



國語日報

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

網路深化霸凌問題

醫師建議培育教師調解能力

聳動主題衝點閱率

散布謠言 恐觸犯社會秩序維護法

認識兒童尿液逆流症

多為輕微異常 長大後即痊癒

2版

4版

12版

睽違九年 中華隊U18世界杯奪冠



▲U18世界杯棒球賽，中華隊昨天擊敗美國隊，奪下隊史第三冠。 圖片提供/中華棒協

李琦璋／綜合報導

在南韓釜山舉行的

U18世界杯棒球賽，

中華隊睽違九年再度

打入冠軍戰，昨天與

美國隊爭冠，中華隊

力拚隊史第三冠，美

國挑戰五連霸，最後

中華隊以二比一奪下

隊史第三冠，加上中

華隊八月初拿下U12

世界杯冠軍，這是中

華隊首次同年包辦U

12、U18世界冠軍。

U18世界杯棒球賽

前身為「IBAF世

界青棒錦標賽」，中

華隊這是第十一次打

進冠軍戰，過去曾在

一九八三年、二〇一

〇年兩度奪冠，美國

則拿過九冠。上一次

奪冠是二〇一〇年，

當時美國隊以九比

九比九奪冠；中華

隊本次由新北市穀保

家商為主體，與宜蘭

縣中道中學、臺東縣

臺東體中、桃園市平

鎮高中與北科附工、

高雄市高苑工商與普

門中學、臺中市西苑

中學球員聯軍出征。

昨天冠軍戰，中華

隊派出余謙擔任先發

投手，連著幾局三上

三下無失分，到第四

局兩隊仍零比零平手

；五局上，王順和突

破防守，擊出三壘安

打，隨後林子崑再擊

出一支安打，幫助中

華隊先馳得點，

以一比零領先美

國隊。

七局上教練團

換下余謙，林昱

珉接替投球。余

謙繳出六點二局

，僅挨三安無失

分，飆出七次三

振，是中華隊奪

冠最大功臣，也

獲頒MVP。

中華拔河隊揚威愛爾蘭 青年女子組再添一金

李琦璋／臺北報導

二〇一九年世界青年

暨青少年拔河錦標賽近

日在愛爾蘭舉行，中華

拔河代表隊日前在公開

賽，共奪得四金、三銀

、二銅；在七日、八日

的錦標賽中獲得一金、

二銀、一銅。

前天錦標賽，桃園市

壽山高中組成的代表隊

，以萊鳥之姿參加青少

男五百六十公斤組奪銀

；臺北市景美女中、宜

蘭縣三星國中籌組聯隊

參加青少女四百八十公

斤組賽事也奪銀。昨天

錦標賽，國立體大學生

在青年男子六百公斤組

奪銅；景美女中與臺灣

師大聯軍，則在青年女子

五百公斤組奪金。

這次代表團長、中華民國

國拔河運動協會副理事長

黃永旺說，公開賽每個國

家都可以派多隊參賽，但

錦標賽每個國家只能派一

隊參賽；我國這次參賽，

大學以下隊伍相當有競爭

力，多數都是第一次參加

國際賽，他觀察景美女中

這批選手肌力好，體能稍

差，未來加強團隊配合以

及比賽反應將會更進步；

國體與臺灣師大聯軍前天

參加青年混合五百六十公

斤組，原本目標是冠軍戰

，可惜前幾天公開賽兩名

主將受傷，無法下場，最

後僅得第五名。



颱風玲玲侵襲南北韓

颱風「玲玲」登陸朝鮮半島，南韓中央災難安全對策本部昨天公布，截至七日晚間十一點，暴風雨在南韓造成三人死亡、二十多人受傷，十六萬多戶居民家中停電，約七千公頃農作物受災。另外，玲玲也是自二〇一二年的布拉萬颱風以後，第二個直撲北韓的穿心颱風，北韓領導人金正恩更親自召開緊急防颱風會議。圖為玲玲颱風造成的強風，造成首爾街頭民眾難以行走。 文/陳婕瑜 圖/美聯社

社論 反毒是第一要務 要說到做到

當前毒品泛濫嚴重程度，令人聞毒色變。不僅深入社區、校園，以各種新興方式毒害年輕世代；國人毒品主要來源，臺灣本身已高居第三，甚至輸出國外，逐漸釀成受國際注目的「國恥」。因此，反毒已成全民運動，更是打造健康社會的關鍵戰役，不僅現任總統誓言：反毒是第一要務，其他總統候選人也展現把毒品趕出校園的決心。然而，如何身體力行，說到做到，全民高度關注。

清除校園毒害，確為全民反毒重中之重。除了傳統毒品安非他命、愷他命、搖頭丸、大麻侵入校園，據醫院研究發現，新興毒品卡西酮類似軟糖、梅粉、咖啡包到泡麵等多元樣貌，廉價在校園及網路銷售，吸引一、二十歲年輕人使用，損及精神狀態，導致暴斃案件五年增加十倍。

新舊毒品變本加厲的在校園流行，引發民眾憂心。據食藥署最近調查，九成民眾認為，反毒教育應納入學校正規課程；回應此一期許，且新課綱已將反毒教育列入小五以上的學習課程。說到做到的第一步，教育部應聯絡各級學校，確實輔導學生認識毒品，遠離毒害。對新興毒品不斷翻新，導致「紫錐花」反毒教育效果鈍化，尤其要檢討改進。

食藥署調查也發現，半數以上民眾認為應該強化家庭反毒教育，說明家長仍是反毒教育最重要的守護神；親師生合作，注意學生言行舉止、生活習慣及交往網絡的變化，必有助防範毒害侵害，並防阻遭威迫利誘成為學生藥頭犯者。

網路深化霸凌問題 醫師：培育教師調解能力



臺灣狗狗節 新北彩繪毛孩風箏
九月九日為臺灣狗狗節，為讓動物保護觀念從小扎根，新北市動保處昨天在板橋動物之家舉辦彩繪風箏活動，民眾將寵物彩繪在風箏上，和家人及毛寶貝一起放風箏，度過開心的週末。 報導／楊惠芳 攝影／高修民

黃國璽／臺北報導
明天是「世界自殺防治日」，衛福部昨天辦「網路與自殺防治」研討會。全國自殺防治中心主任李明濱指出，該中心今年七月針對霸凌議題所做的民調顯示，十五歲以上民眾約百分之十五點三有被持續霸凌的經驗，逾半數表示發生在十歲至十四歲時，地點多為學校。

李明濱表示，過半數民眾因霸凌導致明顯身心傷害，其中，半數曾企圖自殺。另外，據衛福部自殺防治通報系統統計，去年約三萬人企圖自殺，其中七千多人為青少年，平均每天有二十名青少年企圖自殺。

李明濱說，青少年企圖自殺通常有多重原因，家庭衝突、人際衝突、憂鬱傾向約占百分之三十，課業壓力、霸凌約占百分之二十。高雄醫學大學兒童青少年精神科專科醫師嚴正芳指出，被霸凌學生在學校的人際互動，多延伸到網路世界，又因網路缺乏師長管束，霸凌問題更加深化，對被霸凌者傷害更深，也更難抽離。

