

	中華民國 108 年 1 月 14 日發行 大有通訊 第 107 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
---	--	---

◎大有榮譽榜

壹、教務處

一、107 學年度六年級學生專題研究報告得獎名單

名次	班級	姓名	研究題目	指導老師
特優	六年二班	蔡宜諺	植物發電	鄭國良老師
優等	六年一班	譚詠琦	奶油蛋糕	林家弘老師
優等	六年五班	詹奇軒	手機遊戲對國小中高年級生的影響	戴興能老師
甲等	六年四班	李政廷	機器人對未來的影響	張瓊方老師
甲等	六年四班	章翊瑞	為什麼鴿子可以遠距飛行	張瓊方老師
甲等	六年三班	楊斯栢	布朗尼	徐毓茹老師
佳作	六年四班	王俊驊	幸運草	張瓊方老師
佳作	六年一班	陳佩君	星 座	林家弘老師
佳作	六年三班	黃思蓉	地 震	徐毓茹老師
佳作	六年五班	劉采虹	汽水加曼陀珠看哪個汽水噴最高	戴興能老師
入選	六年三班	鍾秉融	全球暖化	徐毓茹老師

二、大有國小閱讀書香獎

班級	姓名	獎項	班級	姓名	獎項
六年三班	李秉謙	碩士獎	四年三班	許鈞源	學士獎
三年四班	林宥妍	碩士獎	四年三班	侯翔巽	學士獎
五年六班	陳昱辰	學士獎	四年三班	邱昱均	學士獎
四年三班	王依婷	學士獎	四年三班	賴泳峰	學士獎
四年三班	吳以柔	學士獎	三年四班	湯沁霏	學士獎
四年三班	孫翌雯	學士獎			

◎傳達與宣導事項

一、1/18（五）結業式，一～四年級中午 12：40 分放學；五六年級下午 15：30 放學。2/11（一）

開學日，正式上課，當天在學校用餐，記得帶餐具到校。

二、寒假圖書館開放時間為 1/21~1/25 上午 8:30~11:30。

三、捐出你的愛，打造孩子們的未來-桃園市桃園區大有國小教育儲蓄戶

教育部設置教育儲蓄戶旨在照顧經濟弱勢、家庭突遭變故學生，使其順利就學，以達成教育機會均等的目標，創造每個孩子的希望。大有國小教育儲蓄戶照顧對象為本校在學學生，協助條件如后：低收入戶、中低收入戶、家庭突遭變故，致使其無法順利接受教育者。於每學年度結束，本校專戶會將捐款名單上網公告，歡迎各界善心人士踴躍捐款，詳細情形可洽詢教務處註冊組，聯絡電話：03-3577715 分機 212。（108 年度募款許可文號桃教小字第 1030096697-218 號）

貳、學務處

◎榮譽榜

- 一、恭喜 107 學年度上學期生活教育競賽獲獎的班級：1-3、1-5、2-2、2-5、3-2、3-3、4-1、4-2、5-3、5-4、6-4、6-5；獲獎班級可獲得 500 元的文具或清潔用品。《感謝各班老師辛苦的指導》
- 二、賀！本校學生邱洧謀參加桃園市 107 學年度學生音樂暨鄉土歌謠比賽【鋼琴獨奏——國小北區 B 組】，榮獲優等成績！《感謝本校彭宥芯老師老師辛苦指導》
- 三、12 月品格之星名單如下：202 黃雅婷、簡子甯、林萱如、吳若瑜；304 張宇翔、潘宥瑜；403 詹云希；502 王彥婷；603 楊佩慈、楊斯琴等。《感謝班級老師的指導》
- 四、賀！本校桌球隊參加「第 33 屆生達盃全國桌球錦標賽」榮獲國小男童高年級團體組亞軍！
※林鄭文哲、徐絃家、楊振岳、傅子誠、王禹勝、彭柏軒、葉楷湊、顏翊盛※
《感謝本校陳勝德教練及桌球隊教練群用心指導、家長後援會大力協助！》

◎傳達與宣導事項

- 一、1/15(二)上午 8:40-10:10 於活動中心辦理「107 學年度上學期期末學生才藝發表會」。
- 二、1/16(三)辦理四~六年級 CPR 教育宣導活動(主講：大有消防隊)。

★ 大有國小 108 年寒假學生活動安全預防宣導注意事項

寒假將至，為維護學生健康及安全，各級學校應利用相關活動、集會（週、朝會）、家長聯繫等方式，就下列事項加強提醒安全預防工作，以避免學生涉足不良場所或從事無安全規劃之工作，肇生意外事件：

- 一、**活動安全**：學生於寒假期間往往會從事大量的休閒活動，依活動場地的不同，區分為室內活動及戶外活動：

（一）室內活動：

室內活動包含圖書館、電影院、百貨公司賣場、KTV、MTV、室內演唱會、室內團體活動等，從事該項活動時，首先應熟悉逃生路線及逃生設備，學校應提醒學生熟習相關消防（逃生）器材，如滅火器、緩降機等之使用方式，方能確保學生從事室內活動時之安全。其次，應告誡同學避免前往網咖、舞廳、夜店等場所，以免產生人身安全問題。

（二）戶外活動：

寒假期間從事各類戶外活動，首應注意天候變化及地形環境之熟悉。如進行登山、露營、溯溪、戲水、水岸、田野調查研究等活動時，除需做好行前裝備檢查外，更應考量自身體能狀況能否負荷，勿至公告危險水域或無救生人員的地方進行活動。如遭遇大潮、豪雨等天候狀況不佳時，應立即停止一切戶外活動，以預防突發性之危安事件(如海灘裂流、碎浪、地形效應等問題)。發生閃電雷鳴時，應遠離外露的金屬物體、鐵欄杆、高大廣告牌等建築物，及避免至無防雷設施的建築物內避雨（如工棚、車棚、遮陽傘下），並且應停止游泳、划船並上岸到安全的避雨場所。

二、交通安全：

根據教育部校安中心的統計顯示，校外交通意外事故為學生意外傷亡的主要原因。寒假期間學生可能因為參加活動、打工兼職等因素，增加使用交通工具的機率，因此需特別提醒學生騎乘機車、自行車等一定要注意自身的交通安全。

三、居住安全：

（一）居家防火、用電安全：

為降低居家意外事故發生請學校應積極提醒學生注意居家防火、用電安全之重要性，利用火災案例教導學生遇火災時切勿慌張，應大聲呼叫、通知周邊人員自身所在位置，並進行安全避難，切勿躲在衣櫥或床鋪下等不易發現場所。應告誡學生點火器具並非玩具，不可把玩，並使學生了解玩火恐引起火災及傷亡。也提醒家長：有關打火機及點火槍等點火器具之放置場所，應予上鎖，並請家長充分配合告知學童家中的避難逃生路線，以建立危機意識並維護學子居家安全。

（二）賃居安全：

使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，要注意室內空氣流通，使用時切忌將門窗緊閉，易導致因瓦斯燃燒不完全，而肇生一氧化碳中毒事件；有頭昏、噁心、嗜睡等身體不適情況發生，應立即打開通往室外的窗戶通風，若身體嚴重不適時，請先前往通風良好的室外環境，再打 119 電話或與親友(學校)求助，以維護學生自身安全。外出及就寢前亦必須檢查用電及瓦斯是否已關閉，以確保安全。

