

● 行政院新聞局第4100號  
● 發行人：許勝哲  
● 編輯：校刊社  
● 社長：呂瑞庭

● 指導老師：林保吟 吳舒涵  
● 地址：臺北市文山區保儀路127號  
● 電話：2939-0310 (十線)  
● 網址：www.jwsh.tp.edu.tw

## 107學年度全國工商業類技藝競賽 景文榮獲 1金5優勝



全國商業類技藝競賽獲獎同學與指導老師合影。

(本刊訊)全國高級中等學校107學年度工商業類學生技藝競賽，11月分別在台北高工、鳳山高工兩地舉行，來自全國高職專業類高手雲集，經過初賽、複賽，管三1龍麗文榮獲「商業簡報類-金手獎」(指導老師歐淑娟)、英三2初二宇榮獲「職場英文類-優勝」(指導老師黃碧玉)、廣三1譚詩縷榮獲「商業廣告類-優勝」(指導老師蘇綉琴)、廣三2陳育晨榮獲「商業廣告類-優勝」(指導老師蘇綉琴)、多三1陳麗安榮獲「電腦繪圖類-優勝」(指導老師陳彥廷)、資三1蔡承詠榮獲「電腦維護類-優勝」(指導老師吳永霖)。獲獎同學在技藝甄審時有總分20%-30%加權，取得進入臺科大、北科大等排名頂尖國立科大的機會。

### ●管三1龍麗文榮獲「商業簡報類-金手獎」

指導老師歐淑娟主任表示，榮獲「商業簡報類-金手獎」的龍麗文是校內甄選時脫穎而出的選手，在學科和術科都有平均水準的表現。龍麗文也非常感謝歐主任的指導，當學科試題

有做錯時，主任都一題題耐心地解釋，使她受益匪淺。而對於術科，主任也提供了許多意見，在自己需要幫忙的時候，無論多忙，都會毫不猶豫地放下手邊的工作為她解惑，甚至還連絡科大資管系的教授提點策略，在作品上也得到了許多靈感，衝破了許多學習上的瓶頸。

龍麗文認為今年的學科題目比想像中的簡單，並沒有像模擬試題那般困難，寫完並仔細檢查後，她還能有充足時間思考術科可能的考題及應對策略。第二天術科題目是要以創業審查委員為簡報對象，爭取創業資金的補助，因此她先站在投資方的角度思考，如何規劃一份讓自己都心動想去贊助創業者的簡報，然後才依據習時設計的版型按部就班的順利做完。

回顧此次競賽，龍麗文表示自己已經竭盡所能，無論是否得獎，這次的比賽對我而言都是很棒的一次經驗，而且金手獎不只是屬於我的努力，還有老師的指導，呂宜霖、吳亦婕學姐的經驗分享和鼓勵。

### ●實習處研擬對策努力再戰

實習處陳社政表示，今年本校技藝競賽金手獎數量不如往年，實習處已研擬了因應對策，計畫提早從高一學生中挑選選手進行培訓，除拉長訓練時間、提高技藝熟練度外，也可保留有能力及有潛力學生；另外，編列預算採購全套新版軟件及運算速度最快的電腦設備，避免發生如今年主辦單位臨時公告軟件需用最新版本，以至於選手訓練時間不足，現場安裝不順及操作時當機，而造成成績下降的情況。

## 賀! 張美芝女士當選 107學年度家長會會長

(本刊訊)本校107學年度家長會會員代表大會9月26日(五)晚上舉行，會中由各班代表投票選出本學年度的家長會會長、副會長，高三1家長代表張美芝女士，以最高票當選新任會長，另選出四位副會長：張馨心(國中部)、林清儀(高中部)、王圓(高職部)、陳虹樺(高職部)，隨後舉行新舊任會長交接儀式。

與會的許勝哲校長感恩卸任的楊樹前會長過去2年對景文的貢獻付出，也恭賀張美芝會長榮任，相信擁有豐厚的人脈和熱情四射魅力的會長帶領，景文家長會一定是溫暖百分、創意無限！

委員們也熱情地分工，主動參與校內教師評審委員會、課程發展委員會等19項委員會，協助學校各項重要活動和會議運作。



張美芝會長(左)、楊樹前會長(右)在許校長見證下進行交接儀式。

## 校友楊書凡 獲教育部 技職之光-技職傑出獎/證照達人

(本刊訊)教育部2018年第14屆「技職之光」頒獎典禮12月6日下午2時假臺北青少年發展處5樓流行廣場舉行，本校48屆畢業應用英語科學生楊書凡在校時獲得的專業證照：TOEIC多益940分、TOEFL ITP紙筆測驗567分(CEF B2)、雅思 IELTS / 8.5、英語能力測驗第一級、PVQC專業英文詞彙能力國際認證-商業與管理Specialist/Tier 5、電腦軟體應用丙級、電子商務概論專業級、職場英文類-金手獎等優異表現，榮獲「技職傑出獎-證照達人」表揚。人在英國求學的楊書凡無法到場，母親在指導老師鄭可怡、應英科主任楊鈞陪同下為領獎。

