

我們的學校



# 羌園簡訊

出版 羌園國民小學  
發行人 校長 陳桂蘭  
日期 105年寒假  
期別 第173期  
電話 8662474 8669450  
網址 www.cyps.ptc.edu.tw

## 【校長開講】

敬愛的教育合夥人收訊平安：

2年一次的村校聯合運動會圓滿成功，這都得感謝所有的家長全力支援與支持學校的教育活動，也因您的認同與支持，整個社區和校友均熱情參與此次盛會。我們羌園的孩子們在如此幸福樂園中，從準備比賽、多次的練習到最後出場比賽，會是寶貝們永難忘記的甜蜜回憶。一切都是因你的曾經存在而感受到某種溫暖或感動。

每個孩子都需要一個可以讓他們心甘情願搬動學習梯子的舞臺。學校想盡辦法開設多元課程，讓孩子探索自己的天才與優勢潛能，發現自己想上的舞臺，並真切的感受到學習的樂趣。我們的目標是讓每個孩子都有能力可以上臺、演出，然後自信地鞠躬，享受掌聲。

發現舞臺，可以點燃熱情；想上舞臺，才能延燒熱情。

陪伴是最好的家庭教育模式，孩子的成長只有一次，父母陪伴的時間愈多，孩子感受到的愛越是豐富，提升他人生歷程成功的支持力量。這學期以來學校跳脫親職教育演講模式的框架，利用假日辦理許多場次的親子共學活動和課程，誠摯地邀請您陪伴孩子一起共學，除了增進親子親密關係，我們更希望養成孩子健康優質的休閒學習課程。

寒假即將到來，祝福大家春節快樂，身體健康。

校長 陳桂蘭 敬筆 106年01月17日

感謝

感謝屏東縣政府對學校的關心與愛護

1. 補助多功能教室設備經費 9萬8仟元整
2. 補助戶外休閒座椅經費 9萬9仟元整
3. 補助辦公室行政桌椅櫥櫃經費 9萬8仟元整
4. 補助班級共讀圖書經費 7萬元整
5. 補助消防設備經費 6萬9仟元整

感謝台灣中小企銀補助學校課程與活動經費 10萬元整

感謝佛光山文教基金會捐贈每位學生一條圍巾，他們是由志工親手製作

## 【寒假活動一覽表】

- 1、106年1月20日（五）寒假開始。
- 2、106年1月27日（五）~106年2月1日（三）春節。
- 3、106年2月13日（一）105下開學。

## 【羌園國小105村校聯運捐贈活動經費芳名錄】

姓名	捐助金額	姓名	捐助金額
委員邵正斌	禮品乙批 \$2000元	燄塹村村長周萬成	\$2000元
顧問周榮文	\$1500元	海埔社區長壽俱樂部會長陳清棵	\$1000元
羌園社區長壽俱樂部 會長鄭春林	\$2000元	佳冬鄉鄉民代表會代表/羌園國小 家長會副會長陳雅昆	\$5000元
顧問余啟瑞	\$2000元	大鵬灣房屋仲介蘇青山	\$2000元
顧問吳永智	\$2000元	林邊國中校長羅彥文	\$1000元
顧問邱勝良	\$2000元	顧問林龍湖	\$3000元
顧問鄭光雄	\$2000元	委員鄭正煌	\$2000元
會長林志彥	\$20000元	佳冬鄉鄉民代表會代表周聯芳	\$5000元
委員劉信裕	飲料4箱 \$3000元	委員謝炎君	\$2000元
顧問吳水涼	\$1000元	顧問李苗	\$5000元
小胖抵石工程負責人蔡日騰	\$2000元	常務委員鄭博仁	\$3000元
佳冬鄉鄉民代表會代表李榮瑞	\$10000元	顧問謝俊敏	\$1000元
顧問陳志宏	飲料18箱	四塊厝真王宮主任委員吳坤鴻	\$2000元
顧問林溺妹	飲料16箱	佳冬鄉鄉民代表會主席林秋谷	\$3000元
顧問王碧振	\$2000元	顧問陳仁敏	\$1000元
林邊區漁會理事長紀清風	禮卷2600元	副會長林政穎	\$3000元
常務委員王明輝	\$2000元	國立佳冬高農校長楊榮豐	\$1000元
顧問林信朋	\$2000元	顧問李伯祐	\$2000元
屏東縣塹豐養殖漁業生產區 管理委員會主任李明杰	\$3000元	顧問鍾文耀	\$2000元
顧問曹清勇	\$1000元	常務委員賴正祥	\$2000元
羌園福園宮管理委員會 主任委員蔡天和	\$2000元	顧問鄭家瑞	\$2000元
羌園村村長陳品昌	\$5000元	同記茶莊蔡同武	\$1200元
木棉花旅遊經理陳治宏	\$1000元	義工鄭水心	\$1000元
四塊厝社區促進會會長余枝葉	\$2000元	顧問鄭佳宗	\$2000元
白鷺鷥兒童舞集老師曾翎喬	\$1000元	顧問陳登泰	\$1200元
林邊金玉堂謝振聰	\$1000元	佳冬國中校長莊崇昌	\$1000元