四、校園及人身安全：

學校應全面強化校園門禁安全管制、校園巡邏措施及監視(錄)器材及緊急求救鈴設備設置，各校警衛巡查校園時，監視系統及門禁管制應責由專人監看或建立管理措施，以免發生安全間隙。學校應與轄區警政單位保持聯繫，強化落實校園周邊安全巡邏，並依學校與警察單位簽署之「維護校園安全支援約定書」，建立預警與社區聯防機制，有效即時應處突發事件。學校育樂營社團教學區域應集中配置，減少放學後樓層出入口動線，便於加強管控人員出入，提醒學生如在校遇陌生人或可疑人物，應立即通知師長，防止意外事件發生。並將相關課程或集會時機，加強學生安全意識，及被害預防觀念教育，**應提醒學生寒假期間配合學校作息，上學勿單獨太早到校，課餘時，避免單獨留在教室；請務必結伴同行，避免單獨到校園偏僻的死角，確保自身安全。**學生放學不要太晚離開校園，或由家人陪同，絕不單獨行經漆黑小巷或人煙罕至的地方及進出危險場所。學生若於校內外遭遇陌生人或發現可疑人物，應立即通知師長或快速跑至人潮較多地方或最近便利商店，大聲喊叫，吸引其他人的注意，尋求協助。

五、藥物濫用防制：

近年有不法份子將新興混合性毒品以飲品隨身包(如咖啡包、奶茶包等)或休閒食品(如糖果、速食麵等)包裝，及運用網際網路引誘青少年嘗試；鑒於混合性毒品性質不定，致死率更難以估計，又因其包裝精美，容易降低青少年警戒性，爰為避免學生好奇誤用，務須請家長關心學生，於寒假期間應保持正常及規律之生活作息，切勿受同儕及校外人士引誘、慫恿而嘗試。倘不幸誤觸毒品，請與學校師長聯繫尋求協助或電洽各縣市毒品危害防制中心(戒成專線：0800-770-885)、家庭教育中心諮詢(家庭教育中心諮詢專線：412-8185)。

六、菸害防制：

「菸害防制法」已於 98 年 1 月 23 日修正施行，各級學校應積極提醒學生反菸、拒菸之重要性，並請家長充分配合，以維護學子身心健全發展(可逕上衛生福利部國民健康署菸害防制資訊網查詢，網址 <http://tobacco.hpa.gov.tw/index.aspx>)。

七、詐騙防制：

- (一)寒假期間應提醒勿點選不明簡訊網址，避免手機中毒被當成跳板而四處散發簡訊，使歹徒有機可乘。並建立安全使用智慧型手機的觀念，於使用網路聊天 APP(如 Line)時，請慎防及提高警覺，切勿洩漏帳號與密碼，被歹徒盜用後進行詐騙成為詐騙受害者。
- (二)歹徒利用小額付費機制進行詐騙，甚至先開通被害人小額付費服務再行騙代收認證簡訊。多一

- 分謹慎就多一分保障，建議學生可向電信公司申請關閉手機小額付費功能，並且切勿代收簡訊。
- (三)面對層出不窮、手法日益翻新之詐騙犯罪手法，為避免成為歹徒以電話假綁架或假事故（交通意外、疾病住院）行真詐財的受害者。提醒家長或學生如接獲可疑詐騙電話或不慎遇上歹徒意圖詐騙，應切記反詐騙 3 步驟：「保持冷靜」、「小心查證」、「立即報警或撥打 165 反詐騙諮詢專線」尋求協助。
- (四)家長及各校師生可透過查詢內政部警政署「165 全民防騙」網站公告資訊(網址 <http://www.165.gov.tw/index.aspx>，或由本部校安中心網頁連結)，或加入內政部警政署 165 反詐騙 LINE 官網下載最新詐騙手法，以避免受騙上當。

八、網路賭博防制：

提醒家長主動關心學生校內、外的言行，並加強對學生的關懷與輔導，如發現學生有異常情事，即積極介入處置與輔導，避免因網路誘惑而落入陷阱或衍生其他偏差行為；若發現學生涉及網路賭博情事，應通知學校依據校安通報作業要點即時通報與介入輔導，並由學校截取畫面及網址，提供教育主管機關通知警政單位查處，及向「iWIN 網路內容防護機構」提出申訴，以防止學生接觸有害身心之網路內容，共同保護莘莘學子，營造純淨的學習環境。

九、犯罪預防：

請提醒同學切勿從事違法活動如：飆車、竊盜、販賣違法光碟軟體、參加犯罪組織活動或從事性交易（援交）等。另近年來逐漸增多的電腦網路違法事件如：非法散布謠言影響公共安寧、違法上傳不當影片、入侵他人網站竊取或篡改資料等，請各級學校加強學生網路使用認知素養並尊重個人隱私權益，以免誤蹈法網。

十、網路沉迷防制：

提醒家長注意孩子的上網時間及行為並慎選電子遊戲，避免產生價值錯亂，更須與孩子共同制訂上網公約及培養正確的網路使用態度與習慣。

十一、學生發生意外事件之通報與聯繫管道：

學生於寒假期間發生各類意外事件，可運用各級學校校園安全聯繫電話請求協助。各級學校於獲知學生發生意外事件時，請依教育部「校園安全及災害事件通報作業要點」規定，遇緊急重大事件或需主管教育行政機關協處之事件，必須於 2 小時內透過校園事件即時通報網實施通報，惟情況緊迫或須協助事件應先行以電話通報教育部校安中心，校安中心有專責值勤人員實施 24 小時服務，專線電話：(02)33437855、33437856，傳真：(02)33437920。

參、總務處

◎傳達與宣導事項

- 一、本校活動中心因長期使用地坪破損嚴重，今年獲得教育局補助將進行整修，本月將進行工程招標作業。活動中心整修完成後，希望能提供全校師生更舒適完善的活動空間。
- 二、寒假期間預計進行設備維護修繕、全校消毒及水塔清洗作業。
- 三、107 學年度第二學期註冊費繳納期間預計為：2/22-3/03，屆時可憑繳費單至超商繳款。

肆、輔導室

◎傳達與宣導事項

108 年度身心障礙學生第一次鑑定安置已申請，本校計有國小升國中 6 件，鑑定結果與初步安置通知期程為 108 年 4 月。第二次鑑定安置（各類組校內疑似生）約於 108 年 4 月送件，鑑定結果與初步安置通知期程為 108 年 7 月。若有學習狀況不佳，疑似學習障礙學生需送鑑定，請洽輔導室討論。



中華民國 108 年 3 月 14 日發行

大有通訊 第 108 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、寒假作業優良名單如下，恭喜獲獎同學，並感謝師長的用心指導！

