

親師園地

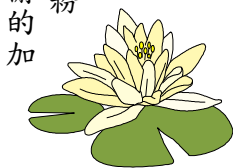
地址：彰化縣二林鎮東興里竹林路三段393號

發行人：陳國洲
編輯：吳重衛
電話：04-8962594
www.shes.chc.edu.tw

校長的話 校長 陳國洲

親愛的小朋友，你們最近有沒有發現校園中的荷花池滿滿的荷花

已經爭先恐後從水中挺立出一朵朵粉紅色的花朵，教室旁的鳳凰木也偷偷的加入綻放的行列，在綠意盎然校園中顯得特別醒目與讓人驚豔。另外在操場的東南邊，又新增了一處遊戲器材區，旁邊也栽種了十棵



樹木 象徵十全十美，並擺放一張休閒椅，讓小朋友下課時多了一處歡樂、乘涼、休閒的好地方，還有車棚牆壁也彩繪了交通安全教學標誌……等等。同學！你們是否驚嘆學校每隔一段時間就會有不同的改變與進步。

英國首相邱吉爾曾說：「要改變一個人，要先改變他的環境」，可見環境具有潛移默化的功用，環境是可以影響一個人的學習。因此，學校一直努力改善充實校園環境，希望小朋友能在美美、幽靜的校園中成長學習，而你們是不是也每天在改變進步呢？特別是六年級的小朋友，很快在鳳凰花開的日子，即將踏離校園，展翅高飛，邁向人生另一階段的學習，校長期盼每位畢業生可以把握珍惜在興華國小最後學習的每一天、每一刻，

用心觀察、細心體驗，每天進步一點，不能原地踏步，更千萬不要退步，要能日新又新。如此，在成功的路上一定有你。加油！

校務宣導

教導處：吳金玉主任

☆第四十六週年校慶運動大會，於 日在本校大操場舉行，活動中有國小健康操、幼稚園鼓號樂隊表演，為大會拉開序幕。另為社區安排親子趣味競賽、家長社區及教職員工拔河比賽、家長與教師 公尺競賽；及全校學生分成四組由老師帶隊進行拔河、大隊接力、袋鼠跳、土地公執茭比賽，過程緊張、刺激，最後由校長、家長會葉萬順顧問提供兩部腳踏車抽獎，整個活動在歡樂氣氛中劃下完美句點。

☆為兼顧學生多元學習，本校特申請自然科學博物館補助偏遠學校參訪活動，當日全校學生在六名老師帶領下，進行一趟探索、知性之旅，學生觀賞太空劇場、立體劇場、劇場……，驚嘆聲連連，印證校外的學習是更吸引人，看到新奇事物，吸收新知識，期盼學生見識更深更開闊。

☆本校為畢業班安排的感恩系列活動——愛的「報報」，將於 在室內、室外舉行，期盼每位學生能渡過最美好國小生活，節目有帶動唱、大聲公比賽、全校水球PK大賽，敬請大家拭目以待。

☆ 年(第四十六屆)畢業典禮，(星期五)上午十時在本校二樓視聽教室隆重舉行，會中穿插各項社團表演，誠摯邀請



家長、社區民眾踴躍參加。

☆今年暑假

「Handy」學校特規劃，育樂營活動、攜手計畫課後輔助教學、閱讀寫作營活動，請家長鼓勵貴子弟積極參與假期活動。

總務處：吳聖威主任

- 一 教育部補助 年度平衡城鄉英語教育資源充實國民小學英語教學設備 元。
- 二 教育部補助 年改善幼稚園教學環境設備 元。
- 三 縣府補助充實體能遊戲器材經費 元，設置雙人浪板、雙人坐拉訓練器、腳部腰力訓練橢圓機、四人蹺蹺板，提供師生、社區人士體能訓練及遊戲使用。