嚴正芳說，研究顯示，良好的師生關係能使被霸凌的學生感到受保護，但不少教師不知如何主動調解學生遭遇的網路霸凌，建議政府培育教師具備相關能力。

高市52人獲補教界師鐸獎
陳景清／高雄報導
高雄市教育局昨天舉行一百零八年度補習班暨兒童課後照顧服務中心「師鐸獎」表揚，共有五十二人獲頒優良教師、優良主任與優良創辦人獎；其中有人長期幫忙弱勢學生代繳課後餐費三年，並協助新住民單親家庭脫貧，有人說，不想讓學生餓肚子。

獲頒優良教師的力邦文，在右昌國小擔任課後照顧服務中心教師，堅守工作崗位十五年，有學生因家庭變故繳不出點心費，她多次幫忙代繳。楊依恩說，不想讓學生餓肚子。

將生命線志工經歷運用在課後教學上，用傾聽陪伴學生成長。

獲頒優良教師的力邦文，在右昌國小擔任課後照顧服務中心教師，堅守工作崗位十五年，有學生因家庭變故繳不出點心費，她多次幫忙代繳。楊依恩說，不想讓學生餓肚子。

康寧學分班轉學位生 36人入學程序有疑義
李琦璋／臺北報導
去年底教育部組成調查小組，調查康寧大學斯里蘭卡外籍生非法打工案，卻在調查過程中發現該校三十六名推廣教育學分班學生未經合法招生程序，直接轉為學位生，其中二十六人已退學、一人休學、九人已取得碩士學位。

教育部高教司長朱俊彰表示，有幾個學分班轉學位生的入學資料不完整，要求該校徹查有疑義的學生，如學生違反規定，撤銷其學位或學籍。

康寧大學回應，當時辦理此案的同仁皆已離職，且確實找不到合法入學程序相關文件。因此，決議撤銷學生的學位或學籍，也依規定通知這些學生，其中十名學生認為自己有經過合法入學程序；目前此案已進入司法程序，學校之後會依據司法調查結果，決定是否撤銷其學位或學籍。

推特、臉書封鎖中國假帳號 YouTube跟進



◀▲ 社群媒體臉書、推特與YouTube在八月下旬移除大量中國假帳號，這些帳號被用來散布香港反送中運動的假訊息。

文／唐宇威 圖／美聯社

日前社群媒體推特（Twitter）和臉書（Facebook）宣布，移除散布香港「反送中」抗爭假訊息的帳號，谷歌（Google）也在八月二十二日跟進，旗下的線上影音平臺 YouTube 關閉逾兩百個企圖操縱輿論的頻道。

香港自六月爆發「反送中」抗爭，並逐漸演變為大規模的爭取

民主活動，包含推特、臉書和 YouTube 等網路平臺都成了散布相關新聞和消息的媒介。由於推特、臉書和 YouTube 等平臺嚴禁欺騙行為和假帳號，針對部分因為抗議活動而設立的假帳號，日前已先封鎖，並暫停其運作。

推特八月十九日表示，已移除了約九百三十六個中國政府針對香港抗議活動而設立的相關帳戶，並暫停約二十萬個非法帳戶的使用權，這些非法帳戶所散布的訊息是由中國政府提供，試圖藉此破壞香港抗爭行動。

除了推特，臉書和谷歌也相繼對假帳號執行停權處置。臉書表示，已經刪除部分起源於中國且專注於香港議題的小型網絡，並強調不希望該公司的服務被用來操縱人們。另外，YouTube 也關閉兩百一十個與中國政府有關的頻道。谷歌網路安全主管杭特利指出：「這些頻道所散布的訊息，與臉書和推特宣布近日與中國有關的觀察和行動相符。」

中國外交部發言人陸慷對 YouTube 與中國政府相關的頻道表示不知情，並強調中國人民最希望的就是阻止暴力行為、結束混亂，並讓社會恢復秩序，中國政府沒有能力組織或操縱中國十億人口的思想。

美國特別檢察官穆勒七月出席眾議院聽證會，說明俄羅斯干預美國總統大選情形。

俄國製造假新聞 干預美總統大選

在中國之前，俄羅斯也在二〇一六年透過社群媒體，以製造假新聞、捏造事實的方式影響輿論走向，干預美國總統大選，這也使得社群媒體對於帳號的管控更謹慎。

二〇一六年美國總統大選期間，俄羅斯政府駭入美國民主黨總統候選人希拉蕊競選陣營電腦，並把取得的兩萬筆機密電子郵件內容轉交給維基解密（WikiLeaks）網站公布，被視為重挫希拉蕊選情，讓川普進軍白宮的一大助力。

「通俄門」案特別檢察官穆勒日前提交的報告，也證實俄國間諜企圖擾亂美國大選，但未發現美國總統川普競選陣營與俄國勾結的證據。



美國特別檢察官穆勒七月出席眾議院聽證會，說明俄羅斯干預美國總統大選情形。

中國築網路長城 禁知名社群媒體

中國築起「網路長城」，藉此限制在中國的網友接觸部分境外網站，例如推特、臉書、YouTube 和 Instagram 等知名社群媒體，都被中國政府禁止使用，取而代之的是中國自設、提供類似服務，但需要經過嚴格審查的網站，像是百度、微博、微信等。在中國的網友如果想使用臉書等網站，必須用虛字號等。

擬私人網路（VPN）等工具「翻牆」才能瀏覽。不過，推特、臉書等社群媒體在香港都可用。

中國近年來的網路審查與控制機制越來越嚴格，陸續推出網路安全法、成立網路安全審查委員會，以及網路實名制，也就是在提供網路服務時，需要用戶提供真實姓名、身分證等。

中國當局禁止使用臉書等社群媒體，網友只能使用中國自設的類似服務。





時事剪輯

「想體驗漫步

在雲端的感受嗎

?這白粉末是傳

說中的K他命，

吸一下不會上癮

，讓我們教你怎

麼DIY。現

在開始『吸K

』教學，首先

將粉末慢慢倒

進香菸裡……

「影片畫面中

，小峻、阿寶

和胖子一邊嘻

笑打鬧，一邊

拿著不明的粉

末，教導如何把粉末拌入

香菸。

原來他們是六法高中的

應屆畢業生，沒有打算繼

續升學，在學校停課後無

所事事。某日三人相約見

面，聚在一起卻閒得發慌

，小峻忽然靈機一動說：

「不如我們也來當網紅吧

！」胖子、阿寶覺得點子

以聳動主題衝點閱數

擾亂社會秩序

文 / 黃柏銘 (偵查隊長)



圖 / 徐建國

三人異想天開，以施用K他命當作噱頭。

在影片中，他們拿著佯裝K

他命的感冒藥

粉末，向觀眾

大膽介紹施用

K他命的方法

，並以誇張的劇

情及肢體動作，

演繹吸食後的快

感。

這支影片果然

很快就在網路上

傳開，頻道點閱

次數也隨之向上

攀升。對於帶來的好效果，

三人洋洋得意，卻沒想到輾

轉傳播也引起警察的注意。

幾天後，他們收到警察局寄

來通知書，要求到警察局說

明。

IQ動動腦

小峻等人在網路上演示吸

毒的行為，可能觸犯何種法

律？

法源探索

近幾年來，網路直播或各種視訊平臺如雨後春筍般快速成長，人人都可以通過自創內容、表現形式來展現個人魅力，各式各樣的網紅也跟著崛起，「人人有機會當明星」思維深植人心。由於網路平臺往往伴隨龐大的商機和高額利潤，因此吸引大量年輕族群投入這項新興產業。