一年一班	陳書榮	涂仲恩	江昀貞	朱鎧琳	王淑萱
一年二班	徐旭光	李宇捷	張文熙	蔡依宸	張瑞育
一年三班	陳威良	劉榮凱	趙湘霖	鄭翎吟	吳婕綺
一年四班	王楷為	邱堃碩	戴廷旭	彭奕嘉	吳心妍
一年五班	許淮碩	吳紘萱	洪子騰	蘇韋承	蕭楷倫
一年六班	蔡沛璇	安紫妍	郭品萱	楊凱茹	劉子儀
二年一班	蘇美綾	楊柏恩	王雨軒	李諺臻	陳寬
二年二班	陳靖恩	陳怡彤	黃品叡	許睿哲	陳子翔
二年三班	李柏霆	蕭梓涵	吳旻蓁	洪湘蓉	姚可馨
二年四班	梁宥涵	李可歆	范承義	涂綺芳	邵筱恩
二年五班	陳羿涵	林中城	游洧芷	曹景越	謝秉諺
三年一班	黎承叡	潘芃頤	黃懿玲	姚又寧	穆昕辰
三年二班	周祐安	吳東朔	孔華苓	林湘霓	楊藝菲
三年三班	黃保淳	呂偶安	游昀宸	李緯馨	陳臻
三年四班	張貽茜	莊觀合	林宥妍	黃彥鈞	傅郡希
三年五班	葉宣岑	朱沛瑜	陳宥旭	陸威廷	陳曉真
四年一班	洪悅芯	熊苡伶	陳巧臻	洪承融	王淑瑩
四年二班	陳羿臻	簡羽蔓	楊芷喬	邱芯妍	何其妍
四年三班	李品萱	許季蓁	陳家榮	賴泳嶧	曾梓庭
四年四班	戴好喬	林悅涵	張智涵	林奕祺	趙庭毅
四年五班	陳冠安	楊展勛	何庭軒	李禹萱	李韋志
五年一班	侯雅馨	林芸安	蔡亞妍	黃仲鎔	鍾妮霓
五年二班	王彥婷	雷法曼	楊皓宇	蔡沛潔	林以晴
五年三班	蔡子聖	吳秦榆	穆妍瑾	邱莉柔	楊晨鈴
五年四班	莊韶臻	林家劭	謝汶錡	張君寧	李諺學
五年五班	許岑義	許嘉凌	何向展	傅子誠	張祖豪
五年六班	廖宥葳	邱洧謀	田朕慈	余采軒	林景亮
六年一班	譚詠琦	杜勻馨	秦宇辰	鄭詠潔	陳孟廷

六年二班	蔡宜諺	潘顥涵	廖晨希	許欣雅	張喻沁
六年三班	葉安家	陳宥勝	黃思蓉	胡如婷	賴禹寧
六年四班	王俊驊	謝惠宇	林雨彤	蘇芳儀	鄭偉柏
六年五班	黃德勝	顏家泰	李承恩	陳映蓉	劉采虹

二、大有國小二月份閱讀書香獎

班級	姓名	獎項	班級	姓名	獎項
三年四班	張貽茜	碩士獎	二年三班	姚可馨	學士獎
三年二班	林湘霓	碩士獎	三年三班	李緯馨	學士獎
三年三班	林孟宣	碩士獎	五年二班	楊皓宇	學士獎

◎傳達與宣導事項

- 一、桃園市教育局與桃園西區扶輪社在 3 月 16 日（星期六）委由幸福國小舉辦桃園市 108 年度英語比賽，分為國小、國中、高中職與大專等組別，競賽項目包括英語朗讀、說故事與英語演講，將吸引了全市英語好手共襄盛舉。
- 二、3/04~3/08 進行教室佈置觀摩活動，低中高年級分別票選三個班級給予獎勵，鼓勵師生共同創作營造良好優質的學習環境。
- 三、補救教學宣導：本校 108 年度補救教學實施方案開設六班。補救教學的精神與內涵在於提供身份弱勢且學習低成就的學生小班且個別化之補救教學，讓學習低落的學生能夠即時補救以期達到該有的學力，讓孩子發現學習的樂趣。
- 四、本市 108 學年度高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育採線上申辦，第一階段申辦作業時程自 108 年 4 月 16 日至 4 月 30 日止，請申請人依旨揭申請表單及計畫書撰寫規定辦理，並依限至「桃園市高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育申請暨審議作業系統 (<https://tycnee.psees.tyc.edu.tw>)」，進行線上作業。

◎本月好書介紹 【拯救愛因斯坦的筆記本】

德國暢銷 88 萬冊的少年偵探小說

激發孩子邏輯思考 快速了解偉大科學家 瀏覽科學歷史背景

愛因斯坦一生寫下無數的筆記，他習慣隨身攜帶小本子記錄下想要研究的主題。這些筆記對後世影響甚鉅。如果愛因斯坦當初沒有留下筆記傳世，現代的科學發展可能要延遲一百年……

而這影響全世界的筆記居然消失了！是誰偷走了這麼重要的東西？一向粗心大意的愛因斯坦，經常忘東忘西，是他不小心塞在哪個被遺忘的角落？還是真的遭有心人士竊取他的理論？

愛因斯坦教授每週都要和好友戈德先生一家舉辦家庭演奏會。他珍愛自己的小提琴，不僅熱愛演奏，還時常把一些奇思妙想用筆記本記錄下來，放在小提琴盒裡隨身攜帶。

筆記本消失的地點就在戈德家？家中這對雙胞胎兄妹雅各和漢娜為求真相鋌而不捨！

貳、學務處

◎榮譽榜

一、恭喜下列同學在各領域表現優異，獲得模範兒童表揚。市模範生於 3/27(三)至桃園市展演中心接受表揚；區及校模範生於 3/29(五)於「大有之星」活動現場接受表揚。

大有國小 107 學年度市區校模範生名單

班級	校模範	區模範	班級	校模範	區模範	班級	校模範	區模範	市模範
101	王淑萱	張御楷	301	潘芃頤	詹智捷	501	林芸安	侯雅馨	
102	張瑞育	蔡依宸	302	方聖傑	簡奕忻	502	馬睿岑	章庭僊	
103	余大有	倪睿妤	303	李緯馨	呂偶安	503	陳宥淇	穆妍瑾	
104	侯芷嫻	葉維庭	304	黃彥鈞	張貽茜	504	李庭妤	林威宏	
105	吳紘萱	許淮碩	305	楊宇航	清水美沙	505	陳宥芹	許岑義	
106	安紫妍	余亭潔	401	洪悅芯	吳采宸	506	王禹勝	徐翊恩	
201	王雨軒	王彥淳	402	廖國曄	李美諄	601	譚詠琦	蘇斐雅	張桓崴
202	吳若瑜	黃品叡	403	詹云希	許季蓁	602	許欣雅	潘顥涵	蔡宜諺
203	羅文伶	吳品序	404	戴妤喬	張智涵	603	易靖宸	范姜嘉華	高永昌
204	范承義	梁宥涵	405	簡鈺澄	廖國嶸	604	鐘 叡	鄭偉柏	黃俊翰
205	陳羿涵	許芯綾				605	吳佳柔	張羽沁	詹奇軒

