



臺北市大同國小  
100 學年度上學期第 17~20 週  
發行人：徐校長曼理  
編輯群：蔡主任志鴻  
陳美燕、游昌憲、黃如華  
日期：1001126~1010113

## 品德條目及好寶寶生活公約

### 中心德目：正義

低年級——反對大欺小、多欺少、強欺弱。  
中年級——反對使用暴力處理事情。  
高年級——對不公道的意見或事情，絕不附和

## 本週宣導事項

- 一、請同學依規定穿著學校服裝，並配戴名牌，做一個有禮貌、守秩序的大同好學生。
- 二、做好健康自主管理，勤用肥皂洗手。
- 三、期末資源回收日 1/5、1/12。
- 四、1/9-1/13 為全校清潔週，請各班加強整潔清掃。並將壞掉的掃具丟置垃圾車。
- 五、請同學視天氣變化增添外套，並準備雨具在學校以備不時之需。
- 六、同學要準時上、放學，不逗留校外或運動中心，使用公共場所要保持安靜及維護整潔。
- 七、遊戲器材正確使用，不在器材上追逐、奔跑，也不霸佔滑梯、或在滑梯上行走，以免受傷。
- 八、導護志工和導護老師很辛苦，請同學要向他們打招呼、致謝。
- 九、以誠實的心面對錯誤，拿出勇氣積極改正錯誤，才是大同好寶寶的表現。
- 十、天冷時，更需注意室內的空氣是否流通，避免因緊閉門窗，造成一氧化碳中毒的危險。

## 校內活動訊息

- 一、01月12、13日四年級班際躲避球比賽。
- 二、01月17日修業式。

## 校外活動訊息

詳見大同國小網站最新公告

## 品德人權教育宣導

### 剪下苦難新聞 默默行善一生

「有機會要多幫助別人，多行善！」這是一位老父親——林金生生前最常告訴七位子女的一句話。台北縣中和市林金生老先生去世，家屬整理遺物時找到一本老舊泛黃的報紙剪貼簿，裡面是老先生十幾年來剪下的苦難求助新聞以及捐款紀錄。家人十分感動，視為傳家寶。

林老先生世居中和市南勢角，年幼時家境十分清苦，曾經賣過肉粽、也踩過三輪車，後來在南勢角開店賣雜貨，每天清晨三點出門，踩三輪車到北市士林地區批貨，早上七點才回到中和開店。

林老先生平時省吃儉用，連衣服破了都捨不得丟，別人送的褲子，冬天當長褲穿，破了或短了，夏天裁成短褲穿；東西吃得飽就好，不求山珍海味也不過量。辛苦大半輩子，家中經濟情況穩定，他開始幫助貧困家庭。

林老先生每天看報紙，只要有人遭遇困難，一定會依報導的地址親自前往探視，再捐助給需要救助的人家金錢或生活用品。有一次，住在金瓜石的三個小孩，父母親離異後，父親離家，母親為求生計到海邊工作卻不幸落海死亡，生活陷入困境，林老先生為此不惜路途遙遠，先後去探視三次，每次除了捐款，還帶衣服、食物送去。林老先生只要能力許可，經常行善助人，且不論人是非，為人十分和善。

林金生因年老體弱，這兩年來才無法外出助人，但仍時常看報惦念著需要幫助的家庭。林金生於八十七歲高齡往生，他的子女在整

理父親遺物時，意外發現一本老舊的報紙剪貼收集冊，翻開一看裡面貼滿上百篇報導清寒苦難、待社會善心人士救助的報紙剪報，一旁還有父親親手寫著日期和捐款金額，子女才知父親十多年來默默做了這麼多善事。

有機會多幫助別人，默默的行善，可以帶給需要幫助的人溫暖，這是一種「雪中送炭」的義舉；施與不在多少，在別人正當困難、最需要幫助的時候伸出援手，更令人感受深刻。看到社會上急難的人正嗷嗷待哺，自己有能力幫助別人，那是多麼幸福的事啊！如果我們能分一點給需要的人，分享我的能力，分享我的幸福，那是多麼快樂的事。

