

國語日報

茶包含巨量塑膠微粒
塑膠茶包浸熱水 釋百億塑膠微粒 3版

適量飲食保安康
感受飽足感 別讓食物控制食欲 12版

中市內新國小新風貌
改造老舊校園 散發地中海風格 16版

送報到山巔
報紙讓我看見更大的世界

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

國人黏3C 每天十小時 眼疾年輕化



香港民眾譴責警方暴力

香港民眾昨天在各地集結，抗議警察在前天對一名抗爭的中學生近距離開槍。十月一日中國正在舉行大規模閱兵，展示該國的武力，對比警察以實彈射擊香港抗爭者的畫面，震撼全球。國際譴責香港警察過度使用武力，也呼籲雙方不要讓衝突再升高。

香港警方昨天表示，十月一日共逮捕兩百多人，使用一千四百發催淚彈，發射六發實彈，並稱警方行動「合理合法」。香港反送中抗爭持續延燒，警方近距離射擊抗爭者，更觸發民眾的憤怒與不滿。圖為香港的大學生帶著口罩，以手摀住胸口，譴責警方暴力。文/何靜茹 圖/美聯社

黃國魁 / 臺北報導

中華民國眼科醫學會昨天公布二〇一九年全民護眼趨勢，調查顯示，國人每天使用3C產品時數創新高，平均時數首度破十小時！與去年相比，民眾看電視時間持平，約為兩小時，但電腦與智慧型手機平均使用時數分別增加至四點九及三點六小時。扣除約七小時的睡眠時間，民眾每日約有三分之二時間，目光離不開3C產品。

這項調查於今年八月至九月，針對全國十歲

以上民眾以網路和書面調查，有效回收問卷約一千份。調查顯示，十歲到十九歲青少年約四成每天使用智慧型手機逾五小時，逾半數訂閱十個以上的YouTube頻道；三十歲以下年輕族群有三分之一每天持續看網路影片超過三小時，目前乾眼症和白內障均已呈現M型化趨勢。

眼科醫學會副秘書長孫啟欽表示，二〇一七年，十歲至三十歲年輕族群白內障就診人次突破三千人，和前一年度相比，增加百分之五點

四，增加率直逼六十歲至六十九歲老年族群的百分之六。

臺灣防盲基金會表示，3C產品普遍使用，導致眼疾「年輕化」且「嚴重化」，臺灣小六生近視盛行率為百分之七十一，大學則有百分之九十；依據一百零七年內政部資料推估，近視失明併發症將有三十萬至五十三萬人。眼科醫學會呼籲，落實「護眼三二一」：用眼三十分鐘休息十分鐘、每週至少兩次戶外活動、每年至少一次眼睛檢查。

黑潮像千層糕 臺大新發現登國際期刊

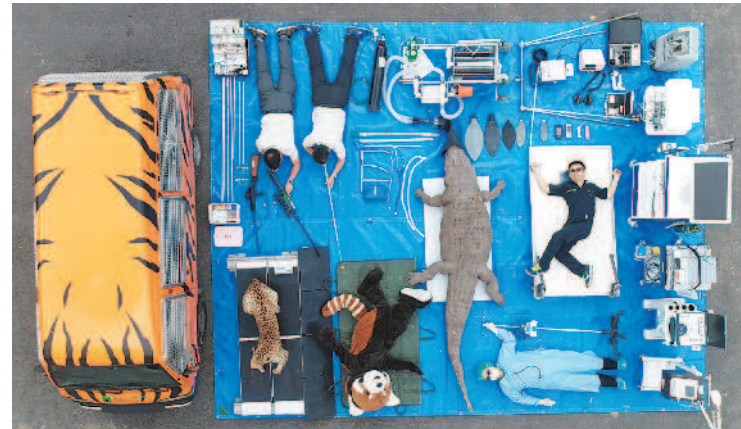
楊惠芳 / 臺北報導

科技部昨天宣布，臺灣大學海洋研究所所長詹森的研究團隊，利用水下滑翔機觀測，首度發現黑潮不是一支穩定的洋流，而是有點像「千層糕」，且搖擺不定，研究成果將有助於改善氣候變遷模擬數據，讓氣候預測更精準。

科技部次長謝達斌表示，這項研究成果屬世界少見的重要研究，已發表在Nature系列期刊《Scientific Reports》，堪稱黑潮研究的重大里程碑。

詹森表示，黑潮對沿途水文、生態、氣候有很大影響，與全球暖化、氣候變遷及颱風演化也有關聯。他指出，過去的研究都認為黑潮是一支穩定的洋流，但這項發現徹底顛覆科研界對黑潮的刻板印象。

這項觀測成果也促成臺大海洋所研究團隊獲邀加入聯合國教科文組織之下的「全球海洋邊界流觀測網」，負責臺灣東邊的黑潮永續觀測。



動物園行動醫院開箱 臺北市立動物園昨天公布行動醫院開箱照。該動物園目前照養約三百五十一種、兩千三百八十一隻動物，行動醫院只要接獲動物生病的通報，就得趕緊拎著行動醫療包，或是開著行動診療所「小虎車」前往看診。報導/阮筱琪 圖片提供/臺北市立動物園

教師居於課程改革的第一線，其專業素養和心理準備，攸關課程改革的成敗。十二年國教新課程的推動，教師扮演著關鍵角色。

日前金車文教基金會調查，就一〇八課綱，僅有兩成教師表示全面準備就位，還有八成教師未準備好，對於十二年國教新課綱的實施，實在是一大警訊。在教師心理未準備好的環境下實施新課程，要將學生帶向何方？能否收到新課程實施效果？的確令人存疑和擔憂。

社論 推動新課程 先打動教師的心

教育部據此項調查特別回應，從一零六年至一零一一年共投入四百五十億元新課綱相關經費，包括推動前導學校、精進課程教學與教師增能培力、充實師資員額與人力、完備設施設備與空間、課程宣導與溝通等措施，經費相當龐大。但若未有效激勵教師工作士氣、內在誘因和教師專業學習的動能，只靠外在的經費投入，恐怕效果有限。

課程改革或新課程實施，必須建立在教師的內在動機基礎之上，了解教師的需求，多去肯定教師、協助教師解決困難，激發教師內在動機，培養教師自動自發的精神，教師才能做好心理準備，自願參與進修，並主動分享進修成果。否則教育行政機關投入再多的經費和資源，打不動教師的心，也難以看到新課程實施的效果。

地方無修橋預算 中央：將挹注經費

阮筱琪、李琦璋、張彩鳳、黃國璽

／連線報導

宜蘭縣南方澳跨港大橋坍塌，引起全臺對危橋重視，包括臺北市民權大橋、鏽蝕嚴重的彰化縣芳苑王功漁港生態景觀橋、雲林縣海砂橋等。行政院副院長陳其邁昨天回應，目前二十年以上橋梁，每四年一次檢修，普遍維修比率百分之七十五。彰化縣、雲林縣政府表示，暫無預算維修。

土壤液化潛勢區，有安全危機，橋中間的外懸鉸接伸縮縫部分和原本剛建好時相差二十八公分、下陷三十公分。臺北市長柯文哲表示，市府每兩年會調查一次，並依照結果補強，工務局新工處針對民權大橋的調查報告這個月會公布。

陳其邁說，中央將支持地方預算和人力。監察院今年二月就曾表示，彰化、雲林、花蓮等縣市政府橋梁維修率偏低，須持續督導改善。另外，相關橋梁維護管理未訂定課責機制，也糾正交通部、內政部，要求行政院轉飭所屬確實檢討改善。

彰化縣芳苑王功漁港的生態景觀橋出現鏽蝕情形，縣府表示，景觀橋位在海邊，海風強烈，鏽蝕是普遍的現象，但縣府都會定期維護。去年爭取到中央前瞻計畫兩千萬元補強，九月底才剛發包。