「技職之光」為全國技職院校學生最高榮譽，是教育部每年為推廣技職教育、表揚傑出技職師所設置，今年共有「競賽卓越獎」師生14組、「技職傑出獎」學生23位，教育部技職處處長在致辭時表示，每個得獎人背後都有獨特的故事，期望能用這些獲獎人的故事，來引導學生找到自己的方向，踏上最適合他們的道路，並鼓勵青年學子「選技職，好好讀，有前途」。

楊書凡107年6月畢業時錄取國立臺北科技大學應用英語系，目前於英國CATS倫敦國際學院就學，她表示校內外的競賽和證照取得，都是自己挑戰的一環，「一個人可以走很快，一群人可以走很遠！」她非常感謝在學習過程中一路相伴指導的師長及相遇相知的好友，這份榮幸是榮耀與肯定，更是推動向前的動力。

## 校友黎懿微 人生最後一戰 一戰成名 榮獲2018首屆世界詠春公開賽 雙料冠軍

(本刊訊)現任景文高中校友會常務理事、大陸茅臺酒總代理的黎懿微，在2018首屆世界詠春公開賽(2018WORLDWING CHUN OPEN COMPETITION)贏得雙料冠軍，這也是台灣選手在此項詠春國際盛事，第一次贏得65KG詠春散打金牌、四項全能(木人、尋橋、藕手、實戰)第一名，再度為台灣在國際賽事爭光。

11月29日至12月3日在武術功夫之城——佛山舉行的大賽是詠春拳一年一度的盛事，此項比賽的參賽資格為40歲以下，即將滿40歲的他決定以這個比賽為自己習武的歷程做一個見證。報名後他即展開賽前訓練。黎懿微在就讀景文高中時受體育老師王文隆影響加入柔道角力隊，開始學習武術，還擔任柔道角力隊隊長，帶領同學參加各項競賽。考上大葉大學食品工程學系時仍繼續練習，回台北時也一定會回景文和王文隆老師切磋武術。大學畢業時，為了探究中國武術的奧秘，即赴大陸武當山近2年，習得太極劍法、伏虎拳及輕功，也開始經營茅臺酒的經營。為了提升自己經營管理知能，就



黎懿微 獲雙料冠軍

讀北京大學EMBA總裁經營管理方略班。後來，慕詠春拳的陰柔之美，擴展生意到香港，順道拜師學藝。學了6年詠春後，即將滿40歲的他決定以這個比賽為自己習武的歷程做一個見證。報名後他即展開賽前訓練。黎懿微在就讀景文高中時受體育老師王文隆影響加入柔道角力隊，開始學習武術，還擔任柔道角力隊隊長，帶領同學參加各項競賽。考上大葉大學食品工程學系時仍繼續練習，回台北時也一定會回景文和王文隆老師切磋武術。大學畢業時，為了探究中國武術的奧秘，即赴大陸武當山近2年，習得太極劍法、伏虎拳及輕功，也開始經營茅臺酒的經營。為了提升自己經營管理知能，就

此次能抱回雙料冠軍，是 he 廣博吸收的各派精華，更融合了MMA自由搏擊、東洋柔道、西方角力等多元訓練。念舊的黎懿微非常感謝王文隆老師對他武術的啟蒙，更感謝母校老師、校友、同學對他長期的協助和支持，「我在武術方面的榮耀，有50%是來自於景文。」

## 景文49 精彩久久 校慶活動歡樂上映



董事長、校長頒發直升獎學金

(本刊訊)「景文49 精彩久久」校慶慶祝典禮和園遊會活動12月15日(六)舉行，多所策略聯盟大學校長、系所院長、主任、教授，以及友善夥伴學校的校長、家長會會長都親自到場帶來祝福，典禮簡單隆重又溫馨。中正亭前的慈善園遊會除了二年級各班攤位外，班聯會、家長會、校友會也都設置同樂，招來人氣。校園人氣的學生社團熱音社、吉他社、啦啦隊、武術隊、扯鈴隊等，以及中華非營利組織發展協會贊助五座獎盃經費6750元的品德歌唱比賽前5名同學的展演，也共同炒熱校園氣氛。另外，各科教學創意成果展也在勤勞樓一樓登場，吸引許多喜愛園遊會的同學參加。

### ●慶祝大會

慶祝典禮由優人表演藝術班的同學以澎湃激昂的曲目——「沖岩」揭開序幕，許勝哲校長在致詞時表示，校慶是感恩的日子感謝各位貴賓給景文的溫暖，有家長的認同和支持，有老師的 effort 和付出，也有學生校內外競賽和升學的優異表現，希望大家繼續支持「景文中學」這個金字招牌。學校強而有力的後盾——家長會會長張美芝隨後獲頒家長會會長當選證書，她表示家長會將扮演好家長和學校間的橋樑。