委員吳重叡	\$10000 元	顧問陳桂玉	\$2000 元
足球教練張堃元	飲料 8 箱	顧問王錫欽	\$10000 元
中華警安保全潮州營業處	\$1000 元	崁頂國小校長李榮哲	\$1000 元
佳琦企業行陳佳琦	飲料 3 箱	顧問王啟銘	\$3000 元
顧問洪竹降	\$2000 元	顧問林順榮	\$1000 元
建興國小校長蔡有福	\$2000 元	顧問林美麗	\$2000 元
羌園社區發展協會 理事長莊宗仁	\$3000 元	顧問洪勝宗	\$1000 元
委員洪柳文	\$2000 元	顧問謝俊男	\$1000 元
顧問周孝全	\$1000 元	委員王信中	\$3800 元
顧問洪燦和	\$1000 元	家長梅美然	\$800 元
仁和村村長盧麗美	\$1000 元	顧問李順龍	\$2000 元
小琉球旅外鄉親聯誼會 理事長洪文芳	\$2000 元	塹豐永勝補習班戴尚炯	\$1000 元
委員蔡阡馥	\$2000 元	委員鄭國勝	\$2000 元
顧問陳保福	\$2000 元	塹塹村村長周萬成夫人王足	午餐飯湯材料 費\$10751 元
顧問陳文明	電風扇乙台		

※感謝各位家長及社會賢達熱情贊助本校 105 學年度村校聯運活動經費

※以上公告感謝，若有遺漏或誤列請聯絡本校更正

## 【健康資訊】~~健康中心宣導~~

※ 寒假防疫基本功 ※

一.養成正確洗手習慣：

### 洗手五步驟



#### 1 濕

打開水龍頭，  
把手淋濕。



#### 2 搓

用肥皂搓雙手 20  
秒(約唱兩次生日  
快樂歌的時間)



#### 3 沖

用清水將雙手  
沖洗乾淨。



#### 4 捧

捧水沖洗水龍頭  
後，關閉水  
龍頭。



#### 5 擦

用乾淨毛巾或  
紙巾把手擦乾。

## 洗手五時機



1 上廁所後



2 擤鼻涕後



3 吃東西前



4 看病前後



5 跟小寶寶玩

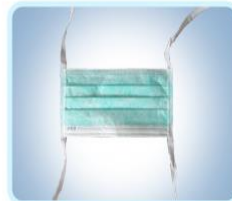
## 二.注意咳嗽禮節：

### 咳嗽、打噴嚏時怎麼辦？

- 1 咳嗽時用衛生紙遮住口鼻，然後將用過的衛生紙丟到垃圾桶。
- 2 如果來不及，請以衣袖代替，降低病菌傳播機率。
- 3 生病期間、咳嗽時，請戴口罩。
- 4 手摸到噴嚏、鼻涕後，一定要用肥皂洗手。
- 5 生病期間，儘可能與別人保持1公尺以上的距離，避免傳染給別人。



### 生病、咳嗽要帶哪一種口罩？



外科口罩

拋棄式，要每天更換喔。



棉布口罩

可以重複使用，但是要每天清洗喔。

## 三.注意防範流感：

每年農曆年間常是流感疫情高峰，提醒本校師生、家長南來北往出遊、拜年務必落實手部及呼吸道衛生，有呼吸道症狀時應配戴口罩；如出現呼吸困難、急促、發紺（缺氧）、血痰或痰液變濃、胸痛、意識改變、低血壓等流感危險徵兆更應立即就醫，並依醫師指示服用流感抗病毒藥劑，並在家休養。如有流感相關疑問，可至疾管署全球資訊網「流感專區」

