

4 712826 389011



夏興地區
電話：331818
0905372050
金湖鎮夏興84號

打造友善旅遊環境 擦亮金字旅遊品牌



報載，金門縣政府為提升金門旅遊資訊和服務品質，並提供在地合法觀光旅遊等產業曝光平台，進而創造更多商機，刻正建置「金門創新智慧友善旅遊服務」系統，已有近八十家業者申請加入會員成功，現正進行業者輔導，歡迎更多業者共襄盛舉，創造多贏。

金門縣政府觀光處表示，〈金門觀光旅遊網〉近年雖持續進行功能及圖文內容擴充，系統介接 Google Place、Google Map、百度地圖、TripAdvisor 社群評價、金門公車動態、金門氣象及 TixAdaptor API 資訊，並整合於網站各頁面中，提供完善旅遊資訊「一站式」服務，但該網現行服務對象以出發地規畫金門旅遊行程的遊客為主，而「創新智慧友善旅遊服務」服務對象則更優化到金門現地的遊客，遊客可透過手機定位、現地導覽機等獲得即時且適時的旅遊體驗，店家資訊可同步在此二系統露出，增加攬客機會，提升旅客消費意願。

的確，旅遊最重視的就是友善的旅遊環境，而旅遊環境是否友善則取決於是否簡便、全面，以及設身處地的安排。對遊客而言，檢驗友善的旅遊環境最簡易的方式就是一場隨興之旅，意即在沒有任何事先安排的情境裡，能否在第一時間獲得完善的旅遊服務，而要完善這一切的服務，最理想的當然是「一站式」的窗口與友善的內容，這也和觀光處目前的平台建置架構相通，我們也相信經由漸進的完善及補充，金門的旅遊資訊和服務品質一定會愈來愈好，愈來愈受到大眾的青睐，藉此，謹提出一些可強化的面向供各界參酌。

其一，友善的平台。旅遊服務平台自然不妨包羅萬象，但如果真的「包山包海」，維護及更新的成本自然更高、更具難度；有鑑於此，我們不妨將旅遊服務平台設想為「單一服務窗口」，只要透過這個「窗口」便可以滿足所有的旅遊需求，至於各別的服務內容可以回歸各業別或項目窗口進行操作及維護，如此自然可以達到「積沙成塔」的效果。

其二，貼心的服務。對旅客而言，初履陌生的旅遊地，最需要的就是貼心的關懷與服務，而最理想的狀態便是「一對一」的服務及全程旅遊滿足，當然，現實上這並不容易，因此，更好的設想是全盤的調度能力；例如：在旅客洽接的同時，服務窗口便有調度全盤旅遊資源的能力，這樣的能力遠要比更多的軟體硬體設備來得重要，畢竟「以多餘補不足」才能讓資源效益最大化；金門服務區域小、需求集中，也恰是優化資源分配的利基所在，基於此，再將所有的旅遊服務細項化、精緻化，或便是金門旅遊可以倚仗的「藍海策略」。

其三，妥善的內容。旅遊服務要細項化、精緻化，便需要擁有妥善的服務內容；例如：差異化的遊客自然需要差異化的服務，而服務的差異化便需要更多易地而處的設想及安排；就像是為自己規劃一場隨興的行程一般，優質的服務力應該永遠想在客戶前面；服務內容更需要涓滴的累積及永不滿足的妥善。

有道是：「成功之道無他，唯誠唯勤而已矣。」想得再多不如行動一次，說得再好不如立刻去做。旅遊服務的優化永遠是現在進行式，我們更冀盼有更多的在地參與，營造更友善的旅遊環境。

原聲童聲擎天廳歌天籟 指揮馬彼得是金門老兵



左、馬彼得與台灣原聲童聲合唱團在大武山擎天廳合影；右上、馬彼得指揮原聲孩子演出；右下、金門老兵——馬彼得帶著台灣原聲童聲合唱團抵金演出，並找尋當兵時的回憶。（楊水謙攝）



記者楊水謙／綜合報導

金門老兵——台灣原聲童聲合唱團指揮馬彼得，是布農族人；他在四十年前在金門當兵，盡一份國民應盡的義務，渡過一年半的留金歲月！在一九八一年劃下軍旅生涯句點，搭乘軍艦離別金門時，馬彼得曾說「金門，我愛你；我一定會回來！」這次台灣原聲童聲合唱團應邀，在他率領下到金門至昨日止搭機返台，共計駐足金門四天三夜展開「2020玉山天籟——金門巡迴」演出和音樂交流活動，更讓金門軍民聆聽到天籟美聲，驚艷不已和讚賞！

今年是舊曆國際、享有台灣維也納合唱團美譽的「台灣原聲童聲合唱團」繼「2017玉山天籟——國家音樂廳音樂會」之後極重要演出。台灣原聲童聲合唱團團長及指揮馬彼得，曾任南投縣信義鄉東埔國小校長。

立於2009年，指揮為布農族的馬彼得校長，中山大學音樂系鋼琴演奏碩士陳育志擔任伴奏，團員皆為南投玉山山麓各部落的原住民孩童。而且，大多數團員家境困難，但他們認真學習、用心唱歌，其歌聲來自心靈深處，清澈、純淨又和諧，仿如天籟之美聲。

此次應邀來金演出，是馬彼得幾經思考、還是經多次邀約，他優先選擇金門，才在今年成行，也讓充滿期待、長年看山看樹的小朋友有更多機會看見海看沙灘。全團這段期間練習戰戰兢兢且開心程度不亞於維也納演出，馬彼得也期待讓原聲孩子以自然清澈、虔誠信仰的歌聲獻給與會的朋友！

馬彼得表示，尤以在鬼斧神工之作的擎天廳演出，是給原聲孩子的一個機會，平常要到擎天廳演出，還真的不容易；況且原聲孩子在第一次到金門，就到擎天廳演出，對他們來講有著特殊意義；在之前，有跟孩子介紹擎天廳的狀況，原聲孩子實際的看到擎天廳和一場演出，是一場重要的學習之旅。

馬彼得在民國六十八年到七十年於金門當兵，閩別金門之後，他表示再次踏上金門，對他自來講，是尋找過去的記憶，也花時間到過去當兵待過的料羅、鵝山營區去看，但全不見了，碧山莊現在是圍起來，沒有在打靶，也去安瀾國小，以前打靶完成之後，就到安瀾國小校園裡走走，對金門的印象完全不一樣。

馬彼得表示，過去在金門的軍旅生涯是那麽辛苦，卻又充滿著歡樂的記憶，只能想，不可言喻！因為物換星移，整個環境都改變，城鎮跟道路，也跟以前完成不一樣的。記得以前都是傳統的閩南建築房屋，現在到處是新式水泥樓房、高樓大廈，走到街上，已找不到以前的印象。

馬彼得在太武山擎天廳演出金門禮讚敬軍音樂會分享時，他以幽默的口吻說，來到金門真的是一種特殊的感覺，在金門當兵待了一年半，當時兩岸還是處於對峙狀況，沒有返台休假；但對他來說，軍中生活如魚得水，當兵非常快樂！

在結束留金歲月之後，馬彼得說當年當他搭乘軍艦離開金門時，他對著金門大海喊說：「金門，我愛你！我一定回來看看你！」果然，馬彼得退伍後的第四年，就跟著救國團來到金門，除當地旅遊之外，他也是第一次踏進擎天廳，馬彼得幽默地說，雖然在金門待了一年半，卻從未進去過擎天廳，那時想進擎天廳聽已故愛國藝人與永遠軍中情人鄧麗君唱歌，但我們只能進金東慶院看藝人周丹薇，無緣在擎天廳一聽鄧麗君歌聲及風采。

「老兵回家！」馬彼得開玩笑的說，他以前的部隊番號已沒有了，駐紮待過的營區都不見了，他表示「我們，無家可歸」，感傷多於喜悅！但不管怎麼說，還是很喜歡軍旅生涯，很多人可能埋怨，說在軍中浪費很多時間，但對他來講，絕不是浪費時間，那是充實生命、改變生命、淬鍊生命，是一生重要的關鍵時刻，不是浪費生命！原聲孩子第一次來到離島金門獻唱，他們的歌聲來自心靈深處，清澈、純淨又和諧，宛如天籟，小小心年紀已身經百戰，歷經國慶禮讚、國慶國歌演唱、國家音樂廳、世界童聲合唱、高雄運到上海世博，以及歐、美、日、陸的巡迴演唱，是希望透過教育方式，培育原住民孩子成為具有使命感的典範。

馬彼得指出，很多人對生命抱著負面的看法，台灣原聲教育協會希望透過教育，培育原住民孩子成為具有使命感的典範，以帶動部落的成長，也希望透過具有國際水準的合唱團，讓世界聽見玉山唱歌，保存傳揚原住民傳統音樂！

他原是一位體育老師，1963年起才正式接觸兒童合唱指導；馬彼得採集並重新編排原住民傳統歌謠，一字一句教導孩子學習，由於他對音樂的感性及獨特的視角和方法，賦予原住民音樂全新的詮釋，以及獻身於教育及文化藝術的傳承，是他對自己族群文化的使命感。

