

— 100 —

Copyright © 2015 Wolters Kluwer Health | Lippincott Williams & Wilkins

夏興地區
電話：331818
0905372050
金湖鎮夏興84號

全 賀

鼓勵親子共學 營造親密親子關係



社論

近年來，各教育機構都在倡導「親子共學」，親子共學的定義簡單來說就是家長陪伴家中孩童對於一個特定主題進行學習的過程。而本縣家庭教育中心為推廣家庭教育，今年度也在各鄉鎮辦理不少場次的共學體驗營，藉由精彩的課程規劃，讓參與的家長可以認識到子女不同年齡階段之發展特徵與教育需求，學習身為父母管教態度、方式與技巧的拿捏，以及如何親子溝通及其技巧，並且透過講師的經驗分享，讓家長學習扮演好親職角色，協助孩子飛越障礙。

教育的場域不僅限於學校，家庭教育也占了相當重要的一部分。生活即教育，家庭可說是教育的第一場所，而且重點並非是學習的設備有多好或是家長們的知識要有多專業，而是家長們該如何透過溝通、陪伴、鼓勵的方式引導孩子們，從而促進親子共學。其實，當家長陪伴孩子學習時，家長也再一次學習；孩子透過學習而成長，家長也透過陪伴增進親子關係。

昔日，台灣處在極權體制壓迫的結構下，使教育鼓勵競爭。現今，我們已走入民主，親子共學或許是一種新型教育模式，向孩子傳遞平等、尊重、合作的觀念。親子共學，便是從中學習如何與孩子平等、尊重地相處，並了解孩子的需求。經由每天二、三十分鐘的共學時光，讓親子間共享的活動，不僅限於閱讀，舉凡共視、共唱、共繪、共舞等等均是，透過親子共讀共享共樂，透過彼此互動、共同對話，傾聽不同的意見與想法，專注情感交流互動，不只親子一同成長，也將各種知識自然地帶入日常生活中，讓知識的學習與吸收、理解在孩子的成長路上順利扎根。

眾所周知，少子化已是現今社會現象之一，加上社會環境變遷，家庭結構改變，核心家庭更加普及；且雙薪家庭增加，父母雙方大多忙於工作，使得親子之間的溝通互動以及家人親密的共處時間都受到莫大的壓縮及限制，若父母長期忽視家庭對親子的深遠影響，因而減少了親子間的溝通、互動與相處的機會，日積月累下來，將會造成親子關係的疏離。

根據相關資料分析，親子共讀對營造親子關係及正確家庭教育理念、促進親子互動及溝通、激發孩子潛能及成長均有正面的影響。每周花個半小時至一小時，甚至每天15分鐘，對孩子的成长都是非常有助的。藉由親子共學、家庭共學，讓親子親密互動，從中培養親子共同話題，替親情加溫，也讓親子成為相互學習、樂於分享的夥伴。家長本身就是教育最重要的一部分，因為每一位家長更應為孩子帶來最好的一段時間，所以家長更要為孩子帶來最好的榜樣。打造健康、幸福的家庭關係，一起陪孩子長大，就從親子共學開始！

獎勵體育績優 城中獲團體及個人殊榮



金城國中今年榮獲「109年度獎勵學校體育績優團體及個人獎」國中組績優學校，並於昨日由許維民校長帶領黃文華主任、盧昱彥組長代表全校師生赴台，接受教育部長潘文忠頒發獎狀與勳章。

記者李增江／綜合報導
金城國中今年榮獲「109年度獎勵學校體育績優團體及個人獎」國中組績優學校，並於昨日由許維民校長帶領黃文華主任、盧昱彥組長代表全校師生赴台，接受教育部長潘文忠頒發獎狀與勳章。

而金城國中本大獲獎理念為「我們在離島，我們愛運動」，體育績優事項亮點為「落實體育專長授課與正常化教學」、「六大運動代表隊（男籃、女籃、田徑、桌球、羽球、棒球）表現傑出」、「實踐SHA運動方案」、「發展適應體育」、「專任運動教練建置」、「13組多元運動社團建構」、「發展運動跨領域課程」、「每年辦理三項以上單項運動競賽與全校運動會」、「結合海洋教育，辦理全縣九年級獨木舟水域運動體驗課程」、「發展跨縣市、跨國與新南向體育交流與移地訓練」、「成立楊媽輝體育績優獎學金（每年五十萬元），鼓勵本校發展與培訓體育人才」等等。

金城國中許維民校長表示，學校能夠獲獎，要感謝學校體育老師與教練長久以來的付出與貢獻，紮根於中學生體育教育普及化，讓城中學生突破自我，為校爭光。

此外，黃文華老師在學務主任任內把學校多年來的體育教學成果作系統性的整理，獲得評選教授們的青睞，連教育部長潘文忠也都順口說出我們（我們在離島，我們愛運動）的競賽標題，終使城中的體育教學成果深深獲得肯定，校長深表欣慰與謝意。



臺北市區監理所所長江謝人拜會縣長楊鎮浩，針對幸福巴士以及數位行動車來金服務鄉親等議題進行討論。（莊煥寧攝）

記者莊煥寧／縣府報導
臺北市區監理所所長江謝人昨日拜會縣長楊鎮浩，討論幸福巴士及數位行動車等。縣長楊鎮浩指出，幸福巴士對於偏鄉或小聚落居民來說，是一個不錯的服務，樂意去持續改善。至於有關臺北市區監理所「數位行動車」來金門服務鄉親，他認為這是好事，也請觀光處會同將地區重大活動、把資料與該監理所對接，以將進一步安排。

交通部公路總局臺北市區監理所所長江謝人昨日下午二時三十分在臺北市區監理所金門監理站長楊傳治等人陪同下到縣長室拜會，受到縣長楊鎮浩的歡迎，縣府觀光處長丁健剛也在場作陪。

縣長楊鎮浩指出，他在擔任金門縣政府交通旅遊局（觀光處）長時，因為體制改變將監理站回歸到中央以及直轄市管理，這幾年整個金門道路監理業務進行順利，對於鄉親的服務也相當平順，也要表示感謝。另外，在公路總局的業務上，金門幾個停車場的業務也受到公路總局的幫忙，也要特別表示感謝。

臺北市區監理所所長江謝人表示，臺北市區監理所金門監理站在金門也受到楊縣長及所有長官的愛護，另外，金門有一條33路的幸福巴士（公路總局補助），從今年一月十七日通車以來，載客率不是非常好，才百分之零點四左右，希望未來有改善的空間，而時間點是否有調整的必要？未來是否開辦新的幸福巴士？在台灣的幸福巴士除了用中型巴士外，也有用小黃計程車替代，有無可能引進小黃來做為幸福巴士，以服務偏鄉的民眾？以及新闢路線的可能性？

江謝人所長也提到，臺北市區監理所數位行動車，到偏鄉去服務，可以辦二項的活動，目前在金門巡迴，金門如果有一些重大的活動，該所願意將該車運到金門，首度來服務鄉親。

縣長楊鎮浩指出，幸福巴士路線都比較偏遠，在使用人口上有限，搭乘的人數也比較少，適用客群比較小，為了服務較少的族群所以改用較小的車子，以節省相關的成本及增加靈活性，台灣其他縣市偏鄉也會碰到類似的狀況，他們會採取什麼方式來平衡？

