

發行學校/嘉義縣六腳鄉北美國小
校址/嘉義縣六腳鄉崙陽村122號

電話/05-7811429
傳真/05-7812548
網址/www.bmps.cyc.edu.tw

北美國小

MERRY CHRISTMAS



網路普及的後遺症 網路成癮

教務組 黃勝融

網路的普及，使人產生依賴感，輕度依賴的狀況是一旦無法上網，就會有一種不安或缺少什麼的感覺，在大量使用資訊科技的今天，大家已經太習慣用電腦、網路解決問題、處理事情，自然對它產生依賴，使用的時間也增長，甚至漸漸成為部分人的「生活必需品」。

尤其在資訊爆炸時代，電腦、網路雖然可以幫我們解決、記憶、處理許多的資料，但是也帶來無限多的資料與知識，將人帶入一個資訊爆炸、訊息密集的社會，需要發掘與吸收的資訊太多，甚至產生唯恐資訊匱乏的恐懼。所以大家待在網路上的時間越來越長，用電腦工作的時間越來越久，解決更多的資訊流量。如此的制約下，許多人每天都要上網收發e-mail、資訊搜尋、購物、寫日記、交朋友、連線遊戲、使用即時通訊平台(如line、FB…)，一天使用量非常大，就怕漏掉訊息；發生什麼事、有什麼念頭，總要用Google搜尋一下，看看有什麼相關資料。

上述若是屬於工作性質的網路使用，情況通常不會太嚴重。若網路上癮成了重度依賴、網路沉迷或上癮，尤其是專注於某項電腦、網路的使用上，如：聊天室、連線電玩等，將會造成自主性的喪失、和現實社會的脫節等問題，卻使得資訊科技反而喪失原本要「提升人類生活品質」的目的。事實上，任何會對人類行為產生情緒的影響，以至於讓人無法控制的過度參與這樣的活動，甚至造成對自己個人家庭、職業、生活的影響，都可能造成行為的成癮。網路成癮的表現特徵包括：(一)強烈的使用慾望；(二)無法控制的網路行為；(三)造成現實生活中的影響，包括學業、家庭、或工作等方面。網路雖然可以帶給平時生活樂趣，或是在資訊爆炸的時代，讓人們容易取得資訊，但網路成癮所帶來的反效果，是值得網路使用者注意的。上網的時間若是過長，將會造成多許多負面影響，如身體健康情形、視力退化、現實生活中的人際關係減少、與現實生活的隔離等等，如此長久下去，造成的傷害可能是無法預估的。

這時候，尋求諮商或醫療的協助是有必要的，除了可以接受進一步的處理外，更可以提供使用者父母必要的建議和諮商。所以，當你的朋友或家人有上述的問題時，一定要尋求專業的協助，讓大家一起戰勝網路成癮。

