



中華民國 106 年 9 月 14 日發行

大有通訊

第九十四期

發行：桃園市桃園區大有國民小學
發行人：校長王博成
主編：輔導室
編輯群：教務處、訓導處、總務處

壹、教務處

◎榮譽榜

- 一、本校榮獲桃園市「105 學年度國民中小學校刊評選」電子校刊類優等！
- 二、本校師生參加「桃園區 106 年語文競賽」榮獲佳績
 - 五年三班 陳祐蓁 國語朗讀 學生組 第三名（指導老師：林靜芬）
 - 五年六班 陳彥妤 台灣客家語演說 學生組 第二名（指導老師：謝采蓉）
 - 教師 簡文真 台灣閩南語朗讀 教師組 第二名
 - 教師 范家毓 台灣客家語演說 社會組 第六名
- 三、大有國小閱讀書香獎-105 學年度 6 月頒發（105 學年度班級資料）

班級	姓名	獎項	班級	姓名	獎項
102	黃柏瑞	學士獎	201	陳紀豪	學士獎
201	沈虹	學士獎	203	林郁宸	學士獎
203	梁子妍	學士獎	203	張秉之	學士獎
203	蔡語芯	學士獎	203	黃子瑄	學士獎
203	李禹瑄	學士獎	203	李佳穎	學士獎
301	熊宸緯	學士獎	203	李佳穎	碩士獎
301	陳宥芹	碩士獎	402	陳姝容	學士獎
402	胡佩寧	碩士獎	402	蘇斐雅	學士獎
403	易靖宸	碩士獎	502	王子安	碩士獎

◎傳達與宣導事項

- 一、9/30（六）補課，補 10/9（一）課程。
- 二、推動多語文教育-國語、英語及本土語言（閩南語、客語、原住民語）皆排定於班級課表中。
 - 閩南語於原班級中上課，客語、原住民語上課時間及地點如下：
 1. 客語-一~六年級分別於每週二第一~六節於 4 樓客語教室上課。
 2. 阿美族語-一~六年級分別於每週二第一~六節於 3 樓 314 教室上課。
 3. 排灣族語-一、四、五、六年級分別於每週二第二、四、五、六節於 3 樓 312 教室上課。
 4. 泰雅族語-一~六年級分別於每週二第一~六節於 2 樓 233 教室上課。
 5. 太魯閣族語-三年級分別於每週二第三節於 3 樓 331 教室上課。
- 三、09/04（一）~9/08（五）進行教室佈置觀摩活動，低中高年級分別推薦三個班級給予獎勵，鼓勵師生共同創作營造良好優質的學習環境。
- 四、有關暑假作業優良作品，二~六年級各班將選出五名優秀學生公開表揚。優秀作品將於班級內公開展示，希望提供學生學習效法的楷模。
- 五、精緻閱讀是本校特色，105 學年度申請書香獎的有 77 人，學士獎有 43 人，碩士獎 22 人，博士獎 12 人。鼓勵孩子閱讀最佳捷徑是親子共讀，透過閱讀提升孩子的聽話、說話能力及寫作能力。讓我們一起來為孩子加油！
- 六、學校每週一、二、三、五晨間活動時間進行 10 分鐘的全校寧靜閱讀，校長及四處室主任定期入班陪讀。全校師生陶醉於書香中，透過閱讀遨遊古今中外，遊遍世界各地，享受閱讀帶來的樂趣。

貳、學務處

◎傳達與宣導事項

- 一、腸病毒好發季節為3-11月，7-9月為高峰期；請家長持續留意腸病毒等傳染病防治，加強洗手教育。如學生有感冒等症狀，請戴口罩，視狀況在家休息。
- 二、為防治登革熱，請加強居家環境巡檢，清除積水容器。
- 三、本校於105學年度榮獲桃園市健康促進學校特優，感謝全校師生的辛勤付出與相關指導。本學年度本校是視力保健中心學校，將持續宣導及推廣各項相關活動。
- 四、11/13（一）將進行一、四年級健康檢查（怡仁醫院）。
- 五、將於10月28日將舉行106學年度學校暨社區聯合運動大會，歡迎各位家長蒞臨！
- 六、本校育樂營及節奏樂隊開始上課日期從9/18起陸續開課。
- 七、本學期依然會進行食農教育及香草教室課程，讓孩子體驗從做中學，進而培養自然關懷及尊重生命之態度。
- 八、本校周邊正進行區公所人行道整建工程，開車接送孩子上下學的家長們請靠邊臨停校門並盡快讓孩子們下車，避免停留影響後方來車；騎機車接送者也請務必讓學生戴安全帽、遵守交通規則以維護自身安全。
- 九、本校桌球隊9/23-24將代表本校參加106議長盃桌球錦標賽(地點：中壢區新明國小)。
- 十、本學期籃球校隊將成立家長後援會，感謝家長們的支持與參與！

參、總務處

◎傳達與宣導事項

- 一、校園開放時間為例假日7:00-12:00及13:00-17:30（若遇育樂營上課或學校辦理活動則校園不開放）；平日則為16:00~17:30，夏天則延長至18:00，歡迎各位同學與家長多加運用，也請大家於使用時能發揮公德心，能將垃圾隨手帶走，謝謝合作。
- 二、註冊日期：106年9月8日至9月17日止。（可直接持繳費單於期限內到便利商店繳款。）
- 三、運動服購買地點：1. 學生服專賣店(地址:春日路1335號，電話:3255357)。2. 小園丁(地址:大有路670號，電話:3560627)3. 東星(地址:大業路一段8-2號，電話:333-1541)。
- 四、本校水塔固定寒暑假清洗(近期清洗日為8月24日)，飲水機定期每三個月更換濾心(近期更換日期為8月25日)，並做水質抽驗(近期抽驗日期為8月30日)，提供全校師生衛生乾淨的飲用水及設備，另外為顧及環保，請家長讓孩子帶環保杯或水壺到校使用。
- 五、106學年度上學期本校無力支付午餐費學生名單於9/12（二）進行審查。

◎營養教育-早餐知多少~第一部

近年來早午餐蔚為風潮，但早午餐真的健康嗎？就身體規律運作而言，每個正餐至少要間隔4~6小時，睡眠時腸胃蠕動較緩慢會到6~8小時，然而如果早餐不吃，等到10點多才吃早午餐，對人體又會有什麼影響呢？