◎傳達與宣導事項

一、第二十一屆自治市小市長選舉將於 3/14 (四) 進行政見發表，3/21 (四) 進行投票。

候選人名單如下：

編號	1	2	3	4	5	6
姓名	侯雅馨	章庭僊	穆妍瑾	熊宸緯	陳品蓉	邱洧謀
班級	501	502	503	504	505	506

二、本學期校外教學日期及地點：

一年級：4/23(二)，地點：巧克力共和國，由學務主任隨車同行。

二年級：5/14(二)，地點：Baby Boss，由教務主任隨車同行。

三年級：4/30(二)，地點：台北科教館，由學務主任隨車同行。

四年級：5/07(二)，地點：小人國遊樂園區，由輔導主任隨車同行。

五年級：5/02(四)，地點：淡水紅毛城&老街，由總務主任隨車同行。

三、四、五年級游泳教學日期：108 年 5/1、5/8、5/15、5/22、5/29(5 次，週三上午 09:30-11:30)。

四、3/7(四)8:10 進行本學年度第三次「防震災逃生演練」。

五、3/8(五)8:00-8:40 辦理三年級「視力保健」健康講座！

六、3/29(五)辦理「大有之星」多元展能特色活動，提供孩子們多元才能展現的表演舞台。

七、4/2(二)辦理「幸福童樂會」慶祝兒童節活動。

參、總務處

◎傳達與宣導事項

- 一、本校已於2月份委請SGS廠商到校抽檢水質，維護全校師生飲用水品質。
- 二、本校無障礙電梯改善工程及非營利幼兒園戶外空間改善工程已完工，並開放使用；活動中心整修工程預計於3月底完工開放使用。未來校園環境將更加完善，提供全校師生、社區民溫馨友善、安全無虞的活動空間。
- 三、本學期午餐期初無力支付補助已於2/25（一）完成審查。
- 四、本校於開學初即開始供應豆漿，兼顧孩子食的营养均衡。

◎營養教育-飲食迷思#01 生酮飲食正夯，我們究竟該不該嘗試呢？Part 01

大家還記得前些日子的新聞嗎？「45歲生酮飲食名醫謝旺穎患肝膿瘍過世 醫師訝異：這個病少見且治癒率高」，在愈來愈多人追求健康的現代社會，愈來愈多另類的療法出現，生酮飲食在電視、網路上瘋傳，幾乎被說成是神話一般的飲食，作為一個聰明的視聽者，我們應該要想：如果這種飲食方法這麼好，為什麼我們平時不是這麼吃的呢？就讓營養師來解釋給大家聽吧！！

生酮飲食是一種高脂肪、適量蛋白質及低碳水化合物，透過高油脂、低碳水化合物讓身體產生酮體的飲食療法，沒錯！“療法”。為什麼會稱之為療法呢？據歷史記載1910年醫師透過“挨餓”，發現患有癲癇病患大幅減少發病頻率，所以醫師們設計了一套可以維持成長，並可利用酮體進入大腦作為能量時促進產生GABA(抑制性神經傳導物質)，減少癲癇發作。

嗯？既然是療法，給癲癇病患使用的，為什麼現在有那麼多人推崇生酮飲食呢？答案是，因為曾經有人發現原來靠產生酮體可以讓身體一直消耗脂肪來減肥。但是大家知道嗎？推崇者們沒說的是，消耗脂肪的同時，肌肉也同樣在流失中，然而生酮飲食初期快速的減重都只是脫水，外加大大降低基礎代謝率，除此之外，還有副作用，如：酮酸中毒、心血管疾病、高血脂…等等。

很多時候我們在電視或是網路上看到的資訊通常都只是片段，考驗著我們的意志力，因為通常商人們或是推崇者都會用誇大並且偏頗的方式來銷售他們的想法，而辨別真偽的能力對我們而言就非常的重要，就讓我們一起來對抗網路謠言跟營養迷思吧！！

肆、輔導室

◎傳達與宣導事項

- 一、2月22日(五)轉入生定向輔導已辦理完畢。
- 二、六年級升學輔導：2月27日(三)會稽國中簡介；3月15日(五)大有國中簡介。
- 三、桃園市108學年度國民小學一般智能資賦優異學生鑑定、未足齡資賦優異兒童提早入學鑑定、國中、國小資賦優異鑑定、國中小各項藝術才能班鑑定簡章及相關資料，均公告於教育局網站「最新消息」(<https://www.tyc.edu.tw>)，有意報名家長，請自行下載簡章。
- 四、108學年度「國民教育階段非學校型態實驗教育」申辦作業時程，詳見桃園市高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育網頁：<https://sites.google.com/site/nsbeetyc/xiao-xi-kan-ban>。
- 五、108年度第2次國民中小學身心障礙學生鑑定申請，校內疑似生按各類組相關規定進行初步篩選，家長若有需求請於3/8前洽輔導室諮詢。
- 六、4月27日(六)為本校107學年度親職教育日，當日將展現學校特色與教學成果，以期增進親師溝通的良性互動。歡迎家長蒞校參加親子活動，當天全校學生7:20-7:50上學，於學校用餐完畢後，12:40放學。並於4月29日(一)補假一日。



中華民國 108 年 4 月 15 日發行

大有通訊 第 109 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、本校學生 5-6 邱洧謀、5-4 楊弘詣 參加桃園市 108 年度貓咪盃 Scratch 競賽，榮獲 國小遊戲組 特優，5-1 趙庭澄、5-3 陳宣宇 參加桃園市 108 年度貓咪盃 Scratch 競賽，榮獲 國小動畫組 特優將代表本市參加全國賽，感謝黃亮文老師用心指導！
- 二、本校學生 5-6 邱洧謀 參加客語認證通過，感謝客語謝采蓉老師用心指導。本校學生 6-2 朱詠婕 參加排灣族語初級認證通過，感謝排灣族語曹芸臻老師用心指導。6-5 陳俊輔 參加阿美族語初級認證通過，感謝阿美族語林昌俊老師用心指導。
- 三、本校學生 4-2 周士凱參加桃園市 108 年度英語比賽，榮獲 國小朗讀 B 組 第一名，感謝張慎敏老師用心指導！
- 四、本校學生 6-2 蔡宜諺參加「桃園區第 59 屆科展」，榮獲 國小生科組 優勝，感謝指導老師邱瑀宸老師！
- 五、賀！本校學生參加「107 學年度桃園市市長盃小桃子英數競賽活動」榮獲佳績！5-1 賴若臻 榮獲英語組入選獎，5-5 何向展 榮獲英語組優勝獎 感謝 5-1 林立群老師及 5-5 黃郁文老師的用心指導。
- 六、本校教師參加「106 學年度國民中小學優良教學示例獎勵計畫」，榮獲 國小組 甲等，恭喜蘇夢琴老師及邵瓊慧老師。
- 七、大有國小閱讀書香獎

班級	姓名	獎項	班級	姓名	獎項
六年二班	蔡宜諺	碩士獎	三年一班	謝書苑	碩士獎
五年二班	許程宇	碩士獎	三年二班	周祐安	碩士獎
四年三班	詹云希	碩士獎	三年三班	黃保淳	碩士獎
三年一班	吳宜臻	碩士獎			

◎傳達與宣導事項

一、4/16~17 期中評量

4/16 (二) 考國語、自然、高年級英語，4/17 (三) 考數學、社會、中年級英語。

二、4/17 (三) - 新生報到

4/17 (三) 早上 8 點到下午 3 點，是本校 108 學年度小一新生報到時間，請家長攜帶下列文件到校辦理報到。(以上資料均帶正本，學校會協助影印)。

1. 入學通知單 (桃園區公所約在 3 月底寄給家長，背面有綜合資料表請先填妥)
2. 戶口名簿 3. 特殊身分資料 (如：家長或學生之殘障手冊、低收入戶證明等等)
4. 為方便上班家長辦理新生報到，4/27 (六) 本校辦理親職教育日，當天早上 9 點到 12 點亦可攜帶上列資料到本校教務處辦理報到。