江謝人說，像是苗栗地區有些會結合觀光，結合民衆及結合觀光景點以提升載客率。

楊鎮浩縣長說，幸福巴士對於偏鄉或小聚落居民

深化學術合作 金大邀海巡署辦島嶼治安座談



金門大學邀請海巡署舉辦「島嶼治安：金門周邊海域情勢與執法現況座談會」後合影。（金門大學提供）

記者李金鎔／綜合報導
國立金門大學邀請海巡署舉辦「島嶼治安：金門周邊海域情勢與執法現況座談會」，針對金門海域的巡邏、海巡和查緝的現況與處理機制進行交流，並就雙方深化合作與鼓勵學生報考海巡人員等事項進行討論。

金門大學為增進師生對金門海域治安的了解，日前該校人文社會學系、海洋與邊境管理學系特舉辦「島嶼治安：金門周邊海域情勢與執法現況座談會」，邀請海巡署第12（金門）巡防區指揮部陳朝陽副主任、海巡隊李志平隊長、查緝隊徐麗娟、岸巡隊王

榮忠副隊長、蔡宇結執行長與黃富胤科員等出席座談，雙方針對金門海域的海巡、岸巡和查緝的現況與處理機制進行交流。

海巡署副隊長蔡宇結表示，世界各國為維護國家主權及海上秩序，在海域執法方面予以強化，以樹立海域執法權威。然而海洋事務的處理非常繁雜，不論在岸、海執法、海難搜救、海洋環境保護與資源保育、海上交通安全維護等，均需投入很多各領域之專業人才和設備等。近年來台灣海洋事務部門在數位化、全球化、永續性的挑戰下，雖有很好的成績表現，但仍應持續強化海域執法、健全海域交通、維護海事安全與維護海域保安，以符國人對海洋資源運用與安全保護的殷切期盼。

陳朝陽副主任表示，海巡署為維護台灣海域及海岸秩序，與資源之保護利用，以確保國家安全及保護人民權益，依法掌握海岸管制區之管制及安全管理；入出港船舶或其他水上運輸工具之安全檢查事項；海域、海岸、河口及非通商口岸之查緝走私、防止非法出入國境、執行通商口岸人員之安全檢查及其他犯罪調查事項；海域及海岸巡防涉外事務之蒐集、調查及處理；走私情報之蒐集、滲透及安全情報之調查處理等事項。

陳朝陽表示，海巡署會於民國107年5月在金門地區成立「海洋委員會海巡署第12巡防區指揮部」，統籌金門岸巡、海巡及查緝力量。自成立以來，即全力推動各項民服務工作，並結合岸海單位勤務能量，針對救生救難、防止走私偷渡、加強巡邏與查緝，與淨化海域及岸港安全，都有很好的績效。

金大表示，出席這次座談會的師長除人文社會學系高進副校長外，該系主任秘書蔡崇憲、體育室林本源主任、海洋與邊境管理學系特約主任、華語文學系楊惠玲主任、應用英語學系林清志主任、都市計畫與景觀學系洪瑛鈞主任、運動與休閒學系蔡德勝主任、新聞中心劉燈鐘主任等師長也全程參與座談。

藝遊臺灣插旗巡演 戲曲學院戲曲音樂系訪金

記者李增江／綜合報導
國立臺灣戲曲學院戲曲音樂學系，由大學部二年級二十一位學生組成的團隊，本週到金門訪問演出「藝遊臺灣插旗巡演」，昨日下午首到金城國中演出，受到八年級師生熱烈歡迎。

歡迎。該一行並將於十七日下午拜訪金門縣文化局和金門縣政府教育局，十八日上午及下午分別在中正國小和國立金門高中演出，十九日上午再與金城國中、金門國樂交流。

該演出團隊由國立臺灣戲曲學院戲曲音樂學系副教授陳立、主任游素鳳、老師王素真、林世通帶領，昨日上午搭機抵金，隨即在下午二時十五分前往金城國中演出，受到教務主任王振漢及八年級師生熱烈歡迎。金門縣文化局科長周祥麟等也到場參與。

國立臺灣戲曲學院校長劉晉立，今（十七）日將來金拜會金門縣文化局和金門縣政府教育局，就與中小學甚至金門大學合作，於寒暑假進行營隊和講座及交流演出，交換意見。金門縣文化局科長周祥麟等也到場參與。

國立臺灣戲曲學院戲曲音樂系，今（十七）日將來金拜會金門縣文化局和金門縣政府教育局，就與中小學甚至金門大學合作，於寒暑假進行營隊和講座及交流演出，交換意見。金門縣文化局科長周祥麟等也到場參與。



國立臺灣戲曲學院戲曲音樂學系，由大學部二年級二十一位學生組成的團隊，本週到金門訪問演出「藝遊臺灣插旗巡演」，昨日下午首到金城國中演出，受到八年級師生熱烈歡迎。（李增江攝）

（一）之養成教育。而以上學制國小至高職階段採直升方式為之（但仍須通過升部評鑑）；另大學部則須通過甄選考試。高中以下學生享有公費待遇，專科及大學部學生自費，但校方提供有優渥的獎助學金。

課程方面分普通學科、專業學科與專業術科。普通學科比照一般學校之共同科目，專業科目則分三組授課，先實施專業基礎探索，俟國中以上階段正式施行「分流分科教學」。國中階段教授專業基礎技術，高職階段除進一步專精所學技藝外並透過演出加強發展自我潛能，二專以上階段則以培養研究、創新、演出之專業人才為主。

該校施行全人藝術教育，以培養具人文素養、專業技能與學術理論並重，富創作性之表演藝術人才為目標，期盼學生能肩負起傳承與發揚傳統表演藝術之使命。在人才養成中，強調學生傳統表演藝術、專業學能與品德涵養均獲發展，期能培育全方位之傳統表演藝術家。

目前學校設有一座京劇文物陳列館、三座表演劇場及二座實習劇場。出版表演藝術專業叢書，製作戲曲與文物介紹之多媒體，每年展演六百多場，由學校附設之一京劇團與「綜藝團」（近期刊將增設「歌仔戲團」）及各系學生等團體在國內外演出，兼具教育、推廣與研究任務。

戲曲音樂學系，以培養戲曲音樂人才為主，培育繼承與創新傳統音樂之演出人為輔，著重傳統戲曲音樂學系、歌仔戲學系、民俗技藝學系、劇場藝術學系、客家戲學系等6系（科）。

目前招生方式，京劇與民俗技藝學系自國小五年級入學，歌仔戲、戲曲音樂與客家戲學系自國中一年級入學；劇場藝術學系自高中一年級入學，歷經國小兩年、國中三年、高中三年、學院四年（含二專與二技

今彩539第一〇九三三期開獎號碼

06 13 15 22 27

責任編輯／張郁嫻

金門新移民協會 將成立新晴志工隊



左、金門縣新移民公共事務協會召開會員大會，縣長楊鎮浥偕夫人張姬玲到場祝福並頒發理事長當選證書；右、新移民公共事務協會張莉理事長與會員及嘉賓合影。



(縣府社會處提供)