頒獎儀式中獲得直升入學獎學金的是高一-2的13位同學，他們放棄公立高中的光環而直升景文高中部菁英班，分別獲得60萬、30萬、21萬、17萬不等的獎學金。另外，資訊科應屆畢業生黃有鈞在導師陳時聖陪同下領取10萬元「升學卓越獎學金」，他8月時以統測608.25分成功分發國立臺北科技大學資訊與財金管理系，他也是這項獎學金唯一的獲獎人。陳時聖老師表示，有鈞家遭變故但自立自強且幸有姑姑無私照顧，因此會先選用這比獎金買一台筆記型電腦，其餘的都留做將來再深造的基金。

### ●慈善園遊會

今年慈善園遊會的攤位共有25個，國中、高中、高職二

年級各班都把握這僅有的一次做生意的機會熱情招攬客人上門，熱食、冷飲、炸物、滷味，應有盡有，還有抽抽樂、擲球等小遊戲，都吸引同學駐足，生意搶搶滾。家長會義工媽媽整理的二手衣物義賣，也有很多家長們捧場，為家長會募得不少積金。而校友會則是利用校慶時較多校友回來的機會，擴大招募會員，凡現場加入都送精緻抽籤一個。值得一提的是各班設計攤費用扣除水電設施外，全數捐入華山基金會募年菜活動，而班聯會同學努力賣出一杯杯汽水、一份份天使雞排，共捐出8005元，希望能拋磚引玉，為募年菜送給獨居老人而努力。

### ●社團展演

社團展演首先登場的是代表景文高中青春活力的競技啦啦隊，很快炒熱現場的熱度，接下來是最吸睛的熱舞社，男團、女團接連勁歌熱舞，魅力四射。5位歌唱比賽優勝者接連站上司令臺，演唱一首首膾炙人口的流行音樂，最後，熱音社也不遑多讓，引吭高歌，臺下觀眾都以熱情的掌聲回應。

### ●各科教學創意成果展

各科教學創意成果展在勤勞樓的教室展出，分國中部、國文、英文、數學、自然、社會，今年的主題著重「行動載具創意教學」。國文科的展場在靜思書軒，結合推廣靜思語閱讀，設計了「玩國文、寫在地、話靜思、遊藝古今」活動，邀請施河董學長、許勝哲校長專程到書軒揮毫寫靜思語，學生也透過操作手機APP「KAHOOT」進行國學常識搶答，讓生硬的國學常識變身為有趣的搶答遊戲。自然科展示全國高中生活科技學藝競賽一挑戰任務組第一名的機器，並以「藍芽遙控投籃機器人」吸引很多同學來挑戰。數學科創意教學則利用數學包裝線的概念，透過三角形、四邊形等多邊形的堆疊方式，形塑創意相框及同學的美觀思維。不僅讓同學發揮巧思，更能透過動手製作體驗，製作專屬的個人創意相框。社會科「廟堂之上」主題是結合歷史與宗教的主題，透過頭戴式顯示器觀看老師自製的AR擴增實境教材，讓虛擬與現實的無限延伸，有身歷其境的感受。英文科團隊規劃「Kahoot生活情境英文PK擂台賽」，單字主題包含機場、車站、飯店、學校、辦公室、聖誕節等情境英文字彙，同學可以選擇主題挑戰，讓自己的英文學習充滿樂趣。



熱音社展演

景文老師大愛 再獲教育局肯定 活化體育課程 給孩子另類舞臺 體育組長韓欣諺 榮登2018臺北市杏壇芬芳錄 真心關懷 一個也不放棄 特教組長吳麗明 獲選107學年度特殊優良教師

(本刊訊)臺北市教育局為表彰臺北市教師、教育工作者，平日默默為教育專業發展研究、教育服務奉獻之感人故事，每季都會辦理「臺北市杏壇芬芳錄」評選，以及「特殊優良教師」評選兩大表揚活動...

●活化體育課程 給孩子另類舞臺-體育組長韓欣諺 「奉獻愛心 澤被杏壇」2018臺北市杏壇芬芳表揚典禮，9月8日(六)上午於臺北市青少年發展處六樓國際會議廳舉行...

獲第二名，或是課餘到健身房打工，從助理開始磨練，現已成為可獨立接案的正式教練。再次驗證只要讓孩子找到屬於自己的舞臺，就能發光發熱。除此之外，欣諺組長還幫特教生上適應體育課...

●真心關懷 一個也不放棄-特教組長吳麗明 「百年樹人教育愛 世紀鐘聲導道揚」107學年度特殊優良教師表揚活動9月27日(四)晚上在西門紅樓二樓劇場登場...



韓欣諺組長

高三3孫敏責不畏病苦 勇往直前 獲 臺北市教育關懷獎

(本刊訊)臺北市政府為表揚不畏艱難、突破逆境學生而設置的「教育關懷獎」，今年各校共推薦184位學生...

