



今日磐石

杜寶晉題

發行者：天主教磐石中學
編輯者：今日磐石編輯室
社址：新竹市西大路六八三號

第 458 期
109年10月15日

109 學年度開學祈福禮 光與鹽＝愛和溫度



↑ 陳新偉神父於開學祈福禮以光與鹽的聖經福音，勉勵全體師生

友善校園宣誓



主耶穌希望我們都能成為地上的鹽，世界的光。光與鹽代表什麼，他們代表一種需要，每個人生命無法缺乏的需要。對我而言，那就是愛和溫度。

鹽的功用不論在那個時代，都是貴重的，凡食品加入鹽後，除了添加了味道，也保存新鮮。如此來看天主給了人一種和鹽一樣的貴重元素，那就是愛。鹽失去鹹味，就無用了。人如果失去了愛，愛也沒有了，生命不單沒有味道，我們的存在也失去了意義。

光是天主，萬有萬物，包括我們每個人，都需要光，但是，我們卻忘了，我們也需要天主。光是希望的象徵，是白白得來的禮物。天主給了我們每個人光的溫度，如果一旦人失去了光明，人和世界將會變得冰冷。

天主是愛，天主是光明，失去了，人和世界變得冰冷了！光和鹽的比喻，就是天主的愛和溫度。世上的光和鹽，總是會消失。所以我們需要天主的愛和祂溫度，即使我們失去生命時，我們的靈魂依然存留著這份愛和溫度。

老師們，同學們，我們什麼都可以沒有，但是卻不能缺乏光與鹽，失去天主的愛和溫度。

陳方濟校長 開學典禮勉勵全體同學

高三—破釜沉舟，勇往直前
高二—慎思明辨，捨我其誰
高一—篤志力行，日起有功
國九—真積力久，盡其在我
國八—誠意正心，與人為善
國七—趨向鼓舞，共進樂學

立足磐石 放眼國際 擁抱世界

本校與美國箴言高中自 109 年 6 月締結為姐妹校，現在更是聯合開辦雙聯課程。



新竹市磐石高中 美國箴言高中

臺美雙聯學位

三年在台完成美國高中學位
學費與申請入學方式友善

外籍師資進行教學
畢業保送至全球百大名校就讀
#提升英文學習
#豐富學習歷程
#增加國際競爭力

立即線上報名
GO →



大學學時(分)課程(AP)優勢

1. 學習進階大學課程知識與內容
2. 與大學教授合作進行各項科學計畫、論文、專利、發明、競賽等學習。
3. 取得正式國內外大學學時(分)證明
4. 於進入國內外大學可申請抵免大學學時(分)(依各校規定)

學生於畢業時
可取得台灣高中畢業證書、美國箴言高中畢業證書，及四門大學學時(分)證明。

備註：大學學時(分)抵免依據申請抵免之國內外大學有最終學時(分)核定權(如依學分數、科目名稱、授課大綱等)

畢業條件

1. 完成指定14學分課程含4門大學學時(分)課程(AP)
2. 各項學業成績達到畢業標準



美國箴言高中
意向調查表



美國箴言中學



美國箴言高中
意向調查表



課程諮詢
0973-700-516

美國校本部Wisconsin網頁：<http://www.lwlhs.com/>

上海分校網頁：<http://www.lw-school.com/> (上海校名簡稱為美高)

學校背景

美國箴言中學(LWLHS, Living Word Lutheran High School)，位於美國威斯康辛州Milwaukee，隸屬於全美最具影響力的私立教育系統—Concordia協和教育系統。Concordia協和教育系統下屬有10所高中及研究所、博士班，近200所中小學，系統內部共用教育資源。該系統在亞洲也有著深遠的影響，曾出資創立北京協和醫院。協和教育系統在亞洲的歷史源遠流長，建立於1917年的北京協和醫院為協和教育系統在中國成立的首個教育機構；位於上海浦東金橋的上海協和國際學校(CISS—Concordia International School Shanghai)已被公認為協和教育系統在亞洲設立的最成功國際頂尖學校典範之一。



美國中北部高等學校協會(NCA)
路德教會協會 (Lutheran School Accreditation Association)
雙認證

目前除上海分校之外，2019年於蘇州規劃2022年續成立新分校。LWLHS美國校本部以及上海分校升學表現亮眼，校本部學生分別直升美國芝加哥大學、西北大學、威斯康辛大學(Madison)、紐約州立大學、加州大學、德州大學等名校。