金門地區語文競賽 9/19 登場

記者李金銘／金寧報導
金門地區109年度語文競賽將在9月19日(週六)至20日(週日)於金寧國民中小學展開，共計有24位地區學生、教師及社會人士一同參加，角逐字音字形、作文、寫字、閩南語演說、國語演說、朗讀等六項比賽的獎項。相關訊息發布與連結，請上金門地區109年度語文競賽網站。

承辦學校金寧中小學教務主任許凡穎表示，今年度的賽事共分五組：國小組、國中組、高中職組、教師組及社會組，比賽項目共有六項：字音字形、作文、寫字、閩南語演說、國語演說與朗讀等六項，其中，國小組共有112位選手，國中組共有60位選手，高中職組共有56位選手，教師組共有15位選手，社會組共有4位選手參賽。比賽的場地皆在金寧中小學校園內：字音字形與作文在702、703教室，寫字競賽在學生餐廳，國語朗讀、國語演說及閩南語演說皆在803教室及禮堂教室。比賽的時間，首日(9月19日)為字音字形、寫字、閩南語演說、國語演說與朗讀等六項比賽的獎項。當天的比賽是字音字形揭開序幕，當天最晚的比賽是國語朗讀，預定當天下午五點半結束。第二天(9月20日)為字音字形、寫字、閩南語演說、國語演說與朗讀等六項比賽的獎項。當天的比賽是字音字形揭開序幕，當天最晚的比賽是國語朗讀，預定當天下午五點半結束。第二天(9月20日)為字音字形、寫字、閩南語演說、國語演說與朗讀等六項比賽的獎項。當天的比賽是字音字形揭開序幕，當天最晚的比賽是國語朗讀，預定當天下午五點半結束。

金鼎班親會 家長與老師座談

記者李金銘／金寧報導
為了讓家長們更了解孩子的學習狀況，也更清楚未來這個學期學校為孩子們安排的各項課程及活動，金鼎小學舉辦109學年度第一學期班親會活動，金鼎國小校長曾秀玲期滿透過面對面的雙向對話及誠懇溝通，強化學生家長與學校的聯繫及關係，增進家長對校務發展與班級狀況的深入了解，並獲得家長對學校及導師班級經營的肯定及支持。

首先由校長及各處室主任利用簡報說明校務發展現況及具體成效，緊接著進行親師座談，由各年級導師說明班級經營理念與課程教學計畫，讓家長能深入了解學生在校學習內容與生活情況，藉由親師的互動營造良好學習環境，讓孩子在愛與關懷中快樂學習健康成長。

在各班進行的班親會中，各班家長們出席非常踴躍，親師密切的互動，拉近了彼此之間的距離，互相支持與合作，為孩子的成長共同努力，讓金鼎的學子學習生活更豐富與多元，成長之路更加安全健康與快樂。

最後家長到活動中心由校長說明學校未來的展望，各處室行政人員現場解答家長的疑慮，更利用面對面的座談，進行意見溝通與問題回應，期盼藉此讓全校家長瞭解學校校務發展重點。

衛生局抽驗學校營養午餐 均合格

記者陳冠霖／綜合報導
金門縣衛生局近日針對轄內國小、幼兒園自設廚房現場作業環境、人員衛生及製備過程等進行稽查及抽驗營養午餐成品，共計抽驗15件營養午餐，檢驗結果均符合規定。抽驗結果公佈於衛生局網站，民眾可逕至該局網站查詢相關訊息。

金門縣衛生局為維護本縣學童營養午餐衛生安全，本年度上半年針對轄內國小、幼兒園自設廚房現場作業環境、人員衛生及製備過程等進行稽查及抽驗營養午餐成品，共計抽驗15件營養午餐(補餐)，分別為開國國小、正義國小、柏村國小、多年國小、古寧國小、金鼎國小、湖埔國小、金寧中小學、烈嶼國中、上岐國小、西口國小、卓環國小、金城國中、賢庵國小、古城國小。

衛生局提醒，餐食製備過程中應注意從業人員個人衛生及作業場所須符合食品良好衛生規範標準，並落實自主管理餐食品質，盡量多採用在地、當季食材，可選擇具有「三章一Q」(即CCC有機農產品標準、CAS臺灣優良農產品標準、產銷履歷農產品標準、台灣農產品追溯系統QR Code)的食材或信譽良好商家之產品，驗收時除注意食材新鮮度外需特別注意產品有效日期，驗收後並按先進先出原則使用原料，確保食材新鮮度及品質，以維護學生用餐安全。



衛生局抽驗學校營養午餐。(衛生局提供)

金門第一品牌 聖祖食品
中秋禮盒 全面優惠中
免付設計費專線
0800-566899
www.shengzu.com.tw

你還在租房子嗎?
自備70萬起，80%低利貸款，月付12000元起，付款輕鬆，實比租划算
24坪2房2廳2衛，5樓電梯住宅，緊臨金門酒廠一廠、郭台銘生殖醫學中心旁，保值又增值，即將完工，預定年底交屋
鴻海特區
向上鴻海洽購電話
082-320111 082-324566

金門縣私立雅韻藝術學苑 準公共化幼兒園
師資優良 環境安全衛生 課程豐富多元
名額有限，趕緊來報名！
雅韻幼兒園教育諮詢專線
320467 • 371842
準公共化幼兒園 不但學費有補助 而且保障不打折

一峰防水人力工程
急徵工作伙伴 月薪1,300起
防水工程 抓漏止漏
人力派遣 免費估價
打掃清潔 防水油漆
請洽張先生：082-328554 0906957795
金寧鄉伯玉路二段193號

榮成鋼筋綁紮
公共工程 土木工程 大廈公寓 小項工程 代工代料
電話：0975-290-967

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

狂賀 2020 比利時世界食品 品質評鑑最大賞 特級金獎
訂購專線(歡迎批發/團購)
082-330 099 分機 8256、8257
金門皇家酒廠股份有限公司
KINMEN ROYAL LIQUOR CO., LTD.
酒後不開車 安全有保障·禁止酒駕

高都豐田汽車(股)公司 金門地區經銷商
金門地區多年來為高都汽車責任區。本公司多年善盡保固、召修更換盡心盡力，和泰汽車為照顧離島居民，往返台金的不便，特指示本公司對金門地區更大的折讓空間，因此比去台灣購車便宜，即日起，歡迎光臨至金門高都汽車唯一授權及原廠技師駐金駐檢之譽都汽車購車及保固。
譽都汽車 TEL：322568/328842
伯玉路一段238號(榜林圓環旁)國旅卡特約店

三燕床墊
專業製床半世紀經驗 最適合台灣人的床墊
MONA 愛護您 2023-2024 2023-2024 2023-2024

房屋新建
老屋翻新/增建改建 室內裝修/設計繪圖 隔間貼磁/防水抓漏 天花板掉落結構補強 壁癌裂縫，拆除清運
0933-863880

永記外勞仲介有限公司
金門在地服務團隊
許秀瓊 0972-310707 · 陳佩蓉 0980-066111
蘇淑華 0965-005563 · 彭麗莎 0980-022999
公司電話：082-312655 · 082-311679
公司地址：金門縣金城鎮金城新莊7巷16號
專業用心 傳真：082-312259 統一編號：53652640 許可證號：2255
服務人員 證號：05066 專業引進：看護工/幫傭/看護工/廠工/營造工