臺北市連接內湖區、松山區的民權大橋，今年年初遭指位於

橋一百零五年檢測報告，檢測報告內容雖有提到護欄、路燈鏽蝕，但未指出鋼索鏽蝕，也未建議改善。

原鄉孕婦就診難

新生兒死亡率高

黃國璽／臺北報導

衛福部長陳時中昨天前往立法院備詢，立委陳瑩指出，去年原鄉新生兒死亡率約千分之七點五，高於全國近一倍；原鄉原住民新生兒死亡率高達千分之九點一，是原鄉漢人新生兒死亡率的一點七倍。原鄉新生兒死因主要為周產期照護問題，花東婦產科診所集中在市

區，偏鄉孕婦就診。陳瑩表示，臺東每年約一千名新生兒，卻只有十三家婦產科診所。衛福部採交通補助，但難以彌補孕婦舟車勞頓的不適，產檢意願低，相關政策未對症下藥。衛福部醫事司長石崇良回應，已針對原鄉進行在地婦產科人才培育，並計畫派兒科醫師到原鄉服務。



新古典舞團新劇場

國立傳統藝術中心邀請新古典舞團製作的舞劇《客風·廢墟後生仔》，明天起在臺灣戲曲中心演出。全劇以客家村落為背景，分為黃昏市場、家、工地角落及工人之歌等段落，透過舞蹈探討高風險家庭的少年問題，藉此關懷青少年，也希望臺灣舞蹈走出自己的風格。

托嬰中心虐兒 衛福部未公開完整資訊

黃國璽／臺北報導

衛福部部長陳時中昨天在立法院備詢，立委黃國昌質詢，近年多起虐兒、超收的托嬰中心事件，衛福部平臺專區卻未公告，或只公開托育人員姓名而未公開托育中心名稱，家長難以近用，應予檢討。

此外，臺中市某托嬰中心發生不當照護事件，且有監視器錄影為證，疑似因此虐死幼兒，但市府未公告也未裁罰，還利用市府網站為業者撤清責任。陳時中表示，未來修改相關法規後，將公開托育中心名稱，本週也會了解臺中虐兒致死案件。

加國研究 茶包恐釋出上百億塑膠微粒

文／蔡志浩
圖／達志影像



▲加拿大最新研究顯示，塑膠茶包釋出的塑膠微粒數量遠遠高於瓶裝水。

根據加拿大麥基爾大學研究人員九月二十五日發表在美國《環境科學與科技期刊》的最新研究，有一些茶包可能會釋出數十億、甚至上百億顆塑膠微粒，明顯高於一個人全年估計攝取的塑膠微粒數量。不過，世界衛生組織（WHO）表示，迄今沒有證據顯示，攝取塑膠微粒會對人類健康構成威脅。

大部分市售茶包用紙袋包裝，但部分品牌茶包改用塑膠，這些塑膠茶包正是研究人員的測試對象。

麥基爾大學研究人員測試市售的四種塑膠茶包，把茶包打開後，浸入攝氏九十五度的熱水中五分鐘，再用電子顯微鏡和光譜儀分析，結果發現，茶包會釋出約一百一十六億顆塑膠微粒，以及三十一億顆更小的奈米塑膠微粒到杯中，而肉眼完全看不到這些粒子。

根據今年六月在《環境科學與科技期刊》公布的另一項研究，一般人每年吃下至少五萬顆塑膠微粒，同時吸入相同數量的塑膠微粒。

麥基爾大學研究人員赫南德茲女士表示，相對於其他研究，如瓶裝水的塑膠微粒含量，他們很訝異茶包釋出的塑膠微粒數量這麼高。她說：「真的沒必要用塑膠包裝茶葉，它們最後變成拋棄式塑膠製品，這不僅讓你吞下塑膠微粒，也造成環境負擔。」

對此，WHO指出，截至目前為止，沒有證據顯示，攝取塑膠微粒會對人類健康構成威脅。但WHO也說，需要進行更多研究，以充分了解這些塑膠微粒如何擴散至環境中，以及對人類造成什麼影響。

主編 何靜茹 週一~週六 國際時事報導 週日 大千世界妙事多

國立中興大學創校百年

紀念郵票 指導單位：中華郵政股份有限公司 文／亞 萱 圖／卓昆峰

國立中興大學自民國八年創校迄今已有百年歷史，是臺灣第一所農業高等教育學校，培育許多國內重要的農業人才。中華郵政為共襄盛舉，在一〇八年十月九日發行「國立中興大學創校百年紀念郵票」一套兩枚，推薦給中興大學的校友和師生，及所有與中興大學有緣的朋友。

- 一、中興大學校門（面值8元）：臺中市興大路的校門，採中西合璧設計，有德國柱式設計及中國牌坊造型，是中興大學重要的建築表徵。
- 二、中興大學小禮堂（面值28元）：是校園內僅存的早期代表性建築，過去是用來集會、演講等活動的講堂，現在則是學生舉辦展覽及表演的地方，充滿許多校友共同的回憶。



廣告組企畫製作

今年是我的母校中興大學創校百年校慶。

回外婆家時，媽媽還帶我逛過中興湖呢。

哇，原來它年紀這麼大了！

中興湖的形狀像中國地圖，還有臺灣和海南島形狀的小水池。

聽說中華郵政特別發行創校百年紀念郵票。

對呀！我要去買來收藏。

那集郵教室上課，不就可以看到。

你們要認真念書，歡迎來當我的學弟、學妹啾。



當代藝術家

從美感切入生活

小檔案

吳怡蒨，國立臺灣師範大學美術系畢業後，前往美國紐約普拉特藝術學院就讀，獲得電腦繪圖系碩士。曾於高中和大學任教，現在是專職藝術家。

文·攝影／羅吉希 圖片提供／吳怡蒨



職人來介紹

藝術家給人的印象就是浪漫又悠哉，但其實以創作為生的職業藝術家必須安排定期展覽，督促自己完成作品，增加被看見和被購買的機會。

蒐集資料籌備展覽

藝術家會以自己關注的議題當作創作主題，研讀相關資料，蒐集媒材。例如，吳怡蒨關心臺灣用藥的整體狀況，所以除了閱讀大量醫學資料外，也蒐集許多藥盒和說明書；接著，她將蒐集到的藥盒整理成適合的畫材，再開始動

