



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 474 期
113 年 4 月 20 日

左起劉建民議員、彭清宏校長、陳方濟校長、莊若瑟神父



陳淑婷老師指導電子繪本



磐石中學&尖石國中 友愛環保結盟精進英文

撰文 2024.3.20 桃竹苗特派員 何高祿 / 攝影 / 報導

竹市磐石中學及竹縣尖石國中兩校為推動環保教育，於20日舉辦電子英文環保繪本教學及環保志工分享會，希望藉由由陳淑婷老師指導的電子英文繪本，英文電子書協同教學及環保小尖兵分享，將環保愛地球的心實踐在生活中。

竹縣劉建民議員指出，尖石鄉的美景吸引大批遊客，促進了觀光產業的收益但也留下許多垃圾，環保的實踐若從教育扎根才能發揮最大效益，並期許「雙石環保計畫」能拓轉到社區中。

整個活動中，最令人感動的是磐石高三李同學的分享，她在去年經歷了大車禍，多次開刀

住院的苦悶日子，因老師傳的自然美景，使得壓抑的情緒獲得釋放，並發願康復後，要為環保盡一份心力。磐石中學生命教育中心主任駐校神父莊若瑟說，磐石的同學都很有愛心，只要給同學們行善環保議題，都表現非常窩心，相當難得。

除了環保議題，磐石陳方濟校長也推動「善」的循環，希望大家也注重心靈環保。尖石彭清宏校長對於兩校「保護自然棲息地雙語計畫」有更多的期許，在推動環保的同時，學生的英文也可以精進。



原文網址

心得感想1

撰文 生命教育中心 黃淑雯組長

初次踏訪尖石國中，有種寧靜之美，使人心曠神怡；有幸能與學校的師生一起至尖石國中進行交流，一進到校園即有學生熱情主動的與師長們打招呼，感受到尖石孩子們的熱烈歡迎，藉此也直接拉近了「磐石」與「尖石」兩所學校的距離，尖石的孩子縱使是看見陌生的臉孔，卻仍然笑臉迎人，學生的禮貌令人難以忘懷；而尖石國中校內建築大樓的命名來源，在師長的分享下令人動容，卻也增添學生「以校為家」的歸屬感。

透過本校陳淑婷老師指導的電子英文繪本，偕同本校環保小尖兵同學的分享，將環保議題融入課程活動，讓尖石的學生在課程中學習到更多不一樣的知識，但願透過課程的傳達，每個學生都能環保愛地球，為自己生存的環境盡一份心力！

莊神父關懷學生學習狀況



綜合座談

心得感想2

撰文 生命教育中心 吳玫萱組員

這次和尖石國中合作的「保護自然棲息地雙語計畫」課程非常的有趣且富含教學意義，第一節課淑婷老師先教導學生們什麼是SDGs15，讓學生們能理解接下來課程所要傳達的內容，接著淑婷老師開始向學生們講解如何透過平板製作電子繪本，淑婷老師也將自己製作的繪本給學生們看，讓學生當作參考範例，繪本的主題以「提升對尖石環境保護的意識，並探討在日常生活中可採取哪些行動」作為創作題材，學生們對於這樣製作繪本的方式都很感興趣、覺得很新穎。

第二節課由雅蘭組長和環保志工們向學生介紹我們日常校園生活中可以如何去維護、友善環境，透過小尖兵平日維護校園的實例分享，讓學生們對於愛護環境能有更深切的體悟與感想。

磐石校園

榕樹爺爺

移除祈福



113年4月3日，一早7點58分，台灣發生了芮氏規模7.2的大地震，這一震，讓陪伴師長、學生數十年的榕樹爺爺受傷了，因為榕樹樹根基淺，以致於地震

過後，造成榕樹歪斜，會危及建築及師生的安全，經過學校的謹慎評估後，須盡速移除...

這棵榕樹乘載磐石人許多的回憶，謝謝榕樹爺爺的守護及陪伴，讓我們的孩子可以在展現青春活力，流下汗水後，能在你的羽翼下乘涼，成為我們的庇蔭；我們透過神父的祈禱，用滿心祝福的心送走榕樹爺爺，但願這份守護，可以遍及到台灣這片土地，使得災情減少，為人們帶來平安。

青青校樹

因地震傾倒的半百榕樹

撰文 吳宗良 老師

我剛從南方北漂而來
你迎新初踏上講臺的我
曾經你來過如我
相識三十七年後
上溯與連結
當我即將遠離
你還會再來校園嗎
風城歸人過客
升旗降旗朝夕相伴
日出到暮色
陽光太豔