齊鈺
完工，現買現住 二房電梯洋樓
洽 0963-033-399 賴先生

本報廣告效益宏大・彩色版面新穎
提供廣告設計編排・長期廣告優惠
故請踴躍刊登本報・訂閱本報
本報並具有資料收藏保存參考之價值

陳府故鄭老太夫人治喪委員會 謹啟

誼
哀此訃
(恕不另訃)

姻親戚友世誼鄉學寅族

孝男：勁夫 勳元
孝女：麗堂（適張） 沈芳如
孝女婿：張國財
孝孫：家忻 家暉
夫胞兄嫂：（宗慶）
夫胞兄嫂：許麗翠
夫胞弟：宗諒
夫胞弟媳：顧阿敏
夫胞姊：賢汝（適呂）
夫胞姊夫：呂（水却）
孝侄：應望 應裕 尚任
孝侄媳：莊惠玲 彭惠卿
孝侄女：莊琴（適莊） 奕旋（適楊） 惠雯（適鄭） 惠琦（適葉）
孝侄女婿：莊友銅 楊育德 郭森源
外甥女：呂光華 呂光友
外甥女媳：關秀美 陳玉梅 蔡曉莉
外甥女：呂秀華（適張） 呂秀玉（適鄭） 呂秀芬（適林）
外甥女婿：張中法 鄭文進 林益良
孝侄孫：家皓 家禾 彥銘
孝侄孫女：郁如
孝外孫：張淑益 張泓利
孝外孫女：張碧蕙 張碧妮
孝外侄孫：莊勝杰 郭有楷
孝外侄孫女：莊采芝 莊采嘉 郭倚堂
孝外甥孫：呂智揚 呂智安 呂嘉偉 張璋翔 鄭博文 林聖傑 林聖偉
孝外甥孫女：呂佩珊 呂家儀 呂芯卉 張心怡（適石） 張夢妮（適陳）
孝外甥曾孫：石時宇 石泰祥 陳耀翰
孝外甥曾孫女：陳堂庭
杖期夫：宗留

（族繁不及備載）

塔后鄉親代表：（從略）
湖前鄉親、宗親代表：（從略）
新市里、武德新莊鄉親代表：（從略）
金門縣額川堂宗親代表：
追源 聘泉 添丁 瑞和 水在 永東 成勇 育雨 宗元 國興 向鑫 金文 水福 金塔 成泉 滄江 福海 水義 篤龍 世宗
釣民 國民 再德 晚開 容為 建置 丕陽 璋輝 勝川 永富 良義 忠壽 忠飛 火炎 昆南 祥麟 永明 永棋 世和 書文
忠誠 金盛 福財 木漳 天仁 錫達 翔瑜 榮輝 金贊 清松 文順 賜發 定傑 松堅 篤麟 遠傑 天賜 慶虎 陳成 亞福
中輝 萬輝 媽朝 清雄 成鑫 經養 其鈞 清木

喪宅：金門縣金湖鎮武德新莊 66 號
聯絡處：金門縣殯葬所六合堂
電話：082332642
電話：0935082022、0935699568
電話：082-332263、0912540180

泣 啓

泣 啓



一向抗拒到醫院，想到像市場般擁擠，從看診、批價、領藥，一排排長龍，消毒氣味難聞，除了產房，沒有喜悅的事。不喜探病，看似薄情，細想醫院病菌多，容易傳染細菌給生病體弱之人。現下許多國家仍疫情蔓延，更不鼓勵探病，病人需要的是休息，在家裡祝福最為上策。

有半年光景醫院人潮蕭條，而我卻趕在這節骨眼必須上醫院。

年輕時莽莽撞撞，蹦蹦跳跳，不曾想過有一天身體

我看醫生・醫生看我

◎牧羊女

會報復。除了愛睡覺這好習慣沒有違逆自己身體的意思，其他衣食住行……從來都順從自己喜愛。走路經常三步併二步，跌倒滑跤好幾回，回回都是重重一跌，總想人生不也如此？隨之。十年前一次踩空階梯，整整坐在地上五分鐘才緩慢爬起。一次在健身房蒸氣室滑一跤，玉鐲碎成三截，傷了手臂，縫了十針，心裡暗自嘀咕莫非玉鐲保護了我。一次到胡思二手書公館店赴鄉親的晚餐約會，濛濛細雨，在汀州路上一不留神踩到水溝蓋，那一跤讓我在地上久久起不來，一群善良的大學生幫我扶起。餐畢兒子來接我，我絮絮叨叨講了始末，兒子說：即使總統請妳，也不必如此著急。我兒有所不知，總統請我我不一定會去，鄉親聚會非去不可。

幾次教訓事後都好好的；誰知過了三五年，經常被身體報復。一〇五年去瑞士旅行，行程走了半，尾椎骨痛到寸步難行，說有多掃興就有多掃興。返台後就

醫，照X光說沒啥問題，於是找了傳統中醫治療，不痛應該是好了？

誰知前些日子又忽然巨痛，到一家區域醫院做檢查，豈知年輕的醫生看了片子說：非常嚴重，骨裂0.6公分。晴天霹靂，趕緊問：醫生，該如何是好？曰：必須做核磁共振，沒有問題就做脊椎微創，之後平衡感會好，不再會常摔跤。趕緊拱手稱謝，仿如救世主蒞臨，拿著醫院照的X光片，直奔數年前幫我矯正的傳統中醫，醫師一看片子說：太嚴重了，我不敢動妳，妳還是去做微創吧。

打電話給在國外的兒子，兒子說還是多看兩位醫生吧，畢竟脊椎是大事。

好友王禾幫我掛號振興醫院某醫生。十數年前她因脊椎問題台大、榮總醫生都建議開刀，當年沒有微創，她心生恐懼，又去看了振興這位醫生，該醫生告訴她做復健就好，不要穿高跟鞋、勿騎腳踏車、勿搭公

車等……。好友聽醫生的話復健約半年，十幾年來情況良好，不曾犯病。於焉直奔振興醫院，這位醫生看了片子，說：沒有骨裂，只是有點骨刺和彎曲，先做一陣子復健再看。我告訴他前面醫生要我做核磁共振，再做微創。他說：健保資源就是被這樣浪費，做一次核磁共振健保要付一萬多元。

回家後到區域醫院努力做復健，至於核磁共振、脊椎微創的醫生門診我都爽約了。

開始復健生涯，復健場所真是老弱殘兵，拉腰、電療、熱敷、短波……什麼都有，均是肢體有恙，日日人滿為患，爲了不做侵入性治療，也得忍耐在這斗室與大夥一起相親相愛。

趁等待時光想去安排骨鬆檢測，瀏覽一下醫生團隊學經歷，選擇一位年輕經驗豐富的醫生，他看了我的狀況，竟然誇我年輕，說是人生七十才開始。高招，這可是心理治療。我告知以前那位醫生要我做脊椎微創，這位醫生面帶一抹神秘微笑：是〇〇〇醫生吧，妳沒有骨裂，（聽語氣前醫生顯然是愛動手術慣犯）如果是我會建議妳做復健。至此我更加通曉：醫生有兩種，一種爲病人著想，一種爲自己著想。要判別只能多看幾位醫生。