5. 如未能在上開日期辦理報到，亦可在其他上班時間到本校教務處辦理報到，大有國小竭誠歡迎您的加入。

三、親師生美展

4/27(六)是本校親職教育日，教務處將辦理親師生美展，歡迎家長於提供個人藝文作品參展，請將作品交給班級老師貼上作品標籤，當天於自然教室一展出，以全面提昇親職教育效益。

四、「曬書節-捐書換書愛地球」活動來囉！收書時間：4/18-4/26，地點：一樓圖書室櫃台，每人限捐五本。有意願參與本活動者，請將同意書及捐贈書籍一同交給圖書志工，換取「好書交換卡」，憑「好書交換卡」於4/27親職教育日當天，於學校中庭換取您喜歡的書籍。

◎本月好書介紹 【爬樹的魚】

聰明或愚笨？誰說了算？

如果以爬樹的能力來評判一條魚，那麼魚會一輩子認為自己是大笨蛋！

一本關注閱讀障礙、同儕霸凌的校園小說，獻給每一個勇於與眾不同的個體！

你，就是自己的英雄！

我是倪艾莉，從來就沒有人了解我的世界——文字總在我眼前跳舞、同學笑我是笨蛋、老師以為我愛惹麻煩……

我無法向任何人傾吐這種孤單的感受，因為，要如何跟一條魚解釋，住在森林裡是什麼感覺？

沒想到六年級這一年，有個新老師跟我說：「妳很聰明又勇敢，而且獨一無二！」

他是在跟我開玩笑嗎？

作者以有閱讀障礙的女孩倪艾莉為主角，從她第一人稱的觀點，寫下她與師長同學相處時，苦盡甘來的心路歷程，同時陳述他人對她的情況，從誤解到明白的轉變過程。

每一個人都是與眾不同的獨特個體，皆有自己的價值。

因為獨特，反而顯得彌足珍貴。我們必須拋棄執念，才能破繭而出，看見生命裡人事物的精彩與美好。

貳、學務處

◎榮譽榜

一、本屆自治市小市長選舉投票結果：

五年四班熊宸瑋第一高票當選為小市長，五年二班章庭僖第二高票當選為副市長。

二、賀！本校桌球隊參加「108年全國自由盃國小組桌球錦標賽」榮獲佳績！

【個人單打】※徐絃家榮獲11歲組單打冠軍、王禹勝榮獲11歲組單打亞軍、

林鄭文哲榮獲11歲組單打季軍、彭柏軒榮獲11歲組單打第五名※

【個人雙打】※楊振岳&王禹勝榮獲11歲組冠軍※

※徐絃家&林鄭文哲榮獲11歲組亞軍※

※傅子誠&彭柏軒榮獲11歲組第五名※

《感謝大有國小教練團辛苦指導與家長後援會大力支持》

三、賀！本校五年二班陳怡嘉同學參加107學年度健康促進中心議題學校—「視力保健」海報設計比賽榮獲第三名！《感謝黃麗娟老師辛苦指導》

四、108.3 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、1-6、2-2、2-4

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

五、2 月品格之星名單如下：201 陳秉彥、王彥淳、劉婕榆、王雨軒、張予澄、郭庭安；

202 陳子翔、陳祐安、陳靖恩、陳玉唐；203 羅文伶、姚可馨；205 林中城、陳柏鈞、陳彥安；

304 湯沁霏；403 李品萱、許季蓁、王姩婷；605 黃德勝、黃惟善等。《感謝班級老師的指導》

◎傳達與宣導事項

一、4/26 辦理六年級「防治藥物濫用」宣導活動(講師：于力民教官、地點：活動中心)。

二、四月份辦理之學生體育競賽項目：4/23-三年級大隊接力競賽；4/30 一~二年級團體趣味競賽。

三、4/22 辦理一~五年級校外教學逃生演練；

4/23 辦理一年級校外教學活動(地點：巧克力共和國)；

4/30 辦理三年級校外教學活動(地點：台北科教館)。

四、四月份辦理創世基金會捐發票救植物人的公益活動，感謝一、二年級導師及家長對該活動的協助與支持。

參、總務處

◎傳達與宣導事項

一、四月加強校園環境的維護及修繕，為迎接 4/27(六)親職教育日做好準備。

二、活動中心整修工程已完工驗收並開放使用，嶄新的活動場地將提供全校師生更完善的教學環境與活動空間。

三、本月進行消防安全設備檢修及建築物公共安全申報，落實校園安全防護工作，以提供全校親師生安全無虞的校園環境。

四、107 學年度下學期註冊作業已結束，感謝各位家長們的協助配合。

◎營養教育 ~飲食迷思#02

生酮飲食正夯，我們究竟該不該嘗試呢？Part 02

攝入大量的油脂，對我們究竟會有甚麼樣的影響呢？上個月我們說到生酮飲食是透過攝取大量油脂、適量蛋白質以及很少很少的碳水化合物達到減重效過，上個月也提到生酮飲食在耗脂肪的同時，肌肉也同樣在流失中，然而生酮飲食初期快速的減重都只是脫水，外加大大降低基礎代謝率，除此之外，還有副作用，如：酮酸中毒、心血管疾病、高血脂…等等。

攝入大量的脂肪會造成心血管疾病、高血脂，大家想必對這幾個疾病名稱不陌生，因為可能家中有老人家的家庭都有聽過，但是讓人最擔心的不是老年人口的罹病率，而是罹病年齡日趨年輕化，照理來說，慢性疾病是長期不當飲食所造成的，如糖尿病、高血壓…等等，那麼就有人可能會問，生酮飲食算是不當飲食嗎？就治療的角度而言，生酮飲食是必要的，但是就一般人的生理機轉而言，生酮飲食是充滿罹病風險的，可能許多人會告訴你生酮飲食有多好多好，但是營養師想請大家的踏進去之前先評估一下，減重和避免罹患慢性病一起放在天秤上，真的是減重獲勝嗎？自己的身體狀況是否真的合適呢？或許家中有老人家想要控制糖尿病，所以用上生酮飲食，但是要進行必須是要醫師評估生理機能可行以及嚴密的監控下才可以進行，否則對於心臟、腎臟、肝臟甚至是免疫能力都是極大的影響。

最後再用一個小故事跟大家宣導，曾經有個女孩自己用生酮飲食減重成功，告訴自己的媽媽，想讓媽媽和自己一起瘦身成功，但是媽媽卻在進行生酮飲食一段時間後，因急性腎臟衰竭而進急診。這其實是一則新聞，是真實事件，所以營養師請各位不管在進行任何飲食之前，不妨先想想…”這樣的飲食真的適合我的身體嗎？我是否應該先諮詢專業人士呢？或許他們能幫我找到對我更好的方法？”