索性躲在你大傘蔭蔽
滿滿的愛這樣經數十年

神父唸完經文傳油灑聖水
已在進行最後的告別
我在三樓祇敢默默遠望
永遠屬於上帝的愛
回到開始的首一
是培育也是雕塑和昇華
再以另一種形式

食

教育的最佳夥伴

廚房與烘焙部

十年有成

撰文 衛生組 劉雅蘭 組長

家長委員美芳與廚師廚工合影



提供日本雲雀丘學園高校午餐



郭騰元先生飲食教育分享



磐石廚房及烘焙部經歷10年，成為磐石不可或缺的好夥伴，時時要為食安把關，也要盡力滿足師生挑剔的味蕾，更要協助「飲食」教育的推廣。112學年度正值學校60周年，廚房也配合相關活動，提供許多服務。

剛開學的新生家長座談會，烘焙部贊助了200份檸檬蛋糕分享給與會家長，許多家長表示，孩子反應高中的午餐比國中時還好吃；烘焙部的點心很受孩子喜歡。然而，面臨接踵而來的社會食安問題，廚房也以戰戰兢兢的態度面對，在每個月的「食品安全考核會議」及衛生局上下學期各一次的突然訪視中，必須不斷受到檢視及要求，甚至在去年12月通過食品安全管制系統（HACCP）認證，它從人員、食材與流程方面，檢驗標準相當嚴格，且評鑑認證2年後重新審查，此認證要維持實屬不易，然而磐石廚房總能達標。

也感謝美芳家長委員、學校食品考核委員為孩子們飲食把關，共創健康的幸福學習環境！

廚房贊助聖誕節禮物



園遊會設攤好吃食物立即售罄



環保小尖兵



以下是小尖兵這半年多來學生心得分享：

施比受更為快樂——甘心樂意

撰文 衛生組 劉雅蘭 組長

這個學期，校長在校園推動「善的循環」，藉由每天發現並記錄師生的好表現，再將其擴散到校園其他角落，除了期待有更多的學生加入志工行列，體會「施比受更為快樂」的真諦，更希冀校園成為以善為名的堅固磐石。

在校園中有許多默默服務的志工學生，配合學校的各種活動而能甘心樂意的在學校做服務學習。此次校刊，我們先採訪「環保小尖兵」。他們最主要的任務是協助衛生組維護校園環境的衛生安全並支援學務處的活動。去年9月從10位電機、機械科二年級學生組成，時至今日，小尖兵人數已增至30位。

電二孝 洪士閔

從我當小尖兵起，參加過各式各樣的活動，包括園遊會、運動會、還有日本雲雀丘學園高校師生參訪。在這些活動中我都是扮演工作人員的角色，不管是什麼活動，總需要有人為環境做維護。

記得去年九月剛開始做小尖兵時，由於許多新生不知道怎麼把廁所打掃乾淨，劉組長要我們利用午休或打掃時間提供協助。學弟妹說：學長，你們為什麼很快就可以把廁所打掃乾淨？我回說：甘心樂意、熟能生巧罷了！這也是組長一直告訴我們的，邊服務就是邊學習，很多事情自可順利完成，也是積累功德。

可以在活動的背後這樣默默的維護環境，即便沒有人記得，即便沒有參與到有趣的活動，只要看到因我們維護的乾淨校園就很開心。

電二孝 鄧竣仁

12月的聖誕節活動，最主要的工作是校園環境的維護，其中，我最開心的是幫學校及廚房發禮物給各班同學。當時有好幾十籃禮物要發，我們跟著聖歌團一起去國中部，再回到高中部，看到那些同學聽到好聽的音樂及拿到禮物快樂的模樣，我的心情特別愉快，原來自己付出一些勞力就能感受大大的快樂！

3月2日竹北
新月沙灣淨灘



何義凡老師帶著同學
整理掃除用具倉庫



機二孝 洪碩甫

我每天的職責就是在回收場協助分類垃圾。回收場的分類工作看似簡單但實際上需要細心的去分類，每一種垃圾都有特定的處理方式，都需要進行嚴格的分類和處理，這不僅是為了環境的安全衛生，更能有效的減少資源的浪費和污染。

值得一提的是，原本上學期一個月回收車來收2次，因為我們將紙容器等疊起來，寶特瓶、鋁箔包確實壓扁，增加了回收槽的容量，因此，回收車這學期一個月來一次，有做到環保的功效。經過這次的回收分類讓我更加明白了做好回收分類能有助於環境的永續。

垃圾再
分類



趙思天老師
協助小尖兵
整理園遊會
回收物



協助清除
回收物



例行性
整理回收槽



機二孝 呂宏裕

在回收場，我們看過許多亂象：班級垃圾沒有分類，還有一些沒洗乾淨的紙容器，發臭未清理的寶特瓶，以及沒喝完、沒壓扁的鐵鋁罐，更過分的還有整袋的廚餘及一般垃圾直接丟進回收內。知道是哪個班級的垃圾，我們也會請他們拿回去做處理再拿來回收；那些不知道是誰亂丟的發臭垃圾，只好由我們默默整理。當小尖兵後，我知道該怎麼處理垃圾，也知道處理垃圾的辛苦，因為讓回收場乾淨整潔是我們的職責，但是，我更希望每個人做好垃圾分類，校園環境會更美好，每天來學校心情也會很好。