然而，隨著各種平臺蓬勃發展，競爭也越來越激烈。為了吸引觀眾、衝高點閱人數，直播主或頻道經營者大都絞盡腦汁，開發新的表現型態，企圖開闢藍海。但標新立異、追求極端，一不小心就可能跨越了社會規範的界線。例如，在網路上展售非法槍枝、虐殺小動物、吸食毒品等。

如果案例中的小峻等人真

的持有毒品並施用，則依據《毒品危害防制條例》來論

處。但他們其實是拿感冒藥粉來佯裝成K他命，而不是真正施用毒品，所以行為沒有觸犯《毒品危害防制條例》。不過，他們在網路上示範吸毒，可能已經違反《社會秩序維護法》第六十三條第一項第五款的規定：散布謠言，足以影響公共之安寧者，可處三日以下拘留或新臺幣三萬元以下罰鍰。

藉由這個案例也提醒大家，吸食毒品彰顯不了英雄氣概，也無法讓人看起來變成熟，或解決想逃避的問題，只會帶來危害一生的嚴重後果。「毒品一時、毀人一世」，唯有遠離毒品，勇敢向毒品說「不」，才能活得帥氣又有活力。

相關法條

《社會秩序維護法》第六十三條第一項

編繪 / 冉色斯動畫

六之三

芽 Rebirth II

黑夜交易衝突起



◎林教授開火引起一陣爆炸，吳拓一行人能逃過一劫嗎？

回顧九二一
文·圖 / 王郁軒

地震！地層軟硬影響感受



▲群山環繞的臺北盆地沉積了不少淤泥，會放大地震的搖晃效果。

父親節清晨，許多還在睡夢中的人，都被突如其來的劇烈搖晃震醒，相信不少人至今仍餘悸猶存。

每回地震發生後，大家都急著向親友報平安，而居住在不同地方的人們震撼的感覺也不相同，就讓我們來做個探討吧！

震央越遠震度越弱

地震主因，為地下岩層受到外力作用而斷裂、錯動，

累積在岩層內部的能量，此時以震波型式向四面八方傳出去。當震波傳到地表，就會使我們感到搖晃。

岩層破裂、發生錯動的地點稱為震源，震源正上方的地表位置，即是震央。地震波的能量會隨著傳播距離逐漸減弱，因此淺層地震帶來的威脅要遠大於深層地震；一般而言，離震央愈近，感受到的搖晃也越劇烈。

以民國八十八年的九二一大地震來說，震源深度不到十公里，屬於極淺層的地震。因此在震央集鎮周圍的南投、臺中、雲林等縣市首當其衝，有無數建築物遭到摧毀，釀成極慘重的傷亡。

耐人尋味的是，比鄰震央的中部地區災情慘重容易理解，但為什麼遠在一百多公里外的臺北市、新北市地震時也搖晃嚴重，還倒塌了好幾棟建築物呢？

鬆軟地層放大震動

這是因為各地岩層結構不同的關係。當地震波通過堅硬、緻密的岩層時，震波的速度比較快，震動的幅度較小；當地震波穿越鬆軟地層時，波速就會放慢，晃動也比較明顯。

臺北市和新北市的都會區位於臺北盆地，盆地周圍都是質地堅硬的岩層，可是盆地裡卻沉積了尚未固結的厚層淤泥。

所以每回遠方發生地震時，地震波傳進臺北盆地，就會產生震幅放大、來回震盪的現象，使得盆地內的居民經常有劇烈搖晃、歷時較長的驚魂感受。

上山下海看地質 尋找大地傷痕

九二一大地震除了造成生命財產重大損失外，也改變了臺灣中部的山川地貌。綿延百里的斷層越過鐵軌，使鐵軌扭曲變形；河床出現高低落差，形成水流湍急的瀑布；運動場上更硬生生隆起一道矮牆。

