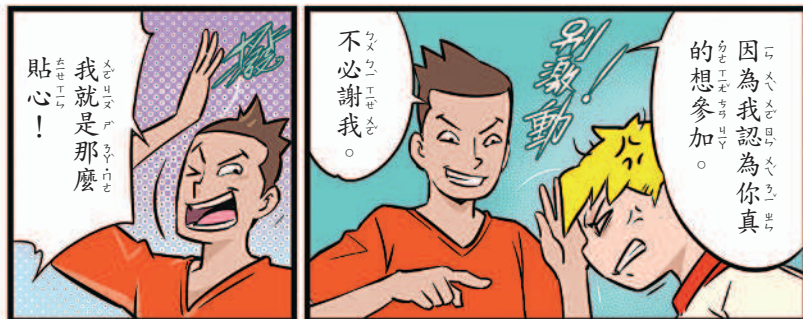
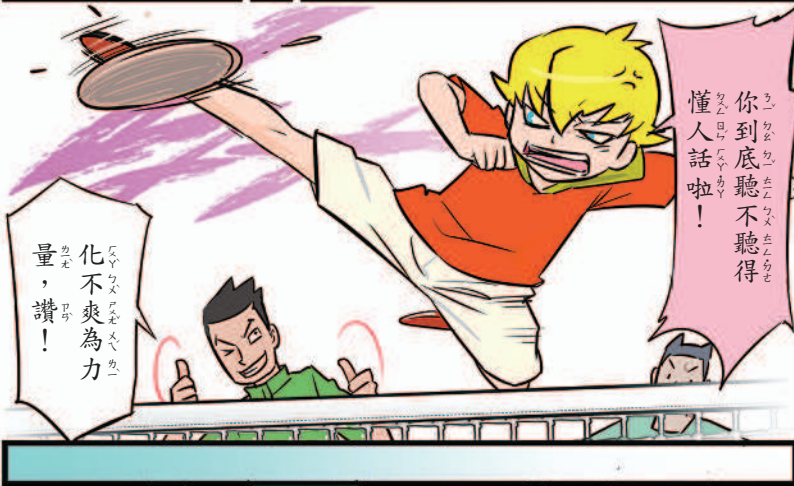
Q 為什麼一隻腳站最久的比賽很好玩，演講比賽卻很可怕？下面哪個（或哪些）解答比較合理？除了這些解答，還有沒有更好的解答？

- A** 1 因為演講比賽要花比較多時間準備。
 - 2 因為我們對演講比賽有錯誤的認知。
 - 3 因為演講比賽時間比較長。
 - 4 因為演講比賽不是在玩遊戲。
- Q** 參加比賽時都會很緊張，害怕表現不好。為什麼會這樣呢？而且越緊張表現就越差，該怎麼辦？
- A** 害怕表現不好或是比賽前會緊張，都是人的天性，每個人都會，所以不用在意。緊張不是自己可以控制的，所以也不用設法去控制它，專心面對比賽就好了。但如果常常參加比賽，經驗多了，就會越來越不緊張。



慶生悲劇

編繪 / 弗列斯特



「冒險小子阿德」連載告一段落。明天起，一連六天強檔漫畫「芽Rebirth II」，千萬別錯過！

主編 林育正 漫畫版: edit6@mdnkids.com, 歡迎國小到高中學生四格彩色漫畫投稿, 來稿作品須為原創, 請勿抄襲。投稿三週內若未通知, 請自行處理。

布朗博士的
腦科學世界
Dr. Brown
謝伯讓專欄
每月第一週週五刊出

寂寞感影響身心

寂寞感是什麼？簡單來說，就是感到孤單、失落。這種心理感受和缺乏社交連結有關，例如社交孤立、獨居，都容易產生寂寞感。

美國研究發現，現代人的寂寞感可能越來越重。數據顯示，與一九八五年的受試者相比，二〇〇四年有多出三倍的人認為自己沒有親密的知己；感到寂寞的成年人口數，則占了總人口的七到十個百分比。