孫敏責為多重障(情緒行為障礙(ADHD)兼視覺障礙)學生，從小調皮，無法集中注意力聽課，是訓導處的常客，在國中時確診為ADHD...



孫敏責同學接受教育局曾盛全局長表揚

景文之光 107.08.04~108.01.15

- 教師：施河董事長、韓欣諺組長、吳麗明組長、陳基娟組長、臺北市第19屆行動研究、陳泰岳、胡峻峻、李怡慧、王連輝、賴致胤、吳永義老師、吳高職組電機電子群組、107高中職性別與倫理融入課程教學活動設計比賽、李月東、孫漢威老師。
團體：棒球隊、女子排球隊、男子排球隊、籃球隊、籃球隊、班聯會、別聯會。
語文類：廣二1黃品、廣三3柏皓、廣三2李煥奇、國七4李曉庭、英三2李悅恬、臺北市107年度國中性別平等教育宣導片、國八4許慈恩、國八3尤麗婷、國八1李芝鳳、國八1李芝鳳、國八1李芝鳳、國八4許慈恩。
技藝類：107學年度全國工商業類科學生技藝競賽、省三1龍華文、英二2初子、廣三1譚詩、廣三2陳麗安、廣三1蔡承詠。
科技類：2018第二十四屆遠哲科學趣味競賽、高二年級孫承、高二年級李念、高二年級林威宇、高二年級劉昱廷、高二年級林威宇。
藝文類：國七2邱垂祐、臺北市學生美術比賽、高三4范家瑄、高四4范家瑄、高四4林晏穎、高三1宋雨霽、高三1楊鴻、高三1林宗緯、廣一1陳又瑄、廣二1沈浩如、高三1趙維、107全國學生美術比賽。
體育類：英二1歐陽、英二1張羽、高二1高駿、臺北市教育盃中小學高爾夫錦標賽、國九2沈上恩、高一5劉啟、2018全國菁英盃高爾夫錦標賽、國八2陳柏樺、國八1彭彰、國八1彭彰、國八1彭彰、國八4武術組張振代表國家參加2018AQF亞洲剛柔流空手道錦標賽、臺北市107學年度教育盃中小學角力錦標賽。

南安中學贈送「文化同源」字軸



### 0831 南安中學來訪

姐妹校福建南安中學師生35人在黃沿海副校長帶領下，8月31日上午蒞臨景文參訪交流，首先在校史室舉行歡迎會，雙方學校交換紀念品，之後安排同學和老師參訪景文藝廊，了解高職部各科的特色課程，然後到多功能教室實際體驗行動載具教學，最後在廣設科同學的陪同下，製作蝶谷巴特包，拿到親手選圖剪貼完成的小布包，大家都很有成就感呢！



### 0906-07 新生體驗營

景文新鮮人報到，這群小小兵的新生入伍訓，在9月6日7日兩天舉行，這是成為「景文人」必經的過程。課程設計巧妙的結合了品德教育、服務學習、環境教育、體能訓練、團隊合作、師生溝通、班級凝聚等，讓新生透過兩天一夜的活動，瞭解到景文特有的文化，迅速融入景文生活，啟發學生對學校認同，也引導學生對社會做出正面貢獻。

導師也能藉機了解到班上學生的特性與狀況，找到學生的亮點，或請求專業的協助，更名為學生帶來客製化的輔導，讓學生可以安心的在景文的友善校園中，適性揚才，找到屬於自己的舞台。

### 0910 臺北市第一所靜思書軒在景文揭幕

全國第45間也是臺北市第1間「靜思閱讀書軒」，落腳在文山區景文高中，9月10日上午朝會時間先舉行「靜思語」贈書儀式後，貴賓們移駕到勤勞樓一樓「靜思閱讀書軒」，由施河堃事長、許勝哲校長，以及大力推動閱讀的靜思書軒營運長蔡青兒、資深志工陳秀秀、宋華媛等人，一同進行書軒揭牌啟用儀式。許勝哲校長表示，非常感謝慈濟提供這麼好的空間，同學在這裡除了閱讀之外，也能感受到人文氛圍，心裡得到沉靜；未來會鼓勵老師開設人文相關課程，讓校園閱讀風氣更濃厚。蔡青兒營運長也感謝景文讓慈濟有這個機會與孩子們結一份善緣，分享人文的真善美，盼雙方未來能持續在人文美善方面共同努力。

揭牌儀式後，大家一起進入書軒進行「音樂暨人文閱讀飄香饗宴」，首先由國中部王佳欣、張禪庭、黃孟妍、王思問、司馬彥、尤儀婷、陳妍蓁7位同學以吉他伴奏演唱「讓愛傳出去」及「Just where you are」，歌聲清新流暢，充滿青春美好；接著由國八3陳媛蓁、尤儀婷、陳政聖、鄭宇軒、高二1毛韻婷、卓舒語分享他們閱讀靜思語的心得。最後，大家在高一2李念及國八3尤儀婷的二胡悠揚的樂聲中，以及國七2邱垂祐以口琴吹奏輕快的「許一個希望的未來」、「神隱少女」主題曲陪伴下自由瀏覽書籍，完成簡單溫馨的啟用典禮。