馬彼得和台灣原聲童聲合唱團駐足金門展開「2020玉山天籟——金門巡迴」四天裡，他們在文化局、金門基督教會、擎天廳、三場演唱，期間經機場、坑道、沙灘、醫院、發電廠、古宅、酒廠等地也即時高歌快閃，讓人驚艷不已。馬彼得說，原聲孩子第一次來金門，充滿著好奇跟期待，大家都很興奮！

馬彼得表示，尤以在鬼斧神工之作的擎天廳演出，是給原聲孩子的一個機會，平常要到擎天廳演出，還真的不容易；況且原聲孩子在第一次到金門，就到擎天廳演出，對他們來講有著特殊意義；在之前，有跟孩子介紹擎天廳的狀況，原聲孩子實際的看到擎天廳和一場演出，是一場重要的學習之旅。

馬彼得在民國六十八年到七十年於金門當兵，閩別金門之後，他表示再次踏上金門，對他自來講，是尋找過去的記憶，也花時間到過去當兵待過的料羅、鵝山營區去看，但全不見了，碧山莊現在是圍起來，沒有在打靶，也去安瀾國小，以前打靶完成之後，就到安瀾國小校園裡走走，對金門的印象完全不一樣。

馬彼得表示，過去在金門的軍旅生涯是那麽辛苦，卻又充滿著歡樂的記憶，只能想，不可言喻！因為物換星移，整個環境都改變，城鎮跟道路，也跟以前完成不一樣的。記得以前都是傳統的閩南建築房屋，現在到處是新式水泥樓房、高樓大廈，走到街上，已找不到以前的印象。

馬彼得在太武山擎天廳演出金門禮讚敬軍音樂會分享時，他以幽默的口吻說，來到金門真的是一種特殊的感覺，在金門當兵待了一年半，當時兩岸還是處於對峙狀況，沒有返台休假；但對他來說，軍中生活如魚得水，當兵非常快樂！

在結束留金歲月之後，馬彼得說當年當他搭乘軍艦離開金門時，他對著金門大海喊說：「金門，我愛你！我一定回來看看你！」果然，馬彼得退伍後的第四年，就跟著救國團來到金門，除當地旅遊之外，他也是第一次踏進擎天廳，馬彼得幽默地說，雖然在金門待了一年半，卻從未進去過擎天廳，那時想進擎天廳聽已故愛國藝人與永遠軍中情人鄧麗君唱歌，但我們只能進金東慶院看藝人周丹薇，無緣在擎天廳一聽鄧麗君歌聲及風采。

「老兵回家！」馬彼得開玩笑的說，他以前的部隊番號已沒有了，駐紮待過的營區都不見了，他表示「我們，無家可歸」，感傷多於喜悅！但不管怎麼說，還是很喜歡軍旅生涯，很多人可能埋怨，說在軍中浪費很多時間，但對他來講，絕不是浪費時間，那是充實生命、改變生命、淬鍊生命，是一生重要的關鍵時刻，不是浪費生命！原聲孩子第一次來到離島金門獻唱，他們的歌聲來自心靈深處，清澈、純淨又和諧，宛如天籟，小小心年紀已身經百戰，歷經國慶禮讚、國慶國歌演唱、國家音樂廳、世界童聲合唱、高雄運到上海世博，以及歐、美、日、陸的巡迴演唱，是希望透過教育方式，培育原住民孩子成為具有使命感的典範。

馬彼得指出，很多人對生命抱著負面的看法，台灣原聲教育協會希望透過教育，培育原住民孩子成為具有使命感的典範，以帶動部落的成長，也希望透過具有國際水準的合唱團，讓世界聽見玉山唱歌，保存傳揚原住民傳統音樂！

記者李增注／綜合報導

金門縣政府人事處指出，109年專門職業及技術人員高等考試建築師、32類科技師（含第二次食品技師、大地工程技師考試分階段考試）報名，這項考試定於109年11月21日（星期六）至23日（星期一）舉行，設臺北、臺中、臺南、高雄、花蓮及臺東等6考區。有關應考資格、應試科目及其他有關事項，均詳載於這項考試應考須知，應考者可於考選部全球資訊網應考者專區查詢。

責任編輯／張建騰

專門職業及技術人員高考13日截止報名

金門縣政府人事處指出，109年專門職業及技術人員高等考試建築師、32類科技師（含第二次食品技師、大地工程技師考試分階段考試）報名，這項考試定於109年11月21日（星期六）至23日（星期一）舉行，設臺北、臺中、臺南、高雄、花蓮及臺東等6考區。有關應考資格、應試科目及其他有關事項，均詳載於這項考試應考須知，應考者可於考選部全球資訊網應考者專區查詢。

責任編輯／張建騰

第20屆公共工程金質獎受理推薦至31日

促進廠商良性競爭。只要是辦理公共工程之優良團隊，或是推動公共工程品質管理制度具有貢獻之優秀工程人員，均可由政府機關、專業公會、協會等單位，依相關規定推薦報名參加。

行政院公共工程委員會表示，本屆金質獎除原有的「公共工程品質優良獎」及「個人貢獻獎」2大獎項外，今年適逢第20屆，將另外頒發「特別貢獻獎」，獎勵對象由行政院公共工程委員會全球資訊網站（<http://www.pcc.gov.tw>）「工程品質優良獎」網頁查詢，或專線（02）8789-7726洽詢，歡迎踴躍推薦參加。

新北教師群訪金中 分享新課綱課程研發成果

記者廖宗翰／金中報導

新課綱推動第二年跑跑！日前，在新北市課程發展中心總召集人林口高中高柏鈴校長的帶領下，新北市數學、社會領域與自然領域課程發展中心王淑娟也表示金門地區的豐富，對於社會領域探究與實作發展具有潛力，可以將台灣目前豐富的空間測量技術與金門高中教師具備，提升探究與實作教學能力。

林口高中高柏鈴校長表示，過去幾年新北市政府教育局投入大量資源與教師人力，成立課程發展中心，在新課綱互動共好的時代，新北市金門地區學子更優質的教學品質，未來將主動參與台灣地區相關課程研發成果，向課程設計與評量研習，也非常感謝新北課程發展中心主任動提供相關資源。

金門高中校長許自佑表示，金門高中迎接新課綱的挑戰，學校的課程發展架構重整，雖然教師授課負擔加重，但是教師動能強，為了給金門地區學子更優質的教學品質，未來將主動參與台灣地區相關課程研發成果，向課程設計與評量研習，也非常感謝新北課程發展中心主任動提供相關資源。



為迎接新課綱帶來的改變與挑戰，金門高中與新北市林口高中互相交流，彼此切磋。（金門高中提供）

藝術銀行購入作品 今年公開徵件至9/10

記者李增注／綜合報導

「藝術銀行109年度作品購入計畫公開徵件」開放報名！即日起至9月10日止。

金門縣文化局指出，文化部委託國立臺灣美術館執行的藝術銀行計畫，計畫旨在於持續支持臺灣藝術創作，鼓勵具有創造力與發展潛力的臺灣藝術家。因此，自102年成立開始，每年常態性地舉辦公開徵件，成為臺灣藝術家邁入藝術市場的的第一步，並透過藝術銀行的流通機制讓更多傑出的作品得以被公眾所看見。

「109年度作品購入計畫公開徵件」即日起開始徵件，採線上報名至9月10日止，凡具有中華民國國籍並持有國民身分證之藝術創作人，不限年齡均得參加，申請人得為藝術創作人本人，或委託代理人（代理人須取得創作人本人簽署之「代理授權書」）及著作所有權人。另徵件作品的創作媒材技法與題材不拘，惟需適合保存、流通、運輸及在公共空間展示，今年作品新增創作年限之規範，作品創作時間須為民國106年（含）之後完成之單件或系列創作。詳細徵件項目及內容請參考簡章相關規定，可至國立臺灣美術館網站及藝術銀行網站下載。

藝術銀行計畫購入國內台灣藝術家的作品，再透過租賃流通機制行銷藝術家，讓藝術家的作品展示於國內、外、私立單位、公共空間，近年又有透過國家各級單位的海外外合作，讓臺灣藝術家優秀的創造力有更多向世界發聲的機會，展現臺灣藝術創作的豐沛與活力。

「藝術銀行109年度作品購入計畫公開徵件」每年僅此一次，錯過可惜，誠摯地邀請您熱情參與，歡迎踴躍上網投件。報名網址：<https://artbank.nmofa.gov.tw/register/register.aspx>。

書法講座夏令營吳宗陵壓軸談「書法的昨是今非」



書法講座夏令營從理論與藝術的觀點介紹書法，加深學習者的認知，讓書法不獨是一項講技藝的藝術，更是承載了歷史與真理的學問。（金門縣書法學會提供）

記者唐宗翰／金城報導
金門縣書法學會舉辦109年暑期書法講座夏令營，日前最後一場講座由理事長吳宗陵壓軸主講，講題「書法的昨是今非」，參加這次講座的學員涵蓋老中青三代，內容豐富令文化局三樓演講廳現場座無虛席。