寂寞是社交鬧鐘

許多人在社交孤立時容易感到寂寞，但為什麼會導致寂寞感？寂寞感不是有什麼功能？

寂寞感讓人想回歸社群，間接降低了落單帶來的風險。



落單時比較容易遭遇危險、孤立無援。



越來越多的證據顯示，寂寞感和各種心理、生理疾病相關，包含憂鬱症、認知衰退、心臟病、中風，及較高的死亡率。

芝加哥大學的神經科學家卡西歐波認為，寂寞具有演化上的功能。當一個人被社群排擠時，也就失去了群體保護，比較容易受到敵人攻擊，因而會感到不安。

寂寞的痛楚感受，可以激起和他人連結的欲望，幫助人們重新連結社群。從這個角度來看，社交孤立而產生寂寞感，可以說是有助生存的機制。

但寂寞感既然是一種面對逆境的狀態，自然也會帶來負面的生理和心理影響。

如果順利找到方法與社群重新連結，寂寞感所引發的身心變化就會回復；但如果與社群連結不順利，人們可能會因為一直處於高壓狀態，導致更嚴重的身心疾病。

年齡使寂寞有別

多項研究發現，最常感到寂寞的兩個族群，是二十五到三十歲以下的青少年，以及六十五到八十歲以上的老年人。

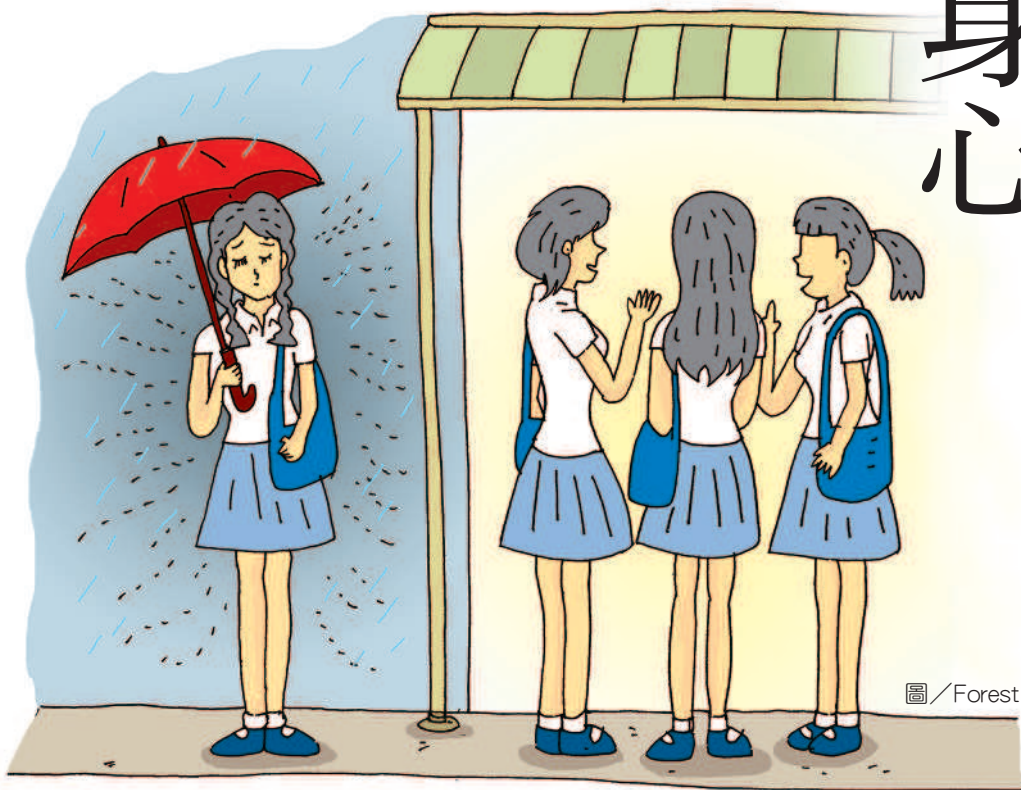


圖 / Forest

請時，會認為自己被排擠；而收到邀請時，卻又認為這只是人人都會收到禮貌性邀請。

許多孩童因為在同儕關係中感到寂寞，因此受到霸凌，導致同儕關係進一步落入惡性循環。

老年人的寂寞感通常和生命中的重大事件有關，例如失去伴侶、健康惡化，或缺乏家人關愛。

銀髮團體抗寂寞

目前已知老年人對抗寂寞感最有效的方式之一，就是認知行為療法。我們可以請感到寂寞的老年人組成團體，討論、撰寫與實際關係有關的文章，醫療人員再從中引導改變負面想法。美國西維吉尼亞大學的研究團隊就藉此成功改善受試者的寂寞感。

至於孩童的寂寞感目前仍然沒有有效療法，只能期待未來的研究能對此深入檢視，找出適合孩童的寂寞對應之道。



中秋月圓 童話連篇

文 / 施養慧 圖 / 魏羽桐

貓城之月 二之一



小貓走路沒有聲音，月光移動也沒有聲音……

阿泥從小就喜歡貓，他喜歡小貓走路沒有聲音，也喜歡聽小貓喵喵叫，喜歡不講理的貓、睡貓……還有患了憂鬱症的貓，只要是貓他都喜歡。

阿泥也喜歡月亮，不管是上弦月、下弦月，滿月還是殘月，他都喜歡。

在一個滿月的夜晚，阿泥已經入睡。月光悄悄走向他的床邊，緩緩融入他的胸口，像是從天上滴落的奶油，一滴一滴滲進他的心湖，盪出一圈又一圈的漣漪。

突然，「喵」的一聲，一隻黃白相間的小貓從他的心湖蹣跚了出來。

貓咪坐在床沿，舔著身上殘留的月光。

阿泥從夢中醒來，看著小貓問：「你迷路了嗎？小貓咪，你好像小花呵。」

小花是阿泥青梅竹馬的玩伴，前年就搬家了。阿泥記得，在一個春天的花園裡，撲蝴蝶的小花，跟著蝴蝶一會兒往東，一會兒往西，辮子上的黃色

蝴蝶結也跟著翩翩起舞。

阿泥看著看著，覺得小花就是蝴蝶，蝴蝶就是小花。

他留住了心動的一刻。

阿泥不知道自己有沒有魔法，可以把心動的一刻留在心裡，握在手裡。他把「撲蝴蝶的小花」變成了眼前的貓咪；真正的小花，還好端端的在她家裡。

簡單來說，阿泥的眼睛是最新型的數位相機，他的心房是3D印表機，滿月的月光則是「生物墨水」。

在他心動時刻，眼球會自動按下快門，將畫面存檔在心房裡。滿月的月光不僅是開啟檔案的密碼，還是結合靈性與幹細胞的生物墨水，將阿泥的眼球照片，列印出一隻活生生的貓咪來。

過程很繁複，阿泥不懂，但阿泥做到了。

「小貓咪，你也喜歡撲蝴蝶嗎？」阿泥把小貓捧在掌中說。

「喵！」小貓看著牆上的月光，躍下阿泥的掌心、跳下床，走近月光，走入牆裡。

「等等！」阿泥伸手一抓，跟著擠進牆中。

貓城

阿泥跟著小貓來到一座靜謐的

古城，光滑的石壁撫平他的不安，沁涼的空氣讓他興起散步的念頭。他在城裡溜達，覺得一切是那麽的美好。

「喵！」小貓咪過來蹭了蹭他的腳。

「怎麼越看你越像小花？就叫你小花貓吧！」阿泥抱著小花貓，一起坐在石階上，看了一晚上的月亮……

下次月圓時分，又有兩隻貓咪從阿泥的胸口蹦出來，那天他睡得很熟，當他聽到貓叫聲，小貓已經不見了。

當天的月光照在桌上，像展示櫃裡的白玉盤，盤中端坐著一個貓影子。

阿泥才伸手一碰，就又回到了貓城。

隨著一次次的月圓，一次次的重返，阿泥看著越來越多的貓咪，每一隻都似曾相識，每一隻都像極了他喜歡的人。

雖然他不知道這一切是怎麼發生的，但是他輕易的就可以叫出牠們的名字：小花、大姐、秀娟……

貓城

阿泥跟著小貓來到一座靜謐的



找鈴鐺

◎蘇善

貓兒拖地
追著晨光
滑向閃亮的海洋
忽然跳到沙發上
假裝誰又賴床

貓兒在拖地
盯住一隊螞蟻貼著牆
扛起餅乾碎屑
晾上蜘蛛網
其實是越幫越忙

貓兒認真拖地
撿了棒棒糖
還撿了變形金剛
希望嚇跑的老鼠沒受傷
也許踩死一隻蟑螂

貓兒喜歡拖地
最討厭碰到口水和鼻涕
只好拜託機器人
掃來掃去
順便找找掉在夢裡的鈴鐺





夜市探奇

周品葳 · 新北市樹林區樹林國小二年一班

今天放學後，媽媽帶我和弟弟去逛夜市。這是我們最開心的時刻。讓我們兩個「夜市小達人」，向大家介紹樹林地區獨樹一幟的「興仁花園夜市」。

興仁花園夜市裡，燈火通明，人潮擁擠，非常熱鬧。最特別的，就是一動一靜的「遊藝」，「力彈跳人」遊戲，只不一會兒功夫，我整個人就彈飛到半空中，滿場都聽得到我的尖叫聲。不可錯過的遊戲還有打彈珠，今天的遊藝還有打彈珠，今天

我很幸運的換到角落生物玩偶，讓我愛不釋手。每回到興仁花園夜市，我必定會買「三十公分超高炸薯條」，它是很受歡迎的小吃，攤位前經常大排長龍。還有鮮甜多汁的清蒸蛤蜊，配上一杯冰冰涼涼的冬瓜茶，真是人間美味！