不吃早餐，或是改吃早午餐的不良影響：

1. 血糖降低、記憶力不佳、容易疲勞，對於需要專注力的工作或學習有不良的影響。[反應遲鈍]
2. 長時間空腹後再攝食，容易吃過頭，造成胃酸過度分泌，或是引起腸道反應過於激烈，而出現腹瀉、胃痛…等不適。[腸胃不適]
3. 為補償沒吃早餐，其一新陳代謝會下降，其二身體會快速的吸收熱量，以保證可以撐過下次飢餓，因此容易嘴饞吃零食，如零時挑選錯誤，且午餐攝食過多，易造成肥胖。[肥胖]
4. 晨起後身體還未開機完全，身體許多黏膜組織還呈現收縮的狀態，若早餐如選用高油高糖多冰的食物，容易刺激身體，造成抵抗力下降。[抵抗力下降]

肆、輔導室

◎傳達與宣導事項

一、106 年度第三次身心障礙學生鑑定申請開始，請有意願申請的家長向導師提出申請需求、或於 9 月 22 日前洽詢輔導室。

二、106 學年度第 1 學期資賦優異學生縮短修業年限申請開始，請有意願申請的家長向導師提出申請需求、或於 9 月 22 日前洽詢輔導室。

三、9/23(六)9:00-11:00 於本校視聽教室一辦理親職講座，歡迎踴躍參加。

四、親職教育 ~【孩子上學時在校門口跟我難分難捨，怎麼辦？】輔導教師 蔡政霖 編製

◇ 先分辨是不想離開媽媽，還是不想去學校

→ 在家或假日，要離開媽媽時，是否也會難分難捨。

→ 幼兒園時是否有類似經驗。

◇ 如果是很難離開媽媽……

*漸進式的分離。

1. 前三天陪到教室門口，然後開始跟孩子預告和約定。

2. 再三天送到樓梯口，再來陪到穿堂就好。

3. 最後慢慢的在校門口就可以好好說 byebye。

*帶一個象徵物。

1. 媽媽可以和孩子共同挑選一個小東西，代表著媽媽陪妳上學。

2. 兩人都同意也都喜歡的東西，例如：小吊飾。

3. 盡量不要太大的玩具物品，以免影響孩子學習的專注度。

*調整一下接送上學的模式。

1. 換成爸爸來接送，換成阿嬤來接送，也許孩子就 OK 了。

2. 有些孩子機車接送會分不開，但走路陪上學就 OK。

*周末快結束時給予預告和提醒，給孩子一劑強心針

1. 溫和的提醒孩子明天又是上學日囉！

2. 可以陪孩子一起準備明日上學物品、整理書包。

3. 也可以適時的陪孩子一起假想明天進校門後會發生什麼事，好像在看預告片一樣。讓孩子知道自己在學校上學，好像也沒有那麼可怕。

◇ 當孩子可以自己走進教室、有進步的時候，別忘了說鼓勵的話!!!!

◇ 當你希望孩子的行為持續保持時，我們大人「一!定!要!說!話!」

不要把孩子的成長視為理所當然。

大人請說：「我看到你今天自己走進教室，你真是一位勇敢的孩子。」

大人請說：「我看到你今天很勇敢的從校門口就決定自己走去教室，比昨天進步了呢!」

更多親職教育資訊，請見「大有愛之語—大有輔導室」facebook 粉絲專頁，也可掃描右方 QR CODE 直接加入

伍、106 學年度上學期親師座談會「家長建議事項」，答覆臚列如下：

教務處

1. 課照班學生個資，請學校承辦人勿上網公告，保護學生安全。(203)

答：感謝家長提醒，日後公告內容會注意學生個資。



2. 轉學生爭取課後輔導(602)

答：感謝家長建議，下學期開始欲報名課託學生依報名序號錄取，轉學生亦可排入備取序號。

3. 『母語課程』是否能增加「越南語」、「印尼語」等多語言?(101)

答：母語課程依上級教育機關之經費及師資實施，新住民語待上級教育機關來文指示後辦理。

4. 資訊課能有課本讓學生可依循學習與練習操作步驟(603)

答：由於資訊科技日新月異，網路可以提供更多元易懂的學習和操作，鼓勵學生善用網路搜尋功能，資訊課課本只放置電腦教室使用。

學務處

1. 廁所清潔可否再加強?(101)

答：請負責打掃班級之導師協助指導學生環境整理，並請臨時清潔人員加強清潔。

2. 大門的施工要求危險物品收拾好，避免刮傷，或物品掉落砸傷人，工人在學生上下學時間，儀容留意，避免赤膊。上學通道加派人員指導，避免踏入危險陷落處，交通混亂是否考慮側門上學?(401)及能否開放(垃圾場旁)側門讓小朋友上下學，較平坦安全，(施工期間)(606)

答：側門週邊亦為施工路段，且道路較狹隘，恐不利家長接送上下學之車輛疏導；放學時為安親班放學路隊之出口，有本校導護老師及義交人員協助引導。因應本校周邊區公所進行大有路人行道整修工程，已規劃學生上、下學之臨時因應措施並執行，也會加強相關安全宣導、增加人力支援上下學路隊之引導。

3. 田徑隊練習時，教練不在場，家長希望教練陪同，確保學童安全。(405)

答：田徑隊練習時間為每週一、三早上 7:30-8:35，學生到了後會先進行暖身，而練習活動教練一定會在現場陪同。會再轉知田徑隊教練確保學生安全。

4. 校外的臨時圍籬上有鐵絲，擔心勾到學生(603)

答：已請施工單位針對外露的鐵絲做妥善處理，本校人員亦巡視過確認其安全性。

5. 家事護照是否可取消，家事是大家都應該做的？(104)

答：家事服務護照意在輔導兒童養成良好的生活習慣，藉由認證，鼓勵良好的行為表現，培養主動服務、幫忙做家事之美德。家長可視各別情況決定是否配合認證，學校立場以鼓勵為原則。

總務處

1. 校園能否開放晚上時間?(401)

答：校園晚上時間並無人員看守，基於校園安全管理，故不開放。

2. 希望大門可以開放到晚上 6:00?(304)

答：為維護校園安全及加強管理，警衛能隨時掌控校園進出人士狀況及維護學生安全，除上下學及餐

車進出時間，其餘時段大門皆不開放。

3. 請問是否有經費可以汰換課桌椅?(304)

答：基於愛物惜物，學校會開學前已全面檢修學生課桌椅，不堪使用、無法修理之桌椅再進行更換。

4. 期待人行步道早日完工(302)

答：本校周邊區公所進行大有路人行道整修工程，已規劃學生上、下學之臨時因應措施並執行，也加強相關安全宣導、增加人力支援上下學路隊之引導，多次與施工單位溝通，盼能提早完工。

輔導室

1. 因應社會氛圍，建議加強宣導兩性教育(101)