第二次成績考查

各班前三名優秀名單

謝宜靜、葉庭瑜、任苑菁
李佩軒、王怡文、陳品賢
陳意云、葉信豪、黃致豪
邱麗君、連偉成、林宗誼
程仲毅、紀雅臻、洪協揚
洪敦皓、謝羽蔓、紀宏昱
高鎧宥。

第二次成績考查

各班進步獎名單

洪淑愛、洪婉琇
廖偉婷、蔡佳哲
洪子涵、紀詠馨
葉居翰、紀雅茹
高珮瑜、洪珮涵
蔡傑名、陳韻幼
謝珮甄、葉孟勳

科博館校外教學學習單優良名單

任苑菁、王怡文、李佩軒、蔡意茹、廖千慧
高珮瑜、陳意云、紀雅茹、洪珮涵、邱麗君
林宗誼、程仲毅、高愷富、連珮婷、紀宏昱
洪翎璋、謝羽蔓。

輔導處：劉文碩主任

霸凌、鬥毆與不雅影片

上傳網站法律責任探討



一、霸凌加害者及鬥毆學生：
依情節輕重得以觸犯刑法傷害罪移送少年法庭審理。

二、被害學生得主張權益：

(1) 受害學生得依受害程度者，依刑法普通傷害罪提出告訴。

(2) 受害學生對於加害者得依民法，請求財產損害賠償或因不法侵害身體、健康、名譽、自由、隱私等之精神慰撫金賠償或為名譽回復之適當處分。

(3) 受害學生對於未經同意側錄影像之第三人，並得依民法請求相關損害賠償。

三、圍觀者：圍觀學生若有教唆、幫助或助勢等行為，得依刑法相關法令究責；若屬單純圍觀學生亦應施予輔導。

四、將影片上傳網路公開散播者：依情節輕重得以觸犯刑法誹謗罪（告訴乃論）及兒童及少年福利法。同時，亦將面臨被害者請求之民法侵權行為損害賠償。

五、網站管理業者：經司法機關、目的事業主管機關通告仍未即時刪除者，則觸犯兒童及少年福利法。

六、校園發生類此性侵或性騷擾之霸凌事件，當事人如認為該行為係屬違反其

意願或他人人格尊嚴受損時，學校應鼓勵當事人提出申請調查。

七、若學校教育人員知悉後，¹小時內未通報婦幼保護專線²，即觸犯兒童及少年福利法處新臺幣³一千元以上⁴萬元以下罰鍰。

小朋友讀完本篇報導之後，希望能注意自己的行為是否觸犯了法律？

午餐營養專欄

午餐營養教育——鈣的認識

這是一個很重要的礦物質，相信大家都不陌生吧！它不只跟我們的骨骼有關，還跟我們的心臟、肌肉、神經系統的正常運作大有關係呢！



體內的鈣在骨骼方面扮演了一個重要角色，骨骼每天繼續不斷的提供血中的鈣，然後重新置換體內的鈣，當體內血液中的鈣不夠用時（被心臟或其它器官運用了），我們的身體會由骨頭中索取所需的鈣，以防骨頭變得脆弱，當我們攝食足夠的鈣時，鈣會平衡儲存於血中和骨中。

骨中存有¹的鈣，然而其需要與磷酸結合，始可被²儲藏起來，如果無磷酸的話，人體就無法將鈣善加利用，不過，若磷酸的量過多，為了處理過剩的磷酸，骨頭中的鈣會一起損失掉。因此呢！理想的健康狀態為體內鈣磷比為³（血中鈣磷比為⁴）。

現今社會中，鈣已經漸漸與骨質疏鬆劃

上等號了，如何才能有效適當的平衡地攝取鈣？至為重要。

功能：

- 1 維持骨骼完整與健康的牙齒。
- 2 調節神經興奮性，特別是遭受刺激時的傳達功能。
- 3 影響肌肉收縮與血液凝集。
- 4 維持規則性的心臟跳動。
- 5 緩和失眠症方面也有些小效用。
- 6 幫助體內鐵的代謝作用。



