

# 簡單孝開懷

## 聯絡簿



\_\_\_\_\_ 國中  
\_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 班 \_\_\_\_\_ 號  
學生 \_\_\_\_\_  
導師 \_\_\_\_\_

簡單孝開懷  
聯絡簿

教育部國民及學前教育署



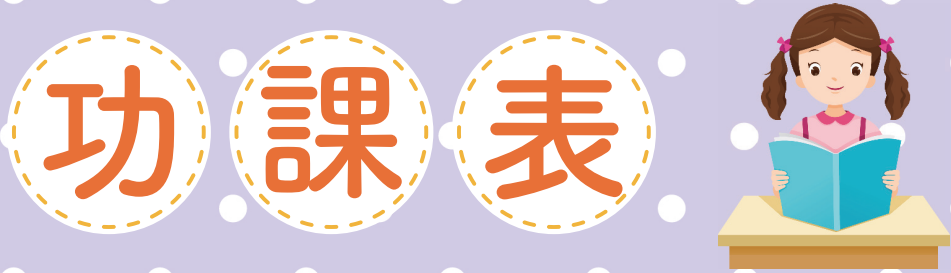
教育部國民及學前教育署  
K-12 Education Administration, Ministry of Education

教育部國民及學前教育署國中孝道教育教材——

國中《簡單孝開懷聯絡簿》

發行人 彭富源  
總編輯 李金鴦（孝道教育資源中心主任）  
行政統籌 戴淑芬、許麗娟、林良慶、黃瀞儀、李黛華、  
陳錫鴻、黃秀茶、徐緯羲、何俊毅  
編輯委員 白蕙頤、呂美燕、李麗玉、張雅雯、鄭汶渝、  
劉嘉怡、戴熒霞（依姓名筆劃排序）  
出版機關 教育部國民及學前教育署  
地址 41341臺中市霧峰區中正路738-4號  
電話 04-37061800  
承辦單位 國立高雄師範大學附屬高級中學  
地址 80276高雄市苓雅區凱旋二路89號  
電話 07-7613875  
編輯企劃 麗文文化事業股份有限公司  
地址 80252高雄市苓雅區五福一路57號2樓之2  
電話 07-2265267  
設計 黃士豪、楊孟欣  
印刷廠商 立誠印刷股份有限公司  
地址 台南市南區新城街31號  
出版日期 108年8月  
網址 <http://www.k12ea.gov.tw/ap/index.aspx>  
著作財產權人 教育部國民及學前教育署

精彩完整的教材電子檔內容，  
請點閱 <https://reurl.cc/4xD82>



星期 節次	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導 師 時 間					
1					
2					
3					
4					
午 休					
5					
6					
7					
8					

# 孝道「心」思維

教育是「百年樹人」大業，不僅學知識，更重視人格的內化。各項教育範疇中，「孝道」精神的傳授最為不易，但其影響卻是最深，也最為重要，相信國人也對此殷切期待。十二年國教課綱的實施，倡導「核心素養」的重要性，並已融入豐富的「家庭教育」及「品德教育」等議題，以「孝悌仁愛」為核心價值。為進一步激發學生的孝道「心」思維，本署出版各學習階段的「孝道教育多元補充教材」，盼在合適的引導下，學生心中的「孝道之樹」能持續獲得灌溉、滋養、成長。

教育學生孝道，首重實踐。本署透過深化課程與教學、培育師資及志工兩個面向，鼓勵各級學校發展孝道相關彈性學習課程模組、多元潛在課程及服務學習課程，以達深化及實踐的目標。配合此一方向，出版國中小及高中職孝道正式教材。透過多元教材分享，教師可在教學上增能，並依功能屬性培訓推廣孝道的企業及學校志工，力求系統化扎根教育，引導學生主動關心家人及長輩，用更有溫度的心來看待周遭人事物，以符應十二年國教的核心素養精神。

「孝道教育多元補充教材」的編纂，盤點既有教材涵蓋孝道思想的篇章範圍，再進一步匯集各級教師思考教育現場需求出版而成。其中，國中、國小以聯絡簿方式呈現，透過小語、活動及共同閱讀討論，親子互動，日省思，日日踐履，讓孝就像呼吸，是很自然的，在與父母相處時，可以展現更親密的交往與融合；高中教材《>OC好的一〇〇種方式》則以「主題式」「微課程」的型態編寫，涵蓋家庭中食衣住行等生活課題，可提供師生融入新課綱的多元選修、自主學習或班會活動實施，一舉多得。

孝道是穩定社會的基石，面對社會價值與倫理觀念日趨多元，觀念與做法必須與時俱進。本教材尋繹現代人表現的孝行，加以討論辨證，不說教、平易近人。希望讓學子從日常生活中體現愛，自然表達尊敬長之心，進而讓國家社會形成善的循環。這是所有編輯委員及諮詢委員共同努力的方向，也是大家心中最大的期待。樂見這套孝道教材終能付梓，期待各校善用並推廣。

署長 彭富源

## 編者的話

「孝道」維繫著家庭情感，成為人們傳統倫理的核心價值，更是社會上日常親子互動、人際關係的重要原則。近年來，隨著家庭結構的多元化，家庭教育的功能也隨之改變，傳統的孝道精神受到挑戰，因此在設計這份教材時，將孝道擴展為「與親人相處」，跳脫傳統「下對上」、「無條件服從」等觀念。

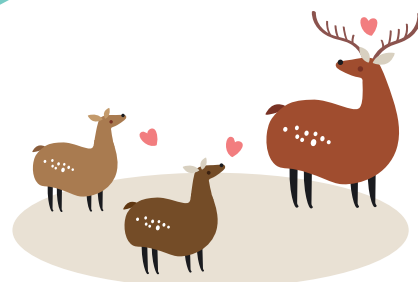
基於家庭教育是學校教育的重要支持力量，編輯委員們期望透過結構化的教材，增強家庭教育能發揮的功能。教材編排原則是先讓學生藉由「好文傳情」，啟發孝道的種子，加上「說一說·想一想」的省思將文章內化；接下來提供「影片欣賞」，讓這份動人情感加以開展，使學生能認同孝道產生的美好互動；繼而設計有趣的「活動任務」，使孝道思想落實為孝行。

這本聯絡簿命名為「簡單孝開懷」，讓孝道「簡單」可行，也讓親子間透過互動而「開懷」。編者努力使這份孝道教材內容生活化，設計將之附加在聯絡簿裡，期望孝道思想能和生活結合，成為時時可見、處處可行的媒材，不僅是導師可以推廣的活動，更是親師生共同經營的課題。除此之外，每週聯絡簿均保留空白活動欄，方便老師們彈性使用，或是結合各校特色活動，使得聯絡簿成為老師們班級經營的最佳幫手。

期待《簡單孝開懷》聯絡簿的推行，在「自主、溝通、共好」的願景之下，能夠連繫起家人之間的情感，使家庭成為學生最大的支持力量，也讓學生們懂得傳遞愛的溫暖，為自己營造快樂成長的環境。