吳宗陵深入淺出，有條不紊地介紹書法藝術形成的脈絡，講解書法藝術歷史的演變，並穿插人物故事介紹，課程緊湊毫無冷場。吳宗陵指出中國文字淵源流長，傳說倉頡造字，實際上該說是文字的傳承者；從甲骨文到金文，再到小篆、隸書、楷書、行書、草書，可認為是文字傳承的階段，而文字從一開始的線條無明顯粗細變化，經「分書」的階段，衍生橫、豎、撇、捺、點等書寫表現手法，使得文字產生線條變化，文字藝術產生更多的形式。

吳宗陵指出，筆畫或粗或細、結構或方或圓、墨色或濃或淡、字體或大或小……都是書法產生美感成為藝術的條件。而書法藝術的表現，依其個人審美趣味，使得書寫產生更多變化，因此筆畫的多一筆或少一筆，有時是刻意營造出來的。而書法的名稱，從一開始的「書」，到「書藝」、「書道」，隨著後人對於技巧的研究與推崇，「為技日益，為道日損」，稱呼也變為「書法」。隨著時間的推進，書法從功能性發展到藝術性，之後又再度走向功能性，脫離了文書往來的實務需要之後，才漸漸發展成了如今的面貌。

書法學會特別印送講義供最後的講座課程使用，讓學員於會後對書法的演進自行參閱了解；這次參加講座的學員，每人再送一本108年度金門書法學會會員及兩岸交流活動作品集，內容也相當精彩。

吳宗陵說，這次書法講座夏令營活動，從7月18日至8月9日一共分為四期，第一期由唐敏達主講「魏碑寫法」，第二期由張國英主講「毛筆與書法」，第三期由蕭世瓊主講「創意書法與文創運用縱橫談」，再包括由他主講的第四期，發給四期全到課的學員結業證書一張，並贈送文房四寶一套加宋拓王羲之《聖教序》法帖一本，其為鼓勵學員參加的用心，提供的獎品可謂豐富。報名出席活動的學員，也都表示以論述加深其對書法的認知，讓他們受益良多。

寧中小楊承歡獲國中組全國十大傑出青少年獎



寧中小楊承歡（中）榮獲國中組全國十大傑出青少年獎項，爸媽將陪同前往台中接受頒獎。（寧中小提供）

記者李金鈴／金寧報導
國際同濟會台灣總會辦理第一屆十大傑出青少年及兒童獎選拔，金寧中學902班同學楊承歡以具體事蹟脫穎而出，榮獲國中組全國十大傑出青少年獎項，楊承歡的媽媽將陪同於八月十五日前往台中接受頒獎表揚，校方製作海報公告於學校網站祝賀，全校師生也分享榮耀，深感與有榮焉。

國際同濟會台灣總會辦理第一屆十大傑出青少年及兒童獎選拔，其宗旨主要為提倡「仁愛、智慧、熱心、服務、互助、同樂」的正面思維與行動，鼓勵在學學生培養「積極、進取、服務、奉獻」的人生觀。表揚10歲至12歲之兒童與12歲至18歲之青少年，力爭上游，出類拔萃，具卓越素養表現，實為學習表率之高中及國中小學生，可作為當代學生之學習典範。並促進廣大群眾參與十大傑出青少年及兒童獎選拔活動，一同為社會關注在學學生之成長與發展，期許引導社會正念，人人成為更積極、勤奮進取、有利於社會之公民，發揚同濟精神，建立永恆友誼，奉獻利他之服務，建立良好美善之社會。

寧中小指出，受推薦學生需具備「仁愛、智慧、熱心、服務、互助、同樂」的正面思維與行動，展現「積極、進取、服務、奉獻」的人生觀，並心協力讓社會變得更好。

具下列條件：一、在學期間，無不良紀錄，具品行良善、服務奉獻、友愛體恤等情懷，對社會風氣有良善影響，足堪楷模者。二、在技術學科、品德孝悌、特殊才藝、社區服務、薪傳技藝，表現優異或創新研發，出類拔萃者。

金寧中學902班同學楊承歡經校方依推薦對象、推薦條件，進行推薦作業，公開接受各學校機關團體、各地同濟分會及其他社團組織，推薦符合選拔辦法之候選人，並經評審通過後脫穎而出，獲評選為國中組全國十大傑出青少年獎項，除可獲頒獎狀與獎金外，當選之傑出青少年及兒童，會透過傳播媒體（電視台、報社、電台、網路等）向社會各界介紹表揚，並編纂獲獎學生芳名錄專刊函送各國同濟會及國內各機關團體介紹當選人員出事項。

校長陳雅蘭也感謝國際同濟會辦理這項傑出青少年獎項選拔，讓偏鄉離島同學難得有得獎機會參與推薦評選，也感謝同濟會歷年來對地區弱勢同學的關懷照顧，同學家中途逢變故，都會得到同濟會的及時與給予關愛，其服務奉獻精神也獲得社會的肯定，會員從事社會服務及關懷社區，在社會各角落從事公益，同心協力讓社會變得更好。

勞工朋友 別讓權益睡著了 遭資遣、符合條件 可申請失業給付

記者李增旺／綜合報導
勞工朋友是否會擔心公司受疫情影響歇業而遭資遣，頓時失去收入而影響生計感到煩惱嗎？勞保局表示，被保險人如因投保單位歇業、解散或虧損、業務緊縮等原因而被資遣，即屬就業保險法所稱非自願離職，只要符合失業給付請領條件，就可以申請失業給付。

勞保局進一步說明，被保險人在非自願離職退保前3年內參加「就業保險」一年資合計滿1年以上，有身心障礙證明者，最長可發給6個月，如求職紀錄，始得繼續請領。

具有工作能力和繼續工作意願，持投保單位發給的離職證明文件及國民身分證等資料，親自向公立就業服務機構辦理求職登記及申請失業給付，如14日內無法推介就業或安排職業訓練，即完成失業認定，公立就業服務機構會轉送勞保局核發失業給付。失業給付係按被保險人離職退保之當月起前6個月平均月投保薪資60%發給，最長可發給6個月，如求職紀錄，始得繼續請領。

責任編輯／張郁珊

賀 議長洪允典當選連任臺灣六桂宗親總會總會長

望眾孚克風可澤德

金門體育會 敬賀

人潮擁擠及密閉空間 務必戴口罩

醫療照護機構	大眾運輸	賣場市集	教育學習場所
展演競賽場所	宗教場所	娛樂場所	大型活動

廣告 中央流行疫情指揮中心 金門縣政府 金門縣衛生局 關心您

恭賀 洪春棋同學榮獲
烈嶼鄉109年模範父親誌慶

實至名歸

烈嶼國中第七屆同學會
會長林水成暨全體同學敬賀

捷興銀樓
【原中興路45號】
遷到金城莒光路125號
【陳氏宗祠斜對面】
082-325332 082-324730

金樂工程有限公司(丙等冷凍空調承裝業) 乙級技術士
台銀供同供應契約供應商(中信局採購)：金門唯一的一家在地供同供應契約，真正做到在地化的服務。
電話：322179 行動電話：0912-769-613 傳真：312339
代理空調設備：三菱電機空調、富士通將軍空調、冰點空調、特菱空調冷氣、華菱冷氣空調

勞動部勞動力發展署北基宜花金馬區分署
補助職業訓練課程招生中
訓練單位：社團法人中華民國職業安全暨勞動力職能學術研究發展協會
課程名稱：寶石鑑定訓練班(假日班) 上課時間：109年8月15日-至10月30日(共14週)
上課時間：(星期六-日)上課) 08:00-17:00
上課地點：金城縣珠浦西路12號3樓 報名費用：每人參加費用9,990元
報名方式及專線：臺灣職業訓練報名或 luckju.com 0936-789936蔡小姐
勞動部勞動力發展署補助80%，特定對象補助100%
每班補助名額僅有25名額滿為止動作快
訓練對象：年滿十五歲以上，具有初級中學畢業或同等學力者，並符合下列條件者：1. 失業 2. 轉職 3. 技能提升 4. 創業 5. 其他

本報並具有
資料收藏保
存參考之價
值

拜跪十合



初讀《弘一大師傳》，我年18，既對藝術家李叔同的才華洋溢充滿欽羨，又對宗教家弘一大師的捨嬌妻入寒寺耿耿於懷。

四十年後，再讀《弘一大師傳》，我已年過50。經春過夏，走入涼秋的生命，我想復習些什麼？我會發現些什麼？……。

我想復習大師一生的情愛；我想發現60歲的大師如何安頓身心？

39歲出家，是弘一大師一生的轉捩點。39歲前，他

萬緣放下・尊一弘——再讀陳慧劍《弘一大師傳》

◎洪春柳

是浪漫多情的藝術家；39歲後，他是莊嚴守戒的宗教家。

這位前衛的藝術家，蘊育於天津官商兩全的大戶人家。1880年，年近70的李父晚生貴子。但4年後，老父亡，16歲的兄長嚴敬如父。優渥的家境，讓小叔同自幼飽讀經史子集、詩詞歌賦，涵泳於金石書畫、吹彈拉唱，但天生敏銳善感的氣質與小妾之子的身世，揉合成自尊與自卑，他視家如破孤裘，他的內心深處總潛藏著「不安」。