北美榮譽榜 HONOR ROLL

比賽項目	獎項	班級	參賽學生	指導老師
1. 國語日報投稿(歡樂腳踏車)	109.11.17 刊登	四甲	蔡榛庭	黃淑惠
2. 嘉義縣立六嘉國中第三屆六家佃文學獎(散文-夏日牛墟之旅)	首獎	六甲	蘇宏軒	陳麗琴
3. 嘉義縣立六嘉國中第三屆六家佃文學獎(散文-崙陽村踏步趣)	參獎	三甲	蔡宜靜	蘇麗秋
4. 嘉義縣立六嘉國中第三屆六家佃文學獎(散文-我的「超級尚好」阿嬤)	佳作	三甲	蘇上峻	鄭慧娟
5. 嘉義縣立六嘉國中第三屆六家佃文學獎(散文-心暖一點，愛就會多一點)	佳作	六甲	陳家瑜	陳麗琴
6. 嘉義縣立六嘉國中第三屆六家佃文學獎(照片說故事-水中探險體驗)	貳獎	六甲	李建聖	陳麗琴
7. 嘉義縣立六嘉國中第三屆六家佃文學獎(照片說故事-魔法秀)	參獎	四甲	李臻妮	陳淑育
8. 嘉義縣立六嘉國中第三屆六家佃文學獎(照片說故事-游泳趣)	佳作	五甲	王柏勻	王博正
9. 嘉義縣立六嘉國中第三屆六家佃文學獎(照片說故事-有趣的運動會)	佳作	二甲	蘇嘉雯	王瓊瑤
10. 嘉義縣聖賢忠義慈善會109年「宗教之美」繪畫比賽國小高年級組	佳作	六甲	黃俊錡	葉婉琪
11. 109年度弘揚孝道繪畫及漫畫比賽繪畫類國小B組	入選	五甲	蔡欣諺	葉婉琪
12. 嘉義縣109年「資訊科技與智慧學習」實施教案示例徵選	甲等			葉婉琪
13. 嘉義縣109學年度學生音樂比賽榮獲團體組---直笛合奏丁組 直笛隊成員：李建聖、黃俊錡、康致嘉、陳家瑜、王柏勻、蘇育任、蔡欣諺、蘇鈺玲、黃恆惠、黃鈞豪、連妍喬、蔡宜靜、黃玟茹。	甲等	北美國小直笛隊	翁郁芳	

嘉義縣北美國小109學年 家長會餐敘捐贈名冊

姓名	稱謂	金額
1. 洪義勇	會長	10000
2. 蔡忠興	副會長	3000
3. 黃建智	委員	3000
4. 陳謙榮	委員	3000
5. 黃宇成	副會長	5000
6. 黃照裕	委員	3000
7. 蘇伯峰	副會長	3000
8. 紀宜輝	委員	3000
9. 蘇聖賢	委員	3000
10. 張明宗	顧問	5000
11. 蘇文助	顧問	3000
12. 蘇恆生	顧問	3000
13. 蔡昇祐	顧問	3000
14. 蘇新祥	顧問	3000
15. 鄭鴻瑩	顧問	3000
16. 洪常智	顧問	3000
17. 蘇建誠	顧問	3000
18. 黃炳貴	顧問	3000
19. 蘇渝庭	顧問	2000
20. 郭龍鎮	顧問	20000
21. 康世忠	顧問	3000
22. 黃信瑋	顧問	6000
23. 蘇敏正	顧問	3000
24. 蘇彬福	崙陽村	3000
25. 蘇清水	聖安宮	1000
26. 張華璜	聖元會會長	2000
27. 蘇明全	蘇厝老人會	2000
28. 張華璜	育通企業	2000
29. 鄉代會主席副主席暨全體代表	致贈啤酒四箱	

教導處

- 感謝台北龍翔、台北西區、台北龍山、台北禧愛、台北明志扶輪社於11/27到校拜訪，挹注學校課後照顧經費，提供學童適當活動安排。
- 感謝邱耀章牙醫師於11/17到校進行教師口腔保健增能講座。
- 感謝孟勳老師與麗琴老師於12/04帶學生參加六嘉國中運動會，除了領取六家佃文學獎豐厚的獎金及獎品外，參加學區國小接力賽與趣味競賽也獲得好成績，學生滿載而歸，十分高興。
- 感謝何展宏牙醫師今年繼續擔任學校校牙醫，並於12/09到校關心學童潔牙、口腔保健情形。
- 國小部全體師生於12/11到蘭潭後山步道健走，低年級的學生不畏山路崎嶇，速度不輸中高年級的大哥哥大姊姊，全體師生快樂地走完全程，進行一趟健康之旅。
- 本學年度校慶運動會暨幼兒園揭牌日期為12月26日(星期六)，請大家一定要來支持孩子們可愛的表演。當日還有親職講座、闖關、DIY、跳蚤市場義賣及大人小孩都喜歡的摸彩活動，中午也提供午餐，誠摯邀請大家蒞校同樂。



