

我 們 的 學 校

出 版 美 園 國 民 小 學
發 行 人 校 長 李 榮 哲
日 期 100 年 10 月
期 別 第 119 期
電 話 8662474 8669450
網 址 www.cyps.ptc.edu.tw



美園簡訊

【校長開講】

各位家長先進大家收訊平安：

榮哲有幸奉派美園國小任職，在這充滿熱情的地方服務美園國小的親師生是歡喜的承擔。經歷兩個月相處，感受到學校同仁們多元能力與對學校的向心力、各位家長及社區士紳對學校的關心與協助，誠懇的邀請您繼續與我們攜手合作，結合親師力量共同引導孩子適性成長與學習，成為具有「健康、創造、感恩心」的優良公民。

美園國小的家長會對學校的熱心參與和協助，長久來受到各界的肯定，也是學校有力的後盾，再次感謝歷任會長熱心帶領委員會出錢出力支持學校各項校務的推動。過去一年在陳保福會長的積極協助下，學校在平安穩健中持續進步成長。目前家長委員會也已經完成改選，由鄭光雄先生當選 100 學年度家長會會長，全校師生特表感謝與恭喜。

時序已經過了中秋，天氣將逐漸轉涼，邀請家長們共同提醒孩子注意身體保健，也敬祝大家 闔家平安喜樂、永保安康！！

校長 李榮哲 敬筆

【掌聲鼓勵】恭喜 100 學年度家長委員會順利改選，新任委員名單出爐了！！

屏東縣美園國小 100 學年度家長會選舉結果

職稱	姓名	職稱	姓名	職稱	姓名
會長	鄭光雄	副會長	林志彥	副會長	林龍湖
常務委員	陳俊明	常務委員	鄭佳宗	常務委員	劉聰明
常務委員	鄭慶章	常務委員	王明祥	常務委員	林勝賢
委員	陳萬福	委員	王啟銘	委員	陳鶴章
委員	林連成	委員	周居興	委員	陳志宏
委員	陳仁敏	委員	洪柳文	委員	王明輝
委員	林清道	代表	鄭慶發	代表	鄭志成
代表	鄭盛彬	代表	陳明成	代表	鄭和傑
代表	戴君豐	代表	王明水	代表	周珠源
代表	鄭吉明	代表	王新泰	代表	周耀煌

【健康資訊】~~健康中心宣導~~

※※ 菸害防制

世界衛生組織指出，每年全球有 500 萬人死於吸菸相關疾病，平均每六秒就有一人因菸害死亡。在臺灣，每年有超過 1 萬 8000 人死於吸菸相關疾病，相當於每 20 分鐘就有一位國人因菸害而失去寶貴生命！依「2010 年成人吸菸行為調查」顯示，台灣成人吸菸率為 19.8%，其中男性 35.0%，女性 4.1%，男性與女性之吸菸率比例約為 9：1，女性吸菸人口遠低於男性，然而女性卻經常是二手菸的受害者。與先進國家相比較，台灣成年男性吸菸率是美國的 1.5 倍，加拿大的 1.8 倍，歐美曾吸菸者已戒菸之比率超過 5 成，台灣僅 3 成的曾吸菸者已戒菸。因此，吸菸與二手菸可謂民眾健康的頭號殺手。2009 年 1 月 11 日起，菸害防制法新規定上路，分別針對擴大禁菸場所、禁止菸品廣告促銷贊助、加強菸品販售管理及調漲菸品健康福利捐有所規範。使成人吸菸率有下降趨勢，但青少年吸菸率及年青成人吸菸率隨年齡增加；家庭與職場二手菸暴露有下降趨勢，改善空間仍大；吸菸者之戒菸意圖低於 50%，較歐美的 70% 為低，需有多元、可近、無障礙的戒菸服務。為幫助吸菸者戒菸，除醫療單位提供的門診戒菸、電話戒菸專線 0800-636363，鼓勵更多民眾戒菸。資料來源：國民健康局。