經驗談

要怎麼創造讓人驚豔的展覽？

吳怡蒨認為，現在的藝術品不再是有錢人的專利，也不再以表達「美」或「真實」為最主要目標，而是希望幫助人們反思環境變化和生活意義，所以戰爭、疾病、死亡、環保等都是

手製作。

吳怡蒨指出，每次展覽大約需要二十幅作品，通常要在完成百分之六十的作品後，才能開始洽談展覽事宜。藝廊、美術館或規模不同的藝術博覽會，是較常見的展覽空間。

展覽舉辦的時間和地點

確定後，藝術家會依據展覽性質和展覽空間，以合適的創作表現手法，繼續完成其餘百分之四十的作品。每場展覽大約需要兩年的預備時間。

前往展場蒐集反饋

展覽期間，藝術家的工作並不只是將作品陳列好

當代藝術關心的議題，像她就蒐集大量藥盒作為創作媒材，表達對用藥情況的關切。

做些什麼事？

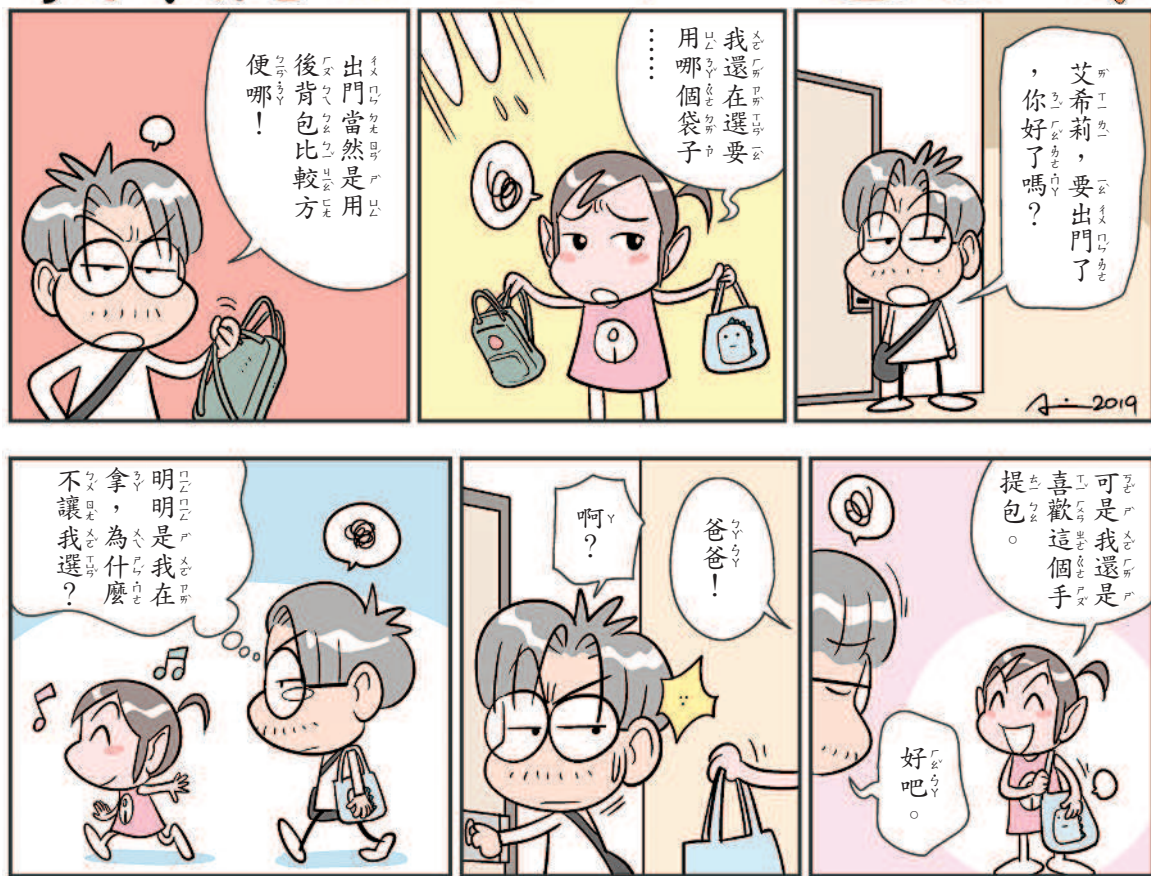


藝術品尺寸會直接影響視覺衝擊效果，如果要完成大件作品，就要預備比較大的工作空間，才能放置素材、進行創作。

展覽期間，藝術家會駐守在展覽介紹創作理念，也了解參觀者對展覽的觀感和想法。

艾希莉遊地球

編繪 李勉之



峨嵋學園

編繪 黃俊維



魏管家的古堡夜譚

14

編劇 / 許志誠
漫畫 / 柯智元



文·圖 / 鄭元春

滿地榮耀 勛章菊與金盞花

兩位菊科主角都有亮麗的大型頭狀花，相當受歡迎呢！



▲橘紅色的金盞花。



▲金盞花側面酷似杯子。



▲金盞花像萵薹的葉也可以食用。

一花雙色如勛章

勛章菊是典型的菊科植物，它有輻射狀開展的舌狀小花，也有小而密集的筒狀小花。舌狀小花的顏色與斑紋變化多端，呈現出如勛章一般的模樣，名字取得十分貼切。老家在南非的勛章菊，



▲不同品種的勛章菊，呈現花團錦簇的美景。

原本是多年生草本植物，但是園藝上為了美觀，往往在種植一兩年後，就會將老株拔除，重新栽種。勛章菊可以說是沒有莖的植物，葉子直接從根部附近長出；葉片呈狹線形，有時呈羽狀分裂；白色的葉背更是獨特。

「金盞」指的就是金色的杯子，這樣的花名取得貼切嗎？答案是肯定的。金盞花的花色呈金黃或橙黃，從側面看它的整個頭花，的確就像個酒杯。金盞花的故鄉在歐洲南部的地中海沿岸，株高約十至五十公分；長橢圓形的葉片

未開花時，植株顯得相當矮小，開花後，花莖向上挺立，最高可達十五至三十公分；每一枝花莖上只開一朵頭狀花，舌狀小花位於外側，基部有深色斑紋，讓整個頭狀花更加吸睛。目前各地栽培的大多是改良後的雜交品種，目前鄭叔叔看過金黃、橙紅、紫紅、橘色、米白，以及多種不同組合的雙色花，如果把不同品種的花全都拍下，再同框一起觀看，一定超級迷人。可賞可食的金杯

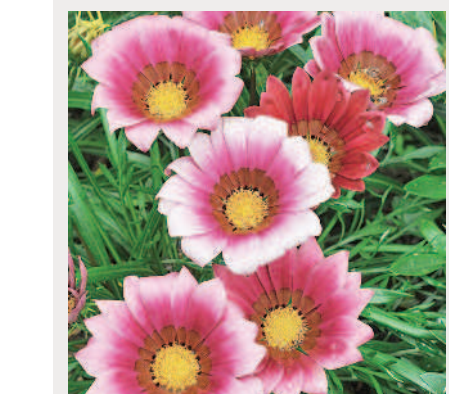
都是理想的作法。九月至十一月間，直接下種在花盆或苗床中即可；用土以細沙混合黏質壤土，並加入少許腐葉、雞糞等堆肥最佳。它同樣喜歡充足光照，所以最好將它種在空曠處，或盆栽，或成片種成花壇，都是理想的作法。

除了最熱的七月和八月外，其他時間都可進行勛章菊繁殖、育苗，只要氣溫不高於攝氏三十度，就可順利栽培成功。它喜歡生長在陽光充足的場所，難怪又名「非洲陽光菊」。金盞花的播種時間最好在

肥厚，整體模樣有點像萵薹，事實上，它的莖葉與頭花還真的都可以用來做菜呢！鄭叔叔曾經播種、育苗，細心施肥澆灌，挑選開花前的肥嫩苗株來炒肉絲；等開花後，再採鮮花來做生菜沙拉，或裹麵糊加蛋汁，油炸成香酥脆天婦羅，滋味很不錯。喜好陽光愛涼爽繁殖勛章菊可採用播種、分株或是芽插等方式，只要將老株分成兩三分，每分各帶一些根與葉，就可重新種植。

菊科是植物界的超大家族，不但種類繁多，頭狀花的構造也頗富變化。勛章菊與金盞花的頭狀花，都是由外圍的「舌狀小花」與中央的「筒（管）狀小花」共同組成。由於舌狀小花是以輻射開展的方式整齊排列，因此也稱輻射狀頭花。

一朵菊花兩樣形



▲不同顏色品種的勛章菊。



陸吾與開明獸2
(每週週三、週四刊出)

開明是陸吾的血

二之二

文 / 黃秋芳
圖 / 徐建國



英昭和陸吾一樣，也是個管家，不過，他是個清閒的「同行」，只負責打理天帝位在崑崙山東北四百里外的「槐江山別墅」。

槐江山秀麗清俊，絕美的丘陵江從這裡發源，清澈的初泉映著陽光，金輝閃閃，看起來帶著點暖洋洋的奶油香，其實很冷；往北注入湖水時，冰涼澈骨，盛夏時清涼如秋夜，最適合「避暑」。

一整年，英招就忙這個「旅遊旺季」，盛夏負擔少，玩樂最放縱，客人來調，警衛要「低調」，才

來去，到處都搞得亂七八糟的，需要費心整理。入秋後，人煙漸少，他就趁這些清閒時日，四處閒逛，交了很多好朋友，也互相交換很多神奇魔法，讓他有實力參加各種征伐邪神惡鬼的戰爭，在神靈界很受尊敬。