上海分校於2016年首屆畢業生31名全部申請到美國排名前100的世界名校(包含美國、加拿大、澳洲、中國)，60%學生被美國排名前50項大學錄取。



2020年於台灣先後與國立政治大學附屬中學、台中衛道中學(全台灣頂尖高中)等院校建立合作。學生可在台灣合作高中於三年期間完成LWLHS高中課程，取得LWLHS高中學時(分)、學位。

- ▶ 2016-2019屆畢業生全部申請到全球排名前80的世界名校
- ▶ 2019屆65%畢業生被美國排名前50名的世界名校錄取
- ▶ 55%的學生拿到四年八萬的獎學金

- 一、學費：三年總學費另公告
- 二、申請費200美元(如申請未通過將全額退還)
- 三、大學學時(分)費區分國內大學與國外大學學時(分)
 - A. 國內大學為2,250元/學時(分)，一門課三學時(分)為6,750元，12門課總費用為27,000元
 - B. 美國大學為700美元/門課(三學時(分))
 - C. 美國暑期研習約三至四週含正課學時(分)費用約5,000美元
- 四、教材費：按學校指定教材統一自費購買
- 五、學生於學習期間其權利義務比照校本部學生，具有LWLHS學生證、學時(分)、成績單，並於完成學位後可取得LWLHS高中學位證，學生也可依意願轉至校本部就讀。

*學費不含申請費、大學學時(分)費、赴美研習交通/食宿、教材費等費用，另美國大學/高中平均每年調整學費約3-5%。
*美國及國內大學學時(分)之費用依當學期/年最新公告為主。

申請要求(中英文)

1. 書面審查：個人申請書、簡介、自傳、未來規劃(500字)
2. 英文成績：TOEFL、IELTS、TOEIC、英檢成績或通過英文面試
3. 國中在校成績
4. 會考各標示總分



畢業出路可選分

1. 國外升學
 - (1) 全球頂尖名校申請：畢業生依個人意向及規劃申請特定全球頂尖名校。
 - (2) 英美加澳等名校保送錄取：保送錄取至美國箴言高中戰略合作名校如美國、英國、澳洲、加拿大等名校。
2. 國內升學
 - (1) 國立大學
 - (2) 私立大學(四年學費40-50萬)
 - (3) 美國Kansas州大學4+0
 - (4) 美國伊利諾理工大學2+2 (全美Top 100/全球Top 300)
 - (5) 美國普渡大學2+2 (全美Top 57/全球Top 114)



課程諮詢
0973-700-516

福衛五號

小論文參賽心得



NAR Labs 國家實驗研究院
國家太空中心 主辦
National Space Organization

2020福衛五號

衛星影像應用小論文競賽

普一忠 楊本柔
普一忠 林庭好
普一忠 陳永儒

普一禮 倪柏寓
普一禮 林子馨
普一禮 包兆茗



新竹地區露營地法規議題
及環境開發的探討



利用福爾摩沙衛星影像
判釋新竹五峰鄉之崩塌地



普二愛
楊本柔
林庭好

從準備小論文時，就和組員們、指導老師投入很多心力，每週二晚上在社會科教室中討論，連續兩個月，並趕在五月底送件，送件後又是漫長的等待。原以為沒有通過初賽，十分沮喪，但後來接到通知，我們和另一組參賽者獲得了全國決賽的資格！

決賽將在科學園區的國家太空中心舉行，參賽者須準備十分鐘的簡報，並與評審教授進行五分鐘的答詢。還好我們有超強的聖傑老師，每天訓練我們的口條及進行模擬問答。在期末考後四天的密集訓練，每天都在圖書館修改簡報內容，我可憐的暑假又去了一半，好傷心！



天地寬闊、壯志遨遊

◎陳慶圓 (普二禮)



第一次聽到壯遊，只覺得有趣：「什麼是壯遊啊，也太鬧了吧～」我們互相嘻笑，此時老師又補了一句：「可以申請一筆經費、免費跟好朋友出去玩十天呦！」好朋友們互看了一眼……去！於是我們號召了幾位同學，最後總共五位成行。

一開始並沒有很當真，企劃送出去了也覺得只是一場夢，但沒想到這個夢成真了！通過企劃之後，下一步才是我們真正的考驗：我們先和家長們開了一場會議，面對所有家長的問題，我們必須一一回覆，給予他們滿意的答覆，若真的有不不足的地方，我們得在一個月內搞定這些問題。