缺乏症：

- 1 胸膈症。
- 2 軟骨症。
- 3 骨質疏鬆症。

攝食過量之副作用：

- 1 高鈣血症。
- 2 持續性的噁心嘔吐。
- 3 早期過量時會出現 持續性頭痛、頭痛、口渴、便秘、口乾、疲倦等症狀。
- 4 後期過量時會出現 高血壓、虛弱昏迷、頭暈、心情煩躁等症狀。

一般需求量：

各年齡層每日鈣的建議攝取量（台灣 VS 美國）

年齡別	台灣（毫克）	美國（毫克）
0-6 個月	400	400
7-12 個月	500	600-800
1-3 歲	600	800-1200
4-12 歲	800	1200-1500
13-19 歲	800	1200-1500
20-50 歲	800	1200-1500
51-70 歲	1000	1200-1500
71 歲以上	1200	1200-1500

50~100	<50	含量
紅豆，綠豆，豌豆，花生米，菱角，燕麥，營養麵粉，苧蒿，韭菜，蔥，高麗菜，菠菜，蔭瓜，豆腐，蛋類，味噌，烏賊，蝦，蚵，海哲皮，牡蠣，金梭魚，龍蝦，海鱘，肉鬆，檸檬，葡萄干，黑棗，紅棗，醬油，綠茶。	玉米，稻米，麵食，菜豆，馬鈴薯，筍，苦瓜，茄子，蘿蔔，辣椒，甘薯，豆漿，牛肉，鴨肉，雞肉，豬肉，鯉魚、九孔，白帶魚，虱目魚，吳郭魚，蟹，柑，蘋果，葡萄，香蕉，楊桃，香瓜，鳳梨，文旦，西瓜，梨。	食物

資料來源：衛生署 82 年修訂的「每日營養素建議攝取量」
 來源：請小朋友用心記起來
 常見食物含鈣表（毫克鈣/100 克）



20 歲以上	600	24 歲：1200-1500 歲：25~64
懷孕及哺乳	1100	1000
成年婦女停經後	1500	服用雌性素：1000 未用雌性素：1500

衛生保健 校護周明璇小姐

新型流感的認識與預防

H1N1

H2N1

新型流感傳染途徑：

類似 H1N1 主要是透過飛沫傳染與接觸傳染，一般成人在症狀出現前一天到發病後七天均有傳染性，但對於病程較長之病患，亦不能排除其發病期間繼續散播病毒。另兒童病例的可傳染期通常較成人病例為長。

二·感染 新型流感之症狀：

人類感染 H1N1 新型流感症狀與季節性流感類似，包括發燒、咳嗽、喉嚨痛、全身酸痛、頭痛、寒顫與疲勞，有些病例出現腹瀉、嘔吐症狀。

三·如何確定是否感染 H1N1 新型流感：
 無法依症狀研判是否感染 H1N1 新型流

>400	301~400	201~300	101~200
黑芝麻，小魚干，鹹菜干，條仔魚，髮菜，豆枝，紫菜，蝦米，蝦仁，小魚，奶粉。	海藻，金針，黑糖，吻仔魚，食鹽，九層塔，白芝麻	黑豆，黃豆，竹豆，豆腐乳，豆豉，鹹海蟹，蛤蜊，莧菜，木耳，健素。	糯米，米糠，杏仁，毛豆，豆干，蛋黃，鮮奶，鮑魚，香菇，橄欖，花豆，香菜，油菜，蛤仔，芥藍菜，臭豆腐，蘿蔔干，蕃薯葉，紅茶，包種茶。

感，需採取檢體進一步檢驗始可確認。若您有相關旅遊史、接觸史及疑似症狀，請儘速就醫並主動告知醫師旅遊史及接觸史。

四·民眾如何預防：

- (一) 遠離感染來源
- (二) 注意個人衛生及保健
- (三) 注意呼吸衛生及咳嗽禮節



- 1 有咳嗽等呼吸道症狀時應戴口罩，當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並丟進垃圾桶。
- 2 打噴嚏時，應用面紙或手帕遮住口鼻，若無面紙或手帕時，可用衣袖代替。
- 3 如有呼吸道症狀，與他人交談時，儘可能保持 2 公尺以上距離。
- 4 手部接觸到呼吸道分泌物時，要立即徹底清潔雙手。
- 5 生病時應在家休息，除就醫外，儘量避免外出。

