

### 松柏之姿--生命韌性

童格拉·奈娜(Tonkla Naina):

勇敢做夢  
今天的你，還是自己的夢想了嗎？  
還是忙著替別人圓夢？  
還是忙著改造自己，只為了追趕潮流？  
在踏出人生的每一步前，都必須審慎思考，  
了解自己，才能規劃屬於自己的人生；  
別讓其他人來主宰我們的生命  
自己的人生自己安排。  
認識自己的夢想，  
瞭解自己的天賦，  
發展自己的能力吧！



### 幸福的旅程

第二屆畢業生蘇宏峻

有一群人，總是寫著自己的故事，分享自己的回憶，讓讀者能夠感受到未曾體會的人生。曾經是讀者的我，如今也擁有自己的故事與大眾分享。生活是一場屬於自己的、特別的旅行，而我的行程說來並不一帆風順，但卻是精彩萬分的旅行。

目前邁讀大學中的我，生活不外乎有八成都是在學習的過程中，幼稚園、國小、國中、高中、大學，這些經歷或許在現在是大多數人都會面臨的，但是對我而言它們並非是必經的道路，也許只是旅途中的停靠站、休息處，它們是能讓你繼續往前的小小分叉點，但不可否認自己從中獲得許多的動力，繼續人生漫長旅途的動力。

人生中，最有趣的就是定義目標，但同時也最令人困惑，從小到大都是不斷地想找到自己嚮往的目標前進。在高中畢業之後的我，對於這項考驗其實始終都保持著模糊的狀態，也許有些微的方向，可是卻沒有明確的指示，腦中和高中時期是最容易找到自己的人生目標與興趣的時間點，日常生活中最需吸收課堂上和生活上大大小小的知識，卻也是許多機會體會各式各樣不同的事物，但經驗只是虛構，而我在這過程中並沒有抓到自己所要的方向，但我卻沒有停止不停的嘗試，我覺得並不需要急著去確定目標，因為在找尋的過程中，自己的成長也是比其它時間來的多，在高中畢業的當下或許會困惑，不過在漫長的假期中，試著體驗沒有接觸過的事情，包含打工、課程、興趣，接觸就會發現，每件事都有新的認知，而那些就是豐富自己生活的一部分，也是很重要的部分。

在這書的歷程中，我的想法是始終保持著，把應該做的事做好，能做到的就做到最好，對於還沒找到目標時，不是無所事事的過生活，沒有目標的目標就是當下扮演好自己的角色，學生要讀書，但不一定要讀到最好最厲害，而是把自己要做到的事做妥，當然久了總是會厭倦，讀書考試是每個人的循環，對於還沒有堅定目標的我来说，它就是我最需要完成的目的，只有將基礎的事情完成，才能逐漸進的往下一步邁進。

最重要的還是不要輕易的放棄任何事情，每件事都是一個特別的機會，也許錯過了就損失了一次再也無法獲得的機會，盡量去嘗試沒有接觸過的，做的好壞只是一個片名，能從中獲得的一定比失去的多，挑戰、堅持是實現自己目標的捷徑，然而不要輕易的停下腳步，生命的旅程很漫長，當我再寫下這一段故事時，同時我也不斷地再前進，並未曾停止，每個人都有機會寫下自己的故事，而內容是多麼精彩就看自己如何活的光輝。

### 桃農參訪

4

「未來」對於七年級的我們，很模糊，也很遙遠。參觀桃農，啟發我們思考「未來」，給予我們「未來」努力的方向。



桃農參訪--化互科



桃農參訪--汽車科



桃農參訪---音樂科



桃農參訪--國藝科



桃農參訪--電子科



桃農參訪--模貝組



桃農參訪--震經科

### 龍華科大學學習體驗營

化工科的學習，原來這般實用又有趣！  
1天半的學習體驗，讓我們的老師充實，收穫滿滿！



肥皂製作



指甲彩繪



香水DIY

# 幸福至

中華民國104年3月2日  
發行人：陳寶慧  
主編：蔡明哲  
編輯群：涂珠瑤、劉麗紅、游慧君、吳佳珍  
校址：桃園市龜山區中興路100號  
電話：(03) 3298988  
網址：http://www.twh.edu.tw/whaffair/

輔導專刊(第三期)