↑ 台東初鹿牧場



↑ 關山米國學校



↑ 關山米國學校



↑ 行前家長說明會



↑ 關山伯朗大道合影

實用小論文競賽



↑ 照片：黃聖傑老師、陳永儒同學、林庭好同學、楊本柔同學、王進瑞老師

普二仁
陳永儒

這一次的比賽經驗真的是收穫滿滿，除了讓我面對報告能更有信心之外，也累積了許多做小論文的技巧。

當初想參加這個比賽的念頭僅僅是因為小論文的題目跟大致上的架構已經完成，而原先要投稿到中學生網站的小論文題目還沒訂好，再加上時間不夠充裕的關係，因此才選擇參加這個比賽。但原本以為有方向跟架構就能比較輕鬆，但當實際體驗後才發現其實是有一定的難度的。

印象中花費時間最多的就是蒐集資料並整理的部分。為了蒐集資料就參考了非常多網站，之後還要利用 excel 製作成表格，實在非常麻煩，常常都做到半夜才去睡覺。段考過後，聽到我們進入決賽後真的很開心，辛苦終究是值得的。

進到決賽又是一段辛苦的路程，為了正式報告時不會怯場，每天都要反覆的練習報告內容，過程中老師也會糾正我們的壞習慣，這也是為了讓我們的報告更加的完美。

到了比賽場地後，看到各隊都老神在在的，絲毫沒有緊張的感覺，也讓我覺得不能輸給他們，再加上反覆的練習，這也讓我們在報告中沒有感受到任何的壓力，非常順利的完成報告。

而這次得了第三名真的很感謝一路幫助我們的進瑞老師跟聖傑老師，還有跟我一同製作這份小論文的同學，

比賽當天，我們早就在會場準備，老師提醒應答的重點，還擔心我們會不會忘詞。終於輪到我們登台了，庭好的開場非常自然、逗趣，接棒的永儒也能侃侃而談，回答衛星影像的分析與統計，最後由我收尾也能準時完成簡報。評審都是國家太空中心的專家，還好先前在密集訓練中已模擬，也能毫不膽怯地回答教授們的提問。或許因為

普二仁
包兆茗

這一次是我第一次參加小論文的比賽，所以讓指導老師和曾參加過小論文製作的兩位同學都必須多花時間在教我。

而在這一次也很榮幸得到去國家太空中心與其他學校競賽，不過在準備的過程中也遇到了一些困難，有一次我們因為要寫的方式不同導致完全沒有進度，最後被老師給罵了一頓才把進度趕回預定目標。

在準備演講的時候也因為原本要練習演講的時間不夠，表現不好導致被老師罵的次數不少，不過最後還是成功的把演講做到自己與老師滿意的階段，可惜的是在比賽時我們用的是時間到自動換下一張，但是一開始似乎沒激活到，所以浪費了大量的時間導致我們沒有演講完，但是這一次也是難得的經驗，下一次一定不會再犯。

感謝帶領我做小論文的兩位同學，如果不是他們的協助別說做完小論文，連做完一小段可能都有問題，也感謝指導老師幫助我們很多，每次都扮黑臉嚴肅指導我們，不然我們可能最後沒辦法做到最好，最後感謝家人給與我非常大的鼓勵，雖然沒拿到前三，不過在這過程我學到很多東西。



我們勇敢、組員絕佳的默契，最終我們獲得了第三名的佳績、而另一組也獲得創意獎（第四名）。感謝指導老師王進瑞老師以及黃聖傑老師，協助我們能如願以償，這段時間的努力也值得了。也非常謝謝桂蘭主任常到培訓現場打氣。老師們辛苦了！



↑ 出發前與校長合影



↑ 池上穀倉藝術館

生命之旅

◎補資三忠 莊欣媛

Three trips alone



一個人的旅程或許覺得孤單寂寞，或許覺得自在享受，可以有各種感受，而永遠只有自己最清楚那是什麼樣的感覺，喜怒哀樂都表現在自己的臉上，只是想用什麼樣的方式去享受這一切。

其實自己也不清楚為什麼會開始想要來趟獨自旅程，可能是心慢慢打開的關係想要外出了、可能是待在家太久過於無聊，可能就只是單純想要去我想去的地方，就因這些種種的不確定可能性開始了這幾趟旅程。

也因為這樣我開始慢慢會搭火車、慢慢會搭捷運，慢慢會看地圖（就算手機沒有網路），也在想去的地方事先做了一點小功課，什麼都自己來，覺得自己真的越來越獨立了呢！

第一趟（台中勤美—綠園道）

首先本來沒有要去的，因為看到咻咻雄限時迷泥泥很搶手一下就被掃光，但最終不知道什麼原因讓我又開始有想去的衝動！

坐上火車，總是喜歡坐在火車窗邊，因為可以邊聽著音樂看著沿途的風景，能感受到腦袋暫時休息，心也慢慢開始靜了下來，一切都變得好寧靜，實在很喜歡這種既平淡又舒服的感覺。