當陸吾正在替開明規畫看守崑崙山需要的「小幫手配備」時，英招就以「管家同行」的立場，拚命推荐一定要加上超級好用的翅膀，即使陸吾反覆強調，警衛要「低調」，才

能發揮「出其不意」的效果。英招也千方百計改成「隱形的翅膀」，幾近強迫推銷的反覆強調，緊急時可以派上用場！

兩個大管家的爭論，多像開明擁有兩個爸爸，在他上學前正在辯論，到底要上哪個學校？要填哪個科系？還有，要參加哪些社團？學會哪些特殊技能啊！

最後，怕這隻可能會變得頑皮的看守獸失控，陸吾終究沒有為開明準備翅膀。

為了應付「緊急狀況」，兩個人商量後，加上必要時可以打開的「洞察萬物、預卜未來」按鍵。

不過，開明獸出生後他們才發現，「洞察萬物」和「預卜未來」太耗能量了，往往一開啟就需要大睡幾天才能補足精神。淘氣的開明覺得不好玩，很少啟動「預卜未來」按鍵。

和陸吾的低調安靜相比，開明更喜歡自由瀟灑的英招。他覺得最好玩的日子，就是英招來崑崙山時，這一大一小都是「玩家」，兩個人都很「愛現」，志趣相投。英招總是笑：「真不枉我費盡心血！這孩子不錯，很像我。」

開明沒有把英招當成長輩，而是認他當超級好朋友。

為兒童寫詩

鳥

◎黃筱茵

陽光浮現時，
拉著雲朵的彩帶飛上天空，

練習像一片葉子那樣掉到地面，
或者噦噦喳喳的，
一邊講話，一邊排隊。

雨水滴滴答答時，
就躲在葉子間休息。

每一天都是飛行的好天氣喲，
因為我們是鳥啊！

中篇連載故事 14

**東山村的
化裝大遊行**

文 / 亞平

「不，你不是猴精！」

「兄弟，別這樣嘛，何苦礙著我的生計！」

「你不但不是猴精，還誣蔑猴精！」

「所以呢？」要戲的人也生氣來了。

「所以我要和你比劃比劃，撕下你的假面具！」

圍觀的人見有熱鬧可看，紛紛開始鼓掌。

「比比比，誰怕誰！」要戲者憤恨的說。

「但要比什麼呢？」一位身材矮胖的大叔居中協調，「那就先比比身手吧！」

話才出口，兩隻猴精就纏上了。

進出開刀房

蔡盈玥 · 嘉義市民族國小二年一班



兩個月前，我進手術房接受開刀治療。爸爸媽媽說，我出生一個月時得了骨髓炎，左腿因此長得比較慢。先前我的左腿已經開過兩次刀，醫生把我的左腿拉長，並在腿骨打進鋼板，這次是要把鋼板拿出來。

開刀前一天，護士把寫有我名字的綠手環戴在我右手上，為我量身高、體重，再帶我去照X光、測心電圖及抽血。抽血時，針刺入肌肉的疼痛使我難過又生氣，因為開刀的傷口很痛，而且開完刀，我只能待在家裡休息，無法像其他人那樣到處玩。

開刀那天，我一直想吐，不知道是禁食的關係，還是睡眠不足的緣故。難道只是因為我太緊張？護士推著坐在輪椅上的我去開刀房，離開刀房越近，我的拳頭就握得越緊。雖然有媽媽陪我進開刀房，我的身體仍無法控制的一

直發抖；進手術室後，我努力抑止尖叫的欲望。

護士叫我躺在病床上，將幾個連接著一具機器的東西貼在我的胸部上，又為我戴上氧氣罩，並要我吹一個灰灰長長的氣球。我吹了幾下，不知不覺的睡著，再睜開眼睛，人已經在恢復室，強忍著頭暈和傷口的痛楚詢問媽媽，才知道手術進行了一個多小時。

雖然接受開刀手術很不舒服，休養期間又要拄著助行器才能走動，很不便利，不過，我因此變得比較勇敢了。以後不管遇到什麼困難或恐怖的事，和進開刀房一比，全顯得不足輕重，又有什麼可怕呢？

為壁虎唱歌

賴頤睿 · 臺南市北區文元國小二年七班

我和妹妹很怕壁虎，每次在家裡的牆上看見壁虎，我們都忍不住尖叫，然後逃離現場。雖然爸爸媽媽說過壁虎不會咬人，我仍害怕壁虎。

有一天，我和妹妹在奶奶家房間玩遊戲，妹妹看到牆上有一隻小壁虎，大喊：「姐姐，有壁虎！我好害怕。」然後放聲大哭。我也害怕又慌張，但想起爸爸說過的話，決定鼓起勇氣，拉著妹妹的手對她說：「別怕，壁虎不會咬我們。我們一起想辦法把壁虎趕走。」

我先用力拍拍手，妹妹也跟著我拍拍手，這時小壁虎竟然往上爬了幾步。妹妹擦擦眼淚說：「姐姐，我們一起唱歌給小壁虎聽。」於是我們編了一首歌，叫「小壁虎快回家」。我和妹妹邊唱邊笑，等我們唱完，小壁虎已經爬上天花板，消失不見了。妹妹開心的笑著，我也鬆了一口氣。

有了這次經驗，我不再害怕壁虎，如果下次再看到壁虎，我會對牠說：「謝謝你幫我們抓蚊子！」

熱門話題 師長的智慧金句

朱品蒨 · 彰化縣鹿港國小四年甲班

有一次，我們班要清掃大辦公室，大部分的人對清理廁所閃閃躲躲，只有我如同乖巧的貓咪認真打掃。

我汗流浹背的刷牙刷，拖呀拖，老師看到我搖搖晃晃的提著水桶，立刻像火箭似的衝過來，接過我手中的水桶。

回到家後，老師滿的福氣。

「人要知福，惜福，再造福。」並且不斷讚美我，說我懂得為老師和自己造福，我登時害羞得臉紅了！

後來我想一想：該怎麼做，才可以再造更多福氣呢？有了！我決定要更關心同學與幫助大家，為全班累積滿滿的福氣。



游泳真快樂

陳祈嘉 · 苗栗縣通霄國小四年三班

百變小學生

楊泳紘 · 臺中市梧棲區梧南國小四年甲班

童詩 童心

玩躲避球時我像蜻蜓左閃右躲打不到我游泳時我像條魚無拘無束好自由跳舞時我像電動馬達屁股扭不停

上學來不及時我的頭髮像雜草臉羞紅得像蘋果拜託不要一直看著我

小菜農的樂趣

王尚祐 · 臺中市潭子區潭陽國小五年九班

自然課時，老師告訴我們要種菜。老師先將全班分組，並指定種植的蔬菜，我們這組種的是小白菜。老師把培養土和一般土壤混合以後，就讓我們播種。

我們每天澆水、除草，希望種子快快冒出芽來，沒想到一天、兩天、三天、四天過去了，卻一點動靜都沒有。到了第五天，就在我們一度想放棄時，它終於從

土裡探出頭來，每個人都高興得直想翻跟頭。

只是誰也沒料到，好心情只維持一天，第二天，一到學校，竟發現小白菜只剩下菜根。經過我們尋尋覓覓後，終於在盆栽角落找到了凶手——菜蟲。「要怎麼處置牠們呢



？」大家七嘴八舌討論著。在老師的建議下，我們將牠們驅逐出境，趕到教室外面的草地。

後來，老師教我們製作天然的殺蟲劑——辣椒水，重新播種以後，試用了幾次，效果絕佳。從此，可惡的蟲子再也不敢來撒野了。

等等，盼哪盼，終於盼到收成的日子。我摘回家讓媽媽炒給家人吃，味道還真不錯，我想可能是因為我親手栽種的關係吧！

這次課程不僅讓我觀察到小白菜的成長，體驗農夫的辛苦，同時領略種菜的樂趣。

魔術方塊的魔力

鄭琳 · 臺北市萬華區光仁小學五年愛班

有一天我上網隨意瀏覽時，看到有人上傳一張未完成的魔術方塊圖片，下面寫著「放棄」兩字。我心想：「魔術方塊真有那麼難嗎？」我好奇的查詢相關資料，準備好魔術方塊，開始朝完成六面前進。