機二孝 蕭棋睿

大家印象一定很深刻，園遊會完後有大量的回收、一般垃圾要處理。我們十幾個小尖兵輪流處理全校的回收及垃圾，因為大家分工合作一起完成，蠻有成就感的。

其實當天，我們只有半個小時吃中餐並休息一下，其他的時間，我們不是在回收場、子母車旁分類，就是在收籃球場邊及廁所的垃圾。同學們回家後，我們留下做最後整理才離開。

雖然我們沒有參與園遊會的活動，但是，我們是整個活動不可或缺的一群，也感謝夥伴們一起合作及分工，把任務完成。

機二孝 龍聖捷

在回收場待了也有超過一個學期了，看過許多不遵守回收分類的人，這些人常常使我非常頭痛，我只希望學校不斷宣導垃圾分類的重要性，並從每個人做起，以後別再出現這種沒公德心的舉動，這樣才能讓學校變得更衛生、更好。

每當回收車來收垃圾的時候，我們都會協助劉組長一起整理回收槽，並配合卡車的清運。嬌小的組長都會顧慮我們的安全帶我們一起整理，有時候趙思天老師也會一起幫忙。看著老師們都不畏髒亂積極整理，我們也跟著學習，將來還要帶著學弟妹一起守護校園的整潔。

機一孝 李紹銘

每星期一、四早自修清運一般垃圾的時候，士閔學長會帶著我們將子母車排好，並等待清潔公司將一般垃圾清運。有時候，我們會遇到一些難題，組長會讓我們想一想怎麼解決才好。例如：只要有重大活動或大掃除，4個子母車一定裝不了那麼多各班清出的垃圾，後來我們想到暫時可以用太空包先裝好，這樣就可以解決溢出的許多垃圾，並等待清潔公司來時再清運。

資二忠 陳宣芸

淨灘活動之前，組長在行前說明會向我們科普一些淨灘的重要性，經過這次的淨灘活動，我也學習到了很多海洋的知識，也知道其實海洋動物隨時都處於危險之中，所以我們平時可以去淨灘、或是參加環保志工.....等等，都是保護海洋動物的行為。我自己也很喜歡鯨魚，很想瞭解，但在瞭解的同時也要保護著牠們。

機二孝 黃文忻

組長說小尖兵是做服務時數及表現好領取嘉獎的，是要經過篩選而不是來銷過的。我才知道當小尖兵是有門檻的，想到我高一時懵懵懂懂的犯下幾個過跟警告，要成為小尖兵還是得先把過銷掉。組長還是鼓勵我先把過銷掉，再讓我跟小尖兵一起出任務。其中，我覺得淨灘是個很有趣的活動，不過看到沙灘上的那些垃圾幾乎都是塑膠類、寶特瓶這種不易腐爛的人工垃圾，更讓我明白環保減塑的重要性，以後要更積極的減少使用一次性塑料瓶，為地球盡一份心力。

運動會
協助清點
餐盒小尖兵每周
聚一次，討
論新任務及
注意事項運動會
搬運桌椅環保
小尖兵
繪本組手腦並用
的聖誕點燈
布置

電二孝 鄭鈞浩

看到班上幾位同學當環保小尖兵，可以出公差且可以貢獻心力，於是我也躍躍欲試！去年12月我的第一份任務是聖誕點燈佈置。為了聖誕點燈這個重要儀式，我們班的小尖兵付出了不少時間，整理舊的燈飾，不亮的燈泡在王柏智主任引導下，一顆一顆的亮起來，這是身為電機科的就感。看到活動的順利，還有漂亮的佈置，我覺得一切都值得了。

電一孝 郭宇宸

平時，我的任務是星期一、四早修協助清運一般垃圾，然而，重大活動需要很多小尖兵時，我就會主動參與。最近一次的大活動是3月29日的全校運動會，我7點20分就和組員一起拿著掃除用具，跟著使用吹葉機的孫丞佑、張承侑學長，清除跑道上的垃圾或小枝條。活動進行時，我們會分成幾個小組，輪流巡視運動場並將看到的垃圾清除乾淨；中午時，我們協助清點教職員工的餐盒及廚餘的回收；賽後，檢查是否有人為垃圾遺留在場上並予以清除，也協助桌椅的搬運。整天的任務雖然很累，且無法參加任何比賽，不過，小尖兵的職責不也是一種參與運動會的方式？