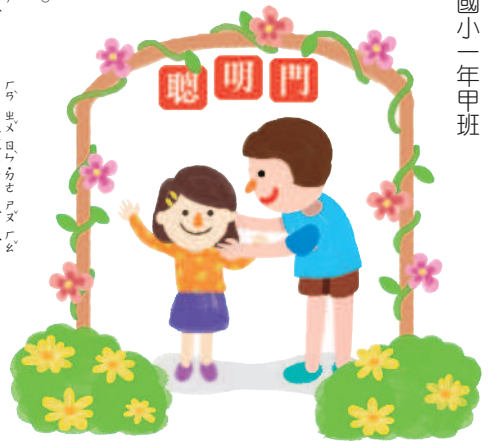
我覺得生長在臺灣很幸福，因為各地都有夜市，每個夜市都有得吃又有得玩，處處充滿驚奇。



逛夜市 陳品瑜 · 嘉義縣新港國小三年乙班

溫馨開學日

徐婧 · 苗栗縣東興國小一年甲班



前幾天是我到國小報到的日子，一早，哥哥和我一起去學校。今年的年級新生只有我一個人，我卻不孤單呵。

走進乾淨的教室，我看到老師對我微笑，朝會結束後，校長和老師牽著我的手走上「勇敢橋」，校長和主任的手好溫暖。勇敢橋的另一端，站著二年級到六年級介紹一個才剛轉學來的五年級哥哥。轉學生哥哥看起來很緊張，我能

又開心。當我勇敢走過獨木橋，聽到用力為我鼓掌的掌聲，接著大家陪我走過「聰明門」和「勤學門」，並開心的在學校的多肉植物區旁拍下大合照。

開學典禮時，校長向大家介紹兩位新老師，我覺得老師很漂亮。接著，校長介紹一個才剛轉學來的五年級哥哥。轉學生哥哥看起來很緊張，我能

了解他的心情，我想，我和他一定會相處得很好。校長告訴全校小朋友，希望他們像家人一樣照顧轉學生哥哥和我，幫助我們早日融入東興大家庭。我聽了心裡暖暖的。

最後，全校小朋友一起宣讀「我是好寶寶」誓詞，也記下校長對大家的開學勉勵：「東興人要說好話，做好事，存好心。」那一天，我迫不及待想回家告訴爸爸上小學的快樂滋味。

空軍基地看飛機

薛智謙 · 新竹市虎林國小四年忠班

我家在新竹市香山區，這裡有一座空軍基地，住在附近的人常可以聽到飛機飛行的聲音，有時候是「轟——」，有時候是「咻——」，感覺很壯觀。

小時候，爸爸媽媽曾經帶我去空軍基地看飛機，停機坪上有各種造型不同，顏色也不相同的飛機，每一架都很酷。當它們向前慢慢飛行，輪胎逐漸離開地面，平穩的升空時，我的心情也隨著激昂了起來，目不轉睛的盯著它們表演低空桶滾、鑽升、倒飛等各項特技，害怕一眨眼就錯過任何精彩畫面。

有時候，這些飛機會排成整齊的隊伍，再一架接一架起飛，它們彷彿訓練有素的儀隊，井然有序的飛向天際，隊形連轉彎時也不會變亂呢！

我喜歡去空軍基地看飛機，感受飛機啟動時威風十足，轟隆隆引擎聲，在藍天翱翔時的奔騰氣勢，讓我心中充滿凌雲壯志。

熱門話題 各位同學好，我叫……

閨秀變米血

朱洛嫻 彰化縣鹿港國小四年乙班

我的名字是爺爺幫我取的，用意是希望我成為遠近馳「名」的「閨」雅閨秀，又因為算命師說我命中缺水，所以在「名」字左邊加上三點水，避免我在人生路途上乾涸枯萎，外表還可以水噹噹。

但我這個大家閨秀級的美麗名字，卻因諧音被稍稍破壞了氣質：大姐老是我叫我「閒閒沒事做」，最慘的是我吃米血的時候，突然被二姐戲稱「煮米血」，真叫我哭笑不得！

夏日郵輪夢

葉佩妤·苗栗縣公館國小六年一班

今年暑假，我的夏日郵輪夢正式起航。

第一次搭乘太陽公主號郵輪，我感到既新鮮又好玩。當我一腳踩進兩個足球場大的甲板時，整個人彷彿掉入萬花筒般的夢境裡。

在五天四夜沖繩、奄美島和宮古島的航程中，我盡情享受船上的奢

華設施和異國料理。其中，里鎮西餐廳裡

的康瓦爾烤雞、公主美味牛肉堡、蒜香干貝和鮮蝦是我的最愛。另外

公主劇院、星空電影院、露天泳池和兒童探險營，是我一再拜訪的地方。

一家人在滿天星斗的陪伴下，吹著鹹鹹的海風，一起優閒度假，心中真有說不出的快樂。

毛遂自荐

涂宇安·高雄市大社區大社國小六年四班

記得媽媽告訴過我，如果我有想為同學服務的熱忱，但在幹部提名的過程中沒人推舉，該怎麼突圍，那就是——「毛遂自荐」，自己提名自己，不必擔心同學異樣的眼光，要用堅定的態度及誠懇的心去打動別人，展現「我願意」的決心。

我雖然有心，但每每到了關鍵時刻，卻又裹足不前，等幹部產生後

，期待又落空，心情總會沮喪好一陣子。

其實媽媽說得很對，我不能怪同學不知道我的好，而是要自我反省，沒讓人看見我的熱情。別老是自怨自艾，認為機會不來敲門，也許同學尚未發現我是個熱血少年。

新學期剛開始，我期待這次能夠勇敢一些，大聲說出：「選我！選我！」

極短篇

第一次演布袋戲

林芷亭·嘉義縣月眉國小六年乙班

第一次演布袋戲，感覺很新奇。之前廟會演出布袋戲，我都是在臺下當觀眾，只感受到熱鬧的氣氛；這次換我在臺上表演，心裡十分緊張。

要將戲偶操控得活靈活現其實不簡單，除了雙手要靈活外，口齒也要清晰。這次的演出經驗，讓我更加佩服戲偶師傅，也希望這項傳統藝術能繼續流傳。



水上咖啡屋 陳亮瑾·嘉義市志航國小六年四班

五色鳥

楊子儀
臺北市士林區雨農國小六年四班



你是否拜訪過芝山岩？芝山岩除了有欣欣向榮的綠樹外，還有五花八門的生物，如盾蝟牛、赤腹松鼠、馬陸，以及各式各樣的鳥類。有體態優雅修長、羽色潔白的小白鷺；有黑藍色羽毛，尾