答：性別平等教育有一系列活動，並對各學年有不同的主題，建立學生對性別平等教育正確價值觀。



中華民國 106 年 10 月 16 日發行

大有通訊 第九十五期

發行：桃園市桃園區大有國民小學
發行人：校長王博成
主編：輔導室
編輯群：教務處、學務處、總務處

壹、教務處

一、本校教師參加「桃園市 106 年語文競賽」榮獲佳績，大有國小全體師生同賀！

簡文真老師 台灣閩南語朗讀 教師組 第二名

謝采蓉老師 台灣客家語字音字形 社會組 第二名

二、106 學年度暑假作業優良名單

班級	姓名	姓名	姓名	姓名	姓名	班級	姓名	姓名	姓名	姓名	姓名
二年 1 班	樊錦濤	呂僑安	陳柏翰	蘇妍宸	陳繪雯	四年 5 班	林景亮	莊韶溱	邱莉柔	許岑羲	楊昀綦
二年 2 班	周祐安	鍾政翰	黃柏瑞	潘宥瑜	陳妍蓉	五年 1 班	譚詠琦	陳佩君	杜勻馨	楊嫻林	秦宇辰
二年 3 班	游昀宸	楊藝菲	林湘霓	陳宥旭	李瑋馨	五年 2 班	蔡宜諺	蔡昀澄	胡佩寧	潘顛涵	許欣雅
二年 4 班	陳弘源	趙得慶	謝書苑	林宜蓁	洪諶雯	五年 3 班	葉安家	楊斯琴	賴禹寧	陳宥勝	梅博瀚
三年 1 班	熊苡伶	洪悅芯	陳巧溱	吳姿燁	林鉸萱	五年 4 班	鄭偉柏	謝惠宇	林祐辰	蘇芳儀	黃俊翰
三年 2 班	楊芷喬	李美諄	廖國暉	陳羿溱	黃允隆	五年 5 班	黃德勝	江念慈	黃惟善	李承恩	陳映蓉
三年 3 班	李品萱	石優美	劉宇修	張文彥	陳俊佑	六年 1 班	祁義鈞	鄭一璿	黃昕頤	黃郁涵	楊童恩
三年 4 班	林奕祺	張秉之	簡安蔓	戴好喬	邵筱晴	六年 2 班	田紫緹	尹睿振	陳祺展	朱韻穎	楊雅涵
三年 5 班	黃禹齊	邱子綺	李禹萱	陳好璇	廖國嶸	六年 3 班	姚蘊芯	陳糧昀	陳祐蓁	簡睿志	李芷萱
四年 1 班	熊宸緯	陳宥淇	林芸安	侯雅馨	廖宥葳	六年 4 班	陳印瑜	陳宜萱	游佳縈	吳芯綾	王禹勳
四年 2 班	林承恩	高小菲	蔡亞妍	陳奕丞	陳宇暉	六年 5 班	李昱屏	林以甯	許冬青	王永妍	林家仔
四年 3 班	林威宏	吳 澈	王彥婷	余采軒	涂欣貝	六年 6 班	詹昀儒	戴瑜均	林欣妤	陳彥妤	李沁儒
四年 4 班	莊喬涵	鍾妮霓	林家劭	黃仲錯	邱聖傑						

三、大有國小閱讀書香獎

班級	姓名	獎項	班級	姓名	獎項
六年五班	林家仔	碩士獎	二年三班	楊藝菲	學士獎
四年二班	蔡亞妍	學士獎	二年三班	游昀宸	學士獎

◎傳達與宣導事項

- 11/14 (二) 一年級舉行注音符號評量，請家長叮嚀孩子好好準備。完成注音符號的學習後，即將進入國字的世界學習更多的知識，小朋友們加油喔！！
- 11/07 (二)、11/08 (三) 是本學期期中評量的日子，評量科目安排如下。請家長督促學生確實複習，以檢核自身學習成果。

年級	期中評量 11/07 (二)	11/08 (三)
二年級	國語	數學
三、四年級	國語、自然	數學、社會、英語 (含英聽)

三、本月好書介紹：【威利和一朵雲】

榮獲英國兒童文學桂冠、凱特·格林納威獎二度得主安東尼·布朗最新力作！最受讀者歡迎的小猩猩威利，為孩子們帶來直視困難、面對恐懼的「勇氣」！

威利打電話到警察局，說他被跟蹤了——

「哦，先生，是誰跟蹤你？你可以描述一下他的長相嗎？」

「呃……好的，這有點難。它……它是一朵雲。」

「先生，你說你被一朵雲跟蹤？」

「是的。一朵好大的雲……」

一個溫暖晴朗的日子，威利決定要去公園散步。當他出門時，天空沒有半朵雲。（嗯，好吧！只有一小朵啦！）他覺得有點討厭，因為那朵雲好像跟著他……就在他以為那朵雲走遠了，鬆了一口氣時，沒想到根本不是那麼一回事——公園裡每個人看起來都很開心，只有威利獨自在發抖。威利轉頭回家，因為那朵雲緊跟著他而悶悶不樂，他甚至打電話到警察局，希望警察先生可以幫忙他，但只聽到電話那頭傳來恐怖的笑聲。困在屋裡的威利覺得房間愈來愈暗，也愈來愈熱，他快要不能呼吸了，於是再也無法忍受的威利衝到外頭，對著那朵雲大喊……