質地鬆散的礫石山丘，土石連同植被崩落；數以萬噸



▲大甲溪的河床曾隆起成瀑布。

的土石堵住溪流，形成堰塞湖。如今二十年過去了，光禿禿的山頭再度覆上新綠；在滔滔流水冲刷下，瀑布早已消失；堰塞湖也被泥沙土石填滿。

大自然似乎回歸平靜，但人們可不能忘記，除了研究斷層找出地震成因外，平時更應做好一切防災準備，才能與大地和諧共處。



▲臺中霧峰田徑場的跑道隆起。

動手玩地質 軟硬搖晃誰明顯？

用厚紙條折出兩個一模一樣的長方形模擬高樓，分別放在沙琪瑪和布丁的表面。

用力搖晃後，觀察哪一棟紙樓房搖晃比較厲害。

原來如此

沙琪瑪和布丁分別代表堅硬與鬆軟的岩層，當用手搖晃模擬地震時，可以觀察到布丁組晃得比較厲害，容易理解為何在鬆軟地層，人們總能感受到較明顯的搖晃！





大戰山賊

文 / 林黎明
圖 / 團圓



「壞了，壞了！」老和尚急急匆匆跑進寺院。

七個和尚問：「啥事壞了？」

老和尚說：「山那頭的狼牙堡，進了一夥山賊！」

七個和尚聽說過山賊的事，山前的王員外家前年遭山賊搶，山下的獵戶李疙瘩，有一年被山賊卸下一條胳膊。

一個和尚說：「俺得看好俺的棉襖。」

又一個和尚說：「俺得藏好俺的新布鞋。」

第三個和尚說：「俺得收

好俺的油紙傘。」

「這夥山賊可不一樣！」老和尚說，「到處抓小和尚！」

「是因為小和尚會念經嗎？」

老和尚搖搖頭，說：「小和尚弄瞎了山賊頭兒的一隻眼！山賊頭兒最恨小和尚，見一個抓一個！」

七個和尚細細一想，渾身打起哆嗦，抱成一團：「師父，快想想法子！」

老和尚皺起眉頭，在院子裡踱起步來——一會撞上東牆，一會撞上西牆。老和尚

撞紅了鼻子，突然，他走出寺院，獨自兒下山去。

約莫天剛黑，老和尚回來了，還帶回來一個包袱。

「快，快穿上。」

七個和尚齊刷刷穿上了肚兜。

「快，快塗上。」

七個和尚呼拉塗上粉底，抹上腮紅。

「快，快戴上。」

七個和尚一溜兒戴上花布大頭巾。

老和尚左右看了看，嘿，嘿，這麼一打扮，七個和尚變成了七個花姑娘。

「慢著，」老和尚還是不放心，「都跟俺來。」

接著，老和尚領著七個「花姑娘」到了一個地窖。

「今兒個起，你們好好待在地窖裡。」

接連好幾天，老和尚估計著飯點，來到地窖裡送飯，七個和尚都會問：「師父，山賊來了沒？」老和尚總會回答：「快了，快了。」

這一天晚上，老和尚還沒有來送飯，七個和尚餓得肚子咕咕叫。七個和尚餓壞了，便偷偷的溜出了地窖。

寺院裡安靜極了，連老和尚

尚的腳步聲都聽不到。

「快瞧，山下來了一夥人！」

七個和尚站在寺院的外面，朝山下望去，一夥人舉著火把正往山上趕。

「哎呀呀，山賊來了！」

七個和尚心裡一慌，一個和尚跑開了，六個和尚也跟著跑。很快，七個和尚又跑了回來。

一個和尚拿來一雙臭烘烘的襪子：「俺來熏山賊。」

一個和尚拿來一條髒兮兮的褲子：「俺來捆山賊。」

一個和尚拿來一隻破爛爛的草鞋：「俺來扔山賊。」

四個和尚合力扯開一張黑糊糊的蚊帳：「俺們來罩山賊。」

說完，七個和尚東躲西藏，在寺院的大門後面埋伏好了。

寺院外面「劈啪劈啪」的腳步聲越來越近，火光照亮了寺院的前門。

「衝啊！」

「殺山賊呀！」

七個和尚從門後面一齊衝了出來……

一個和尚甩著臭襪子，一個和尚舞著髒褲子，一個和尚

尚把破草鞋扔過去，四個和尚扯著黑蚊帳罩過去……

「哈哈，哈哈……」

「師父！」

老和尚從一個人的背上滑下來，一隻腳好像受傷了，七個和尚趕忙去扶老和尚。

「師父，您的腳被山賊卸了？」

老和尚瞪了七個和尚一眼，說：「俺下山絆了腳，多虧這幾位山民的幫助。」

原來是這樣啊！七個和尚向山民鞠躬致謝。

「哈哈，幾日不見，七個和尚都長成『大姑娘』咯！」

一個山民說。

山民們都笑了起來。七個和尚互相看了看，也不好意思的笑了。

「師父，山賊呢？」

「哪來的山賊，」一個山民說，「人家狼牙堡的堡主，前幾日進了一批海鮮——烏賊！」

「啊——」七個和尚張大了嘴巴。

老和尚低下頭，羞紅了半張臉。

了。

了。

了。

了。

了。

了。

了。

了。

了。

了。

了。

了。

了。

了。

了。

合作採蓮子

蕭羽嬪·新北市板橋區重慶國小四年一班

今天一早，媽媽說要帶我們到臺東池上的大坡池採蓮子。這個活動太新奇了，我高興得快飛上天。

抵達大坡池，我們六個大人和五個小孩興匆匆的拿著漿，坐上膠筏，努力往有蓮蓬的地方划，連才兩歲的表弟也不例外。為了加快膠筏前行的速度，有人「一二，一二」的大聲

數拍子，有人為大家加油，沒幾分鐘，個個汗流浹背。看見大家這麼認真，我也不甘示弱

，拿起槳奮力往前划。後來才知道，大家合作無間的景象，全被媽媽用手機捕捉下來了呢！

過了一會兒，到了有蓮蓬的地方，大家開心極了！首先，有人撥開大大小小的蓮葉，由

拿刀子的人割下蓮蓬，我們這些小孩再接再厲，把蓮蓬從蓮蓬中取出，裝進袋子裡，帶回家剝殼。

正當我們準備回程時，膠筏竟然卡住了，只好打電話向老闆求救。不久，就看見老闆開著遊艇來找我們，真

是有驚無險。我們小孩子剝完蓮子後，外婆把蓮子和豬肉炒成一道創意料理，大家都吃得津津有味，看來一切的辛苦都值得了。

這次「採蓮記」讓我體會划船的樂趣，也讓我了解互相幫忙的可貴。



石像引發考古夢

林亮宇·高雄市苓雅區高師大附小四年甲班

我們全家去位在東太平洋的伊斯特島（又稱復活節島）玩。一下飛機，吸引我目光的是一尊尊矗立在海邊，或散落在採石場上的摩艾石像，看到它們巨大的體型，令我驚嘆不已。

我一方面非常佩服當地原住民的雕刻技術，另一方面也對這些神秘石像的歷史非常好奇，它們在這座島嶼默默守護居民，已經超過一千年。

懷有夢想是一件浪漫的事，實現夢想必須非常努力，還要有堅定不移的毅力。我必須加強、充實的地方還很多，也需要時間慢慢累積經驗。相信在我追求夢想的過程，一定會有

很多意想不到的收穫。

熱門話題

於洵變鮭魚

吳於洵·彰化縣鹿港國小四年丁班

我的名字是請爺爺取的。「於」是列入家族的「字輩譜」的吉祥字，家族中和我同輩的女孩，名字都有這個字；爺爺希望我可以成為偉大的人，但嫌「偉」字硬邦邦，和嬌滴滴的我格格不入，於是考慮「洵」。

洵字左邊的三點水，暗合「女孩是水做的」，萬萬沒想到的結果。

為爸爸慶生

許芷寧·澎湖縣湖西國小二年甲班

昨天，我就把要送給爸爸的卡片做好了，而且藏起來不讓他發現。當我把卡片送給爸爸時，他很開心的說：「哇！酷呆了！」

爸爸決定帶我們去餐廳吃大餐。媽媽、我和妹妹都穿上漂亮的衣服，爸爸也帥氣十足。我和妹妹點了「飛機餐」，不僅造型可愛，還有

好吃的薯條，是我們最期待的美食。可是我們等了好久，爸爸的餐點都快吃完，飛機餐終於降落在餐桌機場。飛機載來薯條、雞肉，還有冰涼的汽水和香又Q的飯糰。我好想把飛機餐盒開回家，當作學校的餐碗。

今天是我爸爸的生日，我最開心的好像是我們姐妹呢！



青蛙和蝌蚪 施采岑·新竹縣中山國小三年乙班

今夏的超級任務

周士軒 · 臺中市潭子區潭陽國小六年八班



海底世界 葉羿含 · 南投縣埔里國小五年三班

在今年夏天，爸爸交代我一項超級任務——規畫綠島旅遊，我不僅花費「洪荒之力」蒐集資料，還要負責打包全家的行李，十分辛苦。

到了綠島，下水前，教練介紹防寒衣、壓力計、全罩式蛙鏡，以及琳琅滿目的裝備給我們認識，看得我眼花撩亂。我和爸爸戴上蛙鏡，穿上厚重防寒衣，進入浮潛區後，我立刻變身小

小探險家，準備前往一望無際的大海浮潛。五顏六色小丑魚、色彩鮮豔的熱帶魚、奇特的珊瑚礁，讓我大開眼界。

突然，看見遠處竟出現廢棄漁網、塑膠瓶、保麗龍、塑膠片……，讓我非常吃驚。上岸後，我發現岸邊的空寶特瓶，順手就把它撿起，丟進垃圾桶。教練看我主動

做環保，還誇獎我懂得身體力行呢！這一趟綠島浮潛，讓我收穫良多，看到海洋垃圾，讓我心生警惕。希望每個人都能好好愛護地球，守護海洋，還給海底生物一個美麗的家。



愛上爬格子

陳冠廷 · 新北市板橋區重慶國小五年十班

每次老師說要寫作文時，我總是如坐針氈，好想變成一顆氣球，隨風飄出教室。

後來，我決定報名寫作班，提升語文能力。上課時，作文老師教我們要先審題，就是看清楚題意，接著決定取材方向；取材時，要選擇與眾不同的題材，才能脫穎而出；布局時，段落要分明，頭尾要互相呼應。書寫要避免流水帳，修辭要優美，善用名言