巴長又分叉的家燕；前額至頭頂為純黑色而富有光澤，兩眼上方至後腦為白色的白頭翁；翅膀和尾部羽毛泛綠光的綠繡眼，以及身穿彩衣的五色鳥。在這麼多鳥類中，我最喜歡俗稱「花仔和尚」的五色鳥。

五色鳥在雛鳥和幼鳥階段一點都不起眼，等到鳥寶長大成鳥，毛色會呈翠綠色，頭部則為藍色，點綴著紅、黃、黑，是「女大十八變」的最佳寫照，令人驚豔。

除了外表美麗可愛外，

人類應該要多向五色鳥學習，對伴侶忠貞，珍惜身邊的愛和親情；不要浪費多餘的東西，保護生態。當然，我們也要保護可愛的五色鳥，不捕捉、不購買、不飼養，希望以後的子子孫孫都能看見牠們美麗的情影。

環保姑婆

周昱參·彰化縣鹿港國小六年乙班

姑婆開了一家金紙店，她把親朋好友購物用的塑膠袋和紙袋收集起來，分大小放好；有客人來買東西時，再用這些袋子裝金紙給客人，這樣的環保行為讓我很佩服。

另外，她聽我提起學校在提倡「減塑活動」，就把包金紙的包裝紙做成裝線香的袋子給顧客，這樣一來就可以減少塑膠袋的使用。有這麼一位力行環保生活的姑婆，我覺得好光榮。

新專欄
永恒的歷史

大稻埕與〈南街殷賑〉

文·攝影 / 張哲維

過往記憶如何成為永恆？文史工作者張哲維將在本專欄中，透過圖像作品，帶青少年探索臺灣歷史深厚的文化內涵。

中元節午後，我帶上一張〈南街殷賑〉的明信片前去大稻埕。

〈南街殷賑〉是畫家郭雪湖的作品，成長於大稻埕的他，曾以中元時節住家附近繁華的市街為主題，繪製了這幅畫面豐富、色彩繽紛的畫作。昔日的大稻埕範圍甚廣，以霞海城隍廟為核心的「南街」，自古以來便是此區最為活躍的地方。

走出北門站的捷運車廂，望見月臺的站名補上了「大稻埕南」四字，南街

的意義經過百餘年的時光輪轉，始終固著在這塊土地上的記憶裡，難以抹去，也不該被忘記。

走出捷運站，一路向北，塔城街的景色早已不如以往，卻彷彿時光機般，引領我步入那最深層古老的城市記憶中。不過，甫入迪化街最先被觸動的，並非雙眼所見的景象，而是那陳舊中帶點清香的中药材味；接著，視線才在嗅覺的餘韻下逐漸清晰。

較狹小的街道、兩旁以紅磚與石材搭建的兩層樓房，形構出不同於都市的獨特氛圍，大抵保留了過往的空間紋理。然而，同樣是中元節，這條商店街顯然不如〈南街殷賑〉裡那般熱鬧，反而稍嫌冷清、寂寥。

我繼續向前漫步，經過永樂市場，便是霞海城隍廟，即畫中右下角那座小廟。

我繼續向前漫步，經過永樂市場，便是霞海城隍廟，即畫中右下角那座小廟。

「就是這裡了……」我自語著，站好定點，將荷包中的明信片掏出來，舉至眼前，試圖將畫中景色對上當今的街道。

書裡的大稻埕，建築高聳、招牌林立，若從目前僅存的街屋來看，此圖實為郭雪湖刻意誇飾而成的景致。小小的人兒穿梭在

受如今只成我手中一張明信片，仍舊生動、迷人。我看了看明信片，再次望向眼前街景，城隍廟猶存，一旁矮房卻已改建為高樓，廟前也少了那源源不絕的人潮，以及因中元特賣而匯聚的蓬勃生氣。今非昔比，究竟是後代之人無力保留，還是逝者本將如流水般，無法挽回？

我收起明信片緩步離去，濃濃的中藥材味依然縈繞身旁，牽引出臺灣歷史的苦澀，與淡淡的甘甜。

幅如夢般的圖畫？我想起明信片緩步離去，濃濃的中藥材味依然縈繞身旁，牽引出臺灣歷史的苦澀，與淡淡的甘甜。



▲〈南街殷賑〉與現今街景對照。



▲迪化街



最好的選擇

文 / 琴涵

你常面臨選擇嗎？你能不能做出最好的選擇？所謂最好的選擇，應該就是智慧的选择吧！

小小的選擇。選擇，關係著我們未來的發展，有時事關重大，一時間有所躊躇，也會令我們遲疑不決。

猶豫難免，但不宜太過。我曾經看過那老是反覆覆的人，最後他選擇了「後悔」，因為他總以為那個沒選上的才可能是最高明的。老是這樣，會不

會也意味他欠缺果斷，甚至不夠成熟？

人生有很多岔路，每走

到一個岔路口，我們就要暫時停下腳步，仔細思考，做一次選擇。當然，謹慎有必要。但只要方向正確，抉擇也就不至於太過離題。大致都在軌道上，沒有偏頗，已算是幸運的了。

的確，在人生的長途裡，我們常需要做各種大大

要選這，還是選那？

至不夠成熟？

有些人就是愛後悔，不

定，必然是比較高明的。

就看看怎樣全力以赴了。

世界博物館巡禮

展現多元種族藝術融合

馬來西亞國家美術館

文·圖片提供 / 謝鎮逸

對於種族多元的國家而言，不同身分、語言、文化之間的差異與共存，需要歷經長時間的磨合。馬來西亞在戰後立國境，作為唯一的國立美術館，馬來西亞國家美術館究竟該如何訴說自己的藝術史？