烏雲罩頂的威利要如何擺脫那朵老是跟著他的雲呢？

他既不能躲又不能逃，他唯一能做的，就是面對它！

貳、學務處

◎榮譽榜

一、賀！本校學生參加 2017 年第 17 屆桃花源盃音樂大賽成績優異：

六年二班楊雅涵 榮獲五年級鋼琴表演 C 組第三名

四年四班邱洧謀 榮獲三年級鋼琴比賽 C 組第二名

四年一班林以情 榮獲三年級鋼琴比賽 B 組優等

三年五班楊展勳 榮獲二年級鋼琴比賽 B 組第三名

二、賀！本校桌球隊參加多項桌球隊賽事均榮獲佳績：

【「2017 年總統盃全國桌球錦標賽」勇奪中年級男生組團體賽冠軍！】

※405 徐絃家、404 傅子誠、405 王禹勝、403 林鄭文哲、403 楊喬鈞、302 顏翊盛、301 李汪達、303 邱昱均※

【「106 年桃園市議長盃桌球錦標賽」勇奪中年級男生組團體組冠軍！】

※405 徐絃家、404 傅子誠、405 王禹勝、403 林鄭文哲※

【「106 年桃園市議長盃桌球錦標賽」勇奪中年級男生組團體組季軍！】

※404 彭柏軒、403 葉楷澐、302 顏翊盛、301 李汪達、303 邱昱均※

【「106 年桃園市議長盃桌球錦標賽」勇奪高年級女生組團體賽亞軍！】

※601 吳昀燁、603 陳祐蓁、601 黃郁涵、302 安紫熙※

【「106 年 J00LA 盃全國桌球錦標賽」勇奪四年級男生組團體冠軍！】

※405 徐絃家、404 傅子誠、405 王禹勝、403 林鄭文哲、403 楊喬鈞、302 顏翊盛、301 李汪達

【「106 年 J00LA 盃全國桌球錦標賽」勇奪四年級男生個人第三名！第五名！】

※405 徐絃家※ ※403 林鄭文哲※

感謝大有國小教練團辛苦指導及桌球隊家長後援會大力協助！

三、恭喜本校桌球隊陳勝德教練、王晨峰老師參加「106 年桃園市第三屆市長盃公教人員桌球錦標賽」勇奪教職員男子組冠軍！

◎傳達與宣導事項

- 一、為有效預防腸病毒，衛生組定期更換、填充洗手乳，並對低年級加強環境消毒；中高年級則請導師協助。
- 二、10月28日(六)舉辦本校106學年度學校暨社區聯合運動大會，歡迎家長們與各界貴賓的踴躍參與及贊助，其中親子團競、親師接力比賽等二項競賽，更需要您的參與喔；另於10月30日(一)補假一日。
- 三、10月13日(五)施打流感疫苗；11月13日(一)進行一、四年級健康檢查。
- 四、奏樂隊將於11/28(二)參加「桃園市106學年度音樂比賽」，比賽地點:六和高中。
- 五、書包減重宣導：請減輕書包的重量，書包重量以不超過體重的1/8為標準。
- 六、視力保健宣導：
「護眼行動六招式」-第1招：眼睛休息不忘記；第2招：均衡飲食要做到
第3招：閱讀習慣要養成；第4招：讀書環境要注意
第5招：執筆、坐姿要正確；第6招：定期檢查要知道

參、總務處

◎傳達與宣導事項

- 一、午餐藝文競賽結合本校校內語文競賽，一二年級進行著色比賽、六年級則為午餐標語競賽。
- 二、為有效進行校園安全管理，下午放學四點後請學生勿再返回校園進入教室內拿取作業或個人物品。另警衛室內因有高壓電電箱及監視系統，基於人身安全，也請學生禁止進入。

◎營養教育-早餐知多少~第二部

各位親愛的家長同學，還記得上個月我們說到不吃早餐的壞處嗎？不吃早餐會造成我們反應遲鈍、腸胃不適、肥胖還會讓我們抵抗力下降!! 但早餐可不是隨便亂吃的，就讓營養師來告訴大家幾個小撇步，讓我們每天都活力滿點喔!!

挑選健康早餐的小撇步：

1. 均衡攝取各類食物：

你的早餐常常只吃一塊麵包嗎？如果早上只攝取全穀根莖類，容易讓身體到10點多時就戰鬥力不足，因此除了全穀根莖類，我們也應均衡的攝取蔬菜和豆魚肉蛋類，和少量的油脂，才能讓我們一天都充滿了力量喔!!

2. 少油脂：

市面上有許多的早餐店裡邊都藏著小小的陷阱，其中最大的陷阱就是油炸物，油炸物有太多的油脂，一早攝取大量的油脂可是會讓身體快速肥胖，長期下來還會造成心血管疾病，大家可要小心為上喔!!

3. 低鹽：

剛剛說油炸物是大陷阱，鹽類就是小陷阱了，鹽類可不單純只指鹽巴、醬油，除了上述的調味料之外，所有的加工食品可都是有添加屬於鹽類的食品添加物去保存它的風味，因此，我們在吃例如：火腿、培根、熱狗...等等的加工食品時，不知不覺也攝取了很多鹽類，這些鹽類可是增加我們腎臟負擔的元凶，不得不防喔!!

4. 低糖：

市售早餐的飲品通常會有有糖和無糖的選項，早上如果吃過多糖會讓我們的血糖上升太快，久而久之影響身體內血糖的代謝，可是會造成糖尿病以及肥胖的問題喔!!

看了以上的影響，你會如何選擇早餐呢？下個月我們將會告訴大家哪些餐點是屬於ok的早餐喔~ 各位敬請期待囉~

肆、輔導室

◎傳達與宣導事項

- 一、106 學年度親職講座於 106 年 11 月 18 日（六）上午 9：00-11：00 地點：本校一樓視聽教室，歡迎家長一同參加聆聽。
- 二、敦聘王麗雪語言治療師、邱筱淳心理師、俞雨春職能治療師、邱兆儀物理治療師等擔任本校 106 年度特殊教育專業團隊服務人員，服務本校身心障礙學生、老師及家長共 27 小時專業諮詢。

◎家庭教育 ~【不讓孩子捲入行動社群 APP 的危險】輔導教師 蔡政霖 編製

隨著智慧型手機的普及以及行動網路的發達，手機行動通訊軟體、社群交友 APP 的功能也日新月異。雖然這些功能讓我們的生活越來越便利，例如：LINE、Facebook、wechat，但有時候也會有些風險，像是隱私權及網路交友等問題。現在的孩子 3C 使用的能力越來越好，即便大人在他們還小的時候避免孩子接觸這些事物，我們也不可能完全的保證孩子在未來國高中時、或是在我們不在身邊的時候，完全都不會去碰。因此，及早教導孩子如何在 3C 世代保護自己，更為重要。

1. 教導孩子絕不答應或回應陌生人傳來的見面邀約。
2. 教導孩子當收到下列危險訊息時，一定要馬上封鎖對方，並告訴長輩自己收到這樣的訊息：
 - 提出具有性暗示的問題，例如：詢問有沒有性經驗；
 - 要求寄照片；
 - 詢問性別、年齡、就讀學校，或是住在哪裡；
 - 詢問外貌長得像哪位藝人、體重、身高、胸圍等身體特徵；
 - 詢問家裡電話號碼、地址、個人 E-mail 等聯絡方式；
 - 還不認識就稱讚「好可愛」，或發送「我好像喜歡上你了」、「你應該是我喜歡的類型」等訊息；
 - 不斷試圖邀約見面；
 - 強調「我可以買 00 給你唷！」，試圖表現自己很有錢，或是主動提出要給零用錢；
 - 自稱從事演藝事業相關工作，詢問「想不想當模特兒？」、或是「要不要我介紹哪位藝人給你認識」。
3. 教導孩子使用行動社群的「封鎖朋友」或「取消朋友」等功能(以 LINE 為例，其「封鎖」功能操作步驟請至官網查詢「封鎖」)。
4. 教導孩子不可和陌生人交換自己行動社群 Apps 的帳號或暱稱等個人資料，也不要再在網路上公開自己的帳號或暱稱。
5. 有些行動社群 Apps 只允許授權對象把自己加為好友的功能。為了避免被陌生人加為好友，應協助孩子進行相關的設定(以 LINE 為例，可關閉 LINE 的「允許被加入好友」與「公開 ID」功能，操作步驟請至官網查詢「允許被加入好友」、「公開 ID」)。
6. 若仍然遇到問題，或收到內容奇怪的訊息時，讓孩子知道還可以向誰求助，例如：家長、學校老師、學校輔導室... 等