景文靜思書軒是由慈濟文山區志工、榮董和書軒團隊一起在校園打造出新的閱讀空間，17位菩薩發心從一千、二千、一萬、二萬，再到五萬、十萬不等，一共匯聚53萬善款，購買心靈、環保類型的書籍共500本，以及可以變化組合的慈悲科技——福慧床、福慧桌和椅，要用一本本好書，引領學子享受閱讀樂趣，涵養品格與人文。有了慈濟的人文軟體，為了營造出閱讀空間，學校也提撥近60萬元修繕硬體，在總務處、圖書館和設計科同仁巧思規劃、選材及監工下，終於如期在8月底完工，讓慈濟志工們進行書軒布置和圖書上架，9月10日正式揭牌使用，成為校園一處有溫度的人文閱讀空間。



景文靜思書軒揭幕



### 1109 趕路的雁 反毒大會

為宣示臺北市政府防制毒品進入校園的決心，副市長陳景峻11月9日上午代表柯市長到景文高中參加「AGP反毒3D行動電影車」首映會，陳副市長戴上3D眼鏡，觀看3D電影，體驗模擬吸毒後大腦的反應，並和學生一起呼口號，宣示市府反毒的政策和決心。

本次活動由台北風雲社扶社團發起，從景文高中首站出發，以「行動電影車」的方式，在台北市校園推動3D反毒影片體驗，讓學子戴上3D眼鏡，透過3D及互動科技的協助，身歷其境，了解毒品對大腦的影響及對身體的危害，將反毒的概念在心裡扎根，懂得珍愛生命，別讓生命已「毒」不回。推動反毒工作多年的「中華趕路的雁全人關懷協會」從以色列引進的「行動電影車」體驗的影片共有五個階段，分成「吸毒對大腦的影響」、「過來人說故事」、「毒品流過程」、「同儕壓力」、「加入大數據雲端問卷互動競賽」。行動電影車首站從景文高中出發後，將陸續開抵台北市各級學校。

反毒宣誓大會



教師節創意賀卡



### 0928 慶祝教師節大會

9月28日是師生抖音便服同樂日，身著便服的學生帶著喜悅的心、卡片與蛋糕要幫老師過節。一早由班聯會同學辦理慶祝大會以現在年輕人的方式，邀老師一同拍攝「抖音」影片，師生同樂並發表「掠老師金句」，班聯會大聲地對許勝哲校長說：「我沒有把你放在眼裡，因為我把您放在心裡...」全場鼓掌，直呼「有撩到囉！」；學生送給服務滿40年的校長秘書兼圖書館主任的卡片更讚喔！學生寫著「我打算翻開『秘書』，試著了解您的每一頁。」

### 1225 募年菜開跑

12月25日下午第七堂課，坐在輪椅上高齡86歲的獨居長輩洪奶奶在景文藝廊擔任書法老師，她說：「寫書法時，坐姿要端正，握筆姿勢很重要，不能心浮氣躁，心要靜下來，才能將字寫好。」學生聚精會神地聽著。這是洪奶奶的圓夢計畫，班聯會也宣布募年菜活動正式開跑。

洪奶奶有著爽朗的笑容、熱情又好客的性格，國小畢業的她，做過雙腳師傅，也在市場裡賣過五金。一向活潑外向的她，讓人很難聯想到她需要細膩運筆、構圖的書法及國畫搭上述。一直到60歲那年，重回校園，在國中補校課程學習中，發現她對書法、國畫的天賦，在同學的鼓勵下開始學習書法與國畫。

許勝哲校長被洪奶奶的認真所感動，與洪奶奶一起為新春許下祝福，祝福景文「春」到、「福」到，祈求一切順利平安。全場的學生也很認真的寫著春聯，許下祝福。



許校長和洪奶奶一起寫春聯



施放天燈祈福金榜題名



### 1130 高三包高中 天燈祈福

11月30日第二次段考剛結束，學測考前的55天，辦理「十分滿點，天燈登高峰」包高中活動。家長會先贈送的「包中福袋」，這是由學校大家長們親自帶去香火鼎盛的集應廟祈福過的「考試必勝筆組」。家長也帶來了溫馨的叮嚀影片，為考生加油打氣。活動組還準備了考試致勝的秘笈，讓考生更有信心在剩下的時間好好衝刺。儀式就在校長帶領學生們呼口號後結束。

接著高三學生搭上「追分列車」，一路開往「平溪十分車站」放天燈，祈求考試順利。這是高三在考前的收心操，帶著學生放鬆一個下午，讓緊繃的考生暫時釋放壓力，藉由活動的辦理，並讓考生意識到考試將至，該收心準備考試，以達到鼓舞考生的目的，為考試衝出好成绩。