# 目錄



11

月份主題

【好文傳情】  
梳髮 文／陳郁閔

每一位照顧我的人，  
謝謝您！…… 32

10

月份主題

【好文傳情】  
爺爺房裡的鐘 文／柯裕棻

溫馨祖孫情…… 18

09

月份主題

【好文傳情】  
水調歌頭 文／蘇軾

為愛朗讀…… 4



02

月份主題

【好文傳情】  
四十天，  
文／歐陽立中

愛家，  
全家一起來！…… 68

是  
你  
和  
媽  
媽  
僅  
剩  
的  
時  
光

01

月份主題

【好文傳情】  
父母過世後他才  
了解團圓不只是一家人的事 文／許越如

心  
在  
哪  
裡  
家  
就  
在  
哪  
裡…… 58

12

月份主題

【好文傳情】  
聖誕節雜感 文／金庸

聖誕，  
換我來定義…… 44



## 為愛朗讀

## 好文傳情 水調歌頭

丙辰<sup>1</sup>中秋，歡飲達旦，大醉，作此篇，兼懷子由<sup>2</sup>。

文 / 蘇軾



## 閱讀引導

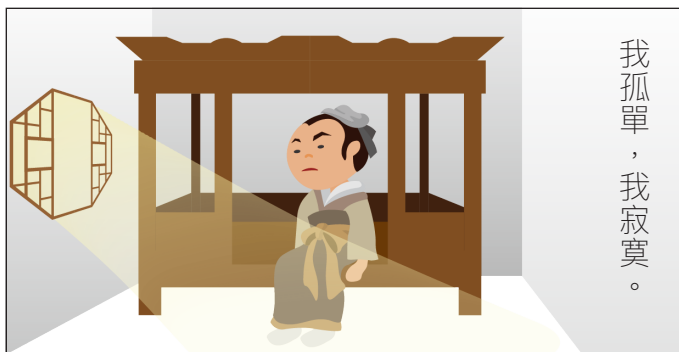
- ① 蘇軾寫這闕詞是在什麼節日？
- ② 蘇軾當時人在何處？身旁有親人嗎？
- ③ 蘇軾由「人的聚散」聯想到「月相的變化」，他得出什麼結論？
- ④ 蘇軾最後提出什麼願望？

明月幾時有？把酒問青天。不知天上宮闕，今夕是何年？我欲乘風歸去，惟恐瓊樓玉宇<sup>3</sup>，高處不勝<sup>4</sup>寒。起舞弄清影，何似<sup>5</sup>在人間。

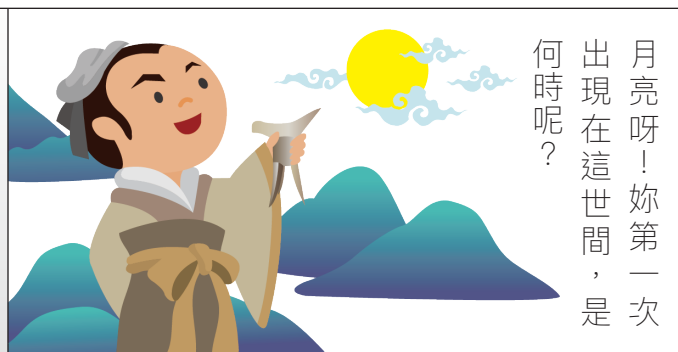
轉朱閣，低綺戶，照無眠<sup>6</sup>。不應有恨，何事<sup>7</sup>長向別時圓？人有悲歡離合，月有陰晴圓缺，此事古難全。但願人長久，千里共嬋娟<sup>8</sup>。

## 注釋

1. 丙辰：宋神宗熙寧九年，當時蘇軾四十一歲，在山東高密當官。
2. 子由：蘇軾的弟弟蘇轍，字子由，是唐宋八大家之一。
3. 瓊樓玉宇：指月中的宮殿。
4. 勝：音戶ㄌ，承受的意思。
5. 何似：哪裡比得上，也就是「比不上」。
6. 轉朱閣，低綺戶，照無眠：指月光流轉，照過朱紅的閣樓、低低的雕花窗戶，以及失眠的人（此指作者自己）。
7. 何事：為什麼。
8. 共嬋娟：共同欣賞月亮。嬋娟，借指月亮。



我孤單，我寂寞。



月亮呀！妳第一次出現在這世間，是何時呢？



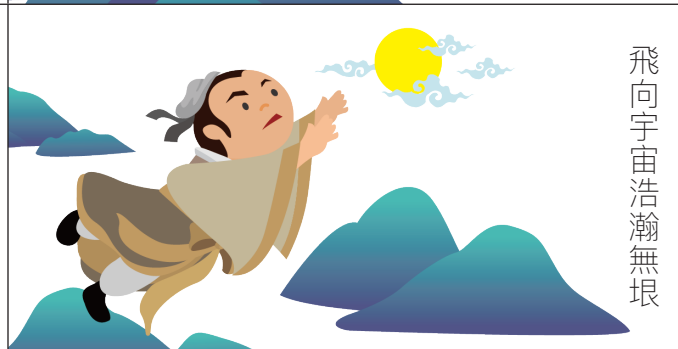
月亮妳壞壞！偏偏在我跟親人分隔兩地時，露出這種圓圓滿滿的樣子！



月亮上現在又是何年何月呢？



其實，妳也是時而圓滿，時而缺損。我們都一樣，都一樣。



飛向宇宙浩瀚無垠



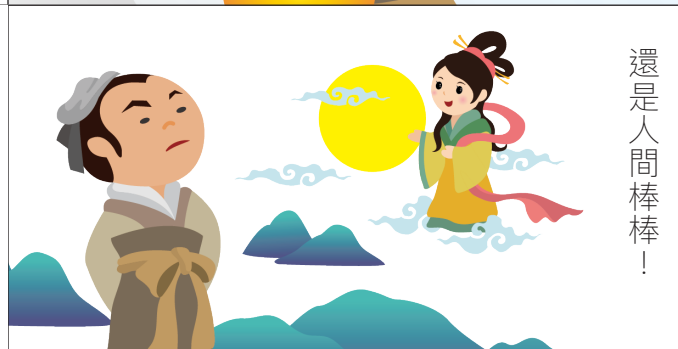
只要我們都健康，雖然相隔兩地，但可以共賞月光，這也是很美好的呀！



好冷呀！

**想一想 說一說**

- 對於無法與親人共度中秋佳節，蘇軾是抱怨還是轉念呢？
- 你有無法與親人共度佳節的經驗嗎？請分享讀完這闕詞之後，你如何看待這樣的經驗。



還是人間棒棒！

影片欣賞：水調歌頭的精采

樂壇傳奇鄧麗君唱給你聽



美學大師蔣勳說給你聽



請讀一首詩給你的家人聽，並完成下列任務

① 我想讀的詩：

名稱：

作者：

② 聆聽者認證：

簽名：

③ 抄錄或剪貼詩的內容：

④ 為何會選這首詩？（可談談你喜歡這首詩的原因，或是希望藉由這首詩傳達什麼？）



如果你有思念卻無法團聚的人，你會想  
為他讀哪一首詩呢？請完成下列任務

① 我想跟他團聚的人：

② 我想讀的詩：

名稱：

作者：

③ 抄錄或剪貼詩的內容：

④ 為何會選這首詩？（可談談你喜歡這首詩的  
原因或是希望藉由這首詩傳達什麼給對方？）

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章									
語文											
數學											
自然											
社會											
藝文		導師 核閱									
綜合											
科技											
健體											


課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章									
語文											
數學											
自然											
社會											
藝文		導師 核閱									
綜合											
科技											
健體											

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章									
語文											
數學											
自然											
社會											
藝文		導師 核閱									
綜合											
科技											
健體											

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合	導師核閱													
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合	導師核閱													
科技														
健體														

活動欄



課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章									
語文											
數學											
自然											
社會											
藝文											
綜合		導師 核閱									
科技											
健體											

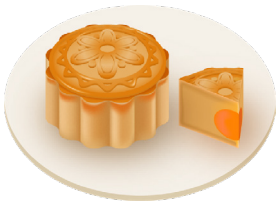
課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章									
語文											
數學											
自然											
社會											
藝文											
綜合		導師 核閱									
科技											
健體											

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章									
語文											
數學											
自然											
社會											
藝文											
綜合		導師 核閱									
科技											
健體											

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

活動欄



課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

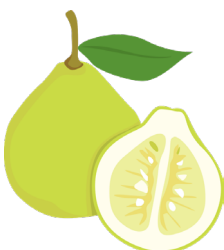
課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

活動欄



課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

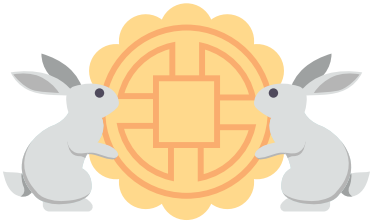
課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

活動欄



課業相關訊息		親師溝通		生活札記		今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章										
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文												
綜合		導師 核閱										
科技												
健體												