### 桃連區104年免試入學制度重點整理與分享

校長陳寶慧

教育部十二年國民教育的精神為適性輔導與多元選才，實施的第一年難免經歷了許多的風風雨雨，讓不少的孩子及家長們度過了一個難以釋懷的暑假，然而畢業生「適性揚才」的理念在不斷的宣導之下，其實成效已依稀可見，孩子對於自己的人生抉擇有了更多的自主性及滿意度，這點讓人甚感欣慰。轉眼104學年度的免試入學又即將上路，在此整理「桃連區104年免試入學制度重點」和家長們分享，盼望此次升學資訊的再提供，能讓家長們更瞭解相關訊息，並和學校教師團隊們共同協助孩子迎接人生第一次的重要生涯旅程！

「桃連區104年度免試入學作業要點」經過桃園縣教育會審議通過，並已經教育部103年11月6日臺教國部字第103012267號函同意備查，規劃方向如下：

- 一、志願序調整：3個志願為一組進行記分，同科之聯科志願擇校連續選擇視為同一志願序記分，讓對聯科真正有興趣的學生，可以更容易錄取自己選擇的科別，進一步落實「適性揚才」的理念。
- 二、增加標示總積分：進行教育辦法規定，在進行超額比序時，在學科標示比較之前增加五科總積分，減少學科成績影響。五科會考成績標示轉換成點數制(A++7點、A+6點、A5點、B++4點)依此類推。
- 三、降低寫作測驗對學生超額比序的壓力：維持誠信原則，寫作測驗納入比序積分仍維持在八年級以下學生實施，調整寫作測驗得分為4-6級分者得積分3分，為2-3級分者得積分2分，為1級分者得積分1分，一方面重視寫作測驗，一方面也可降低寫作測驗給學生的壓力。
- 四、規劃優先免試入學：落實就近入學理念，規劃各國中九年級學生人數5%之名額進行優先免試入學。由各公立高中之普通科與綜合高中提供國中優先免試名額，提供方式概述如下：
  - (一) 各國中由武陵高中、中大、中區各提供1名。
  - (二) 北區七鄉鎮各國中由桃園高中、龍岡高中各提供2名。
  - (三) 南區六鄉鎮各國中由中區高中、中區高中各提供2名。
  - (四) 除桃園市與中區市外，各鎮中其餘名額由所在鄉鎮市之公立高中提供(新屋鄉由觀音高中提供、復興鄉由大溪高中提供)
  - (五) 桃園市各國中其餘名額由泰山高中、南崁高中、永豐高中與大園高中提供。
  - (六) 中區市各國中其餘名額由平鎮高中、楊梅高中、永豐高中與大園高中提供。
- 五、全區免試：學生6月底就定位：國立內壢高中與私立大園國際高中2校特招考試入學，共計120個名額進行單獨招生；所有參加免試入學與特招考試入學學生都在104年6月30日放榜，以期本區國中畢業生有個美好的暑假。
- 六、五專部份免試名額納入本區：桃連區應分配五專16校共計1,335個免試入學名額，本名額納入桃連區高級中等學校免試入學志願共同選填。

桃連區已於103年12月23-24日進行模擬測驗，並在104年1月進行模擬志願選填，感謝家長的協助指導，今年度高中職五專博覽會將於104年3月21-22日登場，誠摯邀請家長和老師及孩子們共同參與此升學盛會，瞭解各高中職五專的辦學特色。

若只為會考而準備，而讀書當然是辛苦的事，但若若能藉此瞭解及檢視自己國中三年的學習狀況，為將來的各學習階段奠定良好的基礎，努力則是必然的過程！再此要再次拜託家長和老師們共同指導孩子的所有學習。「生涯輔導記錄手冊」則完整記錄孩子在校的多元學習情形，請家長可以善加利用，隨時和導師及輔導老師保持聯繫，為孩子的第一次生涯選擇，我們一起努力吧！

## 榮譽事蹟

103學年度上學期媒體報導

項次	獲獎事蹟	刊登媒體	刊登日期
1	幸福福國中會館教師節專報報導「國文課翻轉教學學生能課堂主角」	北桃園有線電視台	103年12月30日

103學年度上學期教職人員榮譽事蹟

項次	獲獎事蹟	參與人員	頒獎處室及指導老師
1	榮獲桃園縣103年度「區中英文閱讀學習策略研習」榮譽證書	關佑棠及黃懷章老師	教務處
2	103學年度推動深化素質化運動暨維護校園安全，榮獲國中組績優學校	教師及學務處團隊	學務處 徐培桓組長
3	榮獲102學年度年終訪視績優學校	教師及總務處團隊	學務處 翁華宜主任
4	103年度教育服務優良勳章所訪視評鑑，榮獲優等	林志峰組長	學務處 翁華宜主任