### 1231 跨年撿垃圾 快閃活動

今年是景文連續第四年出現在臺北跨年晚會現場，除了進行另類跨年活動「快閃宣導」外，學生手持大聲公及特製的line貼圖宣傳，沿途宣導垃圾不落地，要在街頭發起，讓遊客習慣不丟垃圾的決心，並與遊客拍照打卡上傳Facebook及Instagram，影響更多人跨年夜垃圾不落地，讓清潔隊員早點回家。

本次活動，由班聯會發起，熱舞社、親善大使、cosplay等社團共動員近90位同學，其中還有友校的學生一同來響應。定時定點進行三場的快閃表演，平日車水馬龍的松壽路上，立刻變成學生的大型舞台。

景文學生第4年參與跨年撿垃圾



關商工商校學生進行歌曲彈唱



### 1220-21 關商工商校來訪

日本關商工商校8位同學在牛丸惠一主任、內海流水老師的帶領下，12月20日抵達景文和同學進行2天的交流活動，同行的還有出錢出力促成兩校聯誼的日本關中央扶輪社14位貴賓，以及臺灣扶輪第七分區的40多位扶輪社員。

歡迎會後，日本關商工商校同學在景文同學陪伴下展開5堂體驗課程，有設計科的馬克杯設計、生活科技科的智慧樂高機器人、體育課的武術&防身術練習、數學科的藝數學，以及與國際交換學生的八國博覽會等體驗課程。

## 走訪菲律賓 踏出舒適圈的精彩

文 / 高二3高鈴珣、張正玲

## 偏鄉英文教育計畫相見歡

文 / 英二2王宜

因為喜歡小孩子，所以我選擇加入偏鄉英文教育計畫。在這計畫中，有負責教英語的大學伴、學英語的小學伴和提供資源的扶輪社。9月21號這一天是大小學伴相見歡的日子，早上9點半，當遊覽車停駛，小學伴們下車的那一刻，身為大學伴的我們都感到非常興奮，覺得身為地主的我們一定要熱情歡迎。當我找到自己的小學伴—John時，我看到一張可愛略顯害羞的臉龐，為了尋找敞開他心房的鑰匙，我主動和他閒聊，從自我介紹到籃球，慢慢勾起了他的興趣，打破我們之間的隔閡。

一起共進午餐，是最輕鬆快樂的時光，加上扶輪社提供的麥當勞午餐，讓這天變得更加完美。吃飽喝足後，小學伴們吵著說想遊景文的校園，於是我帶他們到平時上課的教室，他們有些訝異，因為比起他們的教室，我們的教室大很多。之後來到籃球場，小學伴們超活潑，看到空地就開始追逐跑跳，長幾歲的我便一起下場和他們玩樂，因而成了其他大學伴口中口中的「孩子王」！

最後我們回到教室，與小學伴們齊心協力完成蝶谷巴特錢包，這是需要細心和耐心的手作課程，在製作過程中，我發現John的手很巧，反而是身為大哥哥的我，想幫忙還弄巧成拙，還好我的小學伴很聰明，最終完美地解除危機，一同完成了特色十足又具有紀念價值的作品，果然年紀不是距離，還是術業有專攻啊！

經過了這次的相見歡，讓我更期待也更更有動力在接下來的課程中，與他分享我所學，希望幫助他變成更好的人，而我也在這個過程中受益匪淺，我想，這就是這個計畫的意義吧！

## 享受慢活，體會生命之美

文 / 高三3蘇芸可

時鐘滴答、滴答作響，對於城市中的人群來說，是催促人們加速的警察，人與人在錯綜的馬路上推擠著，心中的秒針越轉越快，直到鐘的圓心再也承受不住，秒針、分針、時針隨著各自的方向飛去，留下空無一身的自己。

時間就是金錢，商人為了獲取更多利益，不惜將底下的員工壓榨得死去活來，學生為了寫完考卷，不惜讓自己的以最快速度用雙眼掃過題目，商人因此丟失了商品的準確性，讓信用垂直下降，學生也因而讓標準降低，快速並不會永遠達到良好品質，反而在時間壓迫下，我們呈現的只會是無價值的石頭，不是經過琢磨的美玉珠寶。

小時候的我們總覺得一年很長，總在細數著自己的生日還差幾天，長大後卻總覺得時間不夠用，每天只在算還有多少事情沒做，時間像個公平的使者，不會因世界改變，而更動自己的步伐。人在愛情中，也從該提時稚嫩無邪的愛，變成大人眼裡的貿易手段，不管是為了利益的聯姻，或者是為了繁衍後代而出現的閃電婚姻，他們的存在都不是因為愛而形成，這些因「快」而延伸