資料來源：教育部全民資安網(家長)《教孩子安全用社群 Apps》

輔導室：

教務處：

學務處：

總務處：

校長：



中華民國 106 年 11 月 15 日 發行

大有通訊 第九十六期

發行：桃園市桃園區大有國民小學

發行人：校長王博成

主編：輔導室

編輯群：教務處、學務處、總務處

壹、教務處

◎榮譽榜

一、106 學年度網路競賽校內初賽獲獎名單

組別 \ 名次	第一名	第二名	第三名
繪圖組	六年二班陳宥瑜	六年三班鄧安喬	六年二班高以希
簡報組	六年五班楊曜瑜	六年六班黃楷程	六年三班陳品杉
查資料組	五年四班林祐辰	六年五班陳廷維	六年一班江芸葶

二、大有國小閱讀書香獎(十月份)

班級	姓名	獎項	班級	姓名	獎項
四年二班	吳秦榆	碩士獎	三年三班	林宸緯	學士獎

三、106 學年度期中評量優良名單

班級	姓名	姓名	姓名	班級	姓名	姓名	姓名
二年一班	潘芃頤	姚又寧	陳永暉	五年一班	譚詠琦	鄭詠潔	張桓崴
二年二班	孔華苓	楊羽航	潘苡寧	五年二班	潘顛涵	許欣雅	蔡宜諺
二年三班	黃保淳	張苡程	林子安	五年三班	陳宥勝	楊斯琴	葉安家
二年四班	陳弘源	黃彥鈞	張貽茜	五年四班	王俊驊	林祐辰	黃俊翰
三年一班	洪悅芯	吳姿燁	藍心汝	五年五班	吳佳柔	黃惟善	李承恩
三年二班	陳羿濤	黃羿鈞	簡羽蔓	六年一班	許詠婕	祁義鈞	黃昕頤
三年三班	李品萱	曾梓庭	簡婕宇	六年二班	田紫緹	陳祺展	陳怡瑄
三年四班	張秉之	林悅涵	許淳祺	六年三班	李芷婕	駱彥慈	林蕙晴
三年五班	邱子綺	劉益男	林筠喬	六年四班	陳宜萱	陳俐酉	陳印瑜
四年一班	侯雅馨	林芸安	蔡沛潔	六年五班	徐傳恩	李昱屏	李易宸
四年二班	吳宇喬	章庭僖	蔡亞妍	六年六班	林欣妤	陳楷婷	董丞佑
四年三班	穆妍瑾	涂欣貝	林威宏				
四年四班	莊喬涵	林沛萱	林家劭				
四年五班	許岑羲	莊韶濤	陳少鉸				

貳、學務處

◎榮譽榜

一、賀！本校學生參加「桃園市國民小學 106 年度能源教育學藝競賽活動」榮獲佳績。

四年 5 班 許岑羲 榮獲四年級組第三名，作品名稱：地球發燒了怎麼辦？

四年 1 班 廖宥葳 榮獲四年級組佳作，作品名稱：廢物變寶物的魔法書。

二、賀！本校桌球隊參加「觀音盃」全國桌球錦標賽勇奪國小男生乙組冠軍！

※405 王禹勝、405 徐紘家、405 楊振岳、404 彭柏軒、404 傅子誠、403 葉楷澐、403 林鄭文哲※

感謝大有國小教練團辛苦指導及桌球隊家長後援會大力協助！

三、本校 106 學年度運動會成績公布

106 年大有國小運動會成績				
個人項目	組別	第一名	第二名	第三名
女生 80 公尺	四年級組	404 林沛萱	404 馬睿岑	402 賴若溱
男生 80 公尺	四年級組	403 勞煒傑	401 莫宗諭	404 彭柏軒
女生 100 公尺	五年級組	502 潘顛涵	504 蘇芳儀	502 王彥榛
男生 100 公尺	五年級組	503 陳俊滕	504 李政廷	504 陳相宇
女生 100 公尺	六年級組	605 李昱屏	605 邱亦汝	604 李愷哲
男生 100 公尺	六年級組	605 李易宸	601 黃竣祺	606 陳昇愷
106 年大有國小運動會成績				
班際拔河	五年級組	505 (冠軍)	502 (亞軍)	503 (季軍)
	六年級組	606 (冠軍)	601 (亞軍)	604 (季軍)
106 年大有國小運動會成績				
團體項目	組別	第一名	第二名	第三名
大隊接力	四年級組	405	403	404
	五年級組	504	503	502
	六年級組	605	604	601
106 年大有國小運動會成績				
團體競賽	一年級組	104	105	103
	二年級組	202	204	
	三年級組	301	304	303
	四年級組	402	404	405
	五年級組	505	504	501
	六年級組	602	604	605
運動總錦標		四年級：404 五年級：504 六年級：605		

四、狂賀！本校學生 6 年 1 班祁義鈞、6 年 4 班陳宜萱、6 年 6 班林欣妤參加 106 年度桃園市市長盃神農小學堂健康知識創意競賽，榮獲國小組十全十美獎！感謝徐弘燕老師用心指導。

五、九月份品格之星：204 簡奕忻、201 潘芃頤、201 姚又寧、505 詹奇軒、402 邱歆語；
十月份品格之星：201 莫凱淋、201 劉韋均、303 陳俊佑、303 許季薰。

六、十月份整潔、秩序各學年前二名班級：1-1、1-5、2-2、2-3、3-2、3-3、4-2、4-4、5-4、5-5、6-2、6-4，一、二年級每生可獲得品德卡貼紙一枚，三~六年級每生可獲得籃球機代幣一枚。
恭喜表現績優班級！感謝班級導師的指導！

◎**傳達與宣導事項**

- 一、9 月 26 日藥師到校服務，辦理正確用藥宣導講座(四年級)。
- 二、11 月 13 日進行一、四年級健康檢查。

三、本校節奏樂隊將於 11/28 (二) 參加「桃園市 106 學年度音樂比賽」，比賽地點:六和高中。

四、11 月 10 日辦理反毒宣導講座(高年級); 11 月 23 日邀請到「蔡瑞月舞蹈團」到校演出《失色的紅草莓》一劇(反毒舞台劇，中高年級)。

五、最近適逢流感及腸胃炎流行因此請協助以下事宜:

1. 流行期間班級每週至少使用漂白水消毒一次，比例-漂白水 1:水 100，用以擦拭課桌椅、地板、門把。
2. 班上學生有呼吸道或腸胃道症狀者，請一律配戴口罩。
3. 加強洗手，尤其是飯前。

參、總務處

◎傳達與宣導事項

- 一、本校「無障礙電梯改善工程」將於 11 月下旬開始施工，施工廠商將設置施工圍籬以進行施工作業，為自身安全著想，請全校師生遠離施工範圍避免靠近。
- 二、本校「教學大樓西側(甲梯)及活動中心廁所整修工程」核定補助經費 260 萬元整，近期將辦理相關招標採購作業。
- 三、本校「樂活運動站整修工程」、「106 年度基層選手訓練站-桌球場整修工程」及「樂活運動站設備器材」等採購案皆在進行中，預計 12 月初完工，日後將有嶄新的活動場所供大家使用。

◎營養教育-早餐知多少~第三部

各位親愛的家長同學，還記得上個月我們說到挑選健康早餐的小撇步嗎? 均衡攝取各類食物、少油脂、少鹽以及少糖，就是我們選擇早餐的最高準則喔!! 那麼就讓營養師來告訴大家有什麼早餐較符合我們需求，能讓我們每天都充滿精神呢?