103學年度上學期學生榮譽事蹟

項次	獲獎事蹟	參與人員	頒獎處室及指導老師
1	103年度全國語文競賽原住民族語屬奇萊族賽段比賽，榮獲全區第二名	906 田亦西	教務處
2	桃園區103年度語文競賽決賽國語賽段，榮獲北區決賽第三名	901 孫新鈞	教務處
3	桃園區103年度語文競賽決賽國語附讀，榮獲北區決賽第三名	805 余若瑟	教務處
4	103年度原住民語國語比賽，榮獲國中組績優第二名	906 石偉恩	教務處
5	103年度原住民族語藝術比賽，榮獲國中組績優第三名	701 胡天祐等20位同學	教務處
6	全國協會盃室內球賽，榮獲第八名殊榮		學務處張能剛組長 潘昱堂老師
7	103學年度「青出於藍」體藝營關懷活動，榮獲女子組第三名殊榮		學務處 吳俊瑩老師
8	文化部第13屆文藝賽全國身心障礙文藝獎，榮獲文學類學生組優等	705 游高晏	輔導室 趙蘭西老師

田亦西 原住民族語全國第二名

山景國小到板參訪 一起參與冬至海鹽DIY活動

輔導室團隊 總務處團隊

103年度畢業校友榮譽事蹟

項次	獲獎事蹟	校友
1	「103年專門職業及技術人員國家高等考試」護理師證照	第二屆 王瑞妤、陳香君
2	桃園區103學年度學生舞蹈比賽高中(職)團體之組 民俗舞蹈優等	第六屆 許郁偉、羅啟玟



# 藝苑之家---心家

誰能給我更溫暖的陽光  
誰能給我更溫暖的夢想  
誰能在最後終於還是原諒我  
還安慰我那劇痛的胸膛  
誰能給我更孤獨的門窗  
誰能給我更孤獨的門窗  
誰能在最後終於矛盾地擺擺手  
還祝福我那未知的去向  
我的家庭我誕生的地方  
有我一生中溫暖的時光  
那是後來我逃出的地方  
也是我現在眼淚踏去的方向

節取羅大佑「家」歌詞



## 校園漫步

905 陳昱婷



第一次，走到這個位在腳踏車棚附近的泰山步道，中間有個平台，可供稍坐休息，不過卻只有幾顆樹的陰影能讓人感受到一點涼意。坐在樹下，望向天空；藍的爽快！只有幾抹如絲般的雲兒隨天空裝扮，大部分的雲兒一直線，我想這大概是飛機造成的吧！不過在這大自然裡，筆直的雲朵卻顯得不自在。

望向前方，刻意重出一排樹，為步道帶來一抹綠蔭，葉子隨清風搖擺，好像正揮著手說：「我為什麼要騙這些人遮擋？」是好！為什麼呢？陽光直直灑在樹上也，閃的發光，一排發亮的葉子，為一望無際的天空，和樹下喧嘩的人們做了區隔。

步道盡頭，是靜思亭，這個被蕨叢包圍中式涼亭，顯得格外沉穩，被陽光照到的地方不是樹葉的閃閃發光，卻讓我感到最後一片的寧靜。



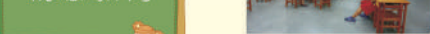
「一日為師、終身為父」，之信  
老師辛苦了，讓快樂為您好好慶祝



與爺爺共讀是寶貴最幸福的時光，  
奶奶的陪伴讓溫暖上寶貴心頭



## 親職教育



807導師許麗儀與家長分享學生的成長與應對方法



707導師、家長、學生三方歡樂交流



702家長為了寶貝的孩子，也當一晚認真的學生，了解寶貝的學校生活



教師熱情參與，開拓教育新視野

## 24小時的幸福

總務主任 翁幸宜

6:20A.M. in Moon River 優美的樂曲中揭開我的晨光序曲，自冰箱中取出浸泡一夜的非基因改造黃豆及五穀雜糧漿頭，將我的豆漿機，裡頭攪進電鍋，按下鈕後煎個蛋，看著室外溫度計指針停在11的數字，雨持續的下著，叫醒睡夢中的兩個寶貝，自己也開始梳洗、換裝，為下一個角色的轉換準備，接著跨上車齡12年的摩托車送完小孩後直駛「幸福」。一個充實、美好的一天開始了！