## 衛生教育宣導

### 認識流感

流感(流行性感胃)是許多呼吸道感染症裡，很特殊的一種。它會使病人不分老少，都有三天左右的高燒，而一般呼吸道疾病，除幼兒及少數人外，孩子及成人是不太有機會發燒的。其次，它會造成真正的流行，發燒不退也使病人反覆求診，因此門診數量大增。任何疾病的「流行」，都比不上流感對社會及學校家庭的影響(很多人會請假)，也唯有流感可以在每年冬天造成診所一年一度真正的「旺季」。其他病毒所引起的「類流感」，並不會形成流行。

流感不是「上呼吸道感染」，而是上、下呼吸道都會波及的一種變化。在經由飛沫感染一兩天就會發病。剛開始全身症狀很明顯，包括高燒、肌肉痠痛、虛脫、沒食慾。按著有咽部疼痛、鼻水鼻塞、聲音沙啞、乾咳，也會怕光、流淚、眼痛。在燒退後，咳嗽可能越來越明顯，有時還會持續兩三禮拜。少數人偶有嘔吐、腹瀉(尤其小孩)，但不會太嚴重。美國疾病管制中心指出，「腸胃型流感」(Stomach flu)根本是錯誤的名詞，病人既然以腸胃道症狀為主，那就是別的原造成腸胃疾病，而不是流感。

流感要診斷必須靠「流行病學」，即如果由防疫單位先培養證實流感病毒已在社區出現且開始盛行，則此一段時間多數急性有發燒的呼吸道感染或不明原因發燒病人，都可首先考慮是流感。大多數人幾天後就會好轉，但如本來有呼吸道、心臟及腎

臟痼疾、糖尿病、免疫不全者，特別是幼兒及老人，比較容易有疾病惡化或併發症如肺炎可能性，嚴重者甚至死亡，在美國每年有兩萬人死於流感。其他併發症包括中耳炎、副鼻竇炎、肌肉炎、心肌炎及雷氏症(尤以B型流感)、某些神經系統毛病。

流感的致病原叫做流感病毒，分為三大型即A、B、C，其中C型引起的症狀非常輕微，可略過不表。流感病毒的特性是一段時間就會「變貌」，讓本來有抗體的人仍會再得病(雖然有時仍有一點保護作用)。A型流感病毒表面特有的蛋白質抗原包括H(主要為H1、H2、H3)以及N(N1、N2)來構成A型病毒的亞型，如H1N1(西班牙型)及H3N2(香港型)，而這兩種就是近年來一直在全世界作祟的A亞型流感病毒。但這兩種下面還有很多的心變貌，每隔一段時間就變一下，使人們反覆得病。在人類與流感病毒的對抗循環史中，病毒總是有辦法佔上鋒，且會變臉捲土重來。在流感即將來臨的前夕，如沒有良好的體魄，看來只能從注射疫苗、少去公共場所、常洗手來面對了。

## 榮譽榜

一、本校游泳隊與田徑隊榮獲100學年臺北市西區運動會各項佳績：

姓名	項目	名次
郭耀元	男童組 200 公尺混合式	3
	男童組 100 公尺自由式	6
	男童組 400 公尺自由式接力	7
謝宜瑾	女童組 200 公尺自由式	8
張加安	男童組 200 公尺蛙式	7
陳柏叡	男童組 200 公尺蛙式	1
	男童組 100 公尺蛙式	2
	男童組 400 公尺自由式接力	7
李家銘	男童組 400 公尺自由式接力	7
謝勳毅	男童組 400 公尺自由式接力	7
徐于捷	女童組 100 公尺仰式	7
	男童組游泳競賽總錦標	5
李佩芸	女童乙組跳遠	7
邱郁凱	男童乙組 200 公尺	4
	男童乙組 400 公尺接力	7
蔡少慈	男童乙組 400 公尺接力	7
周庭毅	男童乙組 400 公尺接力	7
蔡釋慶	男童乙組 400 公尺接力	7