剛開始，我跟著網路上提供的步驟轉了一次，但沒有成功，第二次又犯了前一次的錯誤，當然還是失敗。第三次、第四次……直到第十次，仍卡關

，我的耐性和信心逐漸消磨殆盡。原來，魔術方塊沒有想像中的簡單，我終於能體會上傳者的心情。

當我正準備舉白旗時，突然想到老師曾經說過：「哪有不磨而利的劍？哪有不跌而飛的鷹？讓自己在失敗中學習，才能磨鍊心性。」這句話鼓勵了我，我耐著性子一遍遍觀賞教學影片，並記下出錯的地方，經過一次次修正後，終於成功了。

爸媽看到我的堅持，都稱讚我很有毅力，我也多了一項表演才藝。最重要的是，讓我體會到「失敗為成功之母」的真諦。

極短篇

心愛的麗紋石龍子

呂喬恩 · 澎湖縣中山國小五年一班

我心愛的寵物叫麗紋石龍子，閩南語叫「狗母蛇」，牠是鄰居阿伯在田裡抓到送我的。因為牠身體的顏色很像可可豆，所以就把它取名叫「可可」。

可可身上有五條金線，希望阿伯能再抓另一隻石龍子送我，讓我湊成可愛的一對寶。

家有兩隻貓

林稚鎮 · 宜蘭縣光復國小五年平班

我家有兩隻可愛的小貓，橙色的叫「嚕嚕」，黑色的叫「花花」，我很喜歡牠們。

嚕嚕是彈跳高手，有一次竟然跳到客廳的天花板。誇張的是，當牠從天花板跳到貓籠時，

熱門話題 師長的智慧金句

鄧安富

臺北市大同區大橋國小六年乙班

電影《三個傻瓜》裡，男主角有一句經典臺詞：「Aal izz well。」（All is well.）意思是「一切順利、一切安好」。

老師把這一句話拿來當作班上樂樂棒球比賽的加油口號。

神奇的是，這句話真能讓我們不安的情緒穩定下來。比賽時，如果出現失誤或比數相差太多的情形，只要一句「Aal izz well.」，大家馬上冷靜下來，再度充滿信心的面對比賽。



北港車頭 陳亮瑾 · 嘉義市志航國小六年四班

散文詩坊

板擦

文／李長青
圖／許臺育

有一個乾淨的字被寫錯了，我望著光滑的黑板，慶幸有板擦的庇佑。

有一組流暢的數字被放錯地方了。我望著比題目還要巨大的答案，慶幸著板擦的玲瓏。

有一句美麗的課文被抄錯了，我望著教室與天空的不調和，慶幸板擦居中存在。

有一列著名的公式被引錯了。我望著虛無的結果，慶幸板擦仍未老去。

有一天，我回頭看見我自己，卻找不到一塊完整的板擦。

這首散文詩以「板擦」為題，前面四段都是鋪陳，說明了各種失誤皆可挽回，但是當讀者讀到第五段時，就會有恍然

一次。從第一段到第四段，都是作者的「舉例」。這些例子都圍繞

大悟的體會：「有一天，我回頭看見我自己，卻找不到一塊完整的板擦。」

這個體會就是：人生的過程，往往有一些時刻是無法重來

的。從第一段到第四段，都是作者的「舉例」。這些例子都圍繞



繞真實生活裡「板擦」的功，能加以描寫；無論文字或數字、課文或公式，都是經常出現在黑板上的「訊息」。

然而，訊息傳達總會有失誤的時候，此時就需要一個可以「更正」的機制，而這個機制在這首散文詩裡就是板擦的角



至此，文本已產生意義，也就是板擦的任務分配與擦拭過程的描寫都已完成。但是，文學作品經常需要「以小喻大」，以產生更大的心靈震撼，因此作者筆鋒一轉，場景來到人生的路途，寫出我們每個人，回首前塵、回望來時路的時候，心中難免會有一些遺憾：「有一天，我回頭看見我自己，卻找不到一塊完整的板擦。」

有一句話說：「誰能以深刻的擦。」古希臘的詩人埃斯庫羅斯曾說：「沒有人能平安無事度過一生。」意思是說，考驗與試煉、失敗與挫折，都是很正常的事，只要我們能在其中學到寶貴的經驗，也就不枉此生。有過經驗，記取在心，就能避免重蹈覆轍，我們也就等於找到了——生命的板擦。



美感的滲透

文／羅德

在很多人心裡，美感可能處在一個比較邊緣的位置。缺乏美感會怎樣？好像不會怎樣，房子醜一點不是照樣住，車子難看又如何，能跑就好。這種功能取向的觀點固然言之成理，但如果我們細想美感

與其他領域的關係，似乎會有不少思考空間。試想想看，一個人如果隨時要求他家的客廳有條不紊、一塵不染，我們不難想像他是個如何嚴謹的人；反之，如果他家裡凌亂得像垃圾堆，東西亂擺

，廚餘不清理，那他會是怎樣的人呢？也就是說，美感並非獨立的事，你對美的體認、判斷、接受，在在都影響你生活中的其他面向。

伊格頓在《美感的意識形態》一書中提到，美感在當代歐洲為什麼那麼重要，是因為我們在談藝術

時會觸及許多問題，而這些問題是中產階級在爭取政治領導權時的核心問題，譬如自由、自主性、自我決定、自律性、特殊性和普遍性等。

從這角度看，美感的培養在當今講求自由民主的社會裡，並不是一件可有可無的事，它與我們社會

要，是因為我們在談藝術時會觸及許多問題，而這些問題是中產階級在爭取政治領導權時的核心問題，譬如自由、自主性、自我決定、自律性、特殊性和普遍性等。

從這角度看，美感的培養在當今講求自由民主的社會裡，並不是一件可有可無的事，它與我們社會

要，是因為我們在談藝術時會觸及許多問題，而這些問題是中產階級在爭取政治領導權時的核心問題，譬如自由、自主性、自我決定、自律性、特殊性和普遍性等。

從這角度看，美感的培養在當今講求自由民主的社會裡，並不是一件可有可無的事，它與我們社會

要，是因為我們在談藝術時會觸及許多問題，而這些問題是中產階級在爭取政治領導權時的核心問題，譬如自由、自主性、自我決定、自律性、特殊性和普遍性等。

從這角度看，美感的培養在當今講求自由民主的社會裡，並不是一件可有可無的事，它與我們社會



What Are You Up To?

你在忙什麼？

文／家寧 圖／Salt & Finger 審閱／Star Zhang

Ernie walks to school and he usually meets Jackson at the convenience store. This morning, however, after waiting for over ten minutes, Jackson didn't show up. Since he was going to be late, Ernie had to go to school alone.