作品欣賞



二甲 洪政傑



一甲 洪敦皓

中日交流 六甲 任苑菁

三月六日到十日，是行前說明會，三月十一到十五就是去日本交流，行前說明會時我學了許多的日語，像可愛就是「卡哇伊」、好吃的就是「喔伊細」，我們還有看到老師自己出國的照片，老師去過很多很多的國家。

十一日早上我三點三十分就起床準備行李，因為四點之前要去載謝宜靜，四點三十分之前要到鹿港文武廟，到了鹿港文武廟之後，爸爸帶我和謝宜靜到便利商店吃早餐，我吃了關東煮，謝宜靜也跟我吃一樣的東西，爸爸吃涼麵，吃完後，跟大家集合，爸爸要回去時我有點不捨，因為有五天都看不到爸爸。

我去日本時，第一天是先坐遊覽車到機場，再搭飛機到日本，搭飛機時鳥瞰地面真是美不勝收，後來下午旭川市小學生表演了大合唱，他們表演完了後，因為老師安排有些要空著讓他們坐，之後拍了許多照片，回憶就在相機裡；第二天我們去參訪新富小學，他們的牆壁上有許多的畫作，下午我們還去看冰雕；第三天我們去動物園我看到了狼、狗、兔子、雪狐狸、小熊貓、天竺鼠、猴子、北極熊、企鵝、小鳥……等動物；第四天原本要滑雪但是卻下雨，而且我有點感冒所以我下午就回飯店休息沒有去科學館。

第五天也就是最後一天，我們就要回台灣了，但是我還有堆積如山的話想要跟他們說，但後來坐上遊覽車去跟他們說再見，後來我們就去辦登機手續準備要回台灣了，我

覺得日本人都很有禮貌、也很愛乾淨、很可愛、也很熱情，日本的東西不但很好吃，也很獨特，我希望我長大可以帶我的朋友、同學和家人一起去日本和其他我沒去過的國家，我很高興自己有機會參加這次的參訪活動。

我的好朋友 三甲 邱麗君

「朋友」是一生當中不可缺少的。有朋友的話，在困難的時候，就可以請他幫忙；傷心的時候，他就會安慰你；有快樂的事也可以和朋友一起分享。所以有朋友真好。

在學校我也有一個好朋友，他個子小小的、頭髮長長的、臉圓圓的、單眼皮，她就是班上的陳韻幼。她的個性活潑大方，待人和善，她的興趣是喜歡玩遊戲、騎腳踏車、畫圖。

我和她相處的很融洽，每次放假的時候，她都會出來和我玩，也會和我一起做功課。有空時，我也會和她騎腳踏車在村裡繞一繞，我覺得跟她在一起是很快樂的一件事，希望我跟她能長久久的繼續做好朋友。

學拉小提琴 四甲 陳意云

大家一起學拉小提琴，真開心
學會拉小提琴，讓我的心情快樂無比
學會拉小提琴，是一件很快樂的事
我希望以後能成為小提琴家
也希望能到世界各地表演



一甲 洪翎瑋



春天 五甲 廖千慧

春天來了，春天來了
大地換上新衣裳
天空換上新表情
大家換上新氣色
出來了，出來了
春天到了，出來了
大家出來了

鳳凰木 五甲 王怡文

高高大大的鳳凰木，
有時紅、有時綠，
鳳凰木很重感情，
每當學生要畢業，
他總是哭紅了眼，
來跟大家說再見。

二甲 紀雅臻



母親節快樂 四甲 葉信豪
親愛的媽媽 謝謝您
因為有您
我們才有快樂的生活
因為有您
我們才有一個溫暖的家
親愛的媽媽 我永遠愛您
因為有您 我好幸福
因為有您 我好快樂
親愛的媽媽
祝您母親節快樂