這份不安，隱隱表現在一遷再遷的行蹤上，表現在一改再改的名字上。

本名李文濤字叔同，歷經戊戌事變、康梁變法，18歲，南遷上海，依母命與俞女成婚，參與城南文社，周旋於文友與藝妓間，改名成蹊、瘦桐、廣平……。26歲，母亡，改名李哀，他為小妾身分的母親力爭安厝於天津祖厝大廳，行新式喪禮，孤哀子李叔同自彈鋼琴，唱悼歌，袖帶黑巾，……。27歲，東渡日本，改名李岸，……。

1906年，李叔同是中國赴日本習西畫、習西洋戲劇的第一人。他與日本女模誠子陷入熱戀，他創立「春柳劇社」，男扮女裝演《茶花女》……。1911年，學成，他帶誠子歸國，回上海租界，教學於上海、南京、杭州……。成為中國前衛藝術的播種者。

39歲前，浪漫多情的李叔同，有妻有妾有紅粉，有文友有學生，雄厚的家業，支撐其「不食人間煙火」的生活。

辛亥革命，社會動盪。李氏鹽商的家業中落，李叔同不發一語地接受了國運、家運，有意無意地感受到了自己正在翻轉中的命運。

37歲，體弱多病的李叔同在知己夏丏尊的推介下，到寺廟斷食治病，夜夢升高跳躍，再夢變豐饒少年，……法喜充滿。

自安乃能安人，自度乃能度人。39歲的李叔同，毅然決然揮鞭斷流，放下萬緣，甚至放下百般依賴、千般溫柔的誠子，……進入杭州定慧寺、靈隱寺的佛門，祈求以此來安放多病之身和多愁之心。

雲水孤僧，處處無家處處家。法號弘一，念佛三昧，精研戒律，以戒為師，過午不食，一鉢一衲，一心向佛。

法隨緣住，50歲後的弘一大師閱緣十多年，行止於廈門南普陀寺、泉州開元寺……等處。入則禪坐、讀經、寫經以息心，出則講經、寫書法以結緣。多病的肉身一直是孱弱的，但多愁的心終於安頓在佛國的悲智裡。

39歲後，莊嚴守戒的弘一大師，在師父、同修、學生、弟子……的護持下，誠心苦修，靜默、謙退、從容、恬淡、知止……，生活即是藝術，人間即舞台，他嚴苛地雕塑自己成為人間生活中的藝術珍品。

黃花晚節，涼秋飄香。抗日期間，60歲的弘一大師奮其餘力，參與救國運動，辦「佛教養正院」，譜佛曲、講經示眾……，望重僧俗兩界。

炊煙縷縷，薔葉枯香，晚晴下的老人，回首一生，微笑一抹。「問余何適？廓爾忘言。華枝春滿，天心月圓。」一甲子的天年，弘一大師臨終絕筆：「悲欣交集」！

讀書奇遇記

◎黃克全

自己平日讀書，往往隨性/興，較少訂按部就班的計畫。話說回來，有時候正因為這樣，才會誤打誤撞地來到花明柳暗，山重水複的景域及驚喜。我從自己無意中讀到六零年代美國南方小說怪傑瑪麗·弗蘭納里·奧康納（Mary Flannery O'Connor, 1925–1964）的「好人難遇」（A Good Man Is Hard To Find）這件事，作個開端講起。

多年前，吾妻王學敏的好友、東方廣告總經理侯榮惠致贈我一套「現代文學」復刊版，時而，我站在書架前抽出其中一本翻翻，有一天，翻到復刊第11期，瑪麗·弗蘭納里·奧康納這篇小說，是翻譯界前輩何欣的譯文。讀到一半，我影綽地想，這故事好像自己在哪讀過？梭巡心中的記憶地圖，我終於從書架上找到那本內收十篇故事的短篇小說集，民國七十九年的版本，陳芝萍所譯，只不過她翻譯的標題是「好人難遇」。

假如我們要寫一篇關於瑪麗·弗蘭納里·奧康納

以下簡稱奧康納）文本的論述，風格冷冽、怪誕、恐怖、暴力、荒涼、神秘、腐朽、邪惡、陰暗、南方哥特式小說（Southern Gothic）、天主教……等等這幾個關鍵詞都可以列入。從奧康納去世後相繼出版的隨筆和書信裡可知，奧康納出生、成長於天主教家庭，其一生都信仰天主教，似乎沒有經歷過任何信仰危機。她說過自己是站在基督教（廣義）正統教派的立場上看世界的。……人生的意義集中於基督對我們的救贖云云。我們不妨從這點出發。

奧康納的自我解讀，在我看來，充滿了矛盾、弔詭，充滿了正反若合的。首先，所謂「基督教正統教派」，恐怕是偏向於強調永恆、不朽的，一如天主教強調的那樣。而強調罪的救贖是基督教（新教）。根據奧康納的自剖，人生的意義集中於基督對我們的救贖，那麼，其小說筆下果真有這類的救贖嗎？以「好人難遇」這篇小說來說，故事描寫活在自我世界的老祖母和兒子等一家人，開車前往遠地旅行，半途翻車，又遇到越獄逃犯三

人，全家終竟不幸——遭到其槍殺。奧康納說：「我的小的主題就是上帝的恩惠出現在魔鬼操縱的領地。……每一篇出色的小說裡都有這樣一個瞬間，你可以感覺到，天惠就在眼前，它在等待被人接受或者遭到拒絕。」

那麼，在這個充滿暴力與荒誕的事件過程裡，所謂的「天惠時刻」出現在哪裡呢？果真是在老祖母其他家人都被槍殺後的最後關頭，她喃喃自語地對犯人頭子說：「你也是我寶寶！你也是我親兒！」這句話的時刻？依奧康納說，這是某種內在的開悟、真誠而深刻。我的看法是，老祖母是否開悟，或繼續淪落？是具雙向性的，亦即同時通往兩方。我們這裡不妨用物理量子力學的「薛丁格的貓」來作演繹。

「薛丁格的貓」是奧地利物理學者埃爾溫·薛丁格於1935年提出的一個思考。通過這一個思想實驗，他指出了應用量子力學的哥本哈根詮釋於宏觀物體會產生的問題，以及這問題與物理常識之間的矛盾。在這思想實驗裏，由於先前發生事件的隨機性質，貓會處於生存與死亡的疊加態，貓會既活著又死著。再解釋一下什麼是疊加態？如果我們把一隻貓關進一個密閉的盒子，用槍對盒子射擊，這支槍的扳機是由原子衰變扣動的，那麼我們便無法知道這隻貓究竟是死還是活，因為原子的是否衰變是一個隨機事件。在量子力學中，我們便把這隻貓所處的狀態稱為死與活的疊加狀態。物理學上的意義是，在不觀察時，由於電子沒有確定的位置，電子便是在各種位置的疊加狀態，而人的觀察使得這個電子退出了疊加狀態。量子力學認為微觀事物的運動和狀態均是不確定的，如果將其推廣到宏觀世界上來，那麼，即將擲出的骰子、猶豫不決的人、風暴的移動方向等各種不確定的事物均可以被認為處在多種狀態的疊加狀態。

在「好人難遇」這篇小說裡，老祖母死前那句話，是既傷憐與開悟，又是仍處於跟先前一樣的封閉、愚蠢的疊加態。所以故事絕非僅止於奧康納的自我解讀。依奧康納所言，老祖母只處於開悟前的一方。但也不應該還有在這之外的他者，包括與這南轅北轍的另一方？只是，奧康納為什麼要強調罪的救贖、天惠，與開悟呢？一者，她自稱是個虔誠的天主教徒，她必須作宗教性表態；二者，文本是一個無限辯證的過程，作品與讀者都可以在這份過程當中取得捲滾的力量。解讀時退出疊加態，是微觀；不解讀時則存在疊加態，是宏觀。而任何讀者的閱讀（包括作者奧康納的自我解說）正只是一種「微觀」的觀察，奧康納只說其一，不說其二，或竟是哥特式地故意保留不說？老祖母非得要只處於開悟與否、正或反的一方嗎？貓非或死或活嗎？更進一步看，不死不活的疊加態，只是在宏觀下的結果嗎？難道不是物理的一種本質存在嗎？這個故事的喻意可以一路捲滾下去……。

這一路捲滾的第二站，是那天，妻王學敏不知為什麼提到「蘿拉快跑」這部電影——有德國盧貝松之稱的電影導演湯姆·提克威爾（Tom Tykwer）1998年拍攝的作品。我聽了她的建議、坐下來觀賞影片，當看到第二段奔跑時（全片共分三段奔跑），我不禁喊了起來：「這是我的『四個故事』呀！」「四個故事」是我早年寫的一篇小說。「蘿拉快跑」是1998年拍攝，而我的「四個故事」寫於1997年，也就是說比前者早一年問世。