佳句，舉例務必合適。

另外，我每天閱讀《國語日報》，觀摩優秀作品，學習寫作技巧；閱讀課外書時，深入了解語詞、成語的意思，並且運用自如，還時常參與體驗活動，觀察生活周遭的人事，同時尋找靈感。

唐代詩人劉禹錫說：「千淘萬漉雖辛苦，吹盡狂沙始到金。」透過持續的閱讀與練習，我發現我愛上爬格子的樂趣，希望有一天能夠達到蘇東坡說的「行云流水」的境界。

光榮小志工

周有義 · 彰化縣忠孝國小六年四班

極短篇

早上掃完廁所後，老師請我和另外一個同學去幫忙，一起收拾毒品模型展示櫃。透明的壓克力框裡，擺放各種現在最新流行的毒品，外表跟一般食物沒什麼兩樣，居然連糖果也有！

升旗時，老師利用毒品模型向全校說明毒品的多樣面貌，並呼籲大家不要輕易嘗試。展示櫃很重，抬起來雖然有些吃力，但能夠為全校服務，真是無比光榮。

2019 華夏徵文比賽

中華民國婦女聯合會 · 財團法人中華民國婦聯社會福利基金會 · 財團法人台北市華夏婦女文教基金會 · 財團法人國語日報社 聯合主辦

我的夢想地圖 長大以後，我想成為……


你想過長大後自己會做什麼工作嗎？請發揮想像力，試著思考未來世界會出現哪些職業；現在世界上有很多問題，例如海洋汙染、氣候暖化，未來你想從事什麼工作來解決問題？

組別及字數 國小低年級、中年級、高年級三組。

獎項 各組設立前三名（各1名）及佳作（10名）。
（以上得獎學生皆可獲得國語日報一年份及獎狀一張）

洽詢方式 電話：02-23921133 轉 1305，詳細內容請參閱國語日報網站或副刊臉書專頁。

10/28截止
以郵戳為憑 華夏徵文網址



長歌短吟

結局

文 / 洪于煊

(臺北市士林區中正高中二年八班)

你說你喜歡故事結局
妖嬈如花
我說蘭因絮果
未必是場悲劇

人生禁不起平凡寡淡
即使在焰火中相擁
也要錦瑟繁華
遺憾的結尾是道瀟灑的疤
漫長流年 春花凋落
只盼在塵世浮華
各相安好

金九四

文 / 邱偉桓 (臺中市豐原區豐東國中三年三班)

望著書櫃上那張比賽照片
，回憶像清甜的糖水漫過心
頭，心裡甜滋滋的，那是經
過一番奮鬥才擁有的甜美滋
味。
升小六那年暑假，管樂團
老師說要帶我們遠赴新加坡
參加國際管樂比賽。得知消
息時，心中五味雜陳，既期
待又忐忑不安，因為在國內
常有之事，累得大家筋疲力

在舞臺上，大家的目標齊
都快忘了怎麼走！
我緊張到身軀僵硬，連走路
劇。輪到我們粉墨登場時，
加坡地主隊，讓我們壓力加
前一隊是比賽常勝軍——新
我們是第八支上場隊伍，
於來到決戰這天。
辛苦訓練持續了半年，終
盡。
揮手勢一下，悠悠樂音響起
……我們的表演雖然不是
十全十美，但也相去無幾。
等待成績出爐的時光格外
漫長，大家如坐針氈。半小
時過去了，所有選手集中到
觀眾席屏氣凝神，靜候佳音
。當評審長念出：「臺灣隊
好甜。」

總會湧現一股美好的滋味——
詞，每當聽到這個稱呼，心頭
，這是象徵努力與榮耀的代名
多了一個稱號——「金九四」
亮的勝仗。回國後，我們樂團
這次出征，我們打了一場漂
熱淚盈眶，互相擁抱，淚水中
盡是喜悅！
這十四分，第一名。」全團成員
熱淚盈眶，互相擁抱，淚水中
盡是喜悅！

文 / 楊于函 (桃園市桃園區青溪國中八年四班)

停止偏見

偏見，常會讓我們偏離
事實，把認知一味的往某
方面的想，於是這些偏了方
向的想法，就會像一根根
針扎進別人的心裡。
國中剛開學時選班長，
老師說明當班長的門檻，
要我們三思，不要胡鬧，
所以沒人敢亂提名，只有
她自告奮勇舉手說：「我
要當！」然而她上任不久
後，大家慢慢發現她過於
自信，什麼都想做，卻無
法做得如自己所說，而她
一被罵就哭，同學間有了
不滿的聲浪。
「她憑什麼管我們，自
己都做不好。」她長得
那麼醜，又是愛哭鬼。」
「不自量力的人！」……
愈來愈多人不服從她，在
背後嘲笑、責罵她。
當時我跟她不熟，聽了
好友的批評後也隨之起舞
，不管她做什麼，都把她
做的事往負面解釋，完全
不去了解真相。我像被「
偏見」遮住了眼，沒有看
清事實，就盲從聽信同學
的說詞，用一根根看似微
小無害的針傷害她。
在一次分組中，大家快
速找好組員，只見她一個
人站在原地不知所措。這
時，有個同學默默走向她
，熱情邀她同組，不顧其
他人勸阻，跟她一起討論
，最後她們那組竟然得到
第一名。我不禁好奇她到
底哪裡好，怎麼有人願意
和她同組。
我決定拋開那些對她不
好的評論，重新了解她。我
發現她其實很熱心，當別人
有困難時，她總會義不容辭
幫忙，雖然不一定會幫到最
好，但一定會對當事人有幫
助，至少不讓對方感到孤立
無援。進一步認識、了解她
後，我十分愧疚之前對她的
偏見和所作所為，誠心的向
她道歉，她也大方原諒我，
跟我做朋友。
原來，偏見是如此盲目，
它會混淆事實，讓我們以為
投去的針沒有殺傷力，但時
間久了，它會變成一把把鋒
利的刀，傷害了別人。我們
不應該只聽信片面之詞就斷
定一個人的作為，讓偏見干
擾我們的判斷，而是應該先
了解事情真相，才能真正明
辨是非。

生活長鏡頭

魔幻湖

文·攝影 / 陳為澤 (彰化縣成功高中國中部二年七班)



一陣滂沱大雨後，教室對面的
樹林下悄悄出現一處小水池，油
亮的綠葉透點微光，讓水面倒影
更顯得魔幻！氣象報告說，又有
一波「雨彈」將轟炸全臺，我暗
自歡喜，雖然開學了，教室外的
風景想必很美，我絕對不會犯「
開學症候群」的。