有關生酮飲食就告一段落，接下來要進入另一個飲食的迷思——全穀雜糧是吃愈多愈好嗎？你覺得呢？

肆、輔導室

◎傳達與宣導事項

一、4/27（週六）為本校 107 學年度親職教育日，當日將展現學校特色與教學成果，歡迎家長蒞校參加親子活動。當天**全校學生 7：20-7：50 上學**，在學校吃營養午餐，**12：40 放學**。並於**4/29（週一）補休一日**。

107 學年度親職教育日流程表

項次	時間	活動項目	活動內容	地點
一	07:50~08:00	環境整理	整潔活動	各班打掃區
二	08:00~08:40	親師相見歡	親師溝通、親子共學、教學展示等	各班教室
三	08:40~09:40	有愛小寶貝	大有之星成果展示、愛 MV、舞力全開	活動中心
四	09:40~11:40	環保跳蚤市場	各班級特色攤位、邀展攤位	各班教室暨開放空間
五	11:40~12:00	環境整理	場地復原清潔	各活動場地
六	08:00~15:30	親師生美展暨育樂營成果展	藝術與人文教學成果展示	各樓展覽教室
七	12:00~12:30	午餐時間	午餐	各班教室
八	12:40	放學	放學	校門口、路口
九	12:30~15:30	開放參觀展覽	開放參觀展覽	各活動場地

二、本學期的親職教育講座預計 5/25(六)早上 9:00-11:00 於視聽教室一辦理，講題：用心守護 網住幸福——談網路及手機使用之輔導策略。講師：蔡政霖老師。

	中華民國 108 年 5 月 15 日發行 大有通訊 第 110 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、本校學生 506 邱洧謀、504 楊弘詣參加 108 年度貓咪盃全國 Scratch 競賽 榮獲 國小遊戲組 全國特優 感謝黃亮文老師用心指導！
- 二、本校學生 501 趙庭澄、503 陳宣宇參加 108 年度貓咪盃全國 Scratch 競賽 榮獲 國小動畫組 全國佳作 感謝黃亮文老師用心指導！
- 三、107 學年度第二學期期中評量優秀名單

班級	姓名	姓名	姓名	班級	姓名	姓名	姓名
一年一班	王淑萱	蕭梓晴	張御楷	四年一班	洪悅芯	熊苡伶	陳巧臻
一年二班	張瑞育	謝艾樺	林楷苒	四年二班	陳羿臻	周士凱	黃羿鈞
一年三班	倪睿妤	陳若晴	楊淳旭	四年三班	李品萱	曾梓庭	簡婕宇
一年四班	林君浩	葉維庭	黎芷昀	四年四班	張智涵	張秉之	李雨謙
一年五班	吳紘萱	鄭雅元	許淮碩	四年五班	邱子綺	楊展勛	林筠喬
一年六班	劉子儀	徐宇擇	郭品萱	五年一班	侯雅馨	林芸安	羅博楷
二年一班	陳霓	蔡旻翰	張格寧	五年二班	馬睿岑	王彥婷	莊昀卿
二年二班	陳怡誼	陳怡彤	陳子翔	五年三班	林沛萱	穆妍瑾	陳宥淇
二年三班	羅文伶	謝沁捷	蕭梓涵	五年四班	莊韶臻	林家劭	謝汶錡
二年四班	梁宥涵	李可歆	范承義	五年五班	許岑義	陳宥芹	詹皇祐
二年五班	游洧芷	陳羿涵	蔡榮恩	五年六班	林景亮	邱洧謀	王禹勝
三年一班	姚又寧	穆昕辰	潘芃頤	六年一班	譚詠琦	張桓崴	蘇斐雅
三年二班	周祐安	簡奕忻	孔華苓	六年二班	潘顥涵	蔡宜諺	楊森剴
三年三班	黃保淳	王宸宇	呂偶安	六年三班	陳宥勝	簡弘恩	楊斯樑
三年四班	張貽茜	黃彥鈞	莊觀合	六年四班	黃俊翰	林雨彤	林祐辰
三年五班	李元曦	陸威廷	陳羿豪	六年五班	詹奇軒	吳佳柔	李承恩

四、大有國小閱讀書香獎

班級	姓名	獎項	班級	姓名	獎項
六年二班	蔡宜諺	博士獎	二年三班	吳品序	學士獎
四年四班	陳紀豪	第二次博士獎	二年五班	鍾廷宥	學士獎
四年三班	許季蓁	碩士獎	二年五班	謝秉諺	學士獎
四年三班	林宸緯	碩士獎	二年五班	游洧芷	學士獎
三年四班	潘宥瑜	碩士獎	四年三班	劉宇修	學士獎
四年一班	洪悅芯	第二次碩士獎	四年一班	林鉸萱	學士獎

◎傳達與宣導事項

一、期末評量

六年級期末考訂於 6/04 (二)～6/05 (三)；一至五年級，訂於 6/20 (四)～6/21 (五)。

◎本月好書介紹【別告訴愛麗絲】

從被霸凌孤立到學會原諒，一趟穿越現實與奇境的異想旅程。

瘋帽匠的話語在腦中迴響：

妳只需要回想起來，愛麗絲。

妳只需要回想起來，妳就會找到回去的路了……

愛麗絲·畢奇在醫院裡昏迷不醒。

她在一場過夜派對上失足，從樓梯上重重摔了下來。

這場以「夢遊仙境」為主題的過夜派對，原本是愛麗絲的大好機會，

和邀請她的校園女王莎薇變成朋友，不再被孤立、被同學惡意的捉弄，

甚至還可能重新贏得昔日好友的友誼。

昏迷中，愛麗絲的意識陷入了一個奇妙的幻境，

在那裡她遇見了瘋帽客、柴郡貓，還有要砍人頭的紅心王后。

然而，她待在幻境的時間愈久，就愈記不得過去的一切。

究竟那天晚上在派對上發生了什麼事？

這只是一起單純的意外，還是有人刻意傷害她？

假使愛麗絲甦醒後想起那晚的真相，

是否有勇氣說出一切，面對自己的人生？

貳、學務處

◎榮譽榜

一、3月品格之星名單如下：202 陳怡彤；204 梁宥泓，范承義，李可歆；304 張貽茜，林宥妍；404 張秉之；605 詹奇軒等。《感謝班級老師的指導》

二、四月份生活競賽總成績優勝班級，恭喜以下班級表現績優！感謝班級導師的指導。

名次	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
第一名	1-4	2-3	3-2	4-2	5-4	6-4
第二名	1-6	2-5	3-3	4-4	5-5	6-5

三、本校桌球隊參加「108 年全國自由盃國小團體錦標賽」榮獲男子 11 歲組冠軍！

※ 彭柏軒. 楊振岳. 王禹勝. 傅子誠徐絃家. 林鄭文哲 ※

《感謝大有國小教練團辛苦指導與家長後援會大力支持》

◎傳達與宣導事項

一、107 學年度下學期學年體育競賽辦理時程：

一、二年級趣味競賽：4/30(二) 地點：活動中心；

三年級大隊接力：4/23(二) 地點：操場；五年級樂樂棒球賽：5/10(五)地點：操場。

- 二、5/12(日)請廠商到校進行噴藥消毒除蟲作業。藥劑可自然分解，不影響學生週一上課作息。
- 三、5/21(二)辦理本校 108 年度志工文康活動(地點：千島湖、八卦茶園、石碇、深坑老街)。
- 四、5/22(三)帶領本校學生-於 107 年度參加全國性各項比賽榮獲第一名 (含特優)者，至桃園藝文展演中心進行「108 年桃園之光表揚活動」。