出的競逐，真的是我們所要的生活嗎？

「一沙一天地，一花一天堂，掌中握無限，剎那存永恆。」這是一位英國詩人所寫，我們有多久未嘗如孩童時蹲在路邊看螞蟻排成一列行走？有多久沒有駐足端看路旁盛開的花兒？有多久不去感受時間的緩慢？我們追求快速的愛，卻得到永恆的寂寞，我也曾因為旁人的催促，匆忙的展開人生第一次愛戀，後果卻是拾給殘碎的心，縫補傷痕與淚水。我們是否應思考：與其追逐那片刻的光芒，不如等待滿天星斗灑落大地的光輝。

人生就像起伏於汪洋的扁舟，剛離開陸地時是風平浪靜，但到達了海中央，需要承受大風大浪，我們不該因此將小舟加快速度，反該慢慢潛行，寧靜心神，滄定思緒，去找到正確的航線，在過程中才可體會到浪花般的考驗，才可以在大風大雨後，看到朝陽所引導你的道路，享受一步步走來的過程，體會這世界給我們真摯的愛。享受慢活，感受每一次的呼吸，擁抱微風吹來的悸動，體會生命之美。「慢活」——讓我重新看見嶄新的宇宙觀與永恆的奧義。

## 書軒體驗心得

文 / 高一3

朱俊衍：

今天上午去參訪靜思閱讀書軒，主任解說書軒的由來。剛開始的我以為是在傳教，後來發現主任是在介紹證嚴法師以及他的背景。雖然證嚴法師的家庭背景沒有那麼好，但是他卻能把佛教的大愛精神再向外傳播，這是令人值得讚賞的敬佩。

張宏瑞：

經由這一堂課，了解了證嚴法師的生命歷程、對人生的體悟以及證嚴法師對社會、對人類奉獻了什麼等等。我覺得可以以證嚴法師的經歷，帶入自己的人生中，去反省或思考自己是否在許多事情上不如證嚴法師的事，並加以檢討、改變。當然除了證嚴法師之外，也有提到慈濟方面，並且說慈濟雖然是佛教團體，但不分國界、宗教、種族，有需要的地方，慈濟都用一顆對世界奉獻的心去幫助他們，即使有不同的信仰、面容、教規，慈濟的作為都象徵了他們熱愛這個世界，並以實際行動去維護這個環境。

高于恩：

認識靜思書軒這堂課，讓我領悟到了幫助別人是一件多麼美好的事，而且靜思書軒這間教室真的是一個很棒的讀書環境，讓我能夠靜下心來讀這些書，吸收大量的知識。

韋克瑾：

我覺得今天的這堂課對我們可說是非常的重要。因為，這堂課教會我們做人處事的道理，也教會我們待人接物的重要性，像是：要如何幫助那些需要被幫助的人；說任何話之前先用大腦思考一下，才能說出來，不要造口業，真是非常有意義的一堂課，我們都非常喜歡，希望下次還有這個機會。

謝靜萱：

今天第四節的國文課改成到靜思書軒聽主任分享有關靜思書軒的事，聽到很多我不知道的事。之前在路邊常常看到證嚴法師的句子，很多店把那些貼在門外，應該是一些老店，那時候我不知道那是誰，現在聽了之後就知道了，還知道很多證嚴法師的事，以及靜思書軒的由來，是很好的分享。

謝尚均：

今天去靜思書軒參訪，我覺得法師幫助世界上需要幫助的人是一件非常有意義的事情，在未來我有能力也願意去做這樣的事情。然而世界上大多數人忙於學業、生計，根本沒有時間去幫助別人，世界列強為了自己的國家利益去打其他弱國，因此我認為法師的理念是很崇高的理想。

傅維欣：

這次的參訪令我感到獲益良多，主任認真的演講，令我印象深刻的就是「福慧床」。因為他的設計以及設計的原因，都是為了幫助難民，希望他們也能睡在床上，能舒服的睡覺。我希望未來我也能幫助別人，讓別人也可以和我一樣，每天開心。

李婉蓉：

今天靜思書軒的活動，讓我印象最深刻的事，是一個那麼小的弟弟，竟然比我們這些大人還厲害，出來跟大家宣傳要吃素、愛地球，讓我非常敬佩。

華紫雲：

聽完今天的介紹，我印象最深刻的就是主任所講述的親身經歷，這些故事都很平凡，但她都在傳達向善的人生價值，只是人生中的一次故事、一段過程，卻可以讓我們在其中發現正確的道路與價值，這可能就是生活中的禪意。

我們來說可說是遠離塵囂。讓我們全心投入菲律賓扶青團精心為我們設計的團康活動，對彼此有更多的了解和熟悉。一開始我以為我們溝通會有障礙，但扶青團的大哥哥大姊姊們也是總是用我們能聽懂的英文表達，更鼓勵我勇於和他們談天交流。

這幾天下來，特別感謝接待照顧我們的home家，他們不僅人都很好且熱情，一見面就給了我們的擁抱，知道我們英文不好，聊天時都特別選擇比較簡單的單字與句，之後的家庭日還安排各種活動，與home家相處的時光充滿溫馨，有那麼一刻，彷彿我們真的就像一家人。