※※ 流感疫苗 10 月即將開始接種了

學童接種流感疫苗，不但能有效減少學童感染流感的機率，降低醫療費用的支出，亦能降低流感病毒的散播，進而間接保護老人、幼兒等高危險族群，減少他們因感染而發生嚴重併發症的機率。屏東縣衛生局合約醫療團隊，將於 100 年 10 月 18 日早上到本校免費為 1.2.3.4 年級學童接種流感疫苗，請家長踴躍讓子女接種流感疫苗（接種通知說明及意願書已於 9 月底分發學童帶回轉知家長）；另 5.6 年級暫定於 12 月初接種（11 月中旬分發接種通知說明及意願書）。

※※ 視力保健：如何預防近視？

--- 近視 --- 是兒童視力保健的強敵，一般近視的初期可能是假性近視，

大多是因長時間近距離用眼觀看，導致眼球睫狀肌過度收縮，水晶體肥厚。

若能及時以散瞳劑協助並改變用眼習慣，即可矯正視力。

1. 避免遺傳因素：父母本身均患有高度近視者生下近視兒機率高於常人。
2. 保持健康身體：注重均衡的營養、適度的運動及休息。
3. 良好的閱讀環境：適當的照明（注意居家及課後補習班教室照明要充足）、清晰的印刷、大小適當的字體、良好的紙質及合適的桌椅高度。
4. 防止眼睛疲勞：避免長時間近距離的用眼。
5. 良好的閱讀習慣：需減少近距離的閱讀。
6. 減少近視的環境：戶外活動多一點，多向遠處眺望，多到郊外踏青。
7. 看電視講求「原則」：看電視 30 分鐘休息 10 分鐘。
8. 避免太早做太多近距離用眼學習：如執筆寫字、接觸電腦及玩電動。
9. 正確配戴眼鏡：必須由眼科醫師檢查後再依據處方配鏡。
10. 定期至眼科檢查視力：每年 1-2 次。

【十月份活動一覽表】

- 1、10/12-10/13 第一次評量（二~六年級）
- 2、10/14 游泳教學（三~六年級）
- 3、10/19 游泳教學（三~六年級）
- 4、10/27 學校衛生與健康促進創作短劇比賽（高年級）

【100 上暑假作業優秀名單】

二甲-第一名-鄭暉儒	第二名-陳俊翔	第三名-陳柏憲
優良-曹羽庭	周志偉 陳郁恬	
三甲-第一名-陳政宇	第二名-鄭瑀文	第三名-陳宜欣
優良-鄭允信	蔡宗殷 劉育綺	
四甲-第一名-林茵夢	第二名-鄭莉楨	第三名-鄭珮倩
優良-鄭恩叡	陳政蓉 曹羽織	
五甲-第一名-洪汝玉	第二名-戴嘉雯	第三名-鄭惠玉
優良-王詩惠	鄭珂欣 吳偉弘	
六甲-第一名-鄭詠錚	第二名-鄭錦發	第三名-劉育卉
優良-周詠清	李惠靜 蔡宜廷	

【100 上敬師卡優秀名單】

一甲-第一名-潘庭萱	第二名-王筱鈞	第三名-鄭宇岑
優良-洪裕翔	林弼豐 陳昭妤	
二甲-第一名-林恆毅	第二名-陳柏憲	第三名-王郁琪
優良-陳俊翔	鄭暉儒 陳郁恬	
三甲-第一名-陳靖蓉	第二名-鄭瑀文	第三名-鄭文惠
優良-陳宜欣	陳政宇 蔡宗殷	
四甲-第一名-鄭珮倩	第二名-林茵夢	第三名-陳政蓉
優良-鄭莉楨	王志宏 王義棋	
五甲-第一名-戴嘉雯	第二名-鄭珂欣	第三名-洪汝玉
優良-鄭家儀	鄭富隆 林庭安	
六甲-第一名-鄭瑀煊	第二名-周淑華	第三名-鄭詠錚
優良-王惠萱	蔡宜廷 王昱燕	

※全校體適能活動※



平安健康

★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。