到達台中勤美，看著自己事先做功課的地圖，一臉很茫然還是不知道該怎麼走，就這樣不斷在台中車站繞來繞去，越繞越遠，最終決定去找超商，先確認自己目前所在位置，才得知原來自己已離目的地越來越遠，真的很瘋狂呢，開始重新定位再出發，最後慢慢回歸到勤美的路線，走了四十幾分鐘，全身爆汗，最後看到勤美的建築物，心裡真的非常開心，一切的疲累都值得了，雖然走了很久，但往好處想自己在過程中更認識了台中這個地方，其實也不錯！

進到了勤美，認真覺得自己來到了天堂，雖然就只不過是個百貨公司，可是就覺得給我特別的感受，真的好漂亮，開始從一樓慢慢逛，然後接續二樓來到了誠品，以為就只是像巨城一樣只在一塊地方，但它卻占整個樓層，覺得很不可思議，仔細回想自己真的在那層樓逛了好久，滿滿的書香香味，尤其最近又愛上讀勵志書籍，因為帶給自己不少力量，重點我看到了專輯，慢慢翻到了自己很喜歡的樂團「南西肯恩」的專輯，買下了我人生第一次親手買的專輯，心中很雀躍，最終就開始找來到勤美的目的，看插畫展，買了很多商品，真的很可愛，也拍了好多張照片。

出來了勤美，那時已接近傍晚，去了對面的綠園道坐著休息，整理包包裡買的各種東西，收穫滿滿，看著眼前的綠油油的大草原，還有照亮著自己的耀眼太陽，我終於感受到什麼叫做真正的快樂了！

真的很感動呢...



第三趟（台灣博物館—石尚恐龍餐廳—台北101大樓）

如果要說實話為什麼會有這趟旅行，那真該感謝有藝 FUN 卷的贊助，因為有了這張券我才找到石尚恐龍餐廳這個地方。

依然坐著火車坐在窗邊聽著音樂看著沿途一變再變的風景，到了台北車站，已經越來越上手，走到了恐龍餐廳，抵達了目的地，一進去不是直接看到餐廳而是一間博物館，得知原來恐龍餐廳在博物館二樓，一上樓，先是聞到很香的味道從餐廳裡撲鼻而來，坐下來點了餐，看著眼前的恐龍展，心裡非常的快樂，像是來到自己的小天地，吃完了餐點，開始準備去參觀博物館，真的很興奮呢～看到好多可愛的恐龍，其實也不知道自己為什麼那麼喜歡恐龍，雖然它絕種了，想想或許是喜歡它的個性吧，夠兇夠猛，帶給我一種天不怕地不怕的感覺，它像個守護者，保護這世界，真的很偉大呢！

拍了百張恐龍照，不想錯過任何一個小小細節，很仔細地拍出恐龍最閃耀的樣子，途中也看了牌子上敘述恐龍的介紹，有句話讓我印象非常的深刻，它說：「身為「智人」的我們，應當了解讓地球成為一個「生態博物館」，我們才能持續生存，而每個人都是這場保育行動的尖兵，並把這座生態博物館交給下一代和他們的下一代，不要等三百年後才在博物館裡面看到「過去的地球生態」。」

接著來到了我依然也很期待的台北 101 大樓，此生第一次，只能說覺得自己像來到一座城堡，然後我是位華麗公主，美到真的感受到眼睛在發光，好漂亮！進到 101，真的大到驚人，去看了導覽圖，最後逛到剩下一個手扶梯前，發現了一個網美拍照花園，還有椅子可以坐在那邊休息，坐了一陣子，欣賞眼中的一切，真享受，真美好，真自在！之後上了最後一個手扶梯，抵達了前往觀景台，沒有去看是因為需要一個人幫我拍美照，但我是獨自旅行，所以最終就下手扶梯啦！

第三趟（台北華山1914文化創意產業園區）

最後一趟旅程，有點捨不得，還想再多坐幾次火車到達別的我想要去的地方。再次坐著火車插上耳機開始等待到台北的那一刻～

下站出站出口，看著外面下著暴雨，心裡突然感到很失落，有想要放棄這趟旅程的念頭，但最終我還是出發了，畢竟都來了！雖然有撐傘但還是全身濕，慢慢到達了目的地，相當開心。