這次旅程真的收穫很多，除了讓我們勇於用英文和外國人溝通，還學了一點菲律賓語，對於菲律賓和西班牙的文化有更多認識。真的覺得自己很幸運，有這樣的機會去親身體驗不同的文化，擴展國際視野，不再是被保護過度的溫室花朵，學會國際外交從自己做起。特別感謝家人的支持、學校的推薦和台北大稻埕扶輪社，尤其是一直支持景文的Teresa阿姨和帶隊Sharon阿姨，希望下次還有機會可以再去一次菲律賓。



九天的參訪行程似乎很長，但充實的旅程讓我們覺得時間過得飛快。第一天到達馬尼拉機場時，萬分激動的心情顯露在臉上，因為這次的參訪不僅是我們第一次去菲律賓，更是我們第一次出國。第一天的主要行程是當地的美術博物館和教堂，在菲律賓扶青團員的陪伴和解說下，我們對菲律賓被西班牙殖民過的歷史有更多的認識，因此畫家的畫風帶有16、17世紀的歐洲藝術風格或是西班牙宗教色彩，其中最令人最難忘的是一幅400年前的畫作，訴說著戰爭的殘酷、痛苦，栩栩如生令人能感同身受。

這次參訪的重點還有體驗學校生活，菲律賓學校的制度非常嚴格，與台灣最不一樣的地方，就是菲律賓的學生覺得上學是一種對自己的尊重，上課認真聽講是很重要的事情，尊重上課也是尊重自己，我覺得這個觀念十分值得學習。另外，我們也去參觀了育幼院和養老院，看到菲律賓各個面向，讓我有很深的體悟，應該要珍惜自己所擁有的。

參訪的行程中印象最深的就是去度假村的兩天一夜活動了，在度假村手機幾乎沒有訊號，對於依賴手機的



## 永恆的畫面

文 / 高三1陳品翰

有些關係，苦心認真，時時經營，卻如過往雲煙；有些往事，輕易度過，但驀然回首，竟歷歷在目，而埋藏多年的情感，當下是歡樂時光，如今驀然憶起，卻有股事過境遷的淡淡哀傷。

國中畢業的那個暑假，結束了惱人的會考，準備迎向高中生活的我們，相約前往北部的海岸遊歷。晴朗的天空、湛藍的海洋、溫暖的沙灘，一切是如此的美好。女孩們脫去鞋子，踩踏柔軟的細沙，沿著海岸線散步；男孩們則褪去上衣，在潮埔間沉浸於海水的沁涼，互相潑水戲弄，笑聲填滿整座海岸。最後，映照夕陽的餘暉，大伙們坐在堤防上，青春無敵，無憂無慮地揮動光腳丫兒，對著蔚藍的大海信誓旦旦，相約將來必要舊地重遊。

但是，上高中後，事情卻不如期待，每個人理所當然地結交許多新同學，也有了各自的生活，繁重的課業縮減我們之間見面的機會。時隔兩年，回想起當初的約定，只覺得那時的我們天真可笑，雖是如此，可是我心中卻不免暗自盼望，希望未來真能有契機實現約定。

時光冉冉，浪潮掙命地打向海岸，流水始終會離開陸地，人聚人散，花開有時，我了解過去的友情，終會褪色，現在的我們或許早已不能像當年一樣要好，每個人都過著屬於他們自己的人生，緣分無法強求，緣起緣滅，終歸無有，此刻，我回憶起那燦爛的日光、海天一色的美景、歡聚的笑聲，那永恆的畫面，珍藏於我心。



詹詠純：

今天參觀校園中新落成的「靜思閱讀書軒」，坐落在校門旁的書軒是全臺北市的第一間，暑假才完工，裝潢顯得格外新穎，特別令人想進去一探究竟。

一節課的參訪讓我印象最深刻的是那一張張藍白相間的桌、椅、床，本來以為那只是方便收納的桌椅而已，沒想到有個名字叫「福慧桌椅、福慧床」，而且獲得了不少獎項。由慈濟所設計研發的多功能福慧桌椅，不只是幫助救災的救難利器，就連活動場合也可以利用福慧桌椅輕鬆收納的特性，輕鬆布置。至於福慧床的由來是2010年夏季巴基斯坦發生水患，慈濟志工勘災時發現，一對父母用幾條木條撐起一塊布，勉強讓小女嬰有個安身的地方，這看似平凡的福慧床，身價一點也不平凡，曾在2014年獲得德國紅點設計獎之「最高品質獎」。福慧床協助受災民眾充分休息，也能同時調適心情，處理災難造成的心理衝擊。

李采璇：

今天利用國文課的時間，去聽朱主任演說「靜思閱讀書軒的由來與起源」。沒想到原文是臺北市第一間創立靜思書軒的學校，它的用途在於：建立良好的讀書環境，讓學生能在舒適的地方閱讀、學習，我覺得這是一個能讓學生更喜愛、更對讀書有興趣的策勵。