「四個故事」是我在1997那年，以金門為背景的一系列短篇小說其中的一篇。這是一篇萬言左右的短篇小說，故事梗概是父親對我敘述了一個家鄉軍管時期的往事，年輕時代的某一晚，他和村裡鄰居進夫到隔壁村的陽宅村莊喝喜酒，回家半路被某軍官懷疑為匪諜，給抓到太武山某營區……。父親先後對我講了這一段往事，不，先後講了「四個」往事。分明是同一個故事，起先自己很納悶，為什麼每一回講的都不一樣呢？譬如第一個故事情節是進夫出賣了父親，熬不住軍官的逼供。第二個故事情節是，進夫反過來抱怨父親指認、誣賴自己是匪諜。第三個故事情節是，軍官說抓到真正的匪諜，笑著放回父親和進夫兩人。第四個故事情節是，父親回憶曩昔那段被軍官逼供的往事，翻來覆去，語境錯亂，現實和夢幻分不清楚地……。

（上）

浮動之花

◎林清陽

將近半世紀以前，在幾公里以外的村子裡，有一片竹子林，成千上萬的白鷺鷥以此為家。牠們養精蓄銳一整晚之後，趁著朝陽乍現的那一刻，紛紛睜開眼睛迎向陽光，並且舒展潔白的翅膀、輕輕活動筋骨，準備開始繁忙而嶄新的一天。

群聚於竹林的白鷺鷥「嘎……嘎……嘎」的叫聲實在高亢，而且極其喧囂和吵雜之至，也許那些喧囂叫聲，就是牠們藉以聯繫的方式，所以彷彿像似一群人在會議場合中，爭先恐後競相發言而吵成一團那般熱鬧。

由於竹林裡有很多白鷺鷥築巢，所以從遠處眺望整座林子外貌的樣子，那竹林像似綻放點點白色的花朵，把翠綠色的竹林點綴得浪漫極了！

因此當白鷺鷥開始進進出出鳥巢之際，我們似乎看到許多白色花朵，紛紛從竹林裡飛翔起來，如果不要聽牠們聒噪的叫聲而光看畫面的話，總覺得當下宛如似一片會浮動的花海，就在眼前優雅而緩慢的滑過，不禁覺得像似在童話故事裡的境界那般神奇。

然而如此美妙景致卻有意想不到的變化，有一位獵人手持獵槍在白鷺鷥飛翔路線下面等候，俟白鷺鷥無憂無慮飛過來之際，乃舉起獵槍「砰」一聲射向鳥兒，但見毫無防備的白鷺鷥應聲中彈而掉落下來。

這樣的情形讓人來不及反應之餘，只看到一朵沾染紅色鮮血的花朵，突然凋零而飄落在水田裡，看來獵人的槍法蠻厲害，所以精準的打到一隻白鷺鷥。

此刻佇立在不遠處的獵人兒子，看到垂死白鷺鷥最後掙扎的模樣，心中覺得緊緊揪結在一起那樣難過；對照獵人興高采烈的樣子，顯然是莫大的諷刺和充滿詭譎之氣氛。

過了幾十年之後，竹子林的「白鷺鷥厝」附近地貌已經改變許多，商人紛紛提出繁榮都市計畫的建案，所以周遭已經成為水泥叢林，而且逐漸喧嘩、熱鬧不已的新興城市，後來只剩下那一塊尚未開發的空地，孤零零的被高樓大廈圍繞。

那一大片空地勉強可以看到城市邊緣的天際線，因此很像童話故事所敘述的孤島那般寂寞。

「這塊空地為何沒有建築物呢？」人們總是不解的提出疑問。後來答案揭曉，原來是獵人的兒子在事業有成之後，特地花錢把空地買下來，然後有計畫種植許多枝椏繁茂的樹木，於是這一片空地終於變成一處茂密而整潔的樹林，同時也成為都市裡面一個會呼吸的肺那般，把都市叢林嚴肅而冷漠的線條軟化，讓人們降低不少備感壓迫而不舒服的感覺。

這一片獵人兒子所刻意保留的森林，面積和一般社區公園綠地差不多，它所綻放出來的新鮮綠意，吸引許多野鳥飛來築巢，似乎呈現顏元叔老師所寫「夏樹是鳥兒的家」那篇散文的境界；當然這一片森林綠地，也是人們喜歡前來休閒與發呆的好地方。

春天即將結束的一天傍晚，獵人兒子推著一部輪椅過來，上面坐著上了年紀的老獵人，從外表已經看不出來曾經是擁有好槍法的神射手，反而讓人感覺到是一個眼神呆滯的平凡老人。

獵人兒子站在森林綠地不遠處，低頭告訴父親說，那個地方原本是一片竹林，而且曾經有成千上萬的白鷺鷥在那兒生活。他又說，白鷺鷥隨意飛翔的樣子很像似一幅畫，那是一幅令人覺得賞心悅目的風景畫，而其內容則是一大片會浮動、飛翔的花朵哩！

老獵人看著蓊鬱而蒼翠的樹林，當下彷彿想到了甚麼事情的樣子，使得原本不太有表情的臉龐，好像很細微的抽動了幾下，眼神也跟著日落西山的夕陽而更為黯淡許多……。



金門第16屆語島文學獎——（小說組首獎）

胡神

◎姜天陸

黃玉花
長官。我不是什麼敵人，問謀也不
是，我是守法的人，我從不做壞事。
我是一個平凡的女人，我跪你們
……好，我一定坦白。我叫黃玉花，
船上還有我爸爸、大哥、大嫂、二哥
和侄女，他們受傷了，求你們救救他
們，我大嫂的肚子裡還有寶貴，你們
只要看到肚子鼓個大球的，就是我一
大嫂，求你們放過她，沒有人會叫一
個肚子那麼大的女人，來冒險做間諜
。我們只是要到香港，我們以為一日
夜的航程就能到香港了，我們被霧困
住了，求你們原諒我們，求你們。
中國人不打中國人，求你們放過我
們，求你們放過大嫂肚子裡的寶貴，
求你們了。
我們今天會流落到這裡，是被逼到
真的，請你們相信我。
我是高平人，老家離高平城區還要
十公里，你不知道高平？是北越最北
邊的城市，我聽說這裡幾百年前被中
國統治了很久，所以家鄉的廟還寫中
國字。我們那裡往北方三、四十公里
就中越邊界，我們家靠山耕種生活，
那裡有許多獨立小山立著，那山沒有
相同的臉，那河流繞著小山彎，也沒
沒有一處同樣的腰身。我們都說那
是人間桃花源。
我去年生，那年，胡志明帶領的
越南共產黨在邊境那裡打敗法國人，
法國承認我們獨立，我們的國土那

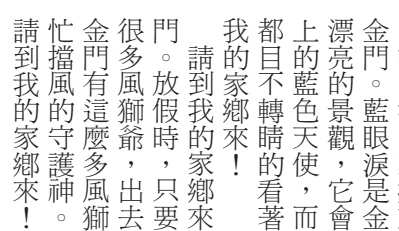
其實我在河內沒有讀到多少書，就回
高平了。在河內最後幾年都在躲空襲，
美軍的轟炸機把城市炸得千瘡百孔，
到現在，我還痛恨美帝國。那炸彈落
在一公里外，能搖天動地，能勾走人
一半魂魄；若是落在半公里內，會將許
多建築物震倒，能活埋人命；若落在十公
尺內，人身血肉瞬間蒸發，常常只剩斷
肢殘骸，連魂魄都被嚇得飛向遠處。爆
炸後許多被燙熟的傷者，會用最後一
口氣求周圍的人幫他們了斷生命，免
去這無盡的折磨。美軍會一日空襲河內
五十次，我常被爆炸聲震得魂飛魄散，
身在哪裡都不清楚，還會失去胃口和
睡覺的欲望。都過去二十年了，到現在
我還是常常做空襲的噩夢。
我回到高平後，有一段時間覺得鄉下
死寂無聲，原來我的耳膜早被震破了。
那時鄉下來了很多疏散逃命的都市人，
也出現不少陌生的中國人，看來不是來
修鐵路、公路的，也不是來協助打仗的
事的亂民，大家覺得奇怪。有人傳說
是中國士兵喬裝的平民，是中國派來打
探消息的，據說越南這邊也派一些兵
假扮成生意人越過邊界到中國去探情
報，兩邊不是兄弟嗎？怎麼互相提防
了？大家這時都在注意河內、海防哪
裡被炸了，或是人民軍打到南方哪裡
了，反而不大在意這些陌生人。那時我
曾帶我們返回中國廣西探親掃墓，只