看月亮

文／林良
圖／許臺育



月牙彎彎
天色暗，
貓咪狐狸坐著看，
等著等著睡著了。
彎彎月牙
雖漂亮，
不如一個
圓圓的大月亮。

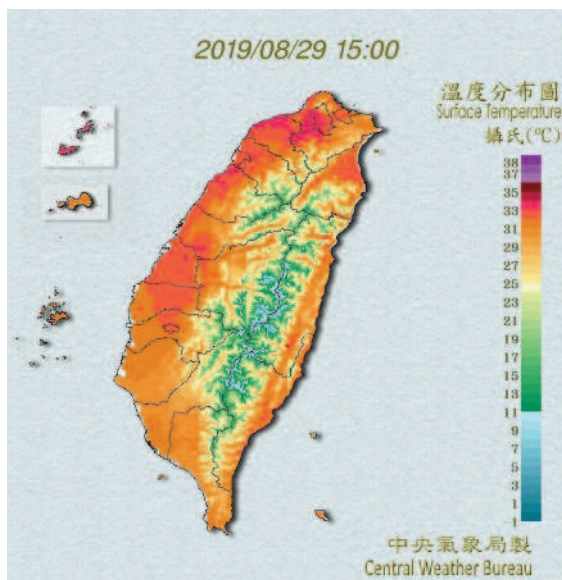
解讀資訊 為圖表說故事

作家的魔法教室

看圖說故事

5-2

文／陳櫻慧 圖片來源／中央氣象局



每一幅圖畫或照片，都可以經由想像賦予意義或故事。但有些圖呈現的是明確的資訊線索，這類的圖示經常出現在我們日常生活中，學習看懂圖中訊息，並掌握意義，除了擷取資訊，還可以把這些知識融合運用，進一步思考再創造。

理解圖像資訊

以與我們生活最密切有關的氣象圖為例，在中央氣象局網站「圖資專區」，可以看到每天最新天氣圖資，包括衛星、雷達、雨量、紫外線、即時閃電及溫度等。

從一旁的溫度色層表上，我們可以知道，不同顏色代表不同溫度，整個臺灣島只有中央山脈出現攝氏十二度到二十度的綠色區域，其餘各地都處在深黃與紅色層的高溫狀態。這樣一張「氣象資訊圖」，除了從顯示的顏色知道臺灣各地的氣溫外，如何從它「出發」，寫成一篇文章？

將資訊應用生活中

氣象跟我們的生活息息相關，尤其外出旅遊時，除了必須密切關心颱風消息外，從氣象資訊上，也可以查詢到各縣市、各旅遊景點的溫度、雨量。寫作時，可以寫出你如何將這些資訊應用在實際生活中。

【示範小短文】

趁著開學前的最後假期，爸爸開車帶全家到臺東旅遊。因正逢颱風季節，加上媽媽很怕天氣太熱和曬太陽，爸爸把查詢「氣象」的工作交給我負責。

我上網查氣象局的溫度圖

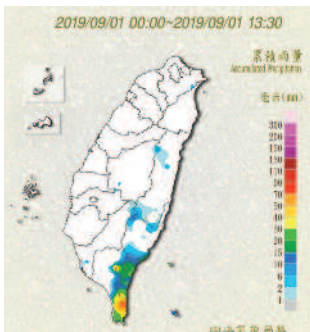
擴及環境關懷

氣象不僅跟我們的生活息息相關，更關係整個地球的氣候變遷，當熱浪、高溫來襲時，我們還可以躲進冷氣房裡；但因溫室效應造成地球暖化，使得北極熊等極地動物面臨生存危機。

【示範小短文】

寫作時，可以從臺灣的高溫現象，擴及全球氣候變遷所造成的生態危機；從個人忍受酷熱，擴大關懷受溫室效應影響的極地動物。

今年暑假天氣有夠熱，氣溫常飆高



作文小學堂
請閱讀「雨量累積圖」，參考上述寫作法，撰寫一篇短文。



認識膀胱功能 了解兒童尿液逆流

文 / 黃璣寧 (馬偕兒童醫院兒童感染科主治醫師)

不只女性易發生「泌尿道感染」，兒童也很常發生，要了解這種疾病，且聽我說個自編故事，跟著小細菌的遊歷認識膀胱：

小強是隻細菌，牠來自大腸桿菌家族。平常，小強跟大家住在人類的糞便裡，天天吃屎(真心不騙)。

有一天，小強和一群細菌朋友「不安於室」(誤)，溜到腸道外面玩耍，沒想到竟然闖進了一條小隧道(原來是尿道哇)。兒童的尿道特別短，小強和朋友們進入隧道後，往前奔跑沒幾步，立刻豁然開朗，映入眼簾是一個充滿尿液的超級「大巨蛋」！

沒錯，這顆大巨蛋就是大家所熟知的膀胱，裝著清澈無比的尿液。這群小細菌開心不已，在膀胱裡玩起水來。玩著玩著，細菌小強眼睛一亮，發現膀胱巨蛋的屋頂有兩個按摩噴頭，正強力的把尿液灌入膀胱中。「原來膀胱裡面還有SPA呀！」小強興匆匆的游過去，轉過身來，背部朝向噴水柱，享受肩頸按摩的舒適感。

尿液由腎臟製造後排出

這兩個「按摩噴頭」是什麼呢？它們就是「輸尿管」的開口。腎臟製造大量尿液後，透過輸尿管的運送，最終進入膀胱，理論上在正常孩子的身體中，這條路是只出不入的「單行道」：腎臟→輸尿管→膀胱→尿道→馬桶，沒有回頭路。

樣：正當小強享受SPA水柱之時，這顆按摩噴頭漸漸停止噴水。「怎麼沒水啦？」小強疑惑著，說時遲那時快，這顆原本是單行道的出水口，竟反過來產生巨大的吸力，把小強吸入輸尿管中！小強在黑暗中被迫逆流沖得暈頭轉向，最後一頭撞上腎盂的牆壁。身為大腸桿菌的牠，趕緊伸出細菌特有的纖毛，緊緊抓住腎盂的牆壁，不讓大水再把牠沖入輸尿管中。小強抬頭一看，發現這顆腎臟因為長年被逆流沖刷，有一部分已經支離破碎，失去了正常的結構。

泌尿道感染和尿液逆流

以上故事介紹的就是「泌尿道感染」，以及所謂的「膀胱輸尿管逆流症」。大約有百分之十的孩子，在膀胱與輸尿管這個原本應是單行道的孔洞，因為組織結構異常，變成雙向道，尿液得以在這地方上上下下回流。這種異常，在醫學上就稱之為「膀胱輸尿管逆流症」，或者簡稱尿液逆流。

雖然有這麼多孩子罹患這個疾病，幸好大部分是輕微異常，長大後都會痊癒，且對腎臟不會造成傷害。但有少部分四級或五級的嚴重尿液逆流兒童，他們的尿液在子宮裡就上下下下的沖打腎臟組織，導致出生時有輕度的腎臟損傷；加上出生後反覆細菌感染，也會傷害腎臟，所以這些孩子常常因不明原因發燒被帶去就醫，一旦被診斷為尿液逆流之後，醫生通常會開

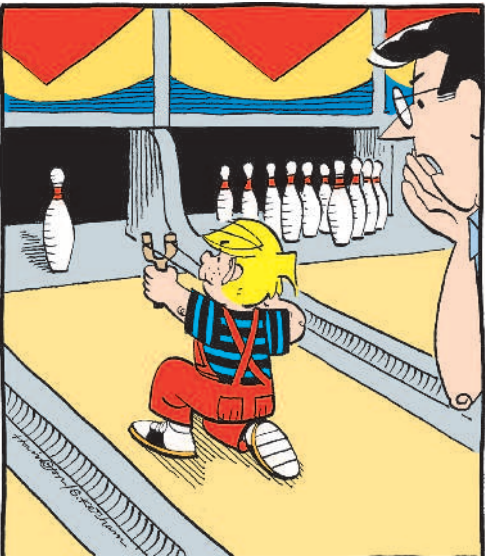
立預防性抗生素，或者安排手術矯治。以臺灣小兒外科醫師日益精進的開刀技術，對於極重度或已造成腎臟傷害的膀胱輸尿管逆流小嬰兒，基本上在1歲左右就可以藉由手術儘快矯正。但反過來說，那些輕度的膀胱輸尿管逆流，只要沒有造成反覆的泌尿道感染，對腎臟是沒有什麼影響的，家長其實可以放輕鬆，先排定期追蹤，等待它慢慢自行癒合呵！