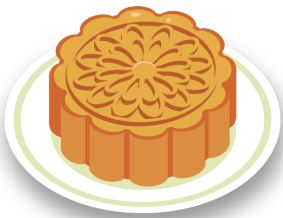
課業相關訊息		親師溝通		生活札記		今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章										
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文												
綜合		導師 核閱										
科技												
健體												

課業相關訊息		親師溝通		生活札記		今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章										
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文												
綜合		導師 核閱										
科技												
健體												

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長 簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師 核閱												
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長 簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師 核閱												
科技														
健體														

活動欄



# 溫馨祖孫情

你和祖父母常聊天嗎？他們在你的生命中扮演什麼樣的角色？倘若他們仍然在你身旁，請珍惜相處的時光，把美好記憶留下，別忘了，你成長的速度與他們的年邁速度是一致的，即使哪天他們不記得你，不管是老化或失智，這份愛永遠都在。倘若你的祖父母已不在人世，記得曾經擁有的美好，把愛轉為其他長輩或父母，**愛依然在**。



## 好文傳情 爺爺房裡的鐘

文 / 柯裕棻

文章來源 / 《晨讀十分鐘 親情故事集》，親子天下

爺爺過世的前一年突然非常在意他房間裡的那時鐘準不準。現在想起來，也許這正是來日無多的兆頭吧。

他房裡的是一般的電池鐘，菱形淡金色鐘面，細黑花體阿拉伯數字，整點報時，幾點就響幾下。本來這盲人功能是關閉的，但爺爺說他看不清時間，所以堅持要它響。父親覺得打鐘太吵，說：「反正都在厝內，幾點有啥要緊。」爺爺啐說：「人不知道時間是要怎麼過日呢？」

雖然爺爺也只是坐在搖椅上，慢慢的把一天晃過去罷了。

當時爺爺已九十高齡，偶爾記憶有點飄忽，所以他自己不敢隨意出門，怕迷路了回不來。除此之外，他的身體狀況還行，飲食起居都正常，他天天看各時段的閩南語新聞，把電視音量調得極大。早幾年他還會看國語新聞，後來索性就將這不熟悉的語言忘了，回到他最習慣的世界裡去，他晚餐還會談起時局，問問社會動態。

他是絕不認老的，都這個年紀了，即使走路不方便，爺爺也拒絕用拐杖，寧願扶著牆自己慢慢走，也不願我們攙扶。誰去扶他，他便嘖一聲，一把

將那手甩開。

有些時候他也許午睡迷了，夢見舊事，醒來後一時回不了神，便持續過著夢裡的光陰。在晚餐桌上他會突然說：「那個誰誰誰今天下午來找我借錢了，真麻煩啊這個人。」我們說沒呀，下午沒有人來。他還繼續說：「不是來了嗎？我還罵他。」我們也就不跟他爭辯，順著話頭說兩句。爺爺有時會突然醒悟，說：「欸？他敢是死了，幾年了？」我們也就說，是啊，幾年了啊。他便不言語，咀嚼半晌，換個過去式的感慨語氣又說：「這人以前真麻煩啊。是說，也是死了。」

鐘第一次壞的時候，我正巧放假在家哩。暑天午後昏昏，我歪在客廳吹冷氣看電視，爺爺從房間顫巍巍走出來問：「哪還未吃飯？都幾點了？」我說：「阿公，咱剛剛才吃過呢，你不是吃扁食？」爺爺站在房門口，歪著頭想了想，皺眉說：「有喔？吃過了？那我怎麼聽到時鐘剛剛噹一點？」我進去看他的鐘，原來是慢了，還停在一點，明明都三點了。

那鐘徹底壞了，父親和我束手無策，只得送修。送修期間爺爺堅持要有鐘在房裡，又嚷著說不要買新的浪

費錢，所以母親偷偷去買了新鐘，謊說是從我房裡挪過去的。這隻新鐘報時音量不大，爺爺又嫌棄了，問說：「咱逕前舊厝那款，有鐘擺的，現在買有否？我要那款。」

爺爺說的是卅年前家裡一只非常老式的日本進口鐘，有發條有鐘擺，鐘擺有個小玻璃匣。這個鐘有回音，彷彿那時刻別有涵義似的，像是一種淒涼的警告，或是某種鬼片的邪鐘。我從前非常怕它，半夜醒來若聽見它打鐘，我總是嚇得睡不著。

當然，那種鐘現在買不到了。我們都發愁，因為爺爺經常抱怨，換了好幾隻他都不滿意。而那些鐘也怪，常壞，時間老不對，弄得爺爺經常在他房裡發脾氣，大聲喚我或父親過去：「到底現在是幾點啊？」

母親有天在廚房偷偷跟我說：「老人家這樣在意時間不是好事啊。」

我說：「阿公從以前就很在意時間不是嗎？」

母親說：「可是換了好幾個鐘都無緣無故壞掉，這實在……欸你別跟你爸講這個喔。」

我們發現其實爺爺不記得他自己是不是吃過，他的穩定作息並不依靠他的自己的記憶，而是依賴時鐘的報時。早上六點起床，早餐喝牛奶。中午十二點看新聞半小時，吃午餐和香蕉，午睡。晚上七點看新聞半小時，吃晚餐和香蕉，九點睡覺。

鐘一壞，他晚年的秩序就亂了。現在想想，失去時間感獨自坐在搖椅上的的爺爺，雖然看似固執，其實心裡非常惶恐吧。

某天晚上爺爺又喊說他的鐘停了，那時已是晚上十點，早過了他睡覺時間。我和父親進去將時間調正，說該睡了，爺爺坐在床邊，摸索床沿，睜著眼睛看著空中某一點，疑惑問：「咦？現在是暗時喔？」

那一刻我們突然理解爺爺的真實狀況，他的老邁、衰疲、以及分分秒秒沒入陰翳的生命。他身體裡的時間正迅速消失，時鐘即便停駐，他的時間也回不來了。

我愣住了。父親笑著說：「多桑，現在是暗時啦，你別一直想時鐘的事了。」

我們走出來，面面相覷。我看得出父親的害怕驚惶，他紅著眼，可是還勉強笑著，輕聲以國語對我說：「這真不吉利，整天鐘啊鐘的，像是他自己在數時間，哎。」

### 想一想・說一說

- 爺爺為什麼堅持要在房裡有鐘？
- 作者想透過這件事傳達什麼情感？
- 如果有天你的爺爺也和作者的一樣，你有什麼感受？





## 點心傳情

1 祖父母輩中，和你互動最多的長輩今年幾歲？\_\_\_\_\_

2 你最愛吃長輩的拿手菜是\_\_\_\_\_

這道菜特色是\_\_\_\_\_

我最喜愛這道菜是因為\_\_\_\_\_

簡要說明這道菜的料理方法\_\_\_\_\_

心意化為行動，溫馨傳承，情感永在。  
利用閒暇時間多和家中長輩相處，關心長輩們喜歡的食物、興趣和愛唱的歌，把相處的甜美時光、令人感動的每一刻，都記錄下來。

## 行動任務

## 影片欣賞

《阿媽的衛生紙》

[https://youtu.be/T\\_uFMQGCZYg](https://youtu.be/T_uFMQGCZYg)



《你是小傑？我是誰？》

<https://youtu.be/jA9oESvFzB4>



《老爺爺自學英語的秘密》

<https://youtu.be/MUUEGwgPldc>



4 準備一份你愛吃的點心與長輩分享

我準備了\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_與長輩分享

長輩吃完覺得\_\_\_\_\_

我自己感覺\_\_\_\_\_

3 長輩年輕時愛吃的是\_\_\_\_\_

現在愛吃的是\_\_\_\_\_

最討厭吃到的食物是\_\_\_\_\_

原因是\_\_\_\_\_



### 祖孫同趣

1 長輩的興趣是 \_\_\_\_\_

請你一同參與長輩喜愛的興趣，你的感想如何？

\_\_\_\_\_

2 向長輩介紹一項你喜愛的活動。

我要向長輩介紹的活動是 \_\_\_\_\_

長輩覺得 \_\_\_\_\_



### 唱歌予你聽

1 長輩最愛的一首歌是 \_\_\_\_\_

請長輩哼唱這首歌，你覺得這首歌聽起來

\_\_\_\_\_

2 唱一首你最愛的歌給長輩聽。

我唱的一首歌是 \_\_\_\_\_

長輩聽完覺得 \_\_\_\_\_

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合													
科技		導師核閱											
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合													
科技		導師核閱											
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合													
科技		導師核閱											
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長 簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師 核閱												
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長 簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師 核閱												
科技														
健體														