令，限制華人從事印刷、無線電這些行
業。二弟只能離開，他憤憤難消，返家
回農場務農，偏偏遇到旱災和水災，
農場欠收，農場長官便要二弟捐糧效
勞，他已是十餘年的員工，官方竟然
這樣對他，不止他，他的華人好朋友一
樣被解職或降職。
我們變成人家眼中的釘，我家的口糧
配給還被減了兩成。
大哥回家時大罵：現在華人被視為「
階級敵人」、「反革命份子」。
這時越南軍隊與公安開始驅逐高平、
河宣、萊州、老街這些邊境的華人，一
路趕入中國，說要淨化邊境；可是河內
、海防等地的華人又湧到北境來，要進
入中國，據說友誼關每天都有數百名華
人在關外等待進入中國。有一次，越南
動員武裝軍警開槍驅趕關口南邊的華僑
，造成數人死亡。這事情鬧得很大，在
我們華人間傳開了。
我哥說外面傳言越南、中國可能開戰
，到時，我們華人的處境會更困難。父
親聽了不以為然，說我們是烈士家庭，
他與叔叔都參加過對法國的戰爭，叔叔
還為國捐軀，而且，越中本是同家，胡
總理早說過「同志加兄弟」，幾年前中
國還派了幾十萬大軍來協助抗美救國戰
爭，越南的武器、裝備、糧食也都是中
國援助的，這種兄弟情誼，怎麼可能生
變？
原本在外頭的一名解放軍長官進客廳
，走到神龕前看神主牌，點點頭：「你
們歷代祖先都還寫得很清楚，你祖父叫
什麼名字？」
「黃南華。」父親答。
你父親呢？
「黃忠義。」
中國軍人收回槍，要我們坐回椅子上
。這時他們走到我們正面：「我們不會
炸你，你們坦白說，村裡有沒有躲藏
越南軍頭，坦白說。」
我搖頭。
「別裝傻，民兵都躲在哪裡？」那位
解放軍長官動怒，瞪著我。
父親馬上回答：「有民兵，每個村落都
有民兵，我們村裡的民兵班長也是華人
，是我父親，我過去找他來見你們，只
要村裡民兵都不放槍，你們也不要殺我
們，我們村裡平安，你們也不用防我們。」
那長官點了點頭，說：「好。你女
兒被押在這裡，你去把民兵班長找來。」
父親跑去村裡的民兵班長，兩名中
國解放軍看守我，其他的解放軍就躲到
暗處了。
兩名解放軍就和我隨意的聊天，他們
說我的中國話講得很好，還問我會寫中
國字嗎？越南到底是怎樣的民族？民兵
都怎麼訓練？越戰時怎麼躲避美軍的轟
炸？四週的山巒、溪谷是怎樣的地形？
還有我對越南正規軍的了解。
我把我知道的一五一十的告訴他們。
爸爸終於找來了民兵班長，原來是我
堂叔。他們就和解放軍密察察的低語
了一番。
事後，我們村落的沒有再換炮擊和
槍擊。我們隔壁東邊的村子沒這麼幸運
，他們的民兵隊伏擊解放軍，殺死了一
名解放軍，整個村子被炮擊報復，死了
幾個人。
我們都很感謝堂叔保護了我們的身家
財產，我們百姓圖什麼？就是求個平安
，就是平安，其他的，我們不敢奢求。
但是，我們想求個平安，卻沒那麼簡單。
（十三）

我最想為地球做的一件事

湖小四〇三 呂靚

俗話說：「節約能源一起來，共創世界好未來。」
我們要好好珍惜我們的地球啊！因為地球只有一
個。而我最想為地球做的一件事，正是「節能減
」，「節能減」可是只有一種喔！它分成四種
，有「省水、省電、省油、省紙」，還有「省
紙」，現在就讓我這位小導遊，帶你來說說，怎麼
減碳吧！
首先，我先來講省水，俗話說：「我們人類想
生存就必須要有陽光、空氣和水。」所以水對我們
來說是非常重要呢！記得有一次，我看到一位小
弟匆匆忙忙跑去洗手台洗手，你們一定想不到
吧！他竟然沒有關起水龍頭就跑去洗手，而且再跑
去告訴那位小弟：「下次一定要把水龍頭關好
啊！如果我們現在不好好珍惜水資源，我們將來
會面臨缺水的危機；其次，我來講省電，老師常
說：「隨手關燈一小步，節約能源一大步。」是
啊！如果我們平常隨手關燈，對我們來說只是個
小小步驟，但是對減緩地球的損害是個很大的幫
助呢！而我們要怎麼省電呢？現在是個炎熱的夏
天，我們不需要開冷氣，開窗戶就好啦！因為，我
們的學校是一棟綠建築，我們有非常大的窗戶只
要一開，風就會吹進來，非常的涼爽呢！另外，我
們有些電器不需要用時可以將插頭拔掉，大家一
定要記得省電喔！
最後，我們來講省油和省紙吧，省油，我們平時
要怎麼省油呢？爸爸媽媽上班開著汽車或是機車
，都是需要耗費大量的油，我們該怎麼辦呢？我們
可以選擇騎腳踏車，記得有一次，老師在台上介紹
腳踏車時，這讓我想起電影「練習曲」中的那些年
輕人一樣，他們利用六天五夜的時間騎腳踏車環
繞台灣一圈，活出生命的「練習曲」呢！或者，我
們可以選擇11號公車，這可是我們搭的公共汽車
，這是我們最省錢的交通工具，再來，就是省紙
，我們知道紙是怎麼做的嗎？紙是利用樹木的樹
皮做成的，你們想想如果我們多麼的浪費紙，那
麼炎熱的夏天不能不開冷氣又沒有大樹的樹蔭讓
我們乘涼，我們不就會感到非常的酷熱，所以我們
好珍惜紙。一張紙，我們可以重複使用，如果今
天我們影印時影印失敗，那麼那張紙空白的地方
，我們可以當作計算紙，這樣就可以廢紙再利用。
「如果沒有了地球，就如同魚兒失去了大海的依
靠；如果沒有了地球，就如同小草失去了水的滋
潤；如果沒有了地球，就如同飛鳥失去了白雲的
陪伴；如果沒有了地球，就如同人類失去了地球
的陪伴！」地球對於我們人類來說是十分的重要
呢！而我最想為地球做的一件事，就是「節
能減碳」。希望大家可以和我一樣，讓地球盡一
份心力，讓我們一起來
節減減碳吧！



小學生

我最喜歡的校園一角

中正四〇三 蔡昀寬

我最喜歡的校園一角就是遊樂場，我可以一邊玩一邊等媽媽來接我。
每天下課我都帶著快樂的心情去遊樂場跑跑跳跳，我最喜歡單槓，因為我可以變成任何動作，例如：倒立、懸吊、等等，我也喜歡這裡的溜滑梯，那裡是我們以前的掃地處，我們每天認真地把這兒大樹的落葉掃乾淨，看著低年級的小朋友在乾淨的環境下玩耍，我就好開心喔！每次心情不好時，我也會來這兒走走，是最讓我放鬆、不愉快的事情馬上拋到腦後。
春天的時候這裡是溫暖又活潑的地方，夏天的時候這裡是個熱鬧的地方，秋天的時候這裡是個曬太陽的好地方。這裡一年四季有不一樣的樣貌。這裡是我中正國小最喜歡的角落。

請到我的家鄉來

中正四〇六 周以恩

請到我的家鄉來，我的家鄉是歷史悠久、四季分明的金門。金門在臺灣和大陸的中間，以固若金湯，雄鎮海門取了金門這個名字，以前的名字叫「浯江」，春天時很潮濕；夏天時天氣很熱，熱到在路上走路都會被曬得小汗淋漓；秋天時風很大；冬天時非常冷，都要蓋很多層被子，來吧，請到我的家鄉來！
請到我的家鄉，我的家鄉是以貢糖、麵線、高粱酒和菜刀出名的金門。只要有放假就會有大量的遊客到金門，人人都搶著買貢糖和麵線，而且金門的菜刀不一樣，它是用砲彈做成的，非常銳利，所以使用時要很小心，但是切食物卻很輕鬆，來吧，請到我的家鄉來！
請到我的家鄉來，我的家鄉是多樣化自然生態的景觀。藍眼淚是金門的自然特色，也是我覺得非常漂亮的景觀，它會漂浮在海面上，看起來像像像像像上的藍色天使，而且晚上看時會發亮的，讓我每次都不轉睛的看著，真捨不得回家呀！來吧，請到我的家鄉來！
請到我的家鄉來，我的家鄉是有風獅爺保護的金門。放假時，只要爸爸有帶我們出去玩，都會看到很多風獅爺，出去玩的時候，我問爸爸：「為什麼金門有這麼多風獅爺呢？」爸爸說：「風獅爺是幫忙擋風的守護神。」我想一想覺得很神奇，來吧，請到我的家鄉來！

鍋鏟香料·廚師夢

柏村六〇一 鄭又瑄

今天中午，店裡出現了第一個客人，服務生就馬上幫客人帶位，並讓客人點餐。點完餐之後，我就開始為客人準備餐點，我就拿起了許久的鍋鏟，倒了一些油，熱一下鍋，倒入要煮的菜，加了一點水，倒出少許香料，翻炒一會兒，就可以擺盤了。在我正要將餐盤端成時，又有客人點餐了，我就叫了其他廚師也趕快料理，我把美味的佳餚讓服務生送出去後，越來越多客人也進到店裡用餐。雖然累到無法休息，但我卻樂在其中，因為我是一名廚師。
在四年級時，家裡有泡菜又有麵，我肚餓了，媽媽就叫我進來廚房說：「我教你煮麵。」因此我學會了煮麵。之後，我要是餓了，我就會自己煮麵來吃，也煮給阿嬤吃，阿嬤常說好吃呢！後來，在阿嬤和阿公要去台灣之前，我才學會要怎麼用電鍋煮飯，當時我就決定要成為廚師。
有一天中午，媽媽已經累到不想煮飯，所以媽媽要我煮飯，我原本想拒絕，不過我心裡卻想要嘗試看看煮過麵的麵，所以就答應媽媽。媽媽在一旁指導我炒麵，但我只是分心，就不小心把蔥炒到焦焦了，雖然最後炒麵賣相不好，也有人說不好吃，但說好吃的人還是比較多，所以我更堅持要當廚師。
現在，我還是一個默默無聞的廚師，我希望能考上林林廚師，並努力成為五星米其林廚師，有能力再開一家餐廳，每天都能有成千上萬的人前來用餐，滿足每一位客人。