淘氣的阿丹



譯 / 子敏

「阿丹，當心！別把自己也滾進去！」



親子練習課 寄物箱規則

文 / 吳吉田

每天回家都見兒女把衣褲鞋襪亂丟，飲料瓶罐扔得四處。我從碎碎念到破口大罵，孩子無動於衷，也未改善。當全家人坐下來開家庭會議，太太想出了「寄物箱規則」，全家人都贊成。於是，客廳擺放一個大紙箱，任何人只要在公用空間看見亂丟物品，都可以撿起來放進寄物箱。兒子祈求我們網開一面，太太堅持每個人都要遵守規則，兒子只能穿短一截的舊運動衣上學。

兒女經過幾次慘痛教訓，再也不敢隨意亂丟物品了。

爸媽來PK徵文

在校乖 在家壞 表裡不一怎麼辦

才剛開學，許多家長就發現小孩在學校很乖，回家脾氣卻很壞。請踴躍分享你家的情况和親子溝通術。文長三百字，9月26日截稿，請寄到本版信箱：edit12@mdnkids.com，註明姓名、身分證字號、戶籍地址、聯絡電話、稿費轉帳金融機構(含郵局)分行及帳號(附摺摺封面檔案核對)。主旨請寫「表裡不一」。

遲來的早期療育



早療兒確診繁複 恐錯過治療黃金期

►小宇戴著雙側人工電子耳，接受婦聯聽障文教基金會附設臺北至德聽語中心聽語教師的早療服務。
攝影／高修民



近年，政府大力宣傳早療黃金期，家長早療意識抬頭，但相關就醫、就學配套都力有未逮，兒童權益未如政府宣傳般的受到重視，而兒童早療耽誤不只是家庭問題，也連帶引發教育和社會問題。本系列專題透過個案故事，探究不同年齡段早療兒所遭遇的問題，並參照家長、專家意見，討論如何幫助幼童順利踏上「早療之路」，並邁向增能的目標。
報導／黃國甦

家長意見 專業治療師不足 盼政府培育

醫院早療課程每堂僅三十分鐘，效果有限，且多為日診，雙薪家庭的家長難以經常請假帶孩子就診。另外，孩子接受醫院聽力、語言等方面的評估與治療，都大排長龍，語言治療更是供需失衡。
有聽損兒家長指出，在帶孩子就醫的過程中，曾遇過沒有治療聽損兒經驗的語言治療師。家長建議，政府除了廣開院校培養專業人才，也應放寬語言治療師的資格認定，因為治療師的經驗或許比學歷更重要。

專家建議 結合民間資源 設立整合平臺

根據衛福部國民健康署一百零六年統計，在約十九萬名新生兒中，確診出七百九十八名聽損兒。臺大兒童醫院耳鼻喉部教授吳振吉表示，每年新生兒中，聽損兒占比約百分之一到百分之二，必須植入電子耳的重度聽損兒，約占比十分之一，目前健保僅給付一次（一耳），另一耳的植入自費為六十萬到八十萬元。此外，多數早療兒確診後，無法在醫院獲得充分的復健資源，建議政府在助聽器和電子耳等輔具，以及早療復健，應投入更多資源。
長庚大學早期療育研究所副教授黃靄雯說，建議政府比照國外作法，結合民間資源，建立明確

新生兒聽力篩檢複檢正常的妍妍（化名），兩歲多還不會說話，因無家族病史，父母對這狀況摸不著頭緒，帶她到醫院檢查，也不知應該掛哪一科，聽從友人建議掛號兒童復健科、兒童心智科，醫生前後評估就花了六個月；後來，輾轉掛號耳鼻喉科，三個月後才排到聽力檢查，確診為重度聽力損失。保母聽聞後立刻請辭，連一週緩衝期都不給。
父母向當初做新生兒聽力篩檢的醫院調取原始報告，但該醫院醫生表示，聽力測驗是簡單測驗，沒保存醫療紀錄。父母帶妍妍去其他醫院尋求第二意見，被社工批評浪費醫療資源。慌亂的父母瘋狂蒐集資訊，帶妍妍在醫院、各基金會、啟聰學校間做復健，卻發現每個機構教法不同，孩子吸收不了，這在某基金會定期復健。
早療介入太遲，妍妍雖然開刀植入電子耳，但語言、記憶、理解能力都發展遲緩。妍妍有個八個月大的妹妹，也確診為聽損兒，妍媽決定犧牲事業

帶孩子接受早療，卻還是分身乏術，她申請市府提供的臨時托育喘息服務，但只提供居家或特定期點服務，無法在她陪老大奔波早療時，幫忙照顧老二。她不再申請喘息服務，但她希望「喘息服務」的地點能有彈性，讓疲於奔命的早療兒父母能真正喘息。
妍媽認為，父母應負起早療兒的教育和復健責任，不該依賴醫生、教師或社福人員，但期待醫療體系能縮短特殊兒童的確診流程，避免延誤病情。

早期療育 Keyword

臺灣對於早期療育的定義，是指針對動作、認知、社會適應能力、語言、感官知覺低於兩個標準差的零歲到六歲發展遲緩特殊兒童，藉由治療介入增能。早療專業團隊由醫師和醫事人員組成，醫事人員有語言治療師、職能治療師、物理治療師、臨床心理師、社工師及個案師。其中職能治療師是維持個案生活品質的專家，負責處理個案生活遇到的所有問題，包括兒童進食、如廁、穿衣、遊戲及休息。



用摘要法玩剪報 3-1

運用圖像組織工具 增進讀報效能

實施《國語日報》閱讀教學，臺中市日南國小教師以剪報搭配摘要法，讓學生享受知識，也從中獲得樂趣。

文·圖片提供 / 曾薇庭 (臺中市大甲區日南國小教師)

進行剪報教學時，我除了參考國語日報社出版的讀報教育叢書《讀報Follow me》裡的教學策略，還運用洪夢華老師的摘要法，成效非常好，學生常做出令人驚豔的作品。

運用T圖 / T表摘要法 整理重點變簡單

學生剪報後，最常做的是寫出文章的大意或心得，「T圖

／T表摘要法」就是很好的摘錄重點的方法。它以表格形式呈現，T字上面寫主題名稱，左邊寫文章次標題，右邊寫次標題裡的重點。實施T圖／T表摘要法時，教師可以先說明T圖／T表的概念。