活動欄

課業相關訊息		親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章								
語文										
數學										
自然										
社會										
藝文		導師 核閱								
綜合										
科技										
健體										

課業相關訊息		親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章								
語文										
數學										
自然										
社會										
藝文		導師 核閱								
綜合										
科技										
健體										

課業相關訊息		親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章								
語文										
數學										
自然										
社會										
藝文		導師 核閱								
綜合										
科技										
健體										

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合	導師核閱													
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合	導師核閱													
科技														
健體														

活動欄



課業相關訊息		親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品	年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章			
語文					
數學					
自然					
社會					
藝文		導師 核閱			
綜合					
科技					
健體					


課業相關訊息		親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品	年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章			
語文					
數學					
自然					
社會					
藝文		導師 核閱			
綜合					
科技					
健體					

課業相關訊息		親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品	年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章			
語文					
數學					
自然					
社會					
藝文		導師 核閱			
綜合					
科技					
健體					

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長 簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文			導師 核閱											
綜合														
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長 簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文			導師 核閱											
綜合														
科技														
健體														

活動欄



課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品							年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章										
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文												
綜合												
科技		導師 核閱										
健體												

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品							年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章										
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文												
綜合												
科技		導師 核閱										
健體												

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品							年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章										
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文												
綜合												
科技		導師 核閱										
健體												

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

活動欄



課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章									
語文											
數學											
自然											
社會											
藝文											
綜合		導師 核閱									
科技											
健體											

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章									
語文											
數學											
自然											
社會											
藝文											
綜合		導師 核閱									
科技											
健體											

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章									
語文											
數學											
自然											
社會											
藝文											
綜合		導師 核閱									
科技											
健體											

課業相關訊息			親師溝通	生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章										
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師核閱											
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章										
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師核閱											
科技													
健體													



活動欄

11

月份主題

# 每一位照顧我的人，謝謝您！

好文傳情 梳髮

文 / 陳郁閔 文章來源 / 《聯合報繽紛版》  
2014 年 7 月 22 日，愛的行動文學獎二獎



妳為我梳髮，妳從來就看不見我的表情，因為我始終背對著妳。

對長髮的印象最初來自於幼稚園同學，長長的頭髮過肩，瀏海是齊眉的妹妹頭，溫順而美好。如果髮絲也能代表一個人的情緒，我以為那是妳對我的期望。

散落在肩上的髮絲乾燥而略帶粗糙，我的脾氣陰晴不定，話中帶刺。讓妳無奈，有時也讓妳勃然大怒。

「妳到底怎麼和理髮師說的？為什麼妳的頭髮剪完像沒剪一樣？」

妳的質問，我的沉默。

妳跟去的時候，剪完頭髮回來，洗完頭，我會自己對著鏡子生氣。因為自己在鏡子裡顯得陌生，心底就會油然而生一股不滿、焦躁，屢試不爽。

那樣的對質一年出現好幾次，妳大概會形容我為無理取鬧。只有我自己知道，我厭惡那樣的改變，排斥甚至抵制那樣陌生的自己，就算我發完脾氣後，莫可奈何下，也總會慢慢適應。

妳為我梳髮，記憶中沒有當時妳的神情，因為我總是背對著妳。

每天吃早餐的時候，我會放兩把梳子在餐盤邊，一把寬齒、一把細齒。妳為我梳髮，用寬齒梳順，用細齒理平，將我的髮絲一縷一縷地攢起、梳平，用髮圈固定。

我其實分辨不出妳是否喜歡我留長頭髮的，儘管妳為我梳髮像慣例般日復一日，年復一年，一如我這麼多年坐在同一張餐桌前的同一個位置，盯著同一面牆上的同一個鐘，像時光未曾走。

「妳今天要綁什麼？」妳多半會問我，但我往往給妳與昨日無異的答案。妳也會擅自決定我這一天的髮型，比如那天正好要拍照的話。

妳為我紮頭髮是很仔細的，梳齒一次又一次劃過頭皮，堅持每一個糾結處都要扯開，一齒一齒嚙咬過每一寸髮絲，唰唰聲規律地輕響。

妳熱中為我買些新髮圈，在慣用的髮圈鬆弛甚至毀壞時，或在每每出去逛街路過時，妳會向我提及，專注地遞幾個給我，問我要不要。妳嘴角勾起令人舒心的弧度，挑揀著幾個很可愛的造型，放在我手心，讓我決定。

妳偶爾會滿臉笑容拉著我的頭髮玩，紮辮子，或作勢要將它剪成奇怪的形狀。我當然會強烈反對。妳玩笑似的抱怨讓我分不清妳的好惡，只要我為妳的行為一表現出生氣，妳就會掉頭走，「開個玩笑，連這也要生氣。」妳總是這樣形容我。

這讓我覺得妳從來就不懂我。一點也不。

在我學會自己綁馬尾以後，妳就不曾再手執梳子，在我的髮絲間穿梭。現下我自己打理每一天起床紊亂的思緒，不再因為剪頭髮而心生不滿，慢慢學會收斂起脾氣。

我還是會想到妳，想到妳為我梳髮。

梳子劃過頭皮的觸感讓我輕輕顫抖，不是恐懼，是一種久違的平復。推開每一道障礙，解開每一道結，溫柔而堅定。我背對著妳，在一個沒有鏡子的地方，那麼親密卻又看不到彼此的表情，妳為我梳髮，將我的髮絲一縷一縷地攢起、梳平，用髮圈固定。

我想起在我還未長大，對妳還心存怨懟的時候，模仿著妳的手勢、動

作綁頭髮，總是歪歪扭扭，還有散落未攢起的髮絲。

驀地遺憾那日復一日年復一年為何都沒有想到回首，妳會用怎樣的目光看我。

妳為我梳髮，對我來說那就是最好的了，平整而穩固，原來妳比我想像的更了解我。

### 想一想・說一說

- 母親當年為作者梳髮時，作者的感受為何？
- 作者為什麼要詳細描述母親為自己梳髮的過程？
- 作者記憶中沒有母親為她梳髮時的神情，那可能是怎樣的神情？



## 影片欣賞

《無名英雄——施比受更有福》

<https://youtu.be/B0kK90ISpJg>



《暖心——傳遞正能量》

<https://youtu.be/U9KHSmxkJow>



## 行動任務

感恩可以是一種積極的生活態度。感激那些傷害你的人，因為他磨鍊了你的意志；感激那些欺騙你的人，因為他豐富了你的經驗；感激那些輕視你的人，因為他覺醒了你的自尊……。懷著一顆感恩的心，感謝命運，感激一切使你成熟的人。

觀察周遭的人：家人、朋友、老師、志工、司機、商人……，為自己付出了什麼，記錄下來，將感謝化為行動，帶給自己和別人更多的幸福和快樂！

### 第一天 家庭篇

感謝對象：

感謝他／她：

這帶給我的感覺：

我的感恩行動是：

第二天 學校篇

感謝對象：

感謝他 / 她：

這帶給我的感覺：

我的感恩行動是：

第三天 社會篇

感謝對象：

感謝他 / 她：

這帶給我的感覺：

我的感恩行動是：

課業相關訊息		親師溝通		生活札記		今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章										
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文												
綜合		導師 核閱										
科技												
健體												

課業相關訊息		親師溝通		生活札記		今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章										
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文												
綜合		導師 核閱										
科技												
健體												