踏進教室的舞台，學生們是舞台的主角，發表著自己的壓力源及因應方式，台下同學專注的聆聽及熱絡的回應，也隨著台上的情緒轉換給予支持及鼓勵。此時，無論台上、台下似乎都走進彼此的生活，分享著彼此的生命故事，相互的感動著，我也沉浸在溫暖的氛圍中，但仍心繫著「家庭因素」已成為大多數孩子的壓力來源。下了課走回辦公室的途中，腦中浮現幾年前一個學生的畫，那是一幅令人看過就難以忘懷的畫，電梯裡有三個人，爸爸、媽媽及孩子，靜靜的彼此無交談，畫的旁邊注解著一行字「補習班下課後，爸媽來接我，我們一起坐電梯的時間，這是我們全家人一天中唯一在一起的時間，我很珍惜這短短的幾分鐘。」其實，孩子要的不是父母的「陪伴」，即使是靜靜的陪著，他們都會覺得這是一種幸福。

下了班，先到黃昏市場買幾樣菜，再至安親班接兒子。看著兒子上手抱著一堆說下來的衣服，媽媽的天性又再度發揮：「這麼冷的天怎麼脫到剩一件……」，似乎例行性的叨叨又犯了，但關懷、疼愛之意卻不減幾分，兒子一邊穿上手上的衣服一邊喊著：「快點！我好餓、好餓」，為娘的趕緊快馬加鞭回家。到了家洗手後，關起廚房門，立即洗米、洗菜，此時廚房門又被打開，探頭進來的是下了課走路回家的女兒，大喊：「媽媽！晚餐吃什麼？快一點，我快餓死了！」真是可怕的指令，只好加快速度的變出三菜一湯。上桌後看著弟弟兩邊吃邊討論今天在學校的生活，並且不遺餘美今天的菜，還順道問：「爸爸的菜留了沒？」看到我點點頭，沒隔三下全部盤底朝天，眼前的成就感使我不由的暗自快樂起來。接著，姐弟倆開始洗碗、收垃圾，此時爸爸也回來了，我也忙著熱菜，總算全員到齊，忙也忙得心安。

飯後，陪著孩子複習課業並看完孩子的功課，姐弟倆便到客廳收看演了3、4百集的無新意的鄉土劇。此時孩子的爸爸將乾乾的衣服收進來，一家人坐在客廳，聽著弟弟兩邊吃水果並且認真的討論劇情，完全融入劇中角色；而爸爸卻是一面吃水果一面批評劇情不合理，亂演一通。這熟悉的場景在我家是見怪不怪，將鄉土劇視為政論節目在看，各自表述。但不同的是，常常笑聲多過爭辯聲，有時興起，現場就會模仿劇中角色演了起來，此時我成為選秀評審，還要發表評分感言，鄉土劇也成為全家共同娛樂的題材。在美過、鬧過之後，當媽的本能又來了，催促孩子洗澡、刷牙、上床睡覺。

寧靜的夜晚，將明早要用的黃豆清洗、浸泡後，我和老公各自拿著Ipad，看看新知、瀏覽一下新聞，關掉Ipad，再到空、右兩邊，孩子的房間看看有否踢破的「幸福」，道晚安，明天又是一個幸福日。

2

3

## 我的大家庭--社區

801 蔡亞霞

我居住的社區是長春藤社區。我們長春藤社區是一個很棒的社區，從外表看來確實普通，不過裡面其實很漂亮的。裡面有：美化過的樹、兒童遊樂設施、乾淨的水池等等，是一個真正幸福的社區，社區是最棒的。而我們社區最棒的優點就是：很多設施像健身房、圖書室，以及社區KTV等等，鄰居們不用跑到這麼遠的地方，很方便；而且採用登記的方式，也教育居民別爭先恐後，懂得要依序輪流；還可以接觸到多元的休閒活動，蠻不錯的！希望社區今後會更漂亮。

我的社區好像沒什麼缺點，若一定要講的話，應該是：有時候，掃地的叔叔阿姨會把水桶放在電梯裡，很占空間，如果有居民買了家具，要搬到家裡，就無法使用電梯，所以應該要請衛衛稍微提醒一下，這樣上下樓才會感到擁擠。