馬來西亞以前叫「馬來亞」，一九五七年從英國殖民政府獨立建國後，隔年就成立「國家畫廊」，作為本地藝術與工藝品的典藏與保存

陣地。

出於文化政策及藝術跨領域的思考，直到二〇一一年才易名為「國家視覺藝術館」；二〇一七年又再度正名

為「馬來西亞國家美術館」。

由此可見，在不同年代的思維底下，館方對自身定位的逐



庭往上攀升的螺旋狀坡道，都有強烈的幾何風格。

除了館名更動之外，場館也歷經兩次搬遷；一開始在國父禮堂，中期在閒置飯店，現在則位於專門設計落成的新館。新館外觀呈A字形，滿是鏡面的屋頂和中

鐘泗濱

〈熱帶風情〉

在二十世紀初期，不少中國知識分子南下馬來亞發展事業。二戰前，就有中國畫家在新馬地區舉辦畫展，可見當時已有華僑在進行藝術交流活動。

這群畫家不但有良好的中華傳統藝術底蘊，對西洋畫也頗有掌握，不過取材方面傾向於在地化色彩及意象，也發展成為「南洋水墨」風格的濫觴。

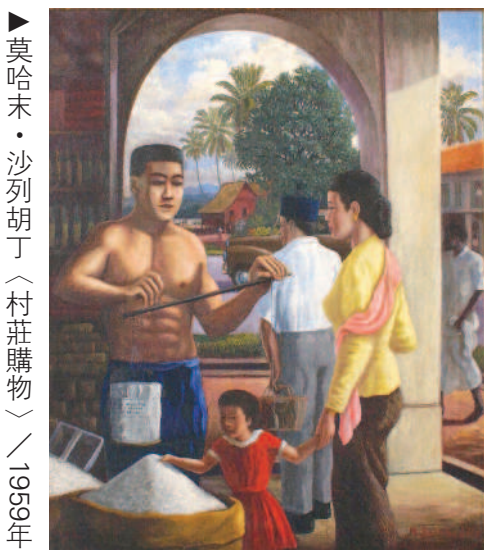
當時，國家政府開始重視各族文化之間的和諧交融，當地華人雖然取得一定的政經地位，但水墨畫並沒有擴及華人以外的族群。主要的原因，是當時水墨大多仍為

花鳥、山水等傳統題材，與馬來亞生活並無直接關聯。

在這種時代氛圍下，將傳統中國式水墨融合馬來亞在地題材的藝術思潮開始醞釀。

鐘泗濱來自福建廈門，旅居並任教於當時仍屬於英殖民地馬來亞的新加坡。到過峇里島和婆羅洲寫生後，借鑒印象派畫家高更對大溪地的民族觀察，鐘泗濱也開始鍾情於描繪熱帶地區特有的民族風情。

一九五九年的代表作〈熱帶風情〉，以色彩斑斕的水墨畫表現馬來亞社會的淳樸與鄉情。融合了中國媒材與西方技法，表現南洋特色，也成為「南洋水墨」中的典範傑作。



對比。當時的族群職業方向，以及經濟地位的

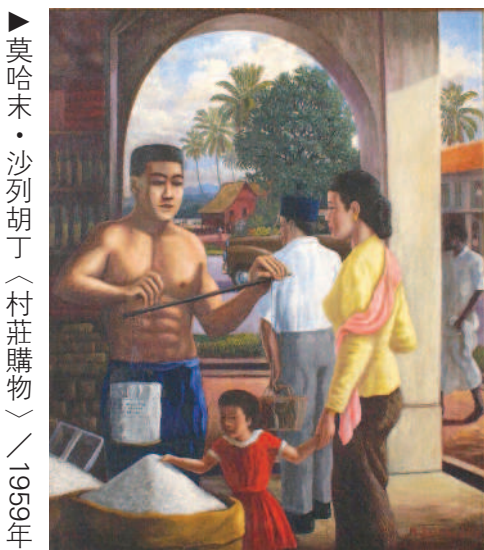
莫哈末·沙列胡丁

〈村莊購物〉

馬來亞獨立不久後，國民開始尋找對家國的認同，也顯示在藝術創作上，許多畫家都描繪族群融合與人民生活安定的題材。

馬來裔畫家莫哈末·沙列胡丁 (Mohd Sallehudin) 的命名作〈村莊購物〉，畫的是一家三口的馬來家庭，到村裡的華

是馬來人的傳統住宅形式。那個年代的華人通常從商並住在鎮上；馬來人主要從事農業與漁業，住在村落裡；而印度人多為橡膠工人，生活在叢林中。從畫中人物的身分與建築分布，也反映了當時的族群職業方向

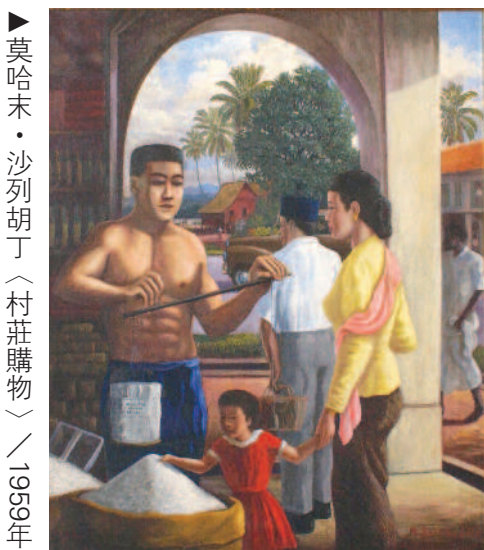


對比。當時的族群職業方向，以及經濟地位的

▲鐘泗濱〈熱帶風情〉 / 1955年

當時，國家政府開始重視各族文化之間的和諧交融，當地華人雖然取得一定的政經地位，但水墨畫並沒有擴及華人以外的族群。主要的原因，是當時水墨大多仍為

一九五九年的代表作〈熱帶風情〉，以色彩斑斕的水墨畫表現馬來亞社會的淳樸與鄉情。融合了中國媒材與西方技法，表現南洋特色，也成為「南洋水墨」中的典範傑作。



對比。當時的族群職業方向，以及經濟地位的

文 / 楊晉一

我們的課後運動班



我熱愛運動，「藥補不如食補，食補不如運動補」是我一貫的生活原則，雖然沒參加過校隊或接受任何專業訓練，但是籃球、棒球、跑步、自行車……都曾經涉獵，也能玩個幾招。

因此，女兒從小就跟著我到處跑跑跳跳；打球、游泳、騎車、划獨木舟都難不倒她。

上小學之後，每週只有兩堂體育課，很難滿足愛運動的女兒，我也覺得時數偏少，於是從她二年級開始，我們在放學回家途中安排親子「課後運動班」，有時踢足球，有時玩扯鈴，有時打樂樂球，有時跑跑步。女兒雖然上了一整天的課，還是像電視廣告中裝了鹼性電池的玩具兔子一樣精力充沛，總要玩得汗流浹背才肯回家。比起大部分才肯回家。比起大部分才肯回家。比起大部分才肯回家。

放學補習、上安親班的孩子，等於每週多出好幾堂體育課。

四年級時，女兒不滿意自己的身高，我告訴她：「許多研究指出跳繩可以刺激生長，你試試看每天放學跳一百下，日積月累總會有收穫。」為了不讓女兒覺得「爸爸只會出一張嘴」，我們約定她跳幾下我就跳幾下。

起初每天一百下我還能應付，沒想到女兒跳出興趣，連帶激發出自我挑戰的動力，有時要求加碼到兩百、三百，甚至五百下，就讓人有點吃不消了。有一次竟然失心瘋挑戰跳一千下，那天我們父女倆宛如「彈簧人」跳個不停，直到我腿痠腳麻，總算完成這難得的個人紀錄。

「課後跳繩班」持續一個學期，女兒的身高雖然沒有爆炸性突破，始終穩定成長，但看她那幾個月每天回家開心的跟媽媽分享「我們今天跳繩跳了○下」，並且願意自己設定目標，勇於嘗試和挑戰，老爸我就算每天跳繩跳到「鐵腿」也值得了。