課業相關訊息		親師溝通		生活札記		今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章										
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文												
綜合		導師 核閱										
科技												
健體												

課業相關訊息			親師溝通	生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄	家長簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合													
科技		導師核閱											
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄	家長簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合													
科技		導師核閱											
健體													

活動欄



課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章										
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章										
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師核閱												
科技													
健體													

活動欄



課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合	導師核閱													
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合	導師核閱													
科技														
健體														

活動欄



課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章										
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章										
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師核閱												
科技													
健體													

活動欄



12

月份主題

# 聖誕， 換我來定義

好文傳情 聖誕節雜感

文 / 金庸 文章來源 / 《金庸散文》，遠流



中國人的「中秋節」是這樣一個可愛的節日，這是「團圓」和「月餅」；「清明」和「重陽」也是可愛的節日，這是「旅行」和「紀念」。外國人的聖誕節也是這樣的節日，大家互相贈送美麗的卡片和禮物，浸沉在一種溫暖喜悅的氣氛之中。

是聖誕夜，聖約翰教堂的鐘聲和風琴聲在寂靜的夜裡遠遠傳來，望著紅紅的燭光，想起了許多十分親切的人，在東北的弟弟，在印尼的朋友……。這對蠟燭真美，是在一個花紋刻得非常精緻的模子中燒出來的，一位遠在北方的朋友巴巴地託人帶來給我，真是捨不得點，每年聖誕夜點它一寸，就珍重地收起來吧。

我不是基督教徒，但對這個節日從小就有好感，有糖果蛋糕吃，又能得到禮物，那總是一件美事。在中學讀書時，爸爸曾在聖誕節給了一本狄更斯（Charles Dickens）的《聖誕述異》（A Christmas Carol）給我。這是一本極平常的小書，任何西書店中都能買到，但一直到現在，每當聖誕節到來的時候，我總去翻來讀幾段。我一年比一年更能了解，這是一個偉大溫厚的心靈所寫的一本偉大的書。

故事的主角是一個倫敦的守財奴史克魯奇，他對任何人都沒有好感，對所用的雇員異常刻薄。一年聖誕節晚上，一個已死合夥人的鬼魂來拜訪他，說將有三個聖誕節的精靈來帶他出去遊歷。到了約定的時間，精靈們果然來了。第一個是「過去的聖誕精靈」，帶著史克魯奇回到他出生的地方，讓他看到他小時是怎樣的孤獨，看到他親愛的妹妹，看到他怎樣愛錢勝於愛他的未婚妻而使愛情破裂。第二個是「現在的聖誕精靈」，帶他看到人們怎樣互相親愛、怎樣在貧窮之中開開心心的歡度聖誕。第三個是「將來的聖誕精靈」，帶他看到在將來的一個聖誕節中，他孤零零地死了，沒有一個朋友一個親人來關心他。這些事情融化了史克魯奇那僵硬的冰冷的心，使他變成了一個親切溫暖的人。

狄更斯每一段短短的描寫，都強烈地令人激動，使你不自禁的會眼眶中充滿了眼淚。英國人曾根據這小說拍過一部影片，但拍成乾巴巴的沒有什麼感情。其實，這本薄薄的小說中充滿了多少矛盾和戲劇，多少歡笑和淚水呀！兄妹之愛、男女之愛、父子之愛、朋友之愛，在這個佳節中特別深厚地表現出來。

但奧·亨利 (O. Henry) 那個短篇《聖誕禮物》(The Gift of the Magi)，在美國片「綿繡人生」(O. Henry's Full House) 中卻由花利·格蘭加 (Earley Granger) 和珍妮·奇蓮 (Jeanne Crain) 演得相當動人。丈夫賣了他寶愛的錶來買一個送給妻子的髮釵，妻子賣了她最感到驕傲的秀髮來買一個送給丈夫的錶鍊。一對貧窮夫妻的愛情，真難寫得更好了。

我曾譯過美國短篇小說家丹蒙·倫揚的那篇《聖誕老人》。故事是說一個善心的強盜劫了一批珠寶，去放在他愛人老祖母的聖誕襪子裡。這位老太太快要死了，她一生相信聖誕老人會在她的襪子裡裝進些禮物，在臨終之前，這願望終於達到了。這個強盜由於穿了聖誕老人的服裝，埋伏著要打死他的敵黨竟然沒有認出他來，因而逃得了性命。這是一篇驚險而滑稽的故事，但在人物的內心，蘊藏著善良和溫柔。

我們生活在這個十分重視金錢和物質的社會裡，友情和善意常常被利害關係和鈔票的數字所破壞。許許多多人一早起床就陪著算盤、計算機、收銀機、紅色綠色的鈔票；許許多多人覺得世界上最重要的是馬票頭獎。新年是很好的節日，但人們總是愛把「恭喜發財」和

它聯繫在一起，紅封包裹包著的是「利是」，買花來插是圖吉利，是為了卜占發財的兆頭。發財當然不壞，金錢和物質也決不能輕視，但總得有一個日子，讓個人多想到一些親誼和友情，少計算一些利害和金錢吧！中國人的「中秋節」是這樣一個可愛的節日，這是「團圓」和「月餅」；「清明」和「重陽」也是可愛的節日，大家想看那些已經逝去了的親友，這是「旅行」和「紀念」。外國人的聖誕節也是這樣的節日，大家互相贈送美麗的卡片和禮物，整個社會浸沉在一種溫暖喜悅的氣氛之中。

聖誕節這天在古羅馬時本是慶祝豐收的節日，後來才由基督教徒加上了宗教的意義，其實它並不是耶穌誕生的日子。如果大家當它是象徵和平的日子，我想，即使是伊斯蘭教徒、佛教徒以及無神論者，都可以在這天快快樂樂地過一個佳節。

### 小編有話想說

1 英國作家狄更斯創作了三部以聖誕節為主軸的小說：《聖誕頌歌》、《鐘聲》和《爐邊的蟋蟀》，因而有「聖誕之父」之稱。也能在小說的情節中窺探出現今聖誕節仍保有的風俗習慣，

如：家庭團聚、交換禮物、聖誕餐，以及聖誕老人發禮物給窮困、年老及孤獨的人們，甚至連我們最常在聖誕節說的那句簡單而真誠的祝福語句——「聖誕快樂」，也能從小說中的人物對話中流瀉而出。

2 關於《聖誕頌歌》(A Christmas Carol)：一個經久不衰的聖誕故事。自問世一百七十多年來，早已成為西方家喻戶曉的聖誕經典，甚至主人翁的名字史克魯奇 (Scrooge) 也被收入英文字典，成為「守財奴」、「吝嗇鬼」的同義詞。

### 想一想·說一說

- 金庸大師在文章中所討論的三本書，我看見了哪些人性特質？
- (1) 狄更斯的《聖誕述異》
- (2) 歐·亨利的《聖誕禮物》
- (3) 丹蒙·倫揚的《聖誕老人》
- 金庸大師「末兩段」的聖誕節雜感，哪一部分你最有感？請分享經驗。
- 參考方向：金錢、物質、利害、親誼、友情、團圓、旅行、紀念、豐收、宗教……

## 影片欣賞

《如果沒有愛，聖誕節會是如何？》

What would Christmas be without love?

<https://youtu.be/lcx7hBWuLM>



## 行動任務一：從小刺蝟看見自己/他人

以小刺蝟為主角的聖誕影片有三大場景：教室裡走過同學座位行間、公車上與同學同坐，以及戶外想與同學一起踢足球與盪鞦韆，這看似日常的動作，卻是小刺蝟人際互動的煩惱，深怕在溫馨的聖誕節裡被遺忘……。最後，同學們給了小刺蝟聖誕驚喜，為牠想了雙贏的辦法，既能保護同學不被刺傷，又能保有自己身體上的專屬特色！

## 1. 影片回顧與生命連結

從小刺蝟看見自己/他人：

- (1) 我也曾遇到與小刺蝟類似的人際困擾事件：（不限於學校，可以是家庭或其他團體）
- (2) 相同的，生命也為我敞開大門，事件出現了轉機：
- (3) 因為愛，這雙贏的結局讓我重新找回自信與快樂，感謝身邊有你的協助：



## 英文歌詞

So this life is giving everyone a present  
Beautiful, shiny and new.  
Everyone but you...  
Golden ribbons, diamonds.  
Line everyone's path  
That leads to wide open doors.  
Everyone's but your's...  
Wide open doors...  
Hold on! Keep on!  
Even when the road seems very long.  
Open your eyes!  
Even if it's cold now,  
There's one thing you should know:  
Rain will turn into snow!  
All the rain turns to snow...

