牡中園地

♥發行人／郭瓊揚 校長　♥編輯／潘正中 老師　♥發行日期／109 年 9 月 28 日　第 004 期

師生心語

一次倒數的經驗

這個經驗對我來說印象超深刻，發生在今年五月的時候，當時我與合唱團的學長姐一同去台北「國父紀念館」表演傳統古謠。

一進到國父紀念館的表演廳時，遠遠的就聽到有人喊三、二、一開始!哇，雖然站在舞台上的不是我，但我能深刻體會到那種緊張肅殺的心情，老師帶領我們到休息室，那裡真的是寬敞呀~在休息室我們迅速換裝，就上到了那個主舞台，我只能說這是我人生中第一次站上這麼大的舞台,我激動的說不出話來，當我還很高興自己能站上這麼大的舞台的時候，倏地出現一位藝術總監(江湖人稱:鼓鼓大人)，他那充滿殺氣的眼神，瞬間讓我想逃離這個舞台，他上來第一句話就是叫我們表演一小段試試，他用一種犀利又冰冷的表情看著我們，然後喊三、二、一，正當他唸出三這個數字時，嚇得我差點屁滾尿流，幸好我還能唱歌;這次是彩排，正式表演要等到晚上，希望自己能安穩一點。

第二次彩排主要是大合唱的部分，還是好緊張，受邀表演還有其他團隊的合唱團，所謂的大合唱就是所有的合唱團一起演唱同一首歌，也是一樣倒數計時，三二一，這次我沒有早上彩排那麼緊張了，心情放鬆了許多，可能是因為周遭都是表演團體相互陪伴，壓力沒那麼大了，大家歡唱完這首歌，表演非常順利，台下熱烈的掌聲讓我覺得一切都值得了，這一次從舞台走到後台，跟前兩次下台的感覺完全不一樣，可能是因為後頭還有人為你掌聲尖叫，也有可能是因為將要離開這個舞台，心情既喜樂又夾帶些許不捨，但不管怎樣，這些畫面已經烙印在我的生命中，成了我永生難忘的回憶。

作者　九甲　王 婷

宣導與新知







近期諾羅病毒之傳染狀況不斷有傳染案例發生，校為防治群聚傳染之宣導重點如下：

健康知識 - 關於諾羅病毒

- ✓ 諾羅病毒:以前稱為類諾瓦克病毒 Norwalk-like virus（NLVs），是一群可感染人類引起腸胃道發炎的病毒。
- ✓ 感染症狀:主要為噁心、嘔吐、腹瀉及腹絞痛，也可能合併發燒、寒顫、倦怠、頭痛及肌肉酸痛。症狀通常會持續 1 至 2 天，之後就會逐漸痊癒。
- ✓ 傳染途徑：
  1. 食入被病毒污染的食物或飲水。
  2. 接觸被諾羅病毒污染的物體表面，再碰觸自己的嘴、鼻或眼睛黏膜傳染。
  3. 諾羅病毒只需極少的病毒量便可傳播，因此與病人密切接觸或吸入病人嘔吐物及排泄物所產生的飛沫也可能受感染。
  4. 諾羅病毒的傳染力非常強，可藉由排泄物或嘔吐物人傳人。有些人感染恢復後二星期內，其糞便內尚有病毒，仍然具有感染力。
- ✓ 正確清潔及消毒：酒精性消毒劑對引起腸胃炎的病毒殺滅效果不佳，須使用較高濃度的稀釋漂白水。稀釋漂白水前應穿戴手套、口罩及防水圍裙，稀釋的漂白水應當天配製並標示日期名稱，未使用的部分在 24 小時後應丟棄。

  1、環境消毒建議使用 1,000ppm 漂白水，配製方法為：
  (1)大量：【200cc 漂白水+10 公升清水中】
  （免洗湯匙 10 瓢）（大瓶寶特瓶 8 瓶）
  (2)少量：【20cc 漂白水+1 公升清水中】

  2、嘔吐物及排泄物建議使用 5,000ppm 漂白水，配製方法為：
  (1)大量：【1000cc 漂白水+10 公升清水中】
  （免洗湯匙 50 瓢）（大瓶寶特瓶 8 瓶）
  (2)少量：【100cc 漂白水+1 公升清水中】

校訊

1. 同學下課時分，總是非常吵鬧，期望同學可以再降低音量，最好是老師們請同學發表意見、想法時，能夠像下課一樣的聲量。
2. 近來，學校司機美貴阿伯、阿豪哥及貴香阿姨非常努力整理校園，請同學們下課時分，能夠靜下來欣賞校園的美，見到他們時說聲:謝謝。
3. 同學上課時，部分同學有睡覺的情形，及講話，干擾老師及同學上課，非常不應該，請多尊重課堂紀律。
4. 九年級第一次模擬考成績公布了，期望九年級同學多花些時間在課業上，為升上高中職奠定更好的基礎。
5. 各班級的公布欄已經完成，各班製作非常好，在此謝謝班級導師及同學們的努力，讓校園充滿活力。
6. 9 月 19 日本校九年級張岑芯同學及八年級黃怡欣同學分別代表本校參加屏東縣國語競賽國中組作文及原住民族語朗讀-排灣族語項目。在準備比賽與比賽當下的過程中，兩位同學皆透過自我挑戰累積學習經驗。在競賽場上棋逢對手，開拓眼界和思路以及互相學習才是比賽真正的目的，也以此期勉所有同學。
7. 9/23 起，聘請陳世隆老師於各班音樂課進行古謠傳唱課程，藉由排灣傳統歌謠教唱讓同學親近母語及在地傳統文化，課程持續一個月，希望同學把握機會好好學習。
8. 9 月 27 日屏東縣定向越野委員會假本校辦理「109 年全國原住民定向越野錦標賽」，本校同時也有 11 名同學報名參賽及五名教職同仁擔任工作人員。「定向越野」是一種考驗體能與智慧的運動項目，參與者在活動過程中，除了能訓練其基本的識圖能力及定向技能外，更能訓練學員快速決斷、問題解決及越野跑的能力，在歐洲大陸近乎是全民運動，被譽為「二十一世紀的運動」。
9. 10/1-10/2 七年級陳詩涵及周祈樂兩位同學即將代表學校出賽屏東縣區域田徑對抗賽，這也是本校 109 學年度新成立田徑隊的第一場縣內賽事。此外陳詩涵同學在 9 月 12 日花蓮縣辦理的田徑邀請賽中以 13”86 的成績獲得國中女子組 100 公尺第七名、28”24 獲得國中組 200 公尺第六名，期待兩位選手在未來比賽都能突破自我，獲得佳績。

學校願景(學生圖像):迎接未來在地全球化的好子孫

學校圖像:活力感、科學感、科技感、國際感、人文感

教育目標:身心力、文化力、國際力