## 愛的交流--洗愛

905 王唯芳

每天辛苦接我上、下學，照顧我的生活起居的人，就是我的奶奶！

我的奶奶熱情助人，仁心寬容，不僅對旁人很善良，對家人更是照顧的無微不至。當我搓揉著奶奶的腳，感受到厚厚的腳皮，且有些粗糙，甚至有硬硬的繭，想到奶奶無畏風雨出門工作，為家人不辭辛勞，眼睫毛不禁模糊了！我要努力看清楚那雙帶著紅紅黃黃、粗糙且不光滑的雙腳，未來不願讓奶奶如此地辛苦了！



蔡籍編譯李文清在其女兒906李淑露充當翻譯員的協助下，以生動的中文分享異國教育面面觀



教師熱情參與，開拓教育新視野

802 鄭愛心

在我們的社區裡雖然地方並不大，但是賣的東西卻很多，而且絕對讓人動心。為什麼？因為，超乎平價的啦！最重要的是，一走到我們社區，包準令你有感到瞬間的運動效果，過了十分鐘，肯定能讓你汗流浹背、氣喘如牛，呼……光想到就累死人了！還有、還有，大棟山是社區最佳的代表了！

我家樓下有「全家便利商店」，由於是兩個房子打通，二十四小時燈火通明，再加上路燈的設置，所以，附近一帶帶備管家中沒有開燈，也可以感受到微弱光線照進家裡，在走路時，也比較不容易踢到東西，或踩到小狗了！然而，最大的優點當然還是買東西的方便程度啦！此外，在路上偶爾也會有遇到自己同學的驚喜！

每一個地方雖然有它的優點，當然也會有它的缺點，好比我們家雖然樓下是個全家便利商店，買東西相當方便，卻也因為如此，樓下自然也變得「熱鬧」起來：吵架的吵架、打鬧的打鬧，甚至駕車族都出現了！原本寧靜的社區也因此變得不太寧靜，而是變得吵雜不已！

802 李紹嘉

我們的社區有很多公共設施可供大人小孩使用，中庭很大可從事多項運動，每當遇到節慶時，社區裡常常會舉辦活動，而且還有豐富的獎品；此外，有良好的防盜系統防止外人侵入；社區機能很強，不但離國小很近，再走一段路就可到市場，社區樓下也有許多店面，門口就有公車站牌可到桃園火車站，交通非常便利。

然而，我們的社區也有一些缺點，像是：離龜山工業區很近，容易有空氣污染，因此，出門儘量戴口罩；夜晚常常會有小朋友在樓下玩耍，使得夜晚很不寧靜，我們應該設定8點以後不可在樓下玩耍嬉戲；使用公共設施還需要點數，很不便利，廢除公共設施需要點數這項條約，才能妥善發揮公共設施的作用；開放圖書室可供社區住戶借閱，才能解決圖書室無法借書的不便，期待我們的社區可以更美好！



「慈烏有反哺之恩，羔羊有跪乳之義。」何況萬物之靈的人類呢！每天如陀螺般為子女勞苦的父母，我們多久沒關注到父母的身體？多久沒問問父母的辛勞？當我們彎下腰為父母洗去一天的疲憊時，蕭瑟之風穿流彼此之間，無疑是父母心中最甜蜜的負荷。

906 沈穎蓉

今天媽媽看起來很疲勞，有點無力，我準備為媽媽來按摩，為她好好做個腳底按摩！初看媽媽的腳有點偏黃，沒有名模日白的雙腳；進一步為媽媽泡腳，在幫媽媽搓揉時，發覺她的腳有點腫，腳跟的部分也有些粗糙，我心中一陣陣的驚愕，我想：媽媽每天為了我們辛苦的上班，常常需要走動，非常疲憊，謝謝媽媽為我們付出，如果媽媽有什麼需要，抑或累了，我也希望能幫她分擔，所以不要再一個人承受了！

人常常忽略了身邊最親近的人，因為有了「洗愛」這項作業，我才有機會發覺到媽媽工作的辛苦。由於媽媽是自己開店，為了省下員工費，自己下班後，依舊二十四小時待命，從早走到晚，沒有休息時間，有時一些沒禮貌的客人還會罵她，甚至批評這間媽媽付出所有時間和精力的店，和媽媽聊天時，她幾乎不抱怨她累，無條件地為我們付出，看著她那雙非常疲勞的腳，我真的覺得她好累，也認為自己應該努力上進，讓她可以很有面子，我對之前有時會對她不耐煩而感到抱歉，她給我們那麼多了，我卻那麼的不知足，我希望媽媽身體健康，上班不要那麼辛苦，我會比以前更努力。



教師熱情參與，開拓教育新視野