受表揚名單-※林鄭文哲、楊振岳、王禹勝、徐絃家、彭柏軒、楊振岳、葉楷湓、顏翊盛、
彭柏軒、張承瑋※

- 五、5/24(五)辦理中高年級「學生水域安全宣導活動」(地點：活動中心)。

參、總務處

◎傳達與宣導事項

- 一、本校預計於 5 月份進行水質檢測及飲水機濾心更換，以維護學生飲用水品質。
- 二、消防局本月將到校進行消防複檢，以檢核校內消防設備能正常使用，確保校園消防安全。
- 三、學校定期委請廠商進行高壓電維修保養工作，維護校內用電安全。
- 四、即將進入梅雨季節，地板地面易濕滑，請全校師生在活動時務必注意自身安全，並且不可在走廊奔跑。

◎營養教育~飲食迷思#03

未精製的全穀類對身體好，吃再多都沒有關係嗎? Part 01



全穀雜糧類指的就是我們以往所說的全穀根莖類，例如：白米、麵條、糙米、全麥麵包、玉米、地瓜…等等。佔我們一天飲食最主要的熱量來源，強調「全穀」，是因為近年來發現「未精製全穀類」中含有更多的膳食纖維以及維生素礦物質，是吃精白米或是精製澱粉類吃不到的，所

以才會大力推廣,但是這樣多樣化的雜糧類我們應該如何選擇? 我們又應該要吃多少? 吃太多會不會對身體不好呢?

就成年人來說,每天全穀根莖類攝取量為 1.5 碗~4 碗,其中 1/3 為全穀類尤佳,所以家中可以準備 1:2 的糙米(或其他全穀類)與白米量混和烹調,如此一來,則可以全家受惠喔!!

說到這你可能會問,那每個人都適合吃全穀類嗎? 會不會有人不適合呢? 是的,確實是有人不適合!! 下一期我們將提到甚麼樣的人不適合吃未精製的全穀類,吃多了反而會傷身的人又是那些人呢!!

肆、輔導室

◎榮譽榜

一、五月份辦理 107 學年度母親節卡片製作比賽,得獎名單如下:

名次	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
第一名	102 李宇捷	201 蘇美綾	302 楊瑩菲	404 戴妤喬	501 侯雅馨	603 胡如婷
第二名	103 鄭翎吟	204 范承義	302 林湘霓	402 陳羿臻	504 熊宸緯	605 陳映蓉
第三名	102 蔡依宸	205 陳羿涵	303 黃保淳	404 林尚穎	505 許岑義	605 黃宥晴
佳 作	102 林楷芮	203 羅文伶	301 謝書苑	401 洪悅芯	501 莊喬涵	601 秦宇辰
佳 作	103 劉榮凱	204 鄧懿元	302 孔華苓	402 何其妍	501 蔡亞妍	603 黃思蓉
佳 作	103 陳威良	205 謝秉諺	304 莊觀合	404 簡安蔓	504 林家劭	604 謝惠宇
佳 作			305 林巧沂		504 莊韶臻	

恭喜以上得獎小朋友,也感謝老師們的用心指導!

◎傳達與宣導事項

一、四年級的 SPMP 施測將於五月份進行。

二、107 學年度親職教育日已於 4/27 辦理完畢,感謝各位家長、貴賓們的蒞臨指教!

三、5/25(六) 9:00-11:00 於本校視聽教室一辦理親職講座—用心守護、網住幸福談 3C 產品與網路成癮的風險及預防,邀請蔡政霖專輔教師主講,歡迎踴躍參加。

我們的孩子有「網路成癮」嗎?

網路成癮預警系統檢核表

1. 當發現孩子一回家(宿舍)或一有空時就守在電腦前上網。
2. 當發現孩子不能上網時會有不安或憤怒的情緒。
3. 當發現孩子上網的時間越來越長,上床時間越來越晚,叫他電腦關機,嘴巴說好卻遲遲不離開。
4. 當發現孩子越來越不想和同學出去從事其它休閒活動,和班上同學的連絡越來越少,感情越來越不好。
5. 當發現孩子上課或平日的精神越來越差,身體狀況越來越不好。
6. 當發現孩子功課越來越差、做作業越來越草率,上學越來越拖拖拉拉。

你的孩子有上述的六項行為中的幾項呢? 如果六項以上有符合超過四項,行為持續超過 3 個月以上,那我們可能要留意孩子已經有「網路成癮」的情形囉...

	中華民國 108 年 6 月 12 日發行 大有通訊 第 110 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、大有國小五月份閱讀書香獎

班級	姓名	獎項	班級	姓名	獎項
四年四班	林郁宸	博士獎	二年二班	吳若瑜	學士獎
三年一班	黃懿玲	碩士獎	二年二班	黃品叡	學士獎
四年三班	陳俊佑	碩士獎	二年二班	陳靖恩	學士獎
四年四班	郭嘉鈞	碩士獎	二年二班	陳玉唐	學士獎
四年三班	李品萱	第二次學士獎	二年二班	陳怡誼	學士獎
四年三班	陳家榮	學士獎	三年四班	許軒語	學士獎
四年四班	邵筱晴	學士獎			

◎傳達與宣導事項

一、107 學年度電子校刊即將發行了！感謝老師們一一將學生作品拍成數位檔，更要感謝資訊組，彙集大有師生之作品，編輯成電子校刊。歡迎大家上網點閱，看看自己的作品，也欣賞別人的成果。電子校刊路徑為：學校網站首頁上方「電子校刊」。

二、「學生專題研究」是大有國小五升六年級學生的暑假作業，也是大有國小的特色課程之一，希望同學能主動學習、學會找資料、彙整知識、消化知識及表達能力，達到實務運用及解決問題的能力。

三、107 學年度下學期結業式 6/28（五），中低年級 12：40 放學、高年級 15：30 放學。108 學年度 08/30（五）開學日，8/29（四）舊生返校、新生到校並舉行新生家長座談會。

四、暑假期間圖書室開放時間

圖書室非常歡迎小朋友借書，暑假期間也不打烊喔！7 月份圖書室開放時間為 7/1（一）～7/12（五），週一至週五早上 8：30～11：30。希望小朋友都能借到自己想看的書。

◎好書介紹 【第十四條金魚】

相信一切可能！

當生老病死的生命自然法則瓦解，那麼，人類的生活、秩序、存在的意義與價值，又會是什麼樣的局面？對整個世界又會帶來什麼樣的影響？

青春可以重來，生命重新啟動，從此告別長大、變老的人生？

十一歲的艾麗不喜歡改變，她希望五年級可以不要結束，希望從一年級認識至今的好朋友不要漸行漸遠……她甚至還想念她親愛的金魚——獨一無二的哥帝十三世。

一天，有個奇怪的十三歲男孩突然出現，這個男孩個性霸道、講話機車，最詭異的是，感覺跟外公有點像，而且還戴著外公的戒指！艾麗的外公梅文是個執著於研究如何「長生不老」的科學家，難道外公成功讓自己返老還童了嗎？