## 中文翻譯

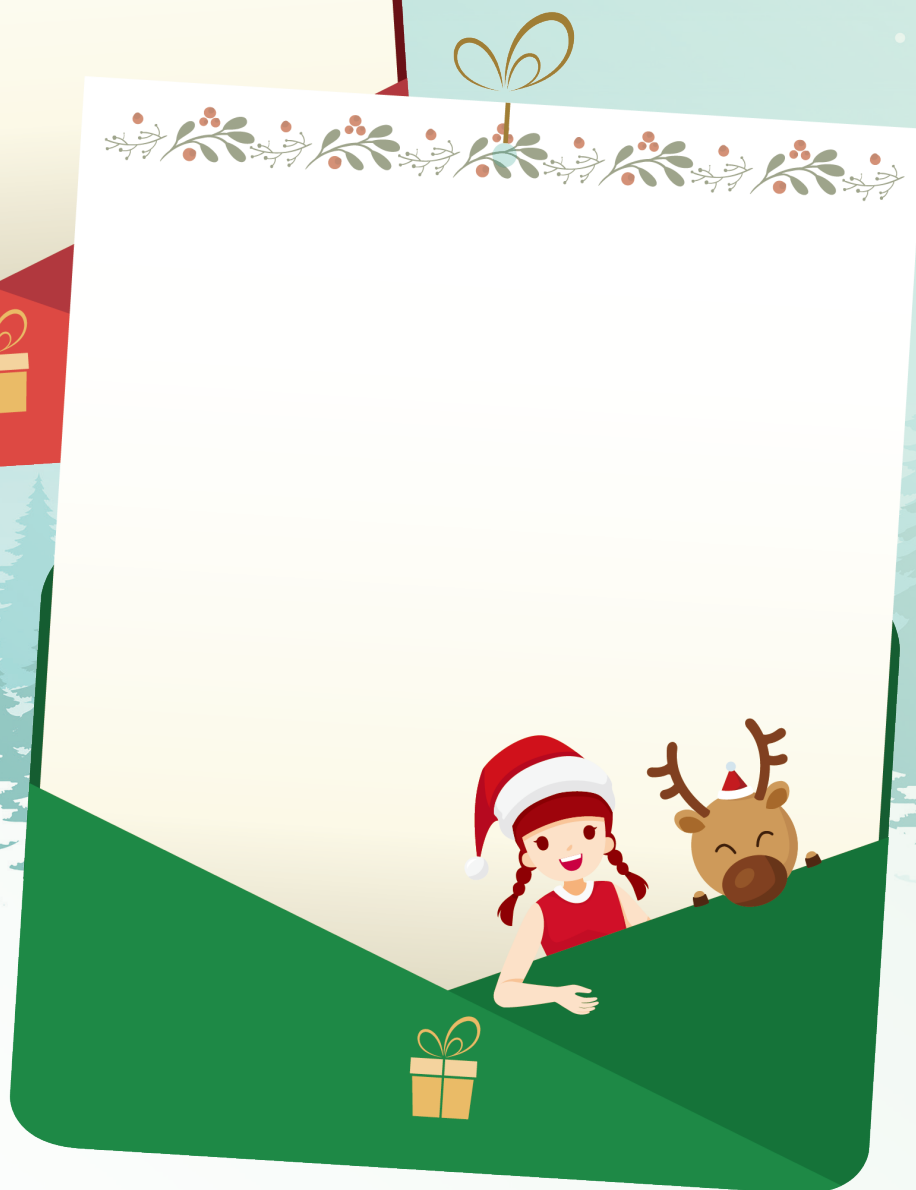
所以人生給予每個人一份禮，  
美麗的，絢爛的，新穎的。  
除了你之外的每個人……，  
金色絲帶，鑽石。  
排列每個人的路徑  
這領我們到敞開的大門。  
每個人的，但卻不是你的……  
敞開的門……  
堅持！繼續！  
即使道路似乎很長。  
張開你的眼睛！  
即使現在很冷，  
有一件事你應該知道：  
雨都會變成雪！  
所有的雨都成了雪……

## 2. 中、英歌詞大賞

品味完影片歌詞後，請同學為小刺蝟的聖誕節寫出「**聖誕定義**」：（可節錄歌詞，也可連結金庸大師的〈聖誕節雜感〉，也可以自創）

## 行動任務二：聖誕傳情

感激身邊有支持著我們的長輩、手足與朋友，謝謝您陪伴我克服生命的種種考驗。無論距離遠近，心中情懷也要送抵，願您一切都如意。請將心中想對他們說的話，寫在聖誕卡上，在溫馨的聖誕節傳遞出暖暖的愛和感謝！



課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師 核閱											
科技													
健體													


課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師 核閱											
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師 核閱											
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

活動欄



課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息		親師溝通		生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合	導師 核閱												
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

活動欄



課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師 核閱											
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師 核閱											
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師 核閱											
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合	導師核閱													
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合	導師核閱													
科技														
健體														

活動欄



課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師 核閱											
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師 核閱											
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師 核閱											
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合	導師核閱													
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合	導師核閱													
科技														
健體														



活動欄

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師 核閱											
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師 核閱											
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品								年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄	家長 簽章											
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文													
綜合		導師 核閱											
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

活動欄



01

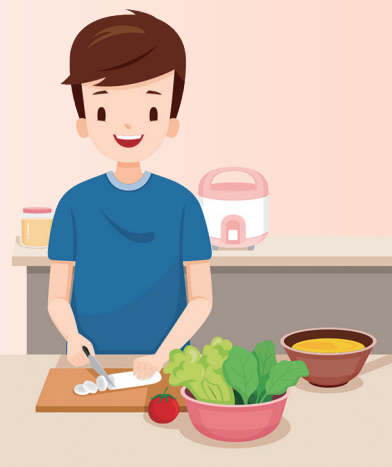
月份主題

# 心在哪裡 家就在哪裡

好文傳情

父母過世後他才了解  
團圓不只是一家人的事

文 / 許越如 文章來源 / 《鏡週刊》



每年除夕夜，通往周文軍家的那條路都會大塞車，是人們排隊來取過年團圓菜。三十四歲的周文軍的家位於花蓮縣卓溪鄉中正部落，外面有座彩色遮雨棚和倉庫，走近是一大棟兩層平房，現在只剩他自己住。他去年從快餐店廚師辭職，回到部落鄉公所工作，上班時間更彈性，為的是到週末能有更多時間當總舖師，哥哥姊姊也帶家人回來幫忙，一大家子開著發財車去辦桌。

出生在傳統布農族家庭，全家人每到假日就一起下田，國中時爸爸轉做外燴，所有孩子跟著凌晨三點起床，下午四點收工。「小時候很羨慕同學，他們的兒時記憶能有『玩』這個字，可是我小時候記得的就是種木瓜、種辣椒、種水田，到國中也沒有假日，都去幫忙家裡辦桌了，就連過年團圓飯，也要初四之後才有可能吃。」

雖然童年被父母的外燴事業偷走，但難得快樂的回憶，也與辦桌有關，周文軍最喜歡每次上菜前，全家人一起在後面圍著吃媽媽煮的大鍋麵，「辦桌很熱很累，叫便當也吃不下，但媽媽喜歡把五花肉乾炒爆香後，再加大量的水調味，她煮的麵總讓人胃口大開。」