爾尼都走路上學，並和傑克森約在便利商店見面。但今天早上爾尼等了超過十分鐘，還是沒看到傑克森。因為快要遲到了，所以爾尼只好自己去上學。

Jackson was late today! I didn't see him at the convenience store.
傑克森今天遲到！我在便利商店沒遇到他。

He's seldom late, is he? Ah, here he is.
他很少遲到的，是嗎？啊，他來了。

1 Learn more

He's seldom late, is he?
是所謂的「附加問句」，用意強調這句話的正確性，並希望獲得認可。用法不難，逗號前後兩句皆用同個be動詞，但一個肯定，一個否定（本例句中，seldom為否定）。

Examples

Chandler is a nice boy, isn't he?
錢德勒是個好男孩，不是嗎？

Gordon isn't happy today, is he?
高登今天不開心，對吧？

Jackson, you didn't show up at the convenience store. Couldn't you just make a call first?
你今天沒出現在便利商店。不能先打個電話嗎？

Sorry, I was in a hurry. I didn't have time to give you a call.
對不起，我那時很趕。沒時間打電話告訴你。



2 Learn more

You didn't show up 你沒出現／露面／抵達……。
show up是個好用的片語，可以表達某人沒有出現的狀況，不論是某個地點或工作場合都可以使用。

Examples

I didn't show up because I was sick today.
我今天沒去是因為生病了。
Pip never shows up on time.
小皮總是遲到。

By the way, you look tired. What are you up to?
對了，你看起來很累。你在忙什麼？

I read the novel until midnight. I just couldn't put the book down. It was so interesting.
我看小說到半夜。我就是停不下來，這本小說太有趣了。

3 Learn more

What are you up to?
這句可以表示善意的「你（最近）在忙什麼？」「你進展如何？」也可以等同What are you doing? 或責罵人：「你在搞什麼鬼？」

Examples

What's that smell?
What are you up to?
Cut it off.
那是什麼味道？你在搞什麼鬼？別弄了。

Activity 小遊戲

請寫出附加問句。

1. Ernie is smart, _____?
2. Sophie can eat a lot, _____?
3. Jackson wasn't on time today, _____?
4. Zoe's novel is interesting, _____?



Ans: 1. isn't he 2. can't she 3. was he 4. isn't it

難度：★★★（星星越多，難度越高）

追求健康 從控制適量飲食做起

文／張楷杰（神經科主治醫師） 圖／達志影像



▲美食當前快樂無比，很容易不知不覺就吃下過多食物。

現代人引入「肥胖」與「代謝症候群」的困境中。吃東西的目的不再是因為飢餓，也不是為了生存，而是為了獲得快樂的心情。回顧一下自己的經驗：吃完一頓大餐後，店主人溫暖的端出一碟精緻誘人的甜點，總讓人想再嘗嘗；或是在一點都不覺得口渴，卻對飲料店的奶茶茶難以抗拒？在你不知不覺的情況下，有些食物會偷偷影響你的腦袋。脂肪是良好的熱量來源，但某些脂肪酸卻是大腦裡傳達渴望與快樂的原料，無怪乎熱騰騰的炸雞總讓人食指大動。

如果平時不加以警惕，當心不是你吃食物，而是食物控制了你的食欲。改善過度飲食的第一步，在於搞清楚自己到底為何而吃！

被遺忘的感覺 另一個會讓人失去飲食節制的可能原因，則是大

秋高氣爽，正是大快朵頤的好時節，也許是因為天氣不再那麼悶熱難耐，也許是為了準備即將到來的寒冬，動物基於本能，需要多吃一點囤積過冬的能量。然而在豐衣足食的臺灣，即使在冬天，也不至於擔心變得面黃肌瘦，卻往往因吃得太多而使腰圍增長。吃東西是動物重要的行為，為維持生存，動物體內「內建」了許多機制來督促覓食。許多協助人們工作的動物，即是受到食物的制約，而願意辛苦提供勞力。情感豐沛的人類，則很順理成章的，將「快樂的心情」與「好吃的食物」綁在一起。許多人覺得吃甜食之後會有好心情，就是這個道理。為了快樂而食 正因為這個生理特色，將

家輕忽了「飽」的訊號。傳統上，我們常會用「你吃飽了嗎？」來代替一般的問候；父母也常常教育小朋友，如果不努力，以後就要擔心「餓肚子」了。

無形之中，人們為「飽」與「餓」貼上了「好」與「不好」的標籤。因此即使已經感覺飽足，我們也很少會擔心再多吃一塊蛋糕是件多麼不好的事。久而久之，飽足感在千絲萬縷的大腦思緒中，變成無人重視的配角。

因此，適當飲食的另一項做法，就是重新記起「飽」的感覺。被動的過度飲食（

Passive overeating），是造成肥胖、營養失調的重要原因。關鍵就在於我們並不清楚究竟吃的量是不是夠，還是已經超過了。

其實，當你的大腦感受到「飽」的感覺時，身體的熱量也許早已過多。因此在吃東西時，我們最好也跟過馬路一樣，做到「慢、看、停」的原則，也就是吃慢一點，用心感受是不是已經吃飽了，並且重視飽足感，適時的放下筷子，才不會正餐、點心一頓接一頓的停不下來，而腰圍不知不覺就加寬了。

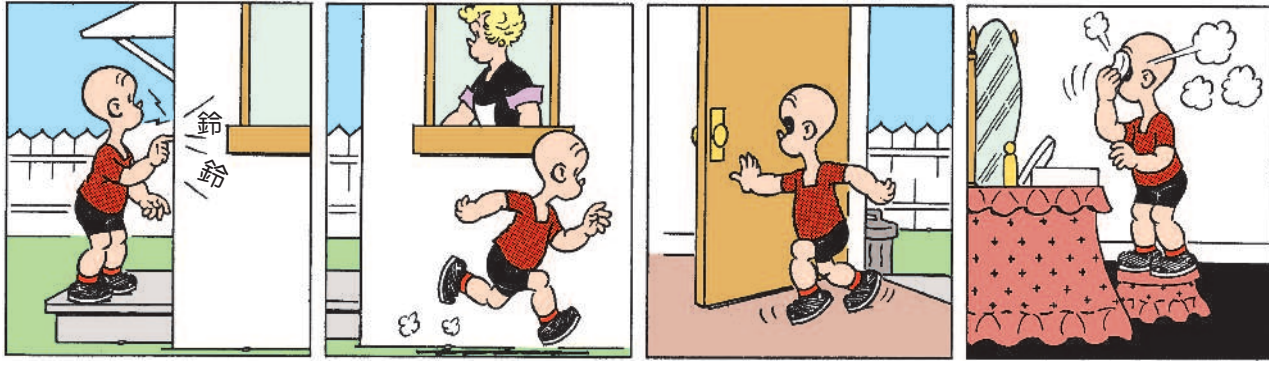
他又說：「放心啦！我都已經會了。」老婆又問：「要幫你複習一下嗎？」沒想到這小傢伙淡定的說：「應該不用吧！」

家有醋小子

文／李基福



聽寫考試 老婆給讀小一的兒子簽聯絡簿時，發現聯絡簿上註明隔天要考國語第一課聽寫。這是兒子第一次考試，我們相當看重，問他：「之前怎麼都沒說要考試呢？」兒子表示：「我不知道要告訴你們哪！」我們還來不及反應，



- ① 等等，我不能這樣進去。
 - ② 讓媽媽看見就麻煩了。
 - ③ 至少嘮叨個五百天。
 - ④ 廣告都說蜜粉可以遮黑眼
- 圈。
- 譯／蔡宜容

放眼世界
看性平
文 / 蔡志浩

2019美國婦女名人堂 10人入列

二〇一九年美國婦女名人堂入選名單九月十四日揭曉，包括著名女權律師歐瑞德、原住民人權律師狄爾、首名拉丁美洲裔大法官索托馬約、華裔分子生物學家黃以靜等十名傑出女性入列。

美國婦女名人堂主席拉瑪努珍表示，名人堂用意

在表彰為藝術、體育、商業、教育、慈善和科學做出巨大貢獻的美國女性，同時教育後代向這些偉大女性學習。

美國婦女名人堂每兩年公布新入選名單，最新的名單日前公布，包括現年



二〇一九年美國婦女名人堂入選名單揭曉，包括致力協助受虐婦女的女權律師歐瑞德（左上），華裔分子生物學家黃以靜（左下），女星珍芳達（右上），以及美國首位拉丁美洲裔大法官索托馬約（右下）等共十名傑出女性。