網路公共利益化 西雅圖時報籲助新聞自由超級基金

招牌製作

LED字幕機 太陽能.燈珠.各式招牌
各式立體字.大圖輸出.電腦刻字
活動旗幟&帆布

鴻康有限公司 082-335214 0919-057216
 宜蘭縣中正路11號

輕鬆學英語・英語輕鬆學

健人不只腳勤還要會說英文（下）

作者：麋鹿兒

還記得我們上次談到大家豔羨的「人魚線」（V lines）、「六塊肌」（six pack）還有「馬甲線」（side lines）吧！是不是很想要？不練是做不到的啊！所以這時候只能搬出Nike的經典標語："Just do it."動起來吧！通常我們講到做運動，除了有固定場地、固定比賽規則、以及會有觀眾的「比賽類的運動」"sports"之外，我們常掛在嘴邊的"exercise"範圍就很大了，一般用來泛指任何肢體的運動，包括：廣場舞、甩手、跳繩、丟球、踢毽子、健身操等等愛怎麼動怎麼動的「運動」。而「去健身房運動」，我們則是用"work out"來表示。在全民健身的時代，一講到「運動」，多數人都會自動在腦袋裡面唸地將"exercise"分成：「有氧運動」及「無氧運動」兩種，然後問，你做的是哪一種。

「有氧運動」的英文是"aerobic exercise"，就是在一段持續期間內，運用體內大量的肌肉組織，使心肺吸入大量氧氣，並將氧氣輸送到全身的運動。廣義來說，就是任何可讓你的心跳維持高頻率的運動，比如說慢跑、游泳、騎腳踏車，或是在健身房裡使用踏步機、划船機、做有氧舞蹈等可增強心肺功能的運動。順帶一提，"aerobic"可以當形容詞，表示「有氧的」或者是「與氧氣相關的」，若是當名詞來使用，則會在後面加上"s"，所以如果我們看到

"aerobics"，那是指「有氧代謝」、「有氧運動」或者是「健美操」。既然有「有氧運動」，當然也就有「無氧運動」囉！「無氧運動」就是"anaerobic exercise"，特別是指強度較強、運動時間較短的運動，身體在運動後會需要一段時間來修復的這種運動，如果常進行無氧運動可以增加肌肉含量，提高基礎代謝，像是重訓、短跑都是屬於無氧運動。

在這裡一定要提醒大家，不管哪一種運動，運動前一定要做的事情不是把自己穿很帥就好，要注意的第一件事情是要做好「暖身」"warm up"，想想如果一身勁裝出場，結果下一秒就大喊「我抽筋了」"I got a cramp!"，那真的是蠻糗的啊！關於「抽筋」，相信熱愛運動的大家應該不陌生，反正不是自己抽筋也看過別人抽筋，至於這「抽筋」的英文是"muscle cramp"指肌肉忽然收縮的現象，外國人也會稱「抽筋」為"charley horse"，這個片語可以用在手、腳的抽筋上，但大多數的時候是指大腿前側部位的抽筋狀況。說真的，抽筋就抽筋，抽筋頂多會罵「草泥馬」，跟「查理馬」有什麼關係？這是因為"charley horse"的說法是源自於運動選手遭受到對手的膝蓋攻擊，這就像被馬踢到一樣痛苦，用來形容抽筋起來真是要人命的痛啊！所以，如果聽到人家哀嚎，「噢！我的腿抽筋了！」"Ow! I

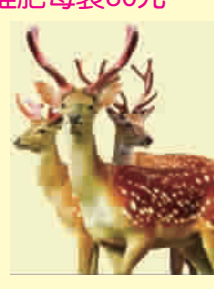
have a cramp in my leg!"那該怎麼辦？很簡單就讓對方「坐下來休息一會兒。喝個運動飲料，補充電解質。」"Sit down and rest for a minute. Have a sports drink and replenish your electrolytes."等待舒緩就好了（但還是會「餘痛」蕩漾），個人經驗是帶幾顆「鹽錠」在身上保平安是一種必要，如果覺得快抽筋了，基本上吞個一、兩顆是會舒緩的啦！但太嚴重的還是要停止運動、立馬休息比較好。鹽錠只能治標跟安慰心理，最重要的還是要記得「做運動前一定要暖身」"Be sure to do warm-ups before you work out."啊！這裡我們看到"warm"跟"up"被用一個"- "連在一起，後面還加上了"s"就是把這個動詞片語轉換成名詞來使用，所以「暖身」可以說"warm up"也可以說"do warm-ups"喔！突然想到有幾個運動後面都有"up"而且也是類似的名詞結構，在這兒就順便跟大家分享一下囉！比如說，「仰臥起坐」叫做"sit-ups"、「伏立挺身」叫做"push-ups"而「拉單槓」就是"pull-ups"。偷偷跟大家說，「我一次可以做10下仰臥起坐、5下伏立挺身。」但是「我連一個單槓都拉不起來。」用英文來說就是，"I can do 10 sit-ups or 5 push-ups at a time ,but I can't even do one pull-up."這不是舉例，這是我的實力，所以，我的人

口氣拉五十個單槓。」"I can do fifty -ups in one go."的時刻。這我們常常掛在嘴邊的「一口氣」，當然不是指吸一口氣的時間，而是一次連續不停的節奏，所以用英文來說就是"in one go"或"in one sitting"囉！

講真的，現代人注重身體健康也重視體態的美好，所以，相當重視運動與健身，但是因為場地有限再加上天氣的緣故，所以，非常時興到「健身房」"gym"去運動。高度競爭下讓健身房的「設備」"facilities"相當齊全，不僅有跑步機等有氧運動設備，也有各種「重訓設備」"weight equipment"，更有「淋浴間」"shower room"跟「置物櫃」"locker"，甚至有的地方還有「三溫暖」"sauna"，可以說運動起來相當的舒適。所以上健身房蔚為流行的風潮也是可以理解的，常常會看到有人每個禮拜都去健身房報到，健身重症患者甚至風雨無阻比上班還勤勞，如果我們要形容這種健身狂熱者，也就是每天都一定要瘋狂鍛鍊身體的人，不練就覺得哪裡不對勁的，我們就可以稱他們是「健身控」"gym rat"囉！

最後再三提醒大家，運動前的暖身固然很重要，但運動完的「緩和」"cool down"也是不能少的。「我認為鍛鍊後花幾分鐘時間讓身體緩下來很重要。」"I think it's important to take couple of few minutes to cool down after our workout."不管做的是不是很劇烈的運動，也不管是不是健身控，運動的過程只要做好"warm up"以及"cool down"那就可以避免運動「傷害」"injury"的發生喔！運動要開心才能持續，要持續才能擺脫「啤酒肚」"beer belly"、「腰間贅肉」"love handle"跟肚子油油的「游泳圈」"muffin top"喔！大家一起動起來吧！GO!

什麼是血茸？
內充精血外皮鮮紅的幼茸就是優質血茸
請親臨光前鹿場一看便知，並品嚐優質產品，
體驗其功效和好處
光前鹿場擁有雙認證的口碑，也是地區唯一的國產鹿茸
標章示範戶
產品皆經SGS檢驗，讓您吃得安心。
凡購買鹿茸粉與膠囊2件以上享八折優待
現正是長茸期間，預約可享優惠及挑選鹿王大茸的先機
光前鹿場(光前廟後方) 電話:0935-030039、082-311713
金門分銷處: 鶴莊免稅商店、大賀藥局、仁愛藥房、康總藥局、大金藥局



信源工程行
人力派遣
清潔工. 急徵粗工
打石. 搬家
一通電話到府服務
洽 蔡先生: 0919-138-343
張先生: 0982-279-750

揚明冷凍商行
冷凍倉庫儲位出租
每板: (120X100X140公分
重1000公斤)
日租: 新台幣30元起
地址: 金湖鎮太湖路三段451巷26號
電話: (082) 332607

汽車貸款
不分車種、年限皆可評估
有車就可貸，貸過可再貸
客詢專線: 李小姐 379-4111
0932-897890 廣旭國際企業有限公司

熙鼎御苑店面出租
近摩斯、縣府、金大
請電洽: 3 2 2 8 7 4

請勿網路販售菸酒
請勿寄運免稅菸酒
酒促銷廣告應加健康警語
以免受罰
金門縣政府關心您 菸酒檢舉專線: 082-322976



金合成建設年度鉅獻
市港路經典華廈
絕美落成、即刻入住
三房兩廳
車站 市場 昇恆園 太湖路 市港大樓
全聯
賞屋專線 0932-214276

富郁國際人力仲介有限公司
FU YU INTERNATIONAL MANPOWER AGENCY CO., LTD. 2662
陳小姐
0911-883-430
地點: 金門縣金城鎮中興路205巷3-2號
電話: 082-311692 • 082-311517
專業引進 看護工・幫傭・養護工・廠工・營造工