洪士閔(右二)
協助雲雀丘學
生用餐，雲雀
丘學生贈與糖
果以示感謝

資二忠 吳欣儒

這次是我第一次去淨灘，天氣不佳但是還是阻擋不住我想去淨灘的熱心。上車後開始分配組別與工作並規範不能去與不用撿的東西；下車後大家全副武裝拿起垃圾袋跟夾開始撿垃圾。途中我跟朋友有找到大輪胎並合力拿去回收。結束這次淨灘後我感嘆原來沙灘上有如此多的垃圾，希望我們這一次的淨灘能讓地球更乾淨。

電一孝 郭閔杰

去年10月參加小尖兵，印象最深刻的大任務是12月25日的校慶活動，那天真是忙翻了！我們7:00拿著掃除用具，跟著佳祐、士閔學長繞著校園走道，一路掃到獻堂館。即便前一天下午已先整理過環境，經過一夜，仍是會有垃圾、落葉要清除。校慶活動，我們協助講台桌椅、合唱架的排列及搬運，大型盆栽的整理，然後，再到高中部做園遊會的收垃圾回收，忙到了5點才回家。過程中，雖然要處理一些很噁心的垃圾，但是我們還是盡力做完，那些努力沒有白費，因為很有成就感！

普一仁 游云榛

我們有6位普科同學負責製作環保相關的繪本，平時只能利用午休討論及繪畫。製作繪本是一個激發靈感的東西。我們反覆思考人物，再慢慢拼貼成故事。我們開始設計每一頁的圖文排版，確保文字和插圖之間的平衡。在創作插圖時，要注意色彩、線條和排版，加上文字成了繪本。最後，透過校稿和反覆修改，確保繪本的每一個細節都漸臻完美。製作繪本是一個很耗時耗力的過程，但當你與大家走到最後時，一切努力的痕跡都是自己的。

資二忠 陳有辰

淨灘心得：淨灘當天，天氣陰晴不定，時不時還有雨絲飄落，不過這都抵擋不過我們想為地球盡一份心的熱情，跟著大家一起，讓這件事情變得更有意義，看著我們最後的成果，雖然說對地球來講這一點力量顯得微不足道，但能為地球盡一份心，是我覺得最有意義的事情，第一次淨灘成功！

曾 ○ 晴	國立臺灣師範大學	公民教育與活動領導學系
石 ○ 祐	國立宜蘭大學	環境工程學系
戴 ○ 媛	國立宜蘭大學	應用經濟與管理學系
蘇 ○ 羚	國立宜蘭大學	森林暨自然資源學系
何 ○ 羽	國立暨南大學	國際企業學系
江 ○ 靜	國立臺南大學	電機工程系
劉 ○ 廷	國立聯合大學	機械工程系
江 ○ 靜	中原大學	電機工程系
陳 ○ 榮	中原大學	電子工程系
楊 ○ 霖	中原大學	資訊管理學系
劉 ○ 妤	中原大學	資訊管理學系
徐 ○ 驊	中原大學	資訊管理學系
傅 ○ 淡	淡江大學	企業管理學系
陳 ○ 晨	輔仁大學	音樂系
趙 ○ 雅	東海大學	國際經營與貿易學系
吳 ○ 珏	逢甲大學	會計系
陳 ○ 筠	逢甲大學	財務金融學系
彭 ○ 綸	靜宜大學	企業管理學系
吳 ○ 甄	靜宜大學	會計系
周 ○ 妤	靜宜大學	資料科學暨大數據分析與應用學系
李 ○ 駿	靜宜大學	資訊管理學系
陳 ○ 謙	靜宜大學	資訊管理學系
楊 ○ 菱	靜宜大學	財務金融學系
林 ○ 澔	靜宜大學	財務金融學系

IC 音樂節

磐石中學 IC之音

學用接軌

**讓16-18歲的孩子，
四十年的自己經過**

讓有音樂天賦的，發揮所長，開創自己



導教學真正從死神手上搶救身邊的人，還有腦血管疾病為111年國人10大死因的第5位，在台灣平均每10分鐘，就有1人發生腦中風，雖然不能完全清楚疾病，但至少能掌握，當無法完成「微笑、舉手、說你好」動作時，應立即撥打119求救，辨別腦中風徵兆謹記「微笑、舉手、說你好」口訣；微笑時確認是否有臉歪嘴斜，舉手時是否有肢體無力、說你好則是要確認是否突然說話不清楚，若有這些症狀，很可能是中風前兆。呼籲學生快速辨別腦中風的徵兆，記得「微笑、舉手、說你好」；如出現上述任一症狀，應即刻撥打119，並記錄發作的時間，於3小時內盡速就醫，把握黃金治療期，學生們皆表示若未來碰到需要使用CPR的時機，也會盡力發揮所學，協助傷者，「救人一命，人人都做得到，生命保障有你、有我，讓愛永不止息」！