自周文軍有記憶以來，父親雖然是村長，對部落的事熱心又健談，在家卻嚴肅寡言，生活中的大小細節都嚴格：出門不能穿拖鞋、衣服一定要紮進褲子繫皮帶、晚上八點已是門禁。最常對孩子講的話是「造反啦！欠揍啊！」有次父親要周文軍整理一百米的水管，甚至搬了張椅子在一旁監督。「他的高壓政策下我根本不敢回嘴，而且那時候還小，不知道什麼叫討厭爸爸，都一直壓抑在心裡。」

周文軍十六歲到花蓮市讀高職餐飲科，雖延續爸爸的廚師志業，卻一點也不想留在家幫忙。花蓮市還不夠遠，建教合作時他選了更遠的台北，「以前爸爸媽媽很囉嗦、管太嚴了，就會很嚮往去北部工作，而且哪個年輕人不會想往台北跑。」他在信義區的鐵板燒餐廳，一待就是七年。

異鄉生活久了也會疲乏，他升遷、存錢，卻再也無法從大城市得到新鮮和滿足。有次母親在他上班前打電話來，「我老媽子用族語說：『最近天氣冷了，要懂得照顧自己，在外工作要省吃儉用。』我很不耐煩地說好啦知道了，結果一掛電話眼淚就掉下來，」自責對媽媽的敷衍態度。

當年為了脫離父母離開花蓮，十二年前再回來，是為照顧身體變差的他們。一向嚴厲的父親，離世前一晚竟用柔和的語氣，問兒子可不可以幫他洗澡。「他以前脾氣很硬的喔，那天竟然用『請』的欸，問我可不可以！」隔天再見到父親時，已是他闔眼的樣貌，母親在父親走後兩個月也病逝。他笑著說自己並不遺憾，還好他人不在異鄉，能陪父母走最後一段路，笑紋上滑出幾滴淚。

父母過世後，周文軍失去了回鄉的目的，喝酒度日。有次，一群大學生成想來跟部落青年文化交流，周文軍作為代表之一，卻無法回答學生們提出與原住民相關的問題，「小時候只是很習慣每年四月要參加打耳祭，卻不清楚祭典的意義。」他想起父親對部落的付出，連臨走最後一件交代的事都是：部落的草砍完了沒？再對自己對文化根源的疏遠。他開始帶著酒、檳榔跟小菜，到處拜訪老人家，學古調跟族語。

對布農文化越了解，他越想介紹給大家，於是邀請部落國高中生組成歌唱團體「布農女孩」，當他們的經紀人四處巡演；定期舉辦部落小旅行，讓人們直接進到部落跟耆老們聊天，

「本來我們部落是比較封閉的，布農族是個很木訥的民族，以前只有在祭典時才會唱傳統歌謠，可是現在我帶一些旅人去串門子，老人家們就會自由發揮了，也是每次從講故事中重新認識自己。」

辦桌的紅色圓桌一度靜置在倉庫裡積塵，他曾和兄姊們討論過是否要放棄，可是鄰近幾個部落，婚喪喜慶都有人來找周家辦桌，他才想清楚，就算辦桌不為自己，也是要延續父母對部落的付出，更何況，只要說一句辦桌，哥哥姊姊就會二話不說聚在一塊。這幾年辦桌，他除了延續爸爸的好味道，還熱衷於融入有布農特色的食材：芋頭披薩、山豬肉焗烤、過貓蝦鬆，或像這道午餐，沿用母親習慣的做法，用山豬肉炒香，再以小米製成奶油南瓜燉飯。

問辦桌超過二十年的他，印象最深刻的一次是什麼？他說是一個部落婦女抱著他哭，說：「你們爸爸媽媽都不在了，兄弟姊妹感情還是這麼要好。」他雖戲謔地笑說，那位婦女一定是喝醉了，但也再清楚不過，是那張張紅色圓桌匯聚起他跟哥哥姊姊的向心力。今年的過年，這家布農總舖師一樣沒能在除夕夜吃團圓飯，「但是全家一起像小

時候那樣在廚房準備，身體再累，都會很有動力。」以往的怨言，如今成為與天上父母團圓的方式。

### 想一想・說一說

- 請描述文章裡周文軍父親的性格？
- 請問周文軍用哪些方式懷念他的父母？



## 一 吉祥話傳情



我要對 ( ) 說：

---

---

---

---

人們在過年期間會說吉祥話彼此祝福，請利用這三張便條紙，對親愛的家人說出感謝，並且祝福愛你的家人們。再利用週末，和家人們一起下廚，準備一道豐盛的菜色，圍坐在餐桌前，共度美好時光。

### 行動任務

### 影片欣賞

HOLA 廣告(2016 新年回家篇)  
[https://youtu.be/6dyG2\\_ymwn8](https://youtu.be/6dyG2_ymwn8)



紙短情長，要真的走到家人面前  
真心地說出自己的感謝和祝福哦！



我要對 ( ) 說：

---

---

---

---



我還要對自己說：

---

---

---

---



## 二 美好「食」光

菜名：（名稱請加上祝賀新年之意）

食材：（請仔細書寫，像食譜一樣可以讓讀者照著做出來哦！）

做法：



成品：（請貼照片，或畫圖表示）

課業相關訊息			親師溝通	生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄		家長 簽章										
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文			導師 核閱										
綜合													
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄		家長 簽章										
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文			導師 核閱										
綜合													
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記			今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄		家長 簽章										
語文													
數學													
自然													
社會													
藝文			導師 核閱										
綜合													
科技													
健體													

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

活動欄

春

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品							年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄		家長 簽章									
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文			導師 核閱									
綜合												
科技												
健體												

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品							年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄		家長 簽章									
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文			導師 核閱									
綜合												
科技												
健體												

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品							年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄		家長 簽章									
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文			導師 核閱									
綜合												
科技												
健體												

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師核閱												
科技														
健體														

活動欄



課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品							年 月 日 星期 一
科目	學習紀錄		家長 簽章									
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文			導師 核閱									
綜合												
科技												
健體												


課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品							年 月 日 星期 二
科目	學習紀錄		家長 簽章									
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文			導師 核閱									
綜合												
科技												
健體												

課業相關訊息			親師溝通	生活札記	今日功課、明日應帶物品							年 月 日 星期 三
科目	學習紀錄		家長 簽章									
語文												
數學												
自然												
社會												
藝文			導師 核閱									
綜合												
科技												
健體												

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期四
科目	學習紀錄		家長 簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師 核閱												
科技														
健體														

課業相關訊息			親師溝通	生活札記				今日功課、明日應帶物品						年 月 日 星期五
科目	學習紀錄		家長 簽章											
語文														
數學														
自然														
社會														
藝文														
綜合		導師 核閱												
科技														
健體														

活動欄



02

月份主題

# 愛家， 全家一起來！



好文傳情

四十天，是你和媽媽  
僅剩的時光

文 / 歐陽立中 文章來源 / 《飄移的起跑線》，悅知文化

我把班上孩子弄哭了，原諒我，因為有些事情，其實比考試重要很多很多，畢業前，我想再對他們多說說。

我問孩子們：「請問十八歲前後，最大的差別是什麼？」

有人說，是要開始負法定責任；有人說，是可以自己決定一切；有人開心的說，終於不用說謊了！嘎？為什麼？「因為進成人網站，終於可以坦蕩蕩選我已成年啊！」……

其實，我心中有個答案的。我在學校是老師，但在家中是學生，我的老師是我媽。對，直到現在，她對我仍有教不完事情。小至生活常規，什麼吃飯要兩隻手、喝湯要用湯匙；大至……咦？有大嗎？最大不過要我注意家裡瓦斯、還有時不時傳來的危安新聞。

有次，她聽了我的得獎感言影片，說我不該在演講中直呼校長的全名。那篇感言，其實我是非常滿意的，被她這麼一挑，頓時間不太開心。我之所以會提全名，是因為我希望讓大家知道是誰，而不是只有一個空泛的稱呼。