美聯社

七十八歲的歐瑞德（Clotia Allred），在過去四十二年的律師執業生涯，致力協助受虐婦女，為她們伸張正義，當中引人注目案件，包括針對已故荒淫富商艾普斯坦和前好萊塢金牌製片溫斯坦的性侵指控。歐瑞德強調：「我們仍有許多場仗要打，要對抗不利於婦女之戰。」

現年四十七歲的狄爾（Sarah Deer），是美國印第安原住民克里克族人，任教於堪薩斯大學，「終結對原住民婦女的暴力」是她畢生的目標。

她在二〇一五年撰寫的書《強暴的開始和結束：面對美洲原住民的性暴力》，是與倖存者合作二十五年的心血，獲得美國原住民研究協會的最佳首本著作獎。

六十五歲的索托馬約（Sonia Solomayor），出身紐約布朗克斯的貧窮家庭，靠著苦讀成功翻轉人生。

二〇〇九年五月，索

托馬約獲得美國前總統歐巴馬提名，成為美國最高法院大法官，是美國最高法院首位拉丁裔大法官和第三位女性大法官。

現年七十二歲的黃以靜，因為證明愛滋病毒（HIV）是導致愛滋病的原因而獲殊榮。一九九〇年到二〇〇二年間，黃以靜在美國加州大學聖地牙哥分校，擔任Florence Riordan愛滋病研究主席，一九九四年獲選為臺灣中研院院士，二〇〇七年獲英國《每日電訊報》評選為「百大在世天才」第三十二名。

進入二〇一九年美國婦女名人堂的女性，還有女星珍芳達、時裝設計師馮佛斯騰伯格（Diane von Furstenberg）、退役空軍戰鬥機飛行員馬拉霍夫斯基（Nicole Malachowski）、已故紐約州聯邦眾議員史勞特（Louise Slaughter）、女性電子音樂先驅史匹格（Laurie Spiegel）、已故藝術家歐尼爾（Rose O'Neill）。

美國婦女名人堂成立於一九六九年，位於紐約州新尼嘉瀑布鎮。

格鬥賽舉牌女郎 墨爾本市長促取消

除了選手激烈的打鬥場面是看點之外，穿著清涼的舉牌女郎，也是吸引觀眾目光的焦點。不過，十月六日將在澳洲墨爾本舉行的UFC 243，女市長凱普（Sally Capp）表達對舉牌女郎的不滿，她說：「都已經二〇一九年了，我們還需要這些穿著暴露的女人，在播臺旁邊繞來繞去嗎？F1賽車都取消賽車女郎了，UFC也是時候做出改變了。」

F1賽車在二〇一八年三月取消賽車女郎，之後職業飛鏢賽也取消飛鏢女郎，現在輪到UFC面臨壓力。

今年八月底在澳洲班迪戈市舉辦的拳擊賽，主辦單位迫於議員和女權團體的壓力，臨時把舉牌女郎換成穿著正式服裝的男性，引發現場觀眾噓聲四起。

不過，班迪戈市的女議員阿爾登強調：「尊重女性，是杜絕所有男性暴力與虐待兒童的第一步。」

UFC舉牌女郎每年可賺進三萬美元到七萬五千元（約新臺幣九十三萬到兩百三十二萬元），兼職者也有兩萬五千元，還有機會獲得福特兒公司的邀約。



團體探究 像哲學家一樣思考

文·圖片提供 / 江慧萍 (嘉義縣福樂國小教師)



▲▶上臺說明自己的困惑，全班票選出共同想探索的問題。



▲拿到「發言球」，勇於表達想法。

開始被既定的框架框住，wonder也逐漸減少。

實施「夏威夷兒童哲學」課程的目的，就是找回primal wonder (最初好奇心)，而「團體探究」教學法最具代表性。在團體探究裡，參與者一律平等，教師不是知識傳授者，要做的是傾聽，提供安全氛圍，協助建立規則。每次課程的流程是：提出問題→票選問題→進行討論→進行回饋。最後，教師可視班級進行的情況，加入其他活動。

例如在國語「告別童年」的教學結束後，學生分組提出對「童年」感到疑惑的題目並上臺說明。之後全班共同票選想探討的題目，再做討論。過程中，聆聽他人想法後，學生有時會改變看法，有時更確定自己的想法。討論結束，教師再對上課情形給予鼓勵或改進的回饋。

某次討論到「傳統文化是不是會消失」時，教師以為學生不清楚何謂傳統文化，卻發現某些學生相當堅持傳統文化應保留。例如有關播放鞭炮聲，字晴說：「如果只是要有聲音，那乾脆播流行音樂！」另一次討論「偏心」主題，弘儒最後提出：「大人會不會也有『被偏心』的時候？」這給了認為偏心只存在於大人對孩子之間的學生，很不一樣的思考點。

班上學生接觸夏威夷兒童哲學已有一學期，之前說話膽怯的他們，現在大都踴躍舉手要「發言球」，勇敢說出觀點。期末，教師讓學生省思透過這個課程學到什麼。威佑認為：「知道一件事促成目標實現。」

十二年國教強調要培養具思考力、能溝通互動及參與社會的學生；或許透過兒童哲學團體探究教學法，可以

「老師，下一節課要去圖書館嗎？」「對！」「太棒了！快去借鑰匙！」從學生的回應不難看出興奮，不過不是到圖書館看書，而是進行「夏威夷兒童哲學」團體探究課程。

教師旁觀輔助

「兒童哲學」不同於大人的哲學，它是從wonder (好奇) 開始；兒童對世界充滿好奇，透過提問認識世界，用自己的方式解釋周遭事物，可以說每個兒童都是小哲學家。但是，隨著學習與生活的經驗越來越多，兒童的思考也

以學生為主體

某次討論到「傳統文化是不是會消失」時，教師以為學生不清楚何謂傳統文化，卻發現某些學生相當堅持傳統文化應保留。例如有關播放鞭炮聲，字晴說：「如果只是要有聲音，那乾脆播流行音樂！」另一次討論「偏心」主題，弘儒最後提出：「大人會不會也有『被偏心』的時候？」這給了認為偏心只存在於大人對孩子之間的學生，很不一樣的思考點。

班上學生接觸夏威夷兒童哲學已有一學期，之前說話膽怯的他們，現在大都踴躍舉手要「發言球」，勇敢說出觀點。期末，教師讓學生省思透過這個課程學到什麼。威佑認為：「知道一件事促成目標實現。」



▲願意主動發言，是很大的進步。
▶透過經驗分享，從生活尋找問題。



生育率第四 竹市公托規畫遭疑消極

黃國鈺 / 新竹報導

新竹市地方民代昨天指出，竹市生育率去年名列全國第四，每年約有四千至五千名新生兒，全市六十一間私立托嬰中心，卻無公共托育空間；中央前瞻基礎建設計畫自一零零六年起，三年內投入四十二億元，推動全國兩百四十處社區公托家園；竹縣增設十五處公托家園，十處已獲核定補助，竹市作為顯然消極。

公托家園每處可收托十二名嬰兒並配置四名保母，民代建議市府盤點公有閒置土地及房舍空間，訂定獎勵辦法鼓勵機關學校釋出空間，以托育公私占比各半為長期目標來規畫方案及預算，並應建置幼托資訊整合平臺。

市議員林彥甫說，參考臺北市公托家園開辦經費，二十八坪至三十五坪約需一百五十萬至一百八十萬元，目前有前瞻計畫經費補助；每年每處營運補助約兩百萬元，需由市府支應。去年新竹市府短期活動預算近一億四千萬，期待能擷節，並轉用於減輕市民育兒負擔相關預算。