瑞達高照
金城新地標
學區樂活宅
後浦商園 明星學區
43坪3房 中正國小旁
禮賓專線: 0920-501-390



德風銀樓 50年金飾老店
舊金換新飾金 最新款式 新娘套飾
高價收購舊金
金城店: 金城北門里中興路69號 321781 321786
金湖店: 金湖新市里復興路101號 332015 330786

先鋒電器行
專修冷凍、冷藏、空調設備、冰箱、液晶電視
洗衣機、瓦斯/電熱水器、晶工開飲機
SANLUX 台灣三洋 **鑫威** 晶工牌 JINRON
TEL: 333645 手機: 0921-011-433
地址: 金湖鎮武德新莊自強路1號

美麗的校園

中正三〇六 王蕾萌

我的學校是中正國小，一進校門，放眼望去，第一個看到的是遊戲區，我常常會忍不住跑過去玩，然後依依不捨的離開，這是我在學校園一角。

走過穿堂，經過活動中心，就是我最愛的地方「操場」，在操場上可以跑跑跳跳，跟溜滑梯一樣好玩，但比溜滑梯更自由，這是我第二個喜歡的地方。

除了玩遊戲的地方，另外一個我最常活動的場所就是教室了。我們

今天又是端午節，我準備要去龍舟寫生。一大早天空的太陽大的像火花，草地綠油油，讓我心花怒放，快樂的要飛上天了，真想和大家分享這份喜悅！

吃完早餐後，我帶著水彩筆、水彩盤、顏料……，去划龍舟寫生現場拿紙，一拿到紙妹妹就喜悅的去划一個位子畫畫，我也跟了上去。我首先用鉛筆在紙上畫兩艘龍舟，上面有一些人在划龍舟，一個人打鼓，兩艘龍舟一前一後在雙鯉湖奮力往前跑。

我又在畫紙旁畫了一些花草，接著用黑筆描邊，用彩色筆、蠟筆塗顏色，最後用水彩筆塗上大海的深藍色，就大功告成了！

「咚咚咚咚」我聽到了一陣陣打鼓的巨大聲響，原來是划龍舟比賽開始了。選手們一上龍舟，就開始用力的划呀划、打呀打，我發現選手們划龍舟時，動作整齊齊齊都一樣，難怪划得那麼快，那麼敏捷！當我正在思考的時候，主持人大聲宣布第一名，妹妹高聲歡呼打醒了我，問她：「你為什麼要歡呼呢？」原來她支持的隊伍獲得了第一名，她很高興。大家都很好奇為什麼妹妹會支持獲勝的那個隊伍呢？「因為那艘龍舟是我最喜歡的藍色呀！」妹妹回答。

我想起來了，剛才寫生時她也說她最喜歡藍色了，所以就把藍色龍舟畫在前面，看起來像是贏了，現在真的贏了，真神奇！

今天來雙鯉湖參加端午節的慶祝活動讓我樂不可支，我在看划龍舟比賽的時候，發現如果團隊動作一致，那麼速度就會很快，所以如果以後要分組做事，我們也要用這種團隊合作的方法，就容易成功。

歡樂端午節

古寧三〇一 莊語軒

我的爸爸身型很強壯，厚實的肩膀和充滿肌肉的手臂，圓滾滾又柔軟的肚子，但是爸爸的雙腳很靈活，因為他曾經是長跑健將。

我的爸爸個性溫柔。又富有正義感。爸爸非常的愛媽媽，每當我和妹妹調皮搗蛋的時候，不小心讓媽媽火冒三丈的生氣，爸爸總是先安撫媽媽的情緒，然後溫柔的提醒我們兄妹倆要乖乖聽話。無論是在家裡或者在外面，我的爸爸都會保護我們不受傷害；他也曾經救過一個老婆婆，他幫忙暈倒的老婆婆做心肺復甦術（CPR），拯救了一條

運動與我

我的爸爸

沙小三〇二 張伯安

為了要長高，我每天一練完鋼琴就會去跳繩，跳繩是長高的好訣竅，每天我都跳二百五十下，所以我學期一開始才一百一十七公分，學期結束後，我就長到了一百二十公分了！在學校，我下課時常常會和運動對每個人都非常重要！

運動與我就像老師學生，運動是老師，我是學生，因為運動讓我長得越來越高，有句話說：「如果說健康是一，財富、名利都是零，有再多的零，沒有那個一也沒用啊！」，我覺得運動對每個人都非常重要！

湖小三〇四 王譽霏

我看過無數次的水線打結，我聽到無數次轟隆隆的聲音，我碰過滑滑的水線——我住在包包裡，已經兩年多了。

這裡每天都好暗，充滿了奇妙感。一大早，涼涼的微風，從遠方的陽臺吹來，我全身蓋滿了棍子，就像是蓋滿了棉被。午後，有一些小朋友會拿起我，快樂的扯起來，於是我就和他們玩了起來。

在我的身邊，經常會有許多的小朋友，和我一起，還有水線和棍子，把我滾來滾去，他們每次都把我甩來甩去，搞得我暈頭轉向。我喜歡學新的招式，也喜歡和小朋友玩。你知道我是誰嗎？我是一顆好好玩的扯鈴。

聽扯鈴的心聲

金鼎三〇二 陳偶吳

其實有很多人說我像廚師，我會做：「蛋包飯、番茄炒蛋、艾蛋。」

你想知道我是怎麼炒的嗎？因為媽媽在炒菜時，我都在旁邊觀看呀！至於蛋包飯呢？我可是偷偷的看手機才會做的。

除了炒菜，我還會做點心喔！我會做果凍、籤餅這兩個點心，我上次做了一個果凍是蜂蜜口味的，吃一口就會入口即化，超好吃的！

偷偷告訴您，我其實是很怕火的，但我克服它了！連媽媽都說我是第一名的小廚師，家人也這麼贊同，我覺得好開心啊！

炒菜記

卓環三〇一 李幸好

校慶活動記趣

中正三〇二 蔡沛玲

三月二十一日，是學校的生日，星期六的時候，學校會舉辦活動，還會辦園遊會，我最喜歡玩的，就是「園遊會」，因為園遊會有賣食物、玩具和娃娃，我好希望三月二十一日快點到。

責任編輯／張郁珊

崗石華廈 絕美落成

立即晉升豪宅主人

金湖昇恒昌首座優美整建工程 在地打造崗石美學建築

【近生活】與海濱7-11，步行2分鐘就可到mos漢堡、紅豆餅店、金福利中心、生活便利。

【市中心】金門縣政府、文化中心、教圖園在附近，步行5分鐘可到金城火車站方便。

【金寧區】鄰近有中正國小、金城國中、金門高中、金湖上學安全方便又放心。

生活便利圈 金門交通樞紐 2-4房 大器落成 即可交屋

【地址】金城鎮民權路226巷2弄12號(舊) 082-322-874 歡迎蒞臨觀賞

建築公司：昇恒昌建設 營造商：德東營造(金門) 金湖昇恒昌 1 園遊會：昇恒昌 大廚：金湖設計 日滿設計 使用材料：綠石 建築師：(122) 許建雄 建築師 35332號

YAMAHA 音樂團體班(4-6歲)

音樂是孩子們快樂的秘訣

預約 秋季體驗 320532

品鑫工程行

房屋整修、增建

農舍新建、土木工程承包

在地經營 責任施工

電話：0963-203-073 關先生

代辦貸款

建地農地

銀行借款代辦

建地合建現金買賣一次付清

洽 0910308798

小項宅修

查漏、浴廁廚房修改

木工、泥水隔間裝修

老舊水管、電線更新

各型衛浴修理

燈具更新、通排水

0935-710-923郭先生

悅洋樓

精工細作 全新登場

金門首座 金石獎榮獲肯定

22坪~27坪 2房雙衛

082-316-357

冠峯建設有限公司

土地合建/房屋興建/建地收購/建設開發/建築規劃/買賣投資/房屋租售/大樓開發/管理顧問

金門縣金城鎮光前路55號 (082) 323-646 328-260

良金牧場

500元溫體牛肉吃到飽

四人起接受預訂，須於三日內預約

振興券

500元多項優惠特產任你選

使用大作戰

中央和金門縣振興券都通用 訂位專線：082-337427

全球人力管理顧問有限公司

金門分公司許可證號1776-1

專業引進外勞 看護工 幫傭 工廠工 漁工

金門縣政府合法立案公司

專門聘請翻譯老師 歡迎諮詢

金湖鎮新市里中正路39號

公司電話：335995 傳真：335002

外勞仲介：翁先生0912769388

歐式電梯別墅

透天五層樓豪宅

觀海景金門大橋

還有五席保留戶釋出

意洽：0930-535-319

安順生命事業

後衛士連鎖 金門縣唯一專業葬儀優良業者

203-000454 203-006666

各式壽衣 壽板 葬儀百貨 骨灰罐 專業檢骨

專業會場佈置 在台臨終處理 返金進塔

金城鎮酒江路30-1號 電話：323050 364444

烈嶼鄉東林街77號 手機：0928-527557