我已經過了和父母鬥嘴的年紀了，

頂多就是不太說話、悶悶不樂。媽就是這樣，在你得意的時候，她就是會提一桶冷水澆醒你，但其實是她放不下，希望你更好。

隔天，我媽跟我說，家裡有煮飯，要我每個禮拜回家吃飯。我猶豫了一下，一來，我怕她忙，辛苦；二來，我怕自己又哪裡沒做好，挨唸。後來，我看到一篇文章，大意是要你算一筆親情存摺，推算你和媽媽剩多久的相處時間。

「這有啥好算，至少二十年吧！」我暗忖。但好奇使然，我就索性提筆算了一下，越算，我的眼眶越紅。四十天，是我和媽僅剩的相處時間。

怎麼算的呢？我一個禮拜回舊家一次，一次一小時左右，一個月就四小時，一年總共四十八小時，共兩天。那二十年合計下來只有四十天。

「孩子們，你跟家人吵吵鬧鬧的時間，其實遠比你想像的還要短暫。」我說。

孩子們瞬間靜默了，在那之前，他們以為離別是很久以後的事。

「我放首歌給你們聽吧！」說著，

我按下播放，出來的是〈時間都去哪了〉這首歌，畫面是母親養育孩子長大的剪影。

「時間都去哪了？還沒好好感受年輕就老了，生兒養女一輩子，滿腦子都是孩子哭了、笑了。」

很多人聽著、看著、紅了眼眶。

「你們知道嗎？對我而言，十八歲最大的改變在於，你開始明白，世間上沒有什麼是理所當然的。」媽媽養你是理所當然的嗎？十八歲之前是，十八歲之後呢？你應該意識到該靠自己，但還是跟父母拿了大學學費和生活費。

媽媽在你身邊是理所當然的嗎？十八歲之前是，十八歲之後呢？離家在外，你開始發現聚少離多，一開始你很爽，但後來你很慌。

直到有天，你朋友的母親過世了，你安慰她的同時，發現沒有所謂的永遠。當你認為理所當然，你永遠都覺得別人在虧欠你；但當你發現沒有什麼是理所當然，你會開始去珍惜、去感恩，那才是真正的成熟，也才夠格得到真正豐富的人生。

「你有多久沒寫張卡片給媽媽了？上一次寫是在國小吧！那為什麼後來不寫了？因為彆扭？不自在？還是以為還有以後？」我繼續對孩子們說。

「真正的十八歲，不是用買一台摩托車來證明，而是真心寫一張卡片謝謝媽媽，並告訴她，你準備好為自己的人生負責了。」

我拿出四十四張卡片，那是我昨天特地去買的，一人一張，我們一起寫母親節卡片，背景音樂是〈時間都去哪了〉。寫著寫著，宥晴哭了出來。

好多回憶湧上了她的心頭，好像昨日才發生，卻一溜煙的快轉到明天。在時間面前，我們都無力留住什麼，只能盡可能的記住些什麼。

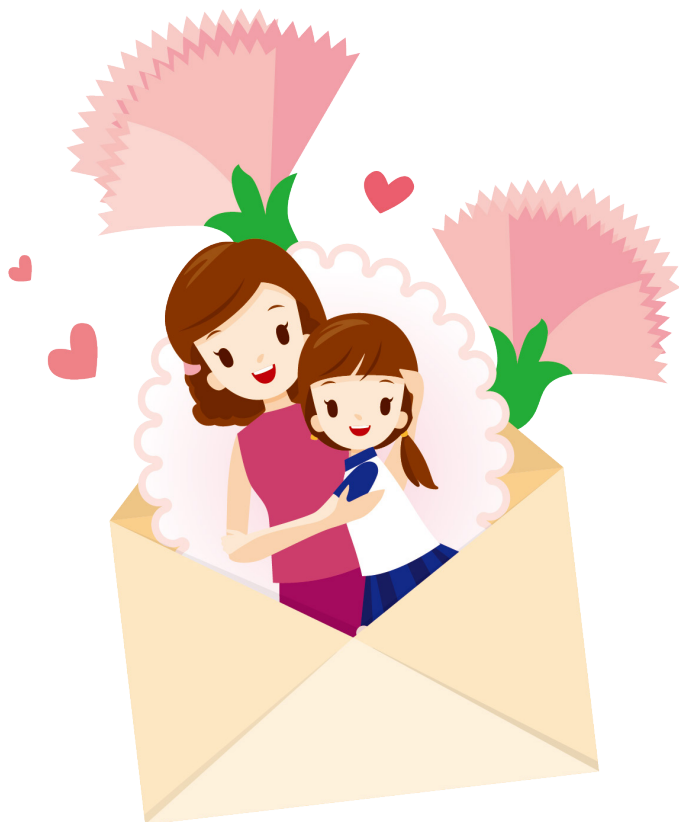
我知道他們要指考了，心會慌。但是你知道嗎？一個人只要心有柔軟的地方，他就會無比剛強。因為他知

道不管如何，都有愛他的人會守護著他，前提是，我們要學會如何察覺愛。

十八歲，我們用一張母親節卡片，當作自己的成年禮，願你們的人生永遠豐盈。

### 想一想・說一說

- 找一找作者母親對他的關愛，表現在哪些行為上？
- 想一想作者的學生聽歌曲時，紅了眼眶的原因是什麼？



行動任務

利用寒假和家人一起整理舊照片，聊聊照片中的故事，搜集快樂相處的點點滴滴，為自己存一本親情存摺，將彼此的愛和關心存入，感受到愛無所不在；偶有摩擦時，看看這本親情存摺，重溫愛的感動，撫平彼此受傷的心。再利用家人團聚時光復刻老照片，和相同的家人來到相同的地點，擺出相同的姿勢，看看時光雖然帶來外貌的變化，不變的仍是彼此的愛。

一

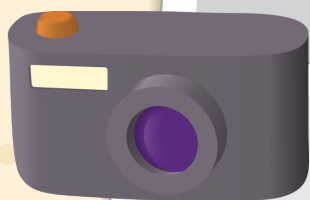
親情存摺

日期	項目	次數	總數
出生 到 現在	1. 陪我快樂地吃飯		
	2. 帶我出去玩		
	3. 耐心地回答我的問題		
	4. 買禮物送我		
	5. 難過時安慰我		
	6. 原諒犯錯的我		
	7. 抱抱我，讓我感受到愛		
	8.		__次
01/09	例：陪我打羽毛球	1	

影片欣賞

簡單作業（上）（下）  
<https://youtu.be/teSgSolUjg>  
<https://youtu.be/CsWPSNbwqxE>

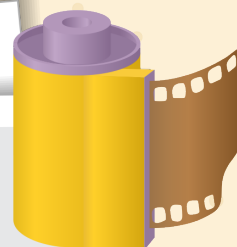




二

復刻老照片

請貼上一張精挑細選的舊照（至少兩人以上哦！）



請貼上重新拍攝的復刻照

## 緊急聯絡卡

家長緊急聯絡查證電話	
學校電話	
請假電話	
導師電話	
同學電話	(1) 姓名：電話：
	(2) 姓名：電話：
派出所電話	
婦幼保護專線	
反詐騙查證報案專線	

## 家庭防災卡

班 級：

學(座)號：

### 緊急集合點

(地震與火災)住家外：

社區外：

(颱風/坡地)社區內：

社區外：

### 緊急聯絡人(本地)

稱 謂：

稱 謂：

手機號碼：

手機號碼：

電話(日)：

電話(日)：

電話(夜)：

電話(夜)：

### 災民收容所(緊急安置所)

地 址：

註：洽詢住家所在地鄉鎮市公所或網站、「內政部社會司」網站、各縣市政府、社會局(處)或消防局網站中取得，若所在地公所已經就災害類別區分不同避難處所，則應分災害類別填寫不同資料。

電 話：

### 1991 留言平臺約定電話

電 話：

註：約定電話為方便親友記憶使用，事先約定好的電話號碼，以家戶電話(含區域號碼)或手機號碼為佳。如為市話 02-2344-xxxx，請按 022344xxxx，如為行動電話 0912-345-xxx，請按 0912345xxx。