1. 我愛自己煮：如果早餐是自己準備的可以怎麼做呢?

*地瓜一顆(全穀根莖類)+水煮蛋一顆(豆魚肉蛋類)+燙青菜一碟(蔬菜類)+蕃茄 6 顆(水果類)

*糙米稀飯一碗(全穀根莖類)+煎荷包蛋一顆(豆魚肉蛋類)+燙青菜一碟(蔬菜類)+中型香蕉一支(水果類)

*全麥饅頭一顆(全穀根莖類)+蔥蛋一份(豆魚肉蛋類)+燙青菜一碟(蔬菜類)+現打蔬果汁(蔬菜、水果類)

2. 西式早餐店：燻雞蔬菜三明治+現打蔬果汁或蔬果捲餅+無糖豆漿或雞肉蔬菜捲餅+低脂鮮乳

3. 中式早餐店：高麗菜包+無糖豆漿或饅頭夾蔥蛋或全麥饅頭+無糖豆漿

4. 便利商店：吐司+茶葉蛋+低糖豆漿或吐司+生菜沙拉+無糖優酪乳或地瓜+生菜沙拉+茶葉蛋

看了以上的建議，你還會如何選擇你的早餐呢? 你有曾經選對早餐嗎? 那麼我們的早餐特輯就到此結束囉~ 下個月營養師要和大家來談談什麼樣的食材可以保護你/妳的眼睛喔~

肆、輔導室

◎榮譽榜

一、106 學年度運動會海報比賽得獎名單

《三年級組》

*第一名/三年三班 詹云希 許季蓁 *第二名/三年二班 楊芷喬 邱芯妍

*第三名/三年一班 洪悅芯 熊苡伶

《四年級組》

*第一名/四年一班 侯雅馨 陳宥芹 *第二名/四年三班 吳朕霆 王呈麟 涂欣貝

*第三名/四年四班 陳怡嘉 莊喬涵

《五年級組》

*第一名/五年四班 謝惠宇 王榕蓉 *第二名/五年二班 潘顛涵 廖晨希

*第三名/五年五班 江念慈 陳映蓉 陳姝容

《六年級組》

*第一名/六年一班 楊童恩 莊沛澄 *第二名/六年二班 陳宥瑜 楊雅涵

*第三名/六年五班 劉采璇

二、11月17日(五)辦理四、五年級生命教育—導盲犬教育宣導。

三、11月18日(六)9:00-11:00於本校視聽教室一辦理親職講座—創造生命奇蹟的八大步驟，請家長踴躍參加。

四、11月24日(五)辦理二年級身心障礙體驗活動。

◎傳達與宣導事項

隨著智慧型手機的普及，現在的孩子們玩線上遊戲已經不僅止於電腦，手機線上遊戲的APP也五花八門。玩遊戲固然是一項休閒消遣的娛樂方式，如果我們大人能多了解一些現在線上遊戲的類型、方式及注意事項，也比較能確保孩子在遊玩時，能夠健康、適當、安全的進行遊戲。