最近兩年女兒迷上籃球，即使高年級課業日漸繁忙，每週仍維持至少兩次「課後運動班」，練習投

籃、運球、上籃等基本動作，後來她如願入選班上籃球代表隊，在十五支參賽隊伍中勇奪第三名！而最可貴的是因此結交許多志同道合的好同學，一起加入課後運動的行列。原本害羞內向的女兒，也開始會主動邀請球場上年齡相仿的陌生球友組隊較勁。運動幫助她交到好朋友，個性更加開朗，心智也越來越成熟。

運動蘊含豐富的人生哲理，例如：打擊率三成的優秀棒球選手，其實十次打擊中有七次必須承受失敗；看似野蠻粗暴的美式足球員，展現的是一雖千

萬人吾往矣」的冒險進取精神；這些得親身接觸過才能體會。女兒即將升上國中，面對求學路上更複雜、更艱難、一場接一場的硬仗，難免灰心、失落的放棄。我希望女兒在浮現負面念頭的時候，想一想過去老爸陪伴的「課後運動班」時光，重拾小時候跳繩、練籃球、學習各種運動時的鬥志和自信，打起精神勇敢迎向未知的挑戰。

作者簡介
曾任職媒體相關工作，現為老婆和女兒專用司機、廚師、伴遊和水電工，以料理出被嫌棄的晚餐為目標，持續努力中。

換個角度想 文 / 張旭鎧 (職能治療師)

跳繩幫助孩子長高
網路搜尋「長高的方法」，除食補、藥補的網站外，最多的就是運動建議，尤其是宣揚跳繩好處的網站。有些家長認為跳繩會跳「高」，所以有助於長高，事實卻不是這樣，而且要求孩子跳越高、跳越快，反而長高的效果更受限。

跳繩之所以能長高，是因為地時關節受到擠壓、刺激生長板所致，因此除了跳繩，籃球、排球也被認為是有助長高的運動。但後兩者的缺點是必須要一群人一起運動，不比跳繩來得經濟、有效率。然而，跳繩的跳躍是連續性的，如果跳太久、跳得太用力，反而使生長板被過度刺激，有專家

認為這可能導致抑制生長板的活動，對身高反而不利。建議先讓孩子自己練跳繩，我們協助數一數孩子跳了幾下，讓他累了就休息，然後以該數量為基礎，再慢慢增加次數及頻率；訓練要因人而異，且要量力而為。不論什麼運動，除了考慮強度與量的因素，也建議要適量在陽光下運動，因為可刺激維生素D的合成，對骨質也有幫助。在帶領運動時，要注意孩子的情緒，不要為了長高而強迫孩子運動。據研究發現，當孩子承受過度壓力時，會抑制身體對礦物質的接收，使骨骼無法強健，當然也就影響身高了。

祝大家在新學期，都能從學習中找到樂趣！

開開心心上學！
快快樂樂回家！

上學 文·圖 / 林柏廷

開開心心上學！
快快樂樂回家！

開開心心上學！
快快樂樂回家！

開開心心上學！
快快樂樂回家！

開開心心上學！
快快樂樂回家！

開開心心上學！
快快樂樂回家！

開開心心上學！
快快樂樂回家！

開開心心上學！
快快樂樂回家！

開開心心上學！
快快樂樂回家！

開開心心上學！
快快樂樂回家！

開開心心上學！
快快樂樂回家！



開開心心上學！
快快樂樂回家！

開開心心上學！
快快樂樂回家！



軟硬體升級 迎接特教新生

臺灣積極推動融合教育，讓身心障礙學生可安置於普通班學習；新學期即將開始，臺北市信義國小用改建多功能教室迎接特殊教育新生；中山國小每年也會重新檢視各項無障礙設施，甚至把特殊教室設在校長室、教務處、輔導室附近，時時關照師生的需求，也和特教生有更多互動的機會。

報導·攝影 / 阮筱琪

臺北市信義國小校長徐曼理說，校內情緒障礙、自閉症的學生人數較多，去年起，因有教育局補助，暑假期間進行校園環境改建，將最靠近校門的教室改設成特殊教室，每間教室以自信、勇氣、毅力、熱情等名稱命名，代表校方對學生的期許。

教室位置有巧思

信義國小的特殊教室是由兩間教室改建而成，中間利用隔音拉板當隔間，教室可以分開成兩間，也可以合併為一間大教室；還有專門訓練肢體運動的韻律室。而每間教室內，有大量的收納櫃，便於收納各項教具、輔具等。特教組長楊燕雯說，收納櫃是特別請設計師丈量，設計適合學生拿取的高度。

臺北市中山國小目前有普通班五十六班，另設有體育班、資優班、資源班及七班集中式特教班。校長陳冠英說，為更貼近特教生的需求，每年都會再次檢視校園中

無障礙的環境，並且依特教生的需求配置班級教室位置。首先，在特教班的出入動線，檢視是否有無障礙坡道，減低學生行動上的阻礙；其次，在教室外走廊配置無障礙扶手，則是增進學生行動方便；特別是在廁所環境，設計無障礙廁所，讓學生如廁時能安心使用。

愛心天使來幫忙

陳冠英說，學期前，特殊編班時也會將行動不便的學生所學習的教室安排在一樓，中山國小的特教班配置，是在進入校園右側大勇樓一樓，也鄰近校長室、教務處、輔導室，「更是能時時關照師生的需求，也和特教生有更多互動的機會。」

陳冠英說，特教生入學前會先接受鑑定安置小組判斷障礙類別及輕重程度，學校在正式編班前，會召開特殊編班會議，讓導師充分了解學生學習的需求，儘量依教師教學優勢及特教知能。

楊燕雯說：「我告訴愛心小天使，不但要有耐心，也



▲臺北市信義國小生活教室內有各項教具，都收納在大收納櫃中，收納櫃尺寸、高度等，都經過設計師設計丈量。

而為有效推展融合教育，以中山國小來說，學校教師會在學校課程總體計畫提列規畫融合教育的課程。陳冠英說，例如在校慶運動會活動中，讓特殊需求的學生同樣有參與運動會節目的機會，如大會舞、帶動唱等；在社團成果發表活動中，善用特教生的優勢潛能展現成果，像是擊鼓樂或帶動跳舞。

而信義國小以「分散式資源班」方式，特教生只有幾堂課會被抽離普通班集中上課，學校也特別徵選「愛心小天使」，讓一般在每天晨光、午休時間協助特教生和教師進行教學活動，學習協助、付出、感恩。