教師可以從《國語日報》裡找一篇有次標題的文章當作範例解說，以生活版的文章為例

，標題是「四種食物易生菌，小心保存快吃完」，文章裡有四個次標題，分別是牛奶或豆漿、生海鮮、切片水果、隔餐

適當，寫在表格的左邊。T字表格的右邊，寫出從次標題段落裡擷取的重點。擷取重點時，請學生用紅筆畫下每

段有幾個句號，表示該段有幾個重點。以牛奶或豆漿這一段

習寫十字方格表

養成寫摘錄習慣

為維持學習的新鮮感，教學策略必須有所變化。正好「十字方格表」和「T圖／T表」歸納整理重點的方式一樣，只是呈現出來的表格不同，很適合學生進階學習。

以生活版〈常吃肉鬆火腿罹癌風險提高〉為例，四個問題分別是：加工肉品為什麼可能致癌、加工肉品有哪些、如果想吃怎麼煮較安全、有什麼飲食方式可以減低加工肉品對身體的傷害，分別列在四個格子的最上方。

再以問題一為例，重點有三個，就寫在問題一的下方，其餘

餘以此類推。

這兩種摘要法整理出來的重點條理分明，適用於各領域課程。教師進行教學時要注意的是，十字方格表有四個表格，適用有四個子題的文章。

剪報後，我會讓學生以這兩種摘要法記錄重點，常看見明明已經下課鐘響了，或午餐時間到了，但學生都想一氣呵成完成作品

，都會讓我心中充滿感動與滿足。



▲▶用T圖 / T表摘要法整理重點。

四種食物易生菌 小心保存快吃完	
牛奶或豆漿	1.蛋白質類容易變質。 2.夏天放在室溫約兩三小時後就會變酸。 3.自製品密封後快食用。 4.沒喝完，要進冰箱。
生海鮮	1.生魚片，一小時，生菌數會暴增。 2.吃過量，易引起上吐下瀉、腹痛。 3.沙拉有生菌以避食外帶。
切片水果	1.容易出水的水果，如橙，培養細菌最好的環境。 2.切片水果，發現生味，切掉再吃。 3.吃多少切多少。
隔餐便當	1.隔餐隔餐食用。 2.天氣越熱，氣溫越潮濕，細菌繁殖速度越快。 3.食物放在室溫超過小時，不要食用。



常吃肉鬆火腿 罹癌風險提高	
問題一：加工肉品為什麼容易變質？	1.加工肉品含有防腐劑。 2.加工肉品含有亞硝酸鹽，與胺類反應生成亞硝胺。 3.加工肉品含有高脂肪，容易滋生細菌。
問題二：加工肉品有哪些？	1.香腸、臘肉、火腿、肉鬆、肉乾等。
問題三：如果想吃怎麼煮較安全？	1.避免吃過量。 2.在烹調時建議快速煮熟。
問題四：有什麼飲食方式可以減低加工肉品對身體的傷害？	1.選擇不那麼鹹的口味。 2.在買肉時建議快速煮熟。

▲十字方格表是歸納重點的好方法。

美國女童熱心公益 立志當總統



假期期間，除了在家休息，有些兒少選擇走出家門，度過不一樣的假日。美國女童麥瑞積極投入公益活動，助人為樂。澳洲女童佩姬則是在搭乘雲霄飛車時，意外遇到鳥擊，幸好有驚無險，而留下難忘的回憶。



▲▶美國女童麥瑞為兒少發聲（上圖）。她平常積極投入公益活動（右圖）。
圖片 / 翻攝自「mashable」網站 (<https://mashable.com>)



美國十二歲女童麥瑞，住在密西根州佛林特市，幾年前，當地爆發飲用水鉛含量超標的危機，促使她十分關注社區問題，為守護家園挺身而出，成為環境保護代理人。至今麥瑞持續利用時間投

入公益活動，除了幫家庭貧困的學生籌募返校制服，發起愛心捐款活動之外，還推動書香計畫，鼓勵學生培養閱讀習慣。根據美國「好棒兒童」網站報導，二〇一四年，佛林特市近十萬名居民在不知情的情況下，喝了鉛含量超標的飲用水，時間長達一年半，因而出現多起飲水中毒案例。二〇一六年，麥瑞參與居民自救活動，並為兒少爭取健康成長的環境，於是，她寫信給當時的美國總統歐巴馬，述說杜絕水汙染的重要。一個月後，麥瑞收到歐巴馬的回信，歐巴馬在信中寫著：「在美國，沒有事情比國民更重要，你願意代表佛林特市的孩子發聲，讓我對未來更樂觀。」

後來，歐巴馬視察佛林特市飲用水的安全問題，和民眾討論

這項環保行動結束後，熱心公益的麥瑞持續行善助人，參加教育公益慈善組織舉辦的活動，籌募超過約新臺幣兩千萬元的善款，幫助家境貧困的兒少，並捐贈書包、玩具及自行車等。麥瑞表示，歐巴馬一直是她學習的對象，希望藉由學習和成長，爭取到教育獎金，努力求學，期望未來能夠成為美國總統。

公共健康危機。結果發現，造成飲用水遭汙染的原因是，密西根州官員將供水來源從休倫湖、底特律河轉移到佛林特河，因沒有妥善處理而導致。白宮宣布，當地進入緊急狀態，七個月後，聯邦政府提撥相當於新臺幣約一億六千萬元的經費，修復供水系統。麥瑞也發起全美愛心活動，捐贈百萬瓶水給居民飲用。

入公益活動，除了幫家庭貧困的學生籌募返校制服，發起愛心捐款活動之外，還推動書香計畫，鼓勵學生培養閱讀習慣。根據美國「好棒兒童」網站報導，二〇一四年，佛林特市近十萬名居民在不知情的情況下，喝了鉛含量超標的飲用水，時間長達一年半，因而出現多起飲水中毒案例。二〇一六年，麥瑞參與居民自救活動，並為兒少爭取健康成長的環境，於是，她寫信給當時的美國總統歐巴馬，述說杜絕水汙染的重要。一個月後，麥瑞收到歐巴馬的回信，歐巴馬在信中寫著：「在美國，沒有事情比國民更重要，你願意代表佛林特市的孩子發聲，讓我對未來更樂觀。」

澳洲女童坐雲霄飛車 遇鳥擊

今年暑假對於澳洲十歲女童佩姬來說，在遊樂場搭乘雲霄飛車時，意外遇到鳥擊，成為最難忘的暑期回憶。

佩姬向英國《每日郵報》透露，當天她和叔叔密奇一起到黃金海岸的主題遊樂園遊玩。他們搭乘號稱當地最高的雲霄飛車，一路上忽高忽低，十分驚險。當她和叔叔開心大叫時，沒想到卻發生意外。當雲霄飛車急劇下降時，一隻大白鳥突然撲向佩姬，相當難忘，希望大白鳥不要受傷。

佩姬事後表示，希望鳥兒平安無事。

直接出現在面前，我非常害怕；我被困在坐椅上，不知該怎麼辦？」當時佩姬的叔叔密奇十分驚訝，在一旁張大了眼睛。

當飛鳥誤入雲霄飛車航道時，鳥嘴撞擊到佩姬的右肩，產生一道傷口。而雲霄飛車的錄影機，拍到佩姬和鳥相遇的鏡頭，她將畫面上傳社群網站後，吸引數萬人點閱；她也受邀上電視節目，分享奇遇。



◀▲澳洲女童佩姬（上圖左）與叔叔密奇，日前一起搭乘雲霄飛車時，意外遇到鳥擊。佩姬事後表示，希望鳥兒平安無事（左圖）。
圖片 / 翻攝自每日郵報網站 (<http://www.dailymail.co.uk>)