這對夢想以科學改變世界的祖孫女，反而先翻轉了彼此的人生……

貳、學務處

◎榮譽榜

一、本校 107 學年度畢業紀念冊封面比賽成績如下：

601 譚詠琦 第一名、603 葉安家 第二名、603 賴禹寧 第三名、

605 黃德勝 佳作、602 蔡宜諺 佳作、605 竹本英蘭 佳作。※恭喜以上獲獎同學※

二、4 月品格之星名單如下：203 邱芸漾、尤豫；204 高煜森；205 歐陽蓉、吳羿昕；

5 月品格之星名單如下：101 張御楷、吳仲軒、黃薇如；201 胡立楷、張格寧、吳嘉宸、

李玉誠、李家箴、潘韋彤；202 陳宥翔、武祖豪、許睿哲、陳怡誼；304 陳繪雯；403 曾梓庭；

603 高永昌、梅博瀚、沈宥新、邱曉樂、胡如婷、楊斯栳。《感謝班級老師的指導》

三、本校 107 學年度下學期生活競賽總成績優勝班級，恭喜以下班級表現績優！感謝班級導師的指導！（優勝班級可購買 500 元的文具或清潔用品以茲獎勵）

名次	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
第一名	1-6	2-5	3-2	4-1	5-3	6-4
第二名	1-3	2-1	3-3	4-4	5-4	6-5

四、狂賀！本校桌球隊參加「108 年度少年桌球國手選拔暨排名賽」勇奪第一名及第十六名的佳績！

※第一名徐絃家 & 第十六名林鄭文哲※

《感謝大有國小教練團辛苦指導與家長後援會大力支持》

◎傳達與宣導事項

一、本校桌球隊將於 6/7-8 參加「108 年桃園市運動會市長盃桌球錦標賽」。

二、6/14(五)16:00~18:00 於本校活動中心辦理 107 學年度畢業典禮活動，歡迎家長們蒞臨參加。

三、6/12(三)帶領本校獲市長獎之畢業生至林森國小與市長合影。

四、6/13(四)於兒童朝會辦理「愛心滿大有(捐衣)」活動。

五、6/25(二)進行一年級「窩溝縫填」活動。

六、愛護眼睛，維持好視力，請協助小朋友注意近距離(閱讀、寫字、看電視及電腦)用眼 30 分鐘之後，務必讓眼睛休息 10 分鐘。

參、總務處

◎傳達與宣導事項

一、預計於暑假進行「地下室停車空間整修工程」及「活動中心音響設備採購」，完工後將提供全校師生更舒適完善之校園環境與教學設備。

二、預計於 6 月份完成 108 學年度六年級校外教學參觀活動委外服務及 108 學年度美勞簿本招標作業。

三、「教學大樓西側地下室桌球室廁所整修工程」將完工驗收，未來將提供桌球隊更完善舒適的訓練環境。

◎營養教育-飲食迷思#03

未精製的全穀類對身體好，吃再多都沒有關係嗎？Part 02

上期提到了未精製全穀類的好處，它具有豐富的纖維質和維生素 B 群，甚至還有許多能對

抗疾病的植化素，但是吃再多都沒有關係嗎？其實不是這樣的，本期就要來告訴大家，如果你以下的狀況，請記得吃未精製的全穀類時，一定要小心喔!!

1. 糖尿病族群：

很多人都說糖尿病要多吃糙米跟十穀米…等富含纖維質的米類，但是他們都少說一句，儘管把白米用糙米取代可以增加膳食纖維的攝取，對於血糖控制有利，但是也不能因為他富含纖維質就無限制的攝取全穀類，仍然要控制每餐的份量，以免造成血糖過度升高。

如：醫師建議可以吃糙米，原本可以吃半碗飯，則可以調整成半碗糙米或十穀米，而不是增加吃的量喔!!

2. 腎臟病族群：

腎臟病族群因為磷排出減少，造成血磷容易升高，而全穀類富含許多的磷，所以要控制攝取的量，所以如果有腎臟疾病問題的朋友，一定要注意磷的攝取，要注意的食物如：全穀類、牛奶、巧克力…等等。

3. 對麩質過敏：

對麩質過敏的人，不適合食用含有麩質的大麥、小麥或燕麥，但還是可以吃不含麩質的糙米、紫米、小米、薏仁等全穀類。

4. 消化不好的人：

胃潰瘍、十二指腸潰瘍等，或剛完成消化道手術的病患，不適合食用全穀類，因為全穀類質地粗糙，屬於高渣食品，會促進消化道蠕動、摩擦，而使傷口疼痛。

5. 痛風患者：

全穀類保留種子胚芽，普林含量豐富，食用後尿酸易增加，故不建議有嚴重痛風者食用。

6. 容易脹氣的人：

有些人吃雜糧飯或其製品後會腸胃脹氣，大部分是對其中所含的黃豆、紅豆、綠豆等不適，建議食用前多注意內容物標示，以避免不適症狀發生。

7. 其他過敏：少部分人對蕎麥中的紅色螢光素過敏，會產生光敏感症或過敏性皮膚炎，應避免食用

同學們，現在大家應該知道，全穀類中富含纖維質、維生素B群以及礦物質磷、鉀…等營養素，對身體很好，但仍然要注意攝取份量，甚至在某些族群中還要限制攝取，如果有家人也有這些情形，請同學們也要多多提醒他們，照顧家人的健康，也是我們的責任喔!!

肆、輔導室

◎傳達與宣導事項

一、6/5(三)辦理小六升國中轉銜會議。

【讓孩子使用手機，要注意什麼？ 使用前篇】

詳細說明請見 Facebook 粉絲專頁「大有愛之語-大有國小輔導室」



1. 和孩子釐清手機的歸屬權，讓孩子知道他們是「借用者」
2. 請孩子「說服你」為什麼他需要用手機
3. 請留意：孩子使用的 3C，平常放在哪？
4. 請思考：手機、電腦要不要設「密碼鎖」？
5. 雙方一起討論合理的使用時間

孩子使用手機，前前後後都很重要

使用前 要用時 過程中 結束時 使用後

使用前

先和孩子討論清楚

手機是誰的？

手機你買的、門號你辦的、吃到飽的錢是你繳的，
你覺得手機是誰的？

既然手機是你的
你是擁有者、你是保管人
那孩子是.....？

借用者

請孩子練習「說服你」

要使用手機做什麼？為什麼需要使用手機的時間？



因為我要.....

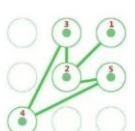
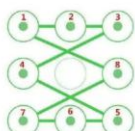
查資料？查生字成語？
跟朋友聊LINE？滑臉書？拍照錄影？PO照片？PO影片？
玩遊戲？玩什麼遊戲？
看實況？看影片？看節目？

除了說明要做什麼之外，
不妨讓孩子說說為什麼要從事這些事情，理由是什麼？

孩子使用的3C平常放在哪？



手機、電腦要不要設密碼鎖？



討論合理的使用時間

- 一個禮拜使用幾次？
每天都可以玩、兩天一次、三天一次、周末才可以玩。
- 每一次使用幾分鐘？
20分鐘、30分鐘、1小時、用到爽



讓孩子開口告訴你，他需要多久的使用時間？為什麼？
讓孩子練習協商，找到雙方都可以接受的使用時間。

既然定案了，那兩個人就都要配合