楊燕雯說：「我告訴愛心小天使，不但要有耐心，也

要守時，不能遲到，否則晨光時間結束了，你才到校，同學少了你的帶領，就無法活動。因此，愛心小天使得要經過一年時間培訓，四年級受訓，五年級上陣。

不過，多年前有學校曾發生學生背著「玻璃娃娃」卻不小心摔下樓的官司事件，是否會擔心愛心小天使執行上有困難？楊燕雯坦言，當然會擔心出事，所以培訓時會告訴學生，「不要強迫，不要硬拉，協助即可」。因此，信義愛心小天使受訓時間很長。楊燕雯也發現，有特教生自己報名成為小天使，希望幫助同學，從中得到成就感與學習機會，大家互相幫忙，互相學習與進步。

國民及學前教育署·國語日報 聯合製作

共同學習發展成效

中山國小則以特殊需求學生為主的系列活動，辦理「生命光輝」園遊會，例如讓特教生當關主，開設體驗身心障礙的過關活動，讓一般生深入體會不同需求學生的樣態；在班級的融合教育中，普通班教師及特教班教師協同合作，透過跨班的各領域教學活動，像是一同進行球類活動，共同完成彩繪作品等；現階段學校有山野教育課程，讓資源班學生與普通班學生一起攀登玉山及合歡山，訓練體能更能展現自信。

信義國小每年年終都會舉辦「感恩週」活動，由特教生表演，來表達對同學、教師的感謝，也展現特教生一年來的學習成果，包括演話劇、唱歌、打非洲鼓等；徐曼理說：「大家看似簡單的話劇，特教生的臺詞、走位就練了一整年。」雖然過程辛苦，但相信學生會更有學習成就感。

特派小記者
出動

AIT、國語日報社交流

攝影 / 陳壁銘、唐瑀恩

小記者即席採訪 臨場反應佳

國語日報「大小調查隊」記者在美國在台協會（AIT）新館落成時前往採訪，因表現優異而獲得好評。8月16日，AIT發言人孟雨荷特別拜訪國語日報社，雙方除暢談兩國文化、兒童教育，以及AIT在臺推動事務之外，也與小記者交流採訪心得。以下是當日國語日報特派小記者唐瑀恩與張牧仁的有關採訪報導。

分享辦報宗旨 期待交流持續

蔣竹君董事長介紹，國語日報有七十一年歷史，長期關注兒童，秉持公正客觀的報導，以培育下一代成為優質的世界公民。報紙有三分之二的版面展現學童多元智能，更開設小記者培育課程，期望為臺灣培養優秀人才。

孟雨荷表示，AIT內湖大樓落成時，國語日報記者的報導展現絕佳的專業，期望往後AIT活動也能看見臺灣。

孟雨荷親切詢問成為小記者的過程，小記者唐瑀恩分享，「參加徵選與培訓，是為了透過採訪了解家鄉，為社會弱勢發聲；以自己的筆探索世界，也讓世界看見臺灣。」

文 / 唐瑀恩
（臺北市靜心中學國小部學生）

能邀請參與；未來也將廣邀臺灣民間與官方團體及各級學校參觀AIT，參與各項活動，以促進美臺文化交流。



▲蔣竹君董事長與AIT官員孟雨荷互贈紀念品。



▲小記者向孟雨荷分享採訪經驗。

工作經驗分享 暢談臺灣印象

大大的雙眼，捲捲的長髮，滿臉的笑容，是孟雨荷給人的第一印象。當她詢問小記者最難忘的採訪經驗時，小記者張牧仁回應，是到國立故宮博物院修復室採訪，看到許多國寶級文物，更嘗試動手釘書、裱畫。

小記者也提出對AIT工作的好奇，孟雨荷表示，「AIT除了辦簽證外，主要業務就是為美國公民服務，同時促進美臺雙方在文化、教育、經貿等方面的交流。」對各組業務詳盡的說明，表達對採訪的重視。

最後小記者詢問孟女士對臺灣的印象，她說：「非常喜愛自由又安全的臺灣，全家熱愛臺灣美食，因此胖了不少！」

文 / 張牧仁
（臺北市光仁國小學生）

【大記者開講】

孟雨荷對《國語日報》長年致力培養臺灣兒童媒體素養印象深刻，特地造訪國語日報社，期待未來，有更多文化交流。拜會過程，她接受《國語日報》小記者唐瑀恩、張牧仁的訪問，以中文應答。小記者事前準備充分，當場努力筆記重點，雖略顯緊張，但表現可圈可點。

孟雨荷問小記者印象最深的採訪經驗。張牧仁說，平時多半採訪同學，跟著國語日報「大小調查隊」採訪故宮博物院未對外開放的文物修復過程，任務最有趣。唐瑀恩則用英語回應，在「臺灣舞蹈節大滿貫積分賽」訪問俄羅斯舞者的報導被刊登，印象最深。唐瑀恩英語流利，讓孟雨荷十分讚賞。另外，記者觀察到：小記者對孟雨荷為什麼中文說得這麼好都很好奇，可惜時間有限，否則互動一定很有趣。

會後，小記者立刻寫採訪稿，並於期限交件。從報導可看出，張牧仁重視細節描述，但較為主觀，建議未來從客觀面切入新聞點。唐瑀恩可加強「倒三角」的新聞寫法，把最有趣、重要的事放在前面敘述。



▲小記者拍攝活動照片並寫稿，認真執行採訪任務。

新北傳疑似食物中毒 207學生腹痛腹瀉

楊惠芳 / 新北報導

才剛開學，新北市介壽國小、錦和高中及文德國小就發生疑似食物中毒案件。新北市教育局與衛生局昨天表示，九月四日及五日分別接獲介壽國小、錦和高中及文德國小通報疑似食物中毒案件，高達兩百零七人，出現腹痛及腹瀉等腸胃不適症狀，其中十二人就醫。

衛生局表示，初步追查，供應三間學校營養午餐的業者為新北市「全盛美食有限公司」，衛生局已於九月四日命該業者立即暫停作業。教育局長張明文表示，雖然只有三所學校學生發生腹痛及腹瀉等疑似中毒症狀，但因為這家廠商總共供應三十所學校的桶餐，所以，已經通知三十所學校暫停使用。

教育局指出，學生於九月三日中午用餐後，陸續出現腸胃不適症狀。因此，衛生局未排除校園營養午餐引起的可能性，同時進行學生健康監測，並採集人體檢體送驗。截至昨天下午六點，三所學校學生的症狀均已緩解，恢復上課，目前僅有兩名學生請假在家休息。

衛生局接獲通報第一時間，即派員至三所學校及團膳工廠稽查，並抽驗檢體，如果判定為食物中毒，可依法追究《食品安全衛生管理法》規定，處新臺幣六萬元以上、兩億元以下的罰鍰。

國際 AI 競賽 成大團隊囊括冠亞軍

沈育如 / 新北報導



▲成功大學工程科學系師生參加「高速運算與人工智慧 (HPC-AI) 學生競賽」，擊敗美、中等國，包辦冠亞軍。昨天在技嘉科技會議室舉行成果發表會，團員拿著獎杯和與會貴賓分享喜悅。攝影 / 陳壁銘

