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 10 月 19 日　第 006 期

師生心語

人生轉運站

從國小開始,我是一個經常被欺負的學生,常有人說看你總是一臉無辜相,很想看你笑一笑,我回答這是我的習慣,我平常都這樣,然而天曉得這並非事實,反而是故作堅強,當時因為常被同學開玩笑,導致我的日常沒了社交,感覺沒人會想要和我為友即使是自己的朋友。

那時的我完全是個局外人,與大家隔隔不入,像是從冥王星來的生物,自閉孤僻,有任何的活動一律絕緣,我開始討厭這世界,總是害怕突如其來的接觸萬一一個失誤而傷害了我,誰說上帝是公平的,那些人拿我當笑柄,而我卻像是一個任人捶打的沙包,心中瘋狂吶喊,現在的年輕人真是糟糕透了(其實我也是年輕人),假如換成是你,你的感受是否跟我一樣。

持續的狀況從小四到國一,剛上國一時我一如往常選擇沉默是金,終於在暑假時得以徹底改造一番;當時有個牧師他啟發了我,「你是上帝揀選的人」,頓時我才知道祂是公平的,感謝主,這只是個試煉,那牧師還教導我如果遇到一道屏障就轉個彎努力突破,於是我有了自信,開始變得主動,漸漸的我有了笑容,找到人生轉運的契機。

作者　九甲　森亦恩

宣導與新知

電子菸的可怕

近年來,「電子菸」已越來越普遍，支持者表示，因為電子菸沒有傳統香菸的「焦油」，對人體的危害程度較小，甚至有人認為，可以將電子菸當作戒菸時的緩衝產品。

但是，電子菸的傷害真的比較小嗎？臺安醫院戒菸門診醫師吳憲林表示，不能直接把電子菸跟傳統香菸進行比較，「說電子菸比較安全的，都是拿傳統菸的有害物質來跟電子菸做比較，但是電子菸有自己的有害物質，它們主要的危害物質不一樣，但是都會造成身體的危害！」電子菸的「調味劑」是主要危害，它是一種是有毒物質，吸入調味劑中的『丁二酮』會造成肺部損害。

另外,電子菸可以產生大量的菸霧,這些都是 PM2.5 微粒,「就算是無害的物質,變成 PM2.5 粒子後，也都會危害到身體健康。」

值得一提的是；吸食電子菸會使得腦部各個部位的細胞變少，甚至在情緒管理方面會產生問題。

本文摘自： Heho 健康-電子菸、香菸 哪個危害大？ 醫師：有毒物質不一樣 傷害都很大！ |

校訊

1. 第一次段考於上週結束，請同學不要太過放鬆學業；應秉持「簡單的事情重複做，重複的事情用心做的原則」，在每天上課結束後還是要有複習和預習的動作。這樣的學習並不會花掉每天很多的時間，卻能產生很大的學習進步，希望同學在下一次的段考都能有所進步。
2. 我們的校園腹地廣大，同學若有發現校園中有垃圾，請隨手拾起丟到垃圾筒，同心合力隨時保持美麗校園的清潔和美麗。
3. 再次強調：同學在沒有經過申請的情況下若是把手機帶至學校，一經發現一律沒收至本週結束才發回，情節嚴重者記警告乙支以為警惕。
4. 最近發現許多同學的服裝儀容又開始隨便；釦子沒扣好或者有同學夜輔時穿拖鞋到教室。請注意自己的服裝儀容是否符合規定，若多次提醒未改善則記警告乙支以為警惕。

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