另外復健科醫生亦大力推薦瑜珈、運動課程，人間處處是推銷。

爲了許自己一個健康的明天。繼續復健吧。

原來我們離愛情這麼近

◎黃仁義



太平洋的風是甜膩愛情味
沿龍磐大草原徐徐而來
朵朵傘花開著酸甜甜顏
逐一塗繪斑斕
大地都是笑聲填寫的顏色
面向海的眼睛澄澈湛藍
心跳著梅花鹿步子
原來我們距離愛情這麼近

風吹砂斷裂的時間
月桃花展示生命力精華彌補
小情侶搶盡角度曝光生命的璀璨
正盛陽光咬著皮膚上色
訴說愛情距離的溫度
略鹹海味染上夏日灼灼熱潮
翻滾了天空如絮白雲
把莽莽草原綴成花園
我才明白
原來我們距離愛情這麼近

（稿費贈大同之家）



與決明子做朋友

◎梅子

年紀大了，連視力也覺得有問題，連在電腦上打起字來，也明顯感受到比昔日更吃力了，雖然也嘗試吃了各種品牌的葉黃素，但那些葉黃素都是食品級，而非醫療級，因此效果十分有限，於是決定找來決明子的資料，再拿它與菊花泡水喝，據說，決明子有清肝明目，和潤腸通便的功效。

唐代大詩人白居易的詩句也寫過：「案上漫鋪龍樹論，盒中虛捻決明丸。」詩中所指治療眼疾的決明丸，其最主要原料就是決明子。宋代大詞人蘇軾更有：「秋蔬舊採決明花，三嗅馨香每歎嗟。西寺衲僧並食藥，因君說與故人家。」在蘇大詞人兼美食家的眼中，更說明了決明子的藥子還是很好的蔬菜呢；另一位宋代的名家黃庭堅在《種決明》詩裡也寫道：「枕囊代曲肱，甘寢聽芬苾，老眼願力餘，讀書真成癖。」裡面所指的就是決明子枕頭，在枕頭中放入決明子，當成枕頭的內容物也具有清熱安神、明目助眠的作用。我們從以上的詩詞當中，就不難看出，決明子在古代的名人雅士以及一般百姓中，決明子已經是長輩比較常用的一種中藥了。

據了解，尤其在日本，就把決明子作爲一個保健品、保健藥，有的作爲飲料之用，日本人把決明子稍稍炒一下，在經過一些特殊的加工，據說它的色、香、味，都有點近似於咖啡，故又被日本人稱之爲「中國咖啡豆」。

決明子略呈菱形或短圓柱形，兩端平行傾斜，長3至7mm，寬2至4mm。表面綠棕色或暗棕色，平滑有光澤，一端較平坦，另一端則斜尖，背腹面各有1條突起的稜線，稜線兩側各有一條斜向對稱而色較淺的線形凹紋，質堅硬，不易破碎。如果從中藥店買回家後，就可以泡熱水喝，或經過熱水煮過

後再喝。

但爲何就稱爲「決明子」呢？

相傳在兩千多年前的中國，一位老婦人因走失兒子，終日悲泣，最後居然將自己的雙眼哭瞎了。幸運的是到了後來，她的兒子雖然找回來了，但是這位做爲母親的老婦人卻再也看不見自己的兒子了。

她的兒子長大後，爲了治好母親的眼睛，翻山越嶺，到處尋醫覓藥。

有一天晚上，兒子經過一家農舍，看見一位古稀老婆婆居然能藉著微弱的月光，坐在屋外引線穿針，他覺得很驚奇，就迫不及待地上前恭敬地問道：「老婆婆您何以有此的好眼力啊？」

那老婆婆站起來，身體很健朗地走進屋裡，然後取出一包裝著外表呈黃褐色、狀如馬蹄、大小如麥粒的種子的東西，對著眼前這小伙子說：「我以前曾患眼疾而失明，後來就常常用此物泡開水喝，不僅眼睛復明了，而且還能夠在黑夜裡看清東西了。」說完，這老婆婆忽然隱身而去，農舍也不見了。

小伙子看著老婆婆送給他的那一包種子，驚愕得說不出話來。之後，瞎眼的母親就用兒子帶回來的這種子，每天泡開水喝，兩年後，竟然雙眼也復明。這種子一樣的東西，也就被他們母子倆取名爲「決明子」，那意味著能夠讓眼睛復明的種子的意思。

不過，既然決明子屬於中藥，那麼泡它喝水在效果上也可能快不了，如果要有以上傳說中的眼睛復明的奇蹟，那也只能期盼在接下來用電腦打字時，能更輕鬆愉快且不必用眼過度，不再加深視力的壓力，就阿彌陀佛，不過如果還堅持花更多的時日寫稿度日，而且不重視讓眼睛有多點時間休息的話，但又奈何。

但無論如何，從今日起，就多自我照顧眼睛吧，也與決明子做朋友啦。

筆尖流淌的文采—《烈嶼風情畫》讀後

◎陳爲學

張麗霜又出書了！這次，還是書寫離島，只是暫別金門，目光投向灑落在東海上的明珠—馬祖。

一如她一貫「溫柔敦厚、自然婉約」的寫作風格，字裡行間，嗅出得出文字更加沉穩洗練。事實上，無論是初試啼聲的《迎風之歌—烈嶼風情畫》，接續的《涪江溪水依舊流》或是這本《北疆傳說》，都是承襲她有溫度的風格，在溫柔婉約、行雲流水中，不忘對周遭人、事、時、地、物，投以善解與包容，她爲小人物寫傳奇、爲小地方留紀錄，爲他們敘說故事，尤其可貴的是，她如苦行僧的步履，總是揹著沉沉的相機，一身輕裝，一步一腳印，千山我獨行，萬水我歷遍，她筆下許多小地方、小人物，她都欣然重複前往、闖門、捕捉，以一顆悲天憫人的初心面對，自得其樂，不以爲苦。

她小金門邂逅的小女孩，無所不談，成忘年之交，她關心她們的學業，陪伴她們成長，專程返金參加她們的畢典；每次回金門，行程再怎麼緊湊，她一定重臨小金門，探望這對令人稱羨的女孩，這段感人的台金兩地情誼，已維繫三年，而熱度仍有增無減。

小金門是麗霜與金門邂逅的寶地，情有獨鍾，發自內心、純任自然，在書寫時，感情自然流露，毫不扭捏作態，她寫情比兄妹的林馬騰夫婦，文字是那麼自然真切，一種孺慕之心油然而生，在她心目中，馬騰先生，不只是她的大兄長，更是好老師、大貴人，她在寫完《烈嶼風情畫》後，馬騰老師鼓勵她乘勝追擊，再揮灑彩筆，爲大金門也寫下傳奇，才有《涪江溪水依舊流》的誕生。

個人有幸，獲聘爲《涪江溪水依舊流》的文史顧問，聘禮還是在前年的大年夜，由在其夫婿遠從泰國帶回來的，他親眼見證了台金兩地文學同好的友誼。

這兩年多來，我在跟她文字「交鋒」中，每爲其人文觀照所折服，坦白說，忝爲顧問，我所能盡的職責不多，只是幫她吹毛求疵的找出「千中無一」的錯別字，她是中文系出身，又是當代散文大家—琦君女士的得意門生，故當此書校本捧在我手上時，心緒是忐忑與沉重的。