1. 瞭解孩子目前最常玩的線上遊戲。

→電腦：LOL 英雄聯盟、Minecraft 創世神。

→臉書和 LINE 的遊戲：德州撲克、農場鄉村 FarmVille、LINE 跑跑薑餅人。

→手機 APP 遊戲：神魔之塔、寶可夢、全民槍戰、傳說對決。

2. 線上遊戲最大的特色是玩家之間的互動。

→線上遊戲的特色就是面對到的是網路另一端的真實玩家，而非只是電腦。

→有些遊戲需要玩家之間的合作，有些遊戲是在跟真實的玩家競爭。

→有些遊戲需要玩家邀請朋友一起玩，才能夠獲得寶物、金幣。

→現在越來越多遊戲，都設計玩家要一起破關或一起完成任務的方式。

例如：寶可夢現在就推出要許多玩家一起打倒大頭目道館。

3. 線上遊戲是虛擬的社群世界。

→現在許多線上遊戲裡會有加為好友的機制(就像臉書和 LINE 一樣)，也會有一些交易、交換、互惠的遊戲機制，例如：交換道具或是贈禮。

→許多遊戲在遊戲過程中，可以彼此交談，分享意見和戰略，也可能彼此分享快樂、懊惱、同仇敵愾的情緒和想法。

→除了遊戲內的互動，現在也越來越多玩家會利用臉書和 LINE，創立一個遊戲的群組，大家可以在裡面交朋友、分享遊戲心得及遊戲資訊。

→也越來越多資深的玩家，會用 youtube 直播遊戲實況，搭配旁白和解說，以及策略分享，吸引其他玩家點閱和收看。

4. 免費遊戲不盡然完全免費。

→現在遊戲都標榜免費 APP，但其實都有一些付費的機制藏在遊戲中。

→例如：免費版只有幾個試玩關卡，要付錢才可以玩到完整版的遊戲關卡。

→例如：免費版的角色只有很弱的能力，要玩得好玩要去買一些更好用的角色。

→例如：遊戲內有遊戲專用代幣，代幣可以買更好的裝備和提升能力，如果玩家想玩得盡興，自然就會去購買這些代幣。



中華民國 106 年 12 月 14 日 發行

發行：桃園市桃園區大有國民小學

發行人：校長王博成

主編：輔導室

編輯群：教務處、學務處、總務處

大有通訊 第 97 期

壹、教務處

◎榮譽榜

一、106 學年度校內語文競賽得獎名單：

項目	組別	名次	班級	姓名	項目	組別	名次	班級	姓名	項目	組別	名次	班級	姓名	
客語演說	不限年級	1	從缺		國語朗讀	五年級	1	五年 3 班	邱曉樂	國語演說	五年級	1	五年 1 班	蘇斐雅	
		2	從缺				2	五年 4 班	鄭偉柏			2	五年 4 班	林祐辰	
		3	從缺				3	五年 1 班	杜勻馨			3	五年 3 班	王銘豪	
客語朗讀	不限年級	1	四年 5 班	高晨瑄		四年級	1	四年 5 班	許岑羲		閩語演說	四年級	1	四年 2 班	黃沛恩
		2	三年 4 班	廖子閔			2	四年 1 班	侯雅馨				2	四年 4 班	馬睿岑
		3	五年 5 班	張羽沁			3	四年 2 班	章庭僊				3	四年 1 班	陳宥淇
作文	五年級	1	五年 3 班	邱曉樂		三年級	1	三年 3 班	李品萱		閩語演說	五年級	1	五年 1 班	陳佩君
		2	五年 4 班	王榕蓉			2	三年 2 班	陳羿濤				2	五年 4 班	劉冠伶
		3	五年 1 班	鄭詠潔			3	三年 1 班	李佳穎				3	從缺	
	四年級	1	四年 5 班	莊韶濤	五年級	1	五年 1 班	鄭滂云	四年級	1		四年 4 班	李庭妤		
		2	四年 1 班	陳聖育		2	從缺			2		四年 3 班	穆妍瑾		
		3	四年 4 班	莊喬涵		3	從缺			3		四年 2 班	章庭僊		
寫字	五年級	1	五年 2 班	蔡宜諺	閩語朗讀	四年級	1	四年 1 班	廖宥葳	說故事	二年級	1	二年 1 班	賴若澂	
		2	五年 4 班	錢采忻			2	四年 2 班	陳品蓉			2	二年 3 班	簡語妍	
		3	五年 5 班	江念慈			3	四年 4 班	廖宥琳			3	二年 3 班	游昀宸	
	四年級	1	四年 4 班	陳怡嘉		三年級	1	三年 3 班	徐令侃	品格標語比賽	五年級	1	五年 4 班	林祐辰	
		2	四年 1 班	侯雅馨			2	三年 2 班	黃羿鈞			2	五年 3 班	賴禹寧	
		3	四年 3 班	陳颯涵			3	三年 1 班	林鉸萱			3	五年 2 班	廖晨希	
國語字音字形	五年級	1	五年 2 班	潘顛涵	英語朗讀	四年級	1	四年 4 班	何向展		英語說故事	五年級	佳作	五年 4 班	錢采忻
		2	五年 5 班	吳佳柔			2	四年 2 班	賴若濤				佳作	五年 3 班	范姜嘉華
		3	五年 1 班	張桓崴			3	四年 5 班	俞逸				佳作	從缺	
	四年級	1	四年 5 班	林景亮		三年級	1	三年 2 班	周士凱	六年級		1	六年 2 班	陳宥瑜	
		2	四年 4 班	傅子誠			2	三年 3 班	王思霈			2	六年 6 班	詹昀儒	
		3	四年 1 班	林芸安			3	三年 1 班	姚博淵			3	六年 3 班	姚蘊芯	
閩語字音字形	不限年級	1	五年 3 班	李秉謙	六年級	1	六年 2 班	陳宥瑜	五年級	1	五年 3 班	葉安家			
		2	四年 1 班	陳宥芹		2	六年 6 班	詹昀儒		2	五年 1 班	陳佩君			
		3	四年 3 班	王呈麟		3	六年 3 班	姚蘊芯		3	五年 4 班	黃俊翰			
客語字音字形	不限年級	1	五年 3 班	鍾秉融	五年級	1	五年 3 班	葉安家	五年級	1	五年 3 班	葉安家			
		2	從缺			2	五年 1 班	陳佩君		2	五年 1 班	陳佩君			
		3	從缺			3	五年 4 班	黃俊翰		3	五年 4 班	黃俊翰			

二、大有國小閱讀書香獎

班級	姓名	獎項	班級	姓名	獎項
602	田紫緹	博士獎	304	林郁宸	碩士獎
602	曾心妤	博士獎	602	楊雅涵	第二次學士獎
301	熊苡伶	碩士獎	301	陳巧濤	學士獎
401	陳宥淇	碩士獎	303	高啟恩	學士獎
603	駱彥慈	碩士獎	303	許季蓁	學士獎
602	余晨沛	碩士獎	203	簡語妍	學士獎
602	盧胤丞	碩士獎			

三、恭賀六年五班學生 徐傳恩 王永妍 李昱屏 林以甯 劉采璇 吳宛珊 楊曜瑜 代表學校參加桃園市 106 年度英語文藝文競賽榮獲 B 組 第一名！感謝翁淑玟老師、蔡佳紋老師用心指導與家長支持協助。

四、恭賀本校四年五班學生許岑義參加桃園市 106 年度「閱讀新桃園」閱讀心得競賽 榮獲 國小中年級組第三名！感謝陳美言老師指導！

五、恭賀本校學生參加「第十一屆聯合盃全國作文大賽」

四年四班一莊喬涵榮獲 桃園區國小中年級組 佳作 感謝邵瓊慧老師指導！

◎傳達與宣導事項

一、1/11（四）～1/12（五）進行期末評量。

二、1/08（一）～1/12（五）進行第二次作業抽查。

三、補救教學精神及內容宣導說明：

（一）補救教學實施原則：

1. 弱勢優先：優先補助弱勢地區學校、學生，並視經費狀況及需要逐年擴大補助。
2. 公平正義：依公平正義原則，給予弱勢學生積極性差別待遇，提供教學之教育扶助資源。
3. 個別輔導：對於需要特別扶助之學生，依其需要給予個別扶助與補救教學。