成功大學工程科學系兩支學生團隊，今年八月在新加坡舉行的「高速運算與人工智慧 (HPC-AI) 學生競賽」中，擊敗來自美國、中國、日本等十個國家的高手，一舉囊括冠、亞軍。難能可貴的是成大團隊一半是大一學生，透過每天從早到晚的密集訓練，實力超越他國由大四、碩士生組成的團隊。由新加坡高速運算暨人工智慧諮詢委員會、新加坡國家超級運算中心共同舉辦的第二屆亞太地區「高速運算暨人工智慧學生競賽」，比賽從今年三月到八月，成大工科系共有兩支團隊參賽，五個月的長期奮戰後，最後勇奪冠、亞軍，凱旋而歸。

負責指導學生的成大工科系講座教授黃吉川表示，這次參賽的勝出關鍵，是學生願意接受挑戰，並且永不放棄。賽程近五個月，也考驗團隊合作與抗壓性。

隊長工科系學生莊竣傑表示，去年以隊員身分參賽，今年二度出賽，擔任責任重大的隊長，一開始擔心學弟做得不好，所有事一肩扛，後來，發現要信任隊友，放手讓隊友一起承擔，才能帶動團隊合作。

國網3D動畫大賽 嶺東科大奪冠

楊惠芳 / 新竹報導

「二〇一九年第八屆 HPC 功夫——國網3D 動畫全國大賽」，昨天在新竹市政府舉辦決賽評審及頒獎典禮，由嶺東科技大學數位媒體設計系《調情師 The Perfumer》奪得動畫組冠軍及三十萬元獎金，亞軍為臺灣藝術大學多媒體動畫藝術學系《皮與爆米花》，季軍為朝陽科大《Mirror》。

冠軍《調情師 The Perfumer》是以親情為故事主軸。作品劇情完整、動畫流暢、光影特效表現得宜，獲評審青睞。這項由科技部、經濟部、文化部指導，國家實驗研究院國家高速網路與計算中心(國網中心)及經濟部加工出口區管理處主辦的「HPC 功夫——國網3D 動畫全國大賽」，是電腦圖領域具有代表性的動畫競賽，提供各大專院校、高中職等學生一展身手的机会。

宜縣推沉浸式雙語教學

阮筱琪 / 宜蘭報導

新學年開始，宜蘭縣教育處昨天宣布推動「雙語教育沉浸式情境教室試辦計畫」，也公布四年內宜蘭縣雙語教育政策中長程計畫，包括補助學校增聘外語師資及發展課程；縣內三分之一學校部分課程進行沉浸式內容與語言整合教學 (CLIL)，或成立沉浸式英語情境教室，將英語教學融入特色課程中；終極目標是決定是否申請試辦。

教育處表示，預計於一百零九年初完成建置兩所雙語情境教室及沉浸式課程實踐示範學校，鼓勵教師發展科技融入雙語特色教育。

凱旋國小校長張哲豪表示，雙語教學主要還是要有專業師資支持，學校將詳細盤點學校需求，徵詢教師意見，再決定是否申請試辦。

移動式泳池進校園 學童搶先體驗

李榮茂 / 臺南報導

教育部體育署於暑假在臺南市北門國小設置移動式親水體驗池，開學後北門國小、蚵寮國小、錦湖國小與雙春國小四校學生，展開三天室內水域體驗。許多學生沒有學過游泳，初次進到親水體驗池，緊抓著池邊不敢放手，但是在教練指導與示範後，學生逐漸適應水性，練習水中悶氣、韻律呼吸、水母漂等技能，不但學得游泳技能及獲得水域安全知識，也清涼消暑，收穫滿滿。

北門國小校長呂宗憲表示，體育署為協助偏鄉無游泳池學校培養學生游泳與自救能力，暑假在該校設置一座長七公尺、寬三公尺的移動式親水體驗池。

同時邀集臺北市立大學、淡江大學水域救援社團九名學生組成教學團隊。課程包括認識水域警告標誌、自救四招、救溺五步、防溺十招，實施 CPR、AED 的時機及有效求救方式等陸上課程，以及悶氣

練習，韻律呼吸，水母漂，仰漂等水中教學。

北門國小學生侯胤均雖然只有三年級，但是操作水中藉物漂浮，動作正確而熟練，一點也不輸給高年級學長姐。蚵寮國小學生王佑安說，印象最深刻的是老師介紹「自救四招、救溺五步、防溺十招」要訣，以後如果遇到有人溺水，就能更加冷靜沉着且使用正確的方式處理。雙春國小學生李柯醇在練習衣物浮具製作時，成功使用牛仔褲充氣成為浮具，獲得大家讚賞。



臺南市北門、蚵寮、錦湖與雙春國小四校學生，在移動式親水體驗池展開水域體驗。攝影 / 李榮茂



陳渝真自發練習 國際鋼琴賽奪冠

陳中興 / 桃園報導

桃園市大溪區仁和國小六年級學生陳渝真，參加溫莎國際鋼琴比賽，從六國選手中脫穎而出，獲得 A 組冠軍。對於陳渝真在英國的傑出表現，校方將予以表揚。



陳渝真在溫莎國際鋼琴比賽中，以高超的彈奏技法贏得冠軍。圖片提供 / 仁和國小

仁和國小訓育組長黃維詩說，仁和國小沒有音樂班，陳渝真卻能長期自發練習，並在國際比賽中，以優異的表現拿到 A 組（十二歲以下）冠軍，相當難能可貴。

武陵高中音樂班組長林怡君指出，陳渝真能在國際比賽為國爭光，很了不起。

陳渝真的媽媽說，渝真曾在二〇一三年、二〇一四年參加國語日報社舉辦的鋼琴比賽，連續兩年得到冠軍。這次她與五國選手同臺競技，表現出色，奪下冠軍。

市桂林彩繪防撞護條 角落藏故事

陳景清 / 高雄報導

為防止學生在學校碰撞，不少校園都有裝上「防撞護條」，雖然很顯眼，但外形並不好看。高雄市小港區桂林國小開學後邀請學生祖孫三代，一起合力彩繪美化「防撞護條」，將危險「角落」變成童話故事繪本，結果美人魚、小木偶、龍貓、國旗與地圖都出現，讓「防撞護條」變得安全又有趣。

校長杜昌霖表示，透過祖孫三代的巧手，讓原先只是為保護學生不會因碰撞導致受傷的「防撞護條」，成為校園環境的新亮點。

學生陳芊穎說：「我剛開始覺得很無趣，但是越畫越好玩！看到校園變美麗很有成就感，也能在校園角落，留下與家人美好的回憶。」



高雄市桂林國小邀請學生祖孫三代，合力彩繪校園「防撞護條」，將危險「角落」變成童話故事繪本。攝影 / 陳景清