衆所周知的，麗霜的旅遊文字，機杼獨具，她的古典文學底蘊素優，卻鮮少輕易展露，有跡可循的是她在《北疆傳說》中，書寫四鄉五島的篇章扉頁上，引用有關馬祖古籍的記載。

其實她出遊前，都在家裡做足功課，讓讀者誤以爲她是熟門熟路的在地作家，坦白說，就連我這個在地的「白頭翁」，對她書寫家鄉的景點或人物，有些還是首次聽聞。

忝爲顧問，基於職責，我一發現她po文有可議之處，都會和她討論，往往針鋒相對，相持不下，但多數時候，都是她對我錯。

知道有《烈嶼風情畫》這本書，緣於文化局的贈禮，拜讀之初沒太投入，只是一篇篇欣賞文字和照片，但在一個春日午後，我偶然發現以古厝爲封面的這本書，竟是以我夏興老家爲背景，從此，我們結下了深厚的文字緣。

麗霜擅寫金門的濃霧、風雞、阿兵哥、美食、賣魚尾、沙溪堡、雨天、風獅爺、小人物、拔絲芋頭……，篇篇是「人人意中所有，個個筆下所無」。

看她如何寫濃霧：「如果說倫敦的霧是英國人自豪的浪漫，那麼當霧鎖金門之時，從天空中鳥瞰似沉沉浮浮在裊裊海霧裡的金門，就是值得引以爲傲的仙島了。只可惜，多數的旅人在忙著趕路。」多數的旅人在忙著趕路，在地人又何嘗不然？金門美景處處，但人們早已司空見慣，習以爲常了。類似的書寫，在書中俯拾皆是。

再看她寫風雞：「……但風雞的民間傳說，卻賦予了烈嶼有別於風獅爺或台灣各地風土文化而自成一格，擁有專屬於自己的獨特宗教信仰與人文地標。」此段文字，對一位初履斯土的作家來說，毋寧是深刻且有見地的，她要對風獅爺和台灣的民間信仰，有一定程度的認知，才能寫出這種頗具批判性的文字。

她在「您好 阿兵哥」寫道：「……（軍人）放暑假也必須著裝……我再追問那就穿著軍服逛大街買東西喝飲料嗎？她答是，也提醒我們不要看到阿兵哥購物看風景時就以爲他們在摸魚。」須知麗霜的另一半，曾是雄赳赳、氣昂昂的軍官，她這麼關心阿兵哥，想必是一種愛屋及鳥的心

態使然吧？這一段滿溢溫暖，讓人在拜讀之餘，不覺莞爾，展現了麗霜的幽默感與人情味。

她在「賣魚尾記」這樣寫：「王翰《涼州詞》裡『醉臥沙場君莫笑』的豪情壯志，在金門筵席上，在高梁酒杯觥交錯間所帶來的味蕾快意中展現無遺，無涉貪杯，金門人將其待客的殷勤以及勸酒文化的趣味推到了極致。」這段文字，對在飯局上經略有年的我來說，深覺慚愧，因爲我對金門的飲食文化，沒有如此深刻的體認，而初識金門如麗霜者，能有如此獨到的領悟與觀察，不得不佩服她的敏銳與感性啊！

她在「蕾絲哦的鄉愁」寫：「經由一段時間觀察，我發現烈嶼人有一種共同特質，就是想家的時候常常不明講，改用一張烈嶼芋頭的風味料理來傳達，好像這樣可以掩飾思鄉情怯。」請瞧瞧，麗霜的細膩處，常常在衆人不經意間，就可以標新出奇、語出驚人，而她獨到的觀察力與獨特的敏覺性，常常騰空而出、出人意表，讓人在讚嘆之餘，就是激賞了。

我認爲麗霜的散文有魔力，它像鴉片一樣，一接觸，就會上癮；更像金門的醇酒，只消輕嚐一口，就會醉。

她的散文和遊記，我拜讀多遍，但每次展開，因爲情境、地點、季節、對象不同，都有不同的體悟，我發現：她是用身體力行來寫作的，這樣說吧，她經營每一篇文章，都可以嗅出不同的關懷與溫度，她真心關懷金馬人、金馬事，故筆尖的文字，「事出於沉思，意歸乎翰藻」幾成她的圭臬，她行文決不虛應故事、拖泥帶水，她那一顆爲島鄉付出、無怨無悔的初心，毋寧是熾熱與濃烈的。

拙文是我讀麗霜的《烈嶼風情畫》後的些許心得，讀者諸君如有興趣，何妨購買一本來讀，相信在這逼近攝氏四十度的夏日裡，在炙熱惱人的午後，此書絕對是最佳善、最清爽的下午茶良伴。

最近，麗霜又有遠行了，此番她又風塵僕僕地去馬祖，忝爲顧問，我盼望她很快就有新著付梓，更期望她的第四本書（也是馬祖序列的第二本），早日新書上架、洛陽紙貴。

這樣，金門出兩本，馬祖出兩本，金馬一家親，金馬兩地好，這才公平啊！

金門第16屆語島文學獎——（小說組優等獎）

風中有朵血做的雲

◎吳其穎

「妳跟他互動多嗎？」

「沒有，他很安靜，也沒什麼反應，就算其他會來聽我講道時開懷大笑或感動流淚，他都是那個一號表情，所以我根本不確定他是不是有在聽。不過其他會友告訴我，玲玲喪禮的時候，他有過來幫忙發程序單給賓客，雖然他一句話也沒說，做事倒是很認真勤快。」

「妳這二十幾年中，有再見過他嗎？」

「後來他就沒來了，我不知道他家住哪兒，也無法確認他發生了什麼事。」

「他為什麼沒再來了呢？」

「我也不確定，那時我忙著處理自己的問題，無法放太多心思在會友身上。當時我被大部分的會友拋棄，一開始非常沮喪，慢慢地才開始反省自己。然後我發現，我已經被困在牧師的角色裡了。」

「妳是指自己太用宗教的角度思考問題嗎？」

陶文鳳搖頭：「牧師是一個幫助者的角色，但我們也是人，也需要幫助。我發現自己要學習卸下幫助者的面具，從一個幫助者變成被幫助者，除了把痛苦告訴神，也要向人傾吐，接受其他人的幫助。」

陶文鳳綻開笑顏：「在兩位熱心牧師的扶持下，我終於重新站起來。我本來不肯讓玲玲下葬，是在案發一年後陳明德向我道歉，我才決定放下過去。可能是上帝的旨意吧，我後來改做青少年事工，開始帶國高中生，辦課後輔導班和才藝班。至於甘霖，好像是從我開始有笑容以後，他就沒出現了。」