（二）補救教學的目的：

1. 篩選出學習低成就學生，施以補救教學。
2. 提高學生學力，確保教育品質。
3. 落實教育機會均等理想，實現社會公平正義目標。

（三）補救教學的精神：

1. 個別輔導：對於學習低成就學生，依其需要給予個別扶助與補救。
2. 關懷弱勢：給予弱勢學生積極性之教育扶助資源。

（四）補救教學的內容：

針對一群因為前一階段的學習結果不足，而無法使其順利進行現階段學習內容的對象，提供一系列基本學力的再訓練，以強化其可以順利進行現階段（或下階段）內容的學習。

貳、學務處

◎榮譽榜

一、本校參加桃園市 106 學年度學生音樂比賽表現優異，榮獲北區兒童樂隊優等。感謝彭宥芯老師、郭文魁老師、楊承和老師的指導，感謝全體愛心爸爸媽媽、志工的幫忙！

二、11 月品格之星名單如下：五年三班 18 號邱曉樂。感謝班級老師的指導。

三、106.11 月份各學年的整潔、秩序優勝班級如下：

一、二年級每生可獲得品德卡貼紙一枚，得獎班級為：1-2、1-5、2-2、2-3

三~六年級每生可獲得籃球機代幣一枚，得獎班級為：3-2、3-4、4-1、4-3、5-1、5-4、6-2、6-5。可獲得籃球機代幣及榮譽貼紙。

四、賀！本校桌球隊參加「第50屆國語日報盃全國桌球錦標賽」榮獲多項佳績！

【勇奪三年級雙打第五名！】※李汪達、顏翊盛※

【勇奪四年級團體組冠軍！】※徐絃家、傅子誠、王禹勝、林鄭文哲、楊喬鈞、張承瑋※

【勇奪四年級雙打冠軍】※徐絃家、林鄭文哲※

【勇奪四年級雙打亞軍】※傅子誠、彭伯軒※

【勇奪四年級單打第三名】※楊振岳※

恭喜本校桌球隊參加「第三十二屆生達盃全國桌球錦標賽」勇奪國小中年級男生組冠軍！

※403 林鄭文哲、楊喬鈞、404 傅子誠、405 王羽勝、徐絃家、301 李汪達、302 顏翊盛※

◎傳達與宣導事項

一、【美麗看世界~一起來護眼】-鼓勵「規律用眼 3010」與「天天戶外遠眺 120」活動

1、規律用眼 3010：在近距離用眼達 30 分鐘後，就須讓眼睛休息 10 分鐘。

2、天天戶外遠眺 120：鼓勵中斷近距離用眼而走到戶外，累積在自然光線下活動的時間，使眼球肌肉得以充分舒緩，獲得間歇性放鬆休息。

※所謂近距離用眼有三種：

1、讀書寫字的近距離，用眼距離約為 35-40 公分。

2、螢幕注視的近距離，螢幕注視包含電視、電腦與電玩（含手機、觸控螢幕 ipad 或平板電腦），用眼距離約為看電視約 3 公尺內、打電腦約 80 公分內、玩電玩約 30 公分內。

3、長時間侷限於室內活動，用眼距離僅於數十坪空間大小的牆壁之間，而使視野受到限制，無法舒緩眼肌壓力的近距離。

二、書包減重，健康啟動！書包超重將影響學齡孩童脊柱生長，嚴重者更將造成脊柱側彎或肌肉韌帶拉傷。守護孩子的健康，請每日檢查書包！

三、【預防流感七絕招-健康強身金鐘罩】

★第一招-勤洗手：正確洗手五步驟、★第二招-掩口鼻：咳嗽哈啾，掩口鼻、

★第三招-戴口罩：感冒咳嗽戴口罩、★第四招-速就醫：流感症狀速就醫、

★第五招-多休息：生病在家多休息、★第六招-好作息：飲食均衡多運動、

★最重要的第七招~記得要去打疫苗！

參、總務處

◎榮譽榜

一、午餐藝文競賽獲獎名單

項目 獎項	著色比賽				午餐標語	
	一年級		二年級		六年級	
	班級	姓名	班級	姓名	班級	姓名
第一名	一年四班	張書蓉	二年三班	楊藝菲	六年一班	莊沛澄
第二名	一年四班	涂綺芳	二年四班	謝書菀	六年五班	劉采璇
第三名	一年一班	王雨軒	二年二班	林宥妍	六年五班	張家瑞
佳作	一年二班	簡子甯	二年四班	方聖傑	六年二班	高以希
佳作	一年二班	陳怡彤	二年二班	孔華苓	六年三班	陳糧昀

						鄧安喬
佳作	一年五班	陳育茗	二年四班	林冠騰	六年四班	王馨翎 李思嫻

◎傳達與宣導事項

- 一、本校教學大樓西側（甲梯）廁所及無障礙電梯已經開始進行整修工程，期望能提供給孩子們更加完善的如廁空間及無障礙環境。
- 二、邁入冬季，氣候逐漸變冷，預購買換季運動服可至以下地點採購：
 1. 學生服專賣店(地址:春日路 1335 號，電話:3255357)。
 2. 小園丁(地址:大有路 670 號，電話:3560627)
 3. 東星(地址:大業路一段 8-2 號，電話:333-1541)。

◎營養教育-護眼大作戰~第一部

各位親愛的家長同學，眼睛是靈魂之窗，可為什麼我們老是忘了愛護它呢？現代人充斥在充滿光害的環境下，尤其 3C 產品日新月異，生活幾乎離不開他們，每天醒來就開始用電腦、用手機、用 ipad... 等等，每天只要睜開眼就幾乎在消耗眼睛的活力，今天我們就來談談，什麼樣的營養素可以修復眼睛的細胞，讓眼睛活力滿滿吧!!

護眼維生素系列~

1. 維生素 A: 含量豐富：肝臟、蛋黃、牛奶及奶製品、魚肝油、深綠及深黃色之蔬果。
 - 維持正常的視覺：缺乏時，在暗處容易會看不見景物，稱為「夜盲症」。
 - 幫助眼睛製造淚液：長期不足時，眼睛會容易乾澀、磨損潰爛感染喔!!
2. 維生素 B 群(B1、B2、菸鹼酸): 含量豐富：全穀類、內臟類、肉類、魚類、豆類、堅果、牛奶、綠葉蔬菜、蛋類。
 - 缺乏時會造成眼睛痠澀疲勞，還會發癢怕光喔!!
3. 維生素 C：含量豐富：深綠色及黃紅色蔬果、柑橘類水果，番石榴、蕃茄、草莓、奇異果等。
 - 延緩及預防老化所引起的視力衰退、白內障及水晶體變性，增加眼睛的微小血管韌性和修護細胞，增進眼球健康喔!!
4. 維生素 E：含量豐富：植物油、深綠色蔬菜、小麥胚芽、胚芽油、肝、肉、豆類等。
 - 幫助維護眼睛細胞健康、血液流通及保養某些老化造成的眼睛疾病，如：白內障、老年性視網膜病變等。

肆、輔導室

◎傳達與宣導事項

- 一、12 月為性平宣導月，本校辦理各項宣導活動並落實執行通報與輔導工作。12/12(二)辦理低年級性平戲劇宣導、12/15(五)辦理三年級身體自主權宣導講座。全年級觀看性別平等教育宣導影片。期能增進全校師生對正確性生理及性心理之認識，知道如何保護自己身體的隱私，改善並建立無性別偏見之校園空間。
- 二、106 年度歲末感恩祝福活動，融合各領域進行感恩祝福語教學，由各班教師指導學生設計簡單又饒富創意的感恩詞及期許或祝福來年的吉祥語，並指導學生在祝福卡上書寫對家人、親友、師長、同學、勞苦功高的社會人士的感恩及祝福詞語。預計 12/28(四)於兒童朝會舉行全校性的感恩祝福儀式，期望透過這樣的活動，可以培養孩子們感恩惜福、樂觀進取的精神。