市府回應，目前已規畫設置三處公托家園，不過，新竹市公有土地少，籌設地點尋覓不易，將研議是否另外訂定獎勵辦法，鼓勵機關學校釋出空間。

勾脫籲立委 採計入學修選高中

沈育如 / 臺北報導

今年入學的高一生都要記錄學習歷程檔案，做為高三參加個人申請入學使用。大學招生委員會聯合會八月底公告「大學參採學習歷程項目內容草案」，要求大學端勾選參採高中生校訂必修、多元選修課程對應的十八個學群。立委鄭秀玲昨天說，有的大學系組想招收多元學生，呼籲開放讓學校「勾零」，不對應學群。立法院教育及文化委員會昨天邀請教育部長潘文忠做業務報告，鄭秀玲質詢時指出，教育部找學校擔任前導學校

試行新課綱，試辦成效良好；不過招聯會提出草案後，很多家長學生憂心勾選參採高中校訂必修、多元選修課程所對應的十八個學群，希望能脫勾。對此，教育部高教司長朱俊彰表示，目前一或多大學系組不勾選，也就是不看對應學群，高中生想申請這些系組，可以用社團活動經驗等來取代。招聯會執行秘書、清華大學教務長戴念華表示，日前公布的草案是初稿，招聯會目前正對外蒐集意見，也會舉辦諮詢會議，在常委會中納入討論，待凝聚具體共識，方案十一月底定案後會對外公布。

李榮茂 / 嘉義報導
嘉義市智慧校園「數位學生證」昨天在嘉北國小舉行啟用儀式。市長黃敏惠在嘉北國小校長趙季薇及教學團隊陪同下，帶領學生到校園卡、借還圖書，進行家長訊息推播體驗，並發送第一則校園公告App推播訊息。嘉北學生方語暄、林澤勳說：「數位學生證終於到手！在刷卡嗶嗶聲響起瞬間，家人就知道我們平安到校，也可以借書、搭公車、超商付款，率先啟用備感自豪。」黃敏惠表示，數位學生證具備多功能，能讓家長第一時間掌握孩子狀況；學校更

試進校園 市數位學生證試用

李榮茂 / 嘉義報導

可透過行動App來發送群組化校園公告，讓家長可即時掌握訊息。教育處長林立生說，數位學生證由嘉北、精忠國小先行辦理，經費由市府補助，未來將評估成效，再推展至其他各校。

教育處教育網路中心主任蔣冠倫說，行動App近期將上架提供下載與安裝，以校務行政系統中監護人（家長身分）為手機認證基準；未來將擴充功能，包含基本的成績查詢、午餐公告、增加放學資訊推播等。精忠國小學生馮文靜、黃廷芸說，學生證結合借書證很方便，很喜歡這個功能。

運動預算翻倍 學者為體育把脈

李琦璋 / 臺北報導

體育署《體育運動政策白皮書》，形塑一零二二年至一零二五年十二年國家體育運動願景，進入中程階段。昨天體育署在臺大醫院國際會議中心辦理「體育政策執行亮點論壇」。臺師大體育系教授張少熙建議，提升體育專長教師比率及體育班專任教練人數；強化學生游泳與自救能力、身體活動量與體適能表現；提升身心障礙學生身體活動盈餘推動體育發展。

如今年，體育運動經費預算編列增加近一倍，體育署長高俊雄說，目前已完備法制基礎及制度；並透過運動發展基金、彩券盈餘推動體育發展。



昨天正式揭牌，國立臺灣師範大學教授洪致文出任首位籌備處主任。他表示，將以準國家鐵道博物館的立場經營，打造活的鐵道博物館。

報導 / 楊惠芳 攝影 / 高修民

打造活的鐵道博物館

國家鐵道博物館籌備處

臺內新改造校園 校舍吹地中海風



►臺中市內新國小地中海風格的校舍讓學校煥然一新，也成了熱門打卡景點。

攝影／張彩鳳

張彩鳳／臺中報導

很難想像一所老舊學校，歷經七年的翻轉，不斷逆勢增班，成為家長眼中超越私校的公立學校！走進臺中市內新國小，地中海風格的校舍十分引人注目，內新國小也是臺中市公立學校中，最早班班有冷氣的學校。校內的彩虹跑道、夢想牆、微笑鯨古錐、童話城堡圖書館等，使得內新國小成為打卡的熱門景點。

七年前，內新國小校園環境老舊，舊大門前車流量大、車禍頻傳，加上校園轉角被侵占，且遶近幾所新設學校，讓家長不願將孩子送至內新國小，當時新生只剩下兩班、三十七人，全校從全盛時期的八十班，落到了只有十六班的谷底。

幸好在前任校長林淵輝的努力下，歷經法院訴訟，要回被侵占的校地，將大門改至車流少的現址，並爭取經費設立通學綠廊及得來速車道，讓學生上學更安全。學校也設立全國首創的交通安全教育園區，在去年獲得全國金安獎。林淵輝今年獲得師鐸獎殊榮，學校的蛻變有目共睹。

學生鄭景伊說，看到希臘建築的明信片時，會覺得很像學校的警衛室，在地中海風建築物上學，可以不出國就感受到旅行的快樂。

東門看戲反霸凌 營造友善校園

陳中興／桃園報導

桃園市東門國小日前邀請臺灣陽光關懷協會到學校演出反霸凌及反毒品的戲劇，在有趣的互動表演中，傳達反毒及反霸凌的正確觀念。

觀看表演的有兩百多名學生及三四十名家長，陽光關懷協會成員在舞臺上，用話劇表演方式，演出逗趣的歌舞，並穿插與學生「打躲避球」的橋段，吸引學生注意。

演員用舞臺劇方式演出霸凌及毒品的危害，讓學生了解毒品及霸凌不可取。校長伍鴻麟說，家長在新生座談會表示，盼望打造健康友善校園，學校向教育局提出申請，獲得陽光關懷協會的支持，有了這次的演出。

臺上的大哥哥及大姐姐用誇張的肢體語言，逗得學生笑聲不斷。陳姓家長說，從演出中學到許多知識，對於日後教育孩子有幫助。教師顏維亭說，戲劇表演很有說服力，學生可以從觀看過程中，達到潛移默化的目的。



►演員與桃園市東門國小學生打躲避球的橋段，炒熱了現場氣氛。攝影／陳中興

彈性調整內容 蔡汎錄獲導覽達人首獎

詹伯望／臺南報導

臺南市開元國小學生蔡汎錄，在教育部與廣達文教基金會主辦的二〇一九「第十屆廣達游藝獎」中，勇奪導覽達人競賽小組首獎殊榮，暑假獲邀前往奧地利實境探索。蔡汎錄隨團拜訪駐奧地利辦事處時，把前一天在美景宮看到的克林姆畫作《吻》現學現賣，贏得熱烈掌聲。暑假過後，蔡汎錄已升上臺南市建興國中。

蔡汎錄形容，《吻》畫裡的女孩，表情帶點不安和期待，一期待著接吻的那一瞬間，是最幸福的畫面。她參觀了多座博物館、美術館及舊皇宮，她表示，透過準備講稿內容，學會了自主學習，搜尋資料，也學習到更多額外知識，豐富了自己的視野。

蔡汎錄在現場會針對講解對象的不同，調整導覽內容。廣達文教基金會指出，因人制宜的導覽風格，是她能從眾多優秀的小小解說員中脫穎而出的決勝關鍵。

開元國小連續三年擔任「廣達游藝獎」盟主學校，帶領同盟學校將藝術帶入校園。



▲蔡汎錄（左）與臺灣駐奧地利代表史亞平（右）合影。圖片提供／蔡汎錄

人物掃描

彈性調整內容 蔡汎錄獲導覽達人首獎

自主學習，搜尋資料，也學習到更多額外知識，豐富了自己的視野。

蔡汎錄在現場會針對講解對象的不同，調整導覽內容。廣達文教基金會指出，因人制宜的導覽風格，是她能從眾多優秀的小小解說員中脫穎而出的決勝關鍵。

開元國小連續三年擔任「廣達游藝獎」盟主學校，帶領同盟學校將藝術帶入校園。