何方憶起甘霖在聽到陶文鳳名字時，那混雜著驚訝、恐懼、回憶往事與擔憂現實的神情，及強調沒跟她說過話、不願讓她與陳明德命案扯上關係的模樣。

與其他人格格不入的甘霖在她低潮時選擇留下，卻在她振作後離開，回去自己安靜的世界。

何方突然明白了些什麼。

他鼓起勇氣，再問那個陶文鳳從未正面回答的問題：「妳可以告訴我，為什麼陳明德會突然被抓嗎？」

陶文鳳聳起雙肩，抖動脣角：「你是第一次來金門嗎？」

何方也抖動脣角：「我……我之前來過。」

「你去過花崗石醫院嗎？」

「去過一次。」

「那你應該知道，那個醫院是在坑道內，裡面有很多走道……」

陶文鳳踏入時光的長廊，辦公室牆壁化為院牆，涼颼颼的感覺也復活了……

陶文鳳在迷宮般的醫院前行，鞋跟敲打地板產生的清脆聲響，迴盪於陰暗走廊。

她每天依循相同路線，穿過一間間散發消毒藥水味的房間，與病患和戴口罩的護理人員擦身而過，再經由天堂路，來到太平間玲玲的冰櫃前。

她會輕輕喚玲玲的名字，與玲玲分享當日的的心情。她後悔之前太少對女兒說心事，現在不論是誰熱心服事的林媽媽轉去別的教會

「不斷想控制我，常會傳簡訊罵我不孝、罵我沒用，如果我真原諒他，不就又要任他擺布了？」

「原諒不等於要被擺布，你還是可以跟他保持一個你覺得舒服的距離，但是如果你不放下那些他曾經帶給你的傷害，你就永遠無法得到真正的自由。」

陶文鳳重重心長地說：「只有放下過去，才能走出未來。」

這話宛若一股暖流，徐徐通過何方胸膛，滋潤他乾涸的心。

在最低潮的時刻，能得到這樣的鼓舞，是莫大的幸福。

但溫馨的氣氛稍縱即逝，他心搏開始加速，全身發燙起來。

在解除對陶文鳳的懷疑前，他必須先確認一件事。

18

何方與幾位水頭聚落的居民相談甚歡，但只一提三個字，便能瞬間將熱氣斬斷。

「這個我不知道怎麼說。」年近半百的許媽媽坐在門前小凳上撚著頸子，反應與前面四人如出一轍。

「沒關係，妳想說什麼就說什麼，我不會說出去。」何方故作輕鬆。

「也不是怕我出去說，只是覺得講她壞話不太厚道。其實我也想過要回去，畢竟事情都過了，也不是真的有什麼深仇大恨，但後來還是怕尷尬，就算了。」

「請問妳那時為什麼離開？」何方想聽不同版本的說法。

「就是氣氛很奇怪，然後也對她失去信任。」

許媽媽的臉被夕陽餘暉染上金邊：「文鳳姐大我十歲，我高中時就進教會，那時她已剛當上傳道沒多久。我每次跟朋友吵架都會找她哭訴，她也會想盡辦法安慰我。對我來說，她是一個很有智慧跟耐心的大姐姐，我不敢跟爸媽講的事都會找她討論，甚至連讀哪所大學都是聽她建議的。」

「後來我去高雄讀大學，每次回金門還是去找她。畢業後我回金門，剛開始工作非常不順，被主管刁難又被亂扣薪水，多虧有她教我職場上的應對進退，還有如何理直氣和地捍衛自己的權益，才順利熬過那段日子。」

「但她升上牧師沒多久，就發生曉玲的事，那時她整個人都變了，甚至讓我覺得，她不是以前都在裝，現在才露出真面目。」

「請問妳做了什麼？」

「以前她脾氣很好很溫柔，那時卻變得暴躁，我們聚會時，如果沒帶聖經或沒認真聽就會被罵。有一次我因為看聖經眼皮往下掉，她從講台上以爲我在睡覺，就在大家面前唸我幾句。我本來想反駁，但看到她手上拿著那本超厚的聖經，很怕她用聖經丟我，會害我毀容或腦震盪，只好把話吞下去。從那之後，我每次聚會都提心吊膽。」

何方憶起陶文鳳用聖經將蜘蛛網的畫面，輕輕點頭。

許媽媽將走到她腳邊的波斯貓抱到大腿上：「因為她已經陪了我六七年，要離開又覺得太殘忍，畢竟那時她很可憐。不過我這隻駱駝，還是被最後一根稻草壓垮了。」

「那最後一根稻草是什麼？」

「回報。」許媽媽以手指梳理貓咪背部的毛：「以前她都不會要求我做什麼，那時卻總是怪我不回報。」

「她想要怎樣的回報？」

「她說我沒把教會當家，沒把她當家人，從不打掃教會，聚會前不幫忙排椅子，愛宴結束也不幫忙收盤子洗碗。她說我就像那種把家當成旅館的孩子，每天只回來睡覺，不做家事也不關心家人。她突然這樣說，我嚇都嚇死了，決定馬上逃走。」

許媽媽嘴角噙著苦澀的笑：「直到我當了媽媽，才理解她的心情。雖然很想成為完美的母親，但本來就不完美，如果壓力很大孩子一皮就破功了。而且就算理智上知道父母愛子女應該不求回報，但如果辛苦買了菜煮了飯孩子卻不吃，還是會忍不住覺得，老娘自己都吃青菜水餃把好料留給你，你竟然這麼不識相，以後我不煮了，哼。結果下一餐還是又煮了，然後又再生氣。」

何方淡淡地笑：「還有啊，如果母親節孩子沒寫卡片，我也會覺得，我把有限的體力、精神跟資源都拿來照顧你，處處替你著想，難道你連寫個卡片都懶？還是我沒把你教好，所以自作自受？而最讓我受不了的，就是孩子很愛拖。」

「比如什麼事？」

「什麼事都能拖，小時候是寫作業、洗澡跟整理書包都拖拖拉拉，講他沒用，還是搞到七晚八晚，現在去台中讀大學，要他回來一趟也是拖拖拉拉。」

許媽媽嘆道：「我常常在想，我不是太傻又沒想清楚後果，才會選擇當父母啊？但這個頭已經給他洗下去了，卻怎麼好像永遠都洗不完呢？」

何方憶起父親常出現類似的感慨，原來父親的想法並非特別，只是表達方式過於激烈。

他問：「請問妳知道一個叫甘霖的人嗎？那時他六十幾歲，常坐最後一排。」

「我有印象，不過跟他完全不熟，頂多講過兩三句話。」

「他跟陶牧師互動多嗎？」

「沒印象耶。」

「請問妳那時陶牧師有沒有騎腳踏車、機車或開車送妳過？」

「沒有，從我進教會開始，就沒看過她騎車開車，就算是現在，也沒看她騎車開車。」

何方點頭。許媽媽所述與前面四人一致，甘霖與陶文鳳互動極少，且陶文鳳確實不騎車開車。

「謝謝妳告訴我這些。」他說。

「我要謝謝妳。」許媽媽睜了眼坐在客廳看球賽的丈夫，嘴角浮出皺紋。

眼看落日即將全然沒入橙紅晚霞中，何方倉皇道別，跨上機車。

他必須在天黑前去找「那個人」。

* 這次見面關乎的不只是人命，而是真相與正義。

何方沿著昏暗的地檢署走廊前進，血液在體內瘋狂奔竄，步履也越發快速。

他敲下李紹偉的門，透過毛玻璃，瞥見房內的人似乎匆忙收起桌上物品，並彎腰把東西放進下方。

難道有什麼見不得人的事？他咬著下唇，在門打開的瞬間，與李紹偉的視線正面撞擊。

李紹偉揚著下巴回位坐下，雙手在胸前交叉，何方瞥向桌子下方，發覺那邊有個櫃子，看來李紹偉方才是將東西藏進櫃子內。

何方未見到其他座席，只好隔著辦公桌站在李紹偉對面。

「你爲了回答我那三個問題，特地跑來這裡？」李紹偉翹起嘴角，白淨臉龐被日光燈照得更加蒼白。

「對。」何方取出紙和原子筆。

（十五）

應該培養的好習慣

金鼎四〇一 丞丞思

有一個東西是人類的生活導師，亂用會變成威力無比的炸藥，那就是「習慣」。習慣可以讓你文武雙全的人生，可是，你只要沒有保持，就會一失足成千古恨，你會恨自己沒有好好保持，以下就是應該培養的好習慣。