(<http://www.cdc.gov.tw>)，或撥打免付費防疫專線 1922（或 0800-001922）洽詢。另中國大陸近期 H7N9 流感病例數明顯增加，現處流行季，疾管署提醒計劃至中國大陸旅遊的民眾及當地台商，務必注意個人衛生及飲食，避免接觸禽鳥與出入活禽市場，以降低感染風險。

## ※※ 寒假請留意做好視力保健 ※※

### 護眼行動六招

#### 第 1 招：眼睛休息不忘記

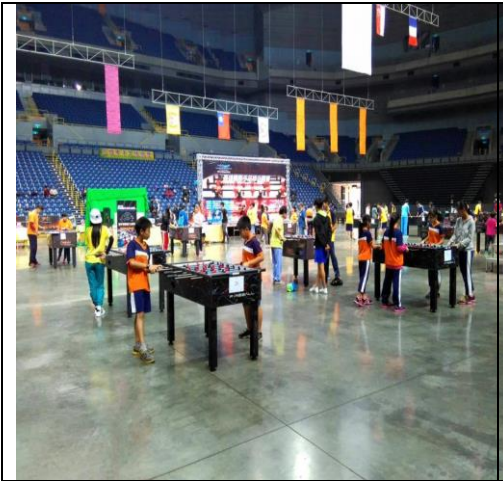
1. 每天和假日都要有戶外活動時間，每天 2-3 小時以上
2. 看電視要遵守 3010 原則，每 30 分鐘休息 10 分鐘，每天總時數少於 1 小時。

3. 下課務必走出教室外活動或讓眼睛望遠休息至少 10 分鐘。
4. 早睡早起，充分休息。
<b>第 2 招：均衡飲食要做到</b>
5. 多攝取維生素 A、B、C 群及深綠色蔬菜、水果。
6. 日常飲食種類多樣化、不偏食、不暴飲暴食。
<b>第 3 招：閱讀習慣要養成</b>
7. 每閱讀 30-40 分鐘應休息 10 分鐘。
8. 看書或執筆寫字，保持 35-40 公分的距離。
9. 不在搖晃的車上閱讀，也不要躺著看書。
<b>第 4 招：讀書環境要注意</b>
10. 光線要充足，桌面照度至少 350 米燭光以上。
11. 書桌高度要讓手肘自然下垂平放，椅面要讓臀部坐滿，雙腳要踩到地。
<b>第 5 招：執筆、坐姿要正確</b>
12. 書桌光線不直接照射眼睛，習慣用右手寫字，檯燈放左前方，左撇子則相反方向。
13. 姿勢端正，兩肩放輕鬆，腰打直，不歪頭、不趴著。
14. 執筆由前三指來挺筆並帶筆運行，後二指要穩定。
<b>第 6 招：定期檢查要知道</b>
15. 滿四歲前應至眼科進行視力檢查；每年固定一至二次視力檢查。
16. 當接到學校視力篩檢未達合格標準之通知，需至合格眼科醫師接受複檢。
17. 遵照醫師指示配合矯治，定期回診追蹤。

## ※書法教學※



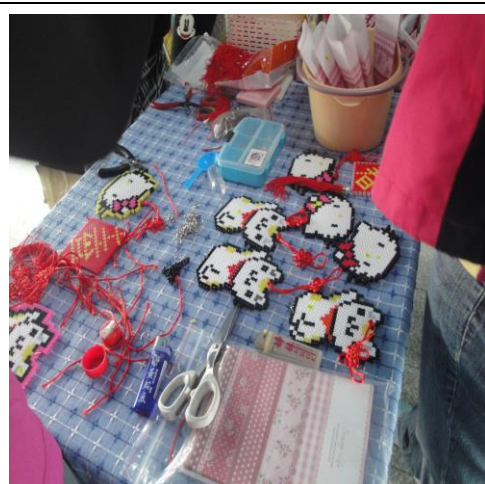
# ※高雄國際足球公開賽※



# ※隕石科學知識演講※



# ※村校聯合運動會※





※與沈芯菱作家有約※



# 祝雞祥如意

★各位敬愛的家長，若您有任何意見與學校連繫，歡迎蒞臨學校指導，或使用電話聯絡。