進入免費市集逛裡面的商品，發現有好多自己很喜歡的東西，但價錢有點可怕，不斷拍照，記錄自己有來過，逛了好一陣子，買了些東西，之後去別的地方逛，繼續拍著照片，很有文清風的一個地方，值得再來一遍，原想看「西班牙奇幻攝影大師-尤傑尼歐特展」，但因為有些原因而最終沒去成，很可惜。

之後也逛了附近的三創生活園區，一樣拍了些照紀錄來過這地方！

心得

這三趟的突如其來獨自旅行，真的讓我感受到非常的自在，而且心也打開了許多，看開了很多事，不再一直拘泥於小細節，感受到原來自己一個人旅行其實一點也不會感到任何一點孤單，因為當你有一個確定的目標想要去完成，你根本會忘了那份孤單感，也不會在意旁人眼光是怎麼看待你這個人，會特別享受那過程中的所有美好，而也慢慢認識了真正的自己，腳步慢慢放輕，看著周遭的人事物，心裡也變得清靜許多，腦袋也暫時感受到真正在休息，一切都好平靜很舒服的感覺。喜歡獨自旅行的自己，一直都沒有真正去嘗試做過，這次我終於做到了，雖然過程相當辛苦，有時會覺得有些無力感讓你很想要放棄，但當自己真的做到了就會覺得根本沒有想像中那麼的困難，反而會得到很大的成就感！

很開心因為這三趟的旅程，讓我終於感受到什麼才叫作真正的「快樂」，真的很感動，已經不知道多久沒有那麼快樂過了，我終於解開心中的鎖，去感受這世界，很享受一個人的時光，不需要跟著別人的步伐去到自己根本不想去的地方。這趟一個人的獨自旅行真的無可取代，真的很開心原來我也可以這麼的獨立呢😊



看見紙頁的光 108.11.17

穿梭在街道與街道的森林
每天清晨我依然努力打開心窗

看看悠悠雲彩的抒情
以及浪漫思想的風
我的筆是風裡的舟楫
於是漫溯在新詩的流域

我把每一詩句
還給寰宇中的萬物
讓詩在愛的鐘擺下迴盪
也還給靜默的自己

寫給永遠的舞者劉真
109.03.26

有一種感覺……
如果我們未曾相遇
生命或許
就不會這麼富具精彩
如輕影妙姿，舞動人生

可惜，你我祇是天地間
短暫停留的過客
來去太匆匆

歲月摺疊成詩頁
像風掠過青潭
久不得，不得如明鏡心如蓮
是船划過的波紋



輔導中心 | 活動成果

活動名稱 | **109 學年度第一學期
高關懷學生校外生活輔導
職涯探索活動**

活動日期 | **109 年 9 月 24 日 (星期四)**
早上 9:00 至下午 16:00

活動地點 | 新竹救國團 208 教室 (新竹市演藝路 23 號)

主辦單位 | 學生校外生活輔導會

輔導老師 | 輔導處陳志蘭老師

參加人數 | 5 人

講 師 | 早上：主講師 - 高映雪、
助理講師 - 朱雅鈴、助理講師 - 高念安
下午：主講師 - 張東賢、
助理講師 - 黃天賜、助理講師 - 李富安

日 的 | 防制學生藥物濫用諮詢服務網絡方案第
四次高關懷學生職涯探索體驗活動課程

活動照片 | 認真投入



歸檔日期：109年9月25日
歸檔人：輔導教師 陳志蘭

活動名稱 | **109 學年度第一學期
職三電機科學生備審製作教學**

活動日期 | **109 年 9 月 18 日 (星期五)**
下午 13:10 至下午 15:00

活動地點 | 電三忠、孝教室

主辦單位 | 輔導處

輔導老師 | 輔導處陳志蘭老師

參加人數 | 職三電機科全體學生共計 102 人

講 師 | 明新科大電機系教授 2 人

日 的 | 以大學端需求人才角度適切指導職科高三學生備審資料準備
及口試演練

活動照片 | 電三忠



歸檔日期：109年9月19日 歸檔人：輔導教師 陳志蘭

活動名稱 | **109 學年度第一學期
職三機械科學生備審製作教學**

活動日期 | **109 年 9 月 18 日 (星期五)**
下午 13:10 至下午 15:00

活動地點 | 機三忠、孝教室

主辦單位 | 輔導處

輔導老師 | 輔導處陳志蘭老師

參加人數 | 職三機械科全體學生共計 102 人

講 師 | 明新科大機械系教授 2 人

日 的 | 以大學端需求人才角度適切指導職科高三學生備審資料準備
及口試演練

活動照片 | 電三忠



歸檔日期：109年9月19日 歸檔人：輔導教師 陳志蘭