我應該培養「謹言，慢開口。」這個習慣，因為我常一句話就造成一場鬥嘴，禍從口出，言多必失，要好好培養「謹言，慢開口。」這個習慣，記得有一次，我對一個手骨折的同學說：「你手骨折要怎麼投球？」，因此造成一場鬥嘴，真是不應該。

我也應該培養思考的習慣，西元前六世紀，在尼伯爾，有一位太子，太子學習很多東西，但是他始終沒有放棄思考，有一天，他看到一位疲憊的農夫，用皮鞭抽打一頭牛，犁翻土裡的蚯蚓，蚯蚓馬上被鳥吃掉，他想：「知識和王位並無甜美。」

法解決人面臨「生、老、病、死。」這些災難。於是，他決定出家，他就是俗稱的釋迦牟尼，這就是思考的重要性。

我也應該培養有耐心的好習慣，忍，是一種哲學沒有耐心的人不會成功，為何我要養成這個習慣呢？因為我常常在等火（公）車時就不耐煩了，但是我生氣，現在，我知道了一句，小不忍則亂大謀，為何要讓區區一台火（公）車讓我生氣呢？現在，我終於知道忍的重要性了，因此改掉一個壞習慣。

改變習慣的過程很難受，必竟習以為常的事物比較能給人安全，但爲追求一生的幸福與成功，暫時犧牲眼前的安逸與利益，也是值得的。經過一番努力與犧牲，所換來的果實將會更加甜美。

有趣的羽球課

中正四〇三 楊念璟

這四個星期的特色課程是我最喜歡的「羽球」，整個課程中，我覺得最好玩的一天，是最後一天，我們全班要羽球比賽，冠軍還能跟老師對打呢！

做完熱身操後，就準備開始對打，經過老師講解和分組，我們全班都了解遊戲規則，球落地就得一分，因為是單打，所以可以打的場地被切成二分之一，只要得十一分的那方就贏；首先是二、二組，再來是三、四組，以此類推，我們是第三組，等到開打之後，我們先去旁邊練習，等到換我們上場對打，我緊張的拿著球拍，深怕會輸給對方，打出第一球後，我每一秒都不放過，可說是一心一意要贏得勝利，我看著球往哪裡，我就往哪裡，直到我打贏對方，我才放心下來，打贏之後就要進入第二次比賽，休息一陣子就要再回去比賽，這次我也用一樣的心情面對，但對方實在太能打了，所以我在這裡就輸給對方，不過我心想：沒關係，這只是小比賽，不需要太在意。所以我就去旁邊繼續練習。

總冠軍出來了，男生冠軍和女生冠軍比賽，最後由男生獲勝，就準備開始今天最精彩的比賽，要開始跟老師對打了！班上的冠軍和老師對打時，我覺得他左右跑來跑去，氣喘吁吁，往往還接不到球，老師真是太強大了。比賽完老師跟大家說，打球要動腦筋，觀察對方的弱點在哪裡，才容易得分策略。今天的比賽就這樣結束，快樂的一節課就這樣畫下句點。

這次羽球課我學到了很多新技巧，例如：發球和對打的方式……，我覺得羽球是一個很好的運動，希望羽球課能上久一點，也希望我的羽球能力能更進一步，更上一層樓。

小學生該不該擁有手機

上岐五〇一 洪語妍



我覺得小學生應該擁有手機，但也可以不用有手機。

小學生可以擁有手機的原因是，手機可以觀看影片來增加娛樂，也可以用和家人或朋友用來聯絡，手機的外型又小又方便，很適合攜帶。

小學生不可以擁有手機的原因，是因為使用手機太久的話，眼睛會近視，還有就是怕太過沉迷而看手機看到不知道時間，導致隔天睡過頭。

手機可以有許多功能，可以在晚上睡覺時，設個鬧鐘來提醒自己：「該睡覺了！」這樣隔天就不會怕太晚睡而睡過頭，也可以提醒自己要不要看太久，這個習慣要慢慢培養，不然以後作息會不正常，可能會對身體不好喔！

我是覺得小學生應該擁有手機，因為手機的好處實在是太多了，像是可以用手機下載應用程式來看新聞、背單字……等，雖然手機也是有壞處，但是至少手機是一個對外聯繫通訊的好物品，只要做好使用時間的控管，不沉迷，就可以好好的使用這便利的科技產物，希望以後人們可以不被手機沉迷和被手機控制住！

一日（農曆七月廿四日）子時壽終內寢距生於民國廿三年十二月五日享壽八十有七齡不孝男永發
 也 翁敏惠 孝女麗秋、麗美、麗明、彩煌率孫等隨侍在側親視含殮遵禮成服停柩在金門縣殯葬管理所八德堂謹擇於中華民國一〇九年九月二十日（農曆八月初四日）星期日中午十時五十分假該所景賢廳舉行誦經法會悉依佛制啓建淨業道場恭請金門玄空寺上法下達法師主持彌陀佛事迴向諸有情上品上升西方極樂世界淨土中午十一時三十分舉行家奠禮十二時十分舉行公奠禮隨即發引火化靈骨安奉於金門縣仙洲福園納骨堂

訃在

誼哀此訃

（恕不另訃）

悉遵佛制 誦經禮佛
功德無量 阿彌陀佛

孝 男：永發

孝 媳：翁敏惠

孝 女：麗秋（適林） 麗美（適盧）

麗明（適賴） 彩煌

孝女婿：林瑞勳 盧德峰

賴（寬宏）

孝 孫：光裕 光曜

孝 孫媳：李元蓉

孝孫女：莞婷（適楊）

孝孫女婿：楊國興

孝外孫：盧彥戎

孝外孫女：林雅蘭 林佳儀 盧宣好（適蔡）

賴憶芬

蔡季舫

孝外孫女婿：

孝曾孫：宥亨

孝曾外孫：楊孝文

孝曾外孫女：楊孝妍

孝外曾孫女：鍾紫妍 盧芷庭 盧芷琳

先君子：〔泛津〕

（族繁不及備載）

盤山鄉親代表：略

喪宅：金門縣金寧鄉盤山村頂堡四之七號

電話：○九三五四七二四〇二

○九三七五八〇〇〇

合 十 跪 拜