▲六甲黃俊錡-宗教之美



▲五甲蔡欣諺-弘揚孝道





▲混齡班-越南炸春捲製作中



▲混齡班-越南的服飾體驗



▲幼幼班-大家一起無水潔牙



▲幼幼班-認識校園 找到廚媽



合作農場參觀記

一甲 蘇柏瑜

今天我們去參訪位在學校附近的合作農場，沿途上，道路的兩旁盡是綠油油的農田，伴著鳥語花香，美麗的田園風光，一覽無遺。

到了目的地，一位農夫正在搬運一簍簍笨重的花椰菜，看他在涼爽的天氣裡，還流下斗大的汗珠，真是辛苦啊！

接著，合作農場裡的阿姨親切的招待我們入內喝茶，還告訴我們合作農場的功用，原來它是農作物的轉運中心，農夫會把收成好的農作物聚集在這裡，再從這個地方送到各個地方販賣。

我的家鄉位在農村裡面，每天總會看到農夫頂著大太陽或是冒著寒冷的天氣在田地裡工作，今天到合作農場拜訪後，我真正的體會到古詩寫的「誰知盤中飧，粒粒皆辛苦」的含意，從今以後，我會更珍惜食物，更懂得惜福，才不會辜負農夫們辛苦的耕作。



有趣的夏日樂學

二甲 蘇佳媛

暑假的時候，我參加學校舉辦的夏日樂學活動。老師跟我們說要帶我們去做月餅，我心裡既期待又興奮。

老師帶著我們走了一段路，終於到了學校附近的餅店—明玉餅店。餅店的老闆請我們喝飲料，還教我們做月餅的方法。首先，老闆把蛋黃切一半，接著把綠豆沙壓扁，然後捏一個洞，再把蛋黃放進去後再搓圓。都做好了以後，老闆把月餅塗上蛋黃，最後送進烤箱。過了好久之後，熱呼呼的月餅終於完成了，月餅的滋味又香又甜，吃了一口之後，我感到非常的開心，到現在還記得當時的美味。

我們帶著老闆做好的月餅，跟旁邊的阿姨說再見，開開心心地走回學校。這次的夏日樂學活動讓我認識了做月餅的方法，也更認識家鄉的名產。



幸福的一家人

三甲 蘇上峻

什麼是幸福？我覺得能夠常和父母親及家人在一起生活，是一種幸福。

父母因為工作的關係，常不再我們的身邊，有時要兩三個星期才回來一次，我和弟、妹每次假日，期待著爸、媽回來陪伴我們。

我們全家去過動物園、小人國、還有很多遊樂設施，家人一起玩得很開心，感覺非常幸福。爸爸平常工作，假日又要去進修，回來的時間更短了。

我有家人滿滿的愛，爺爺和奶奶會照顧我們的生活，也會教我寫功課，讓我感到真的很幸福。



故宮、白人牙膏工廠之旅

四甲 連妍喬

老師公佈星期五要校外教學，我聽到這個消息時既擔心又開心，擔心是因為又要趕課了，開心是因為可以出去玩。

到了星期五我特別早起，不需媽媽叫我，我快速地背起書包，踩著輕快的步伐走進學校，出發了，我帶著滿滿的期待和愉快的心情搭上遊覽車。

第一站我們先來到故宮南院看展覽，這兒有許多寶物，令我印象深刻的是「多寶盒」，多寶盒有許多機關，可以讓清代的皇上放入許多寶貝，它的外觀有的是箱子，有的是櫃子，甚至還有是桌子的形狀呢！故宮南院外面還設置了「紅魔毯溜滑梯」是一個超大的溜滑梯，可以讓我們全班的同學一起溜下來，真的好好玩，我們在那兒玩了好久。

下一站我們來到牙膏工廠，我們先參觀牙膏的製作過程，除了牙膏的製作那兒還有許多古物的展覽，欣賞完後我們一起到休息區喝茶、吃冰。休息夠後全部的人就集合返回學校了。

今天師長帶我們到故宮南院認識了皇帝的多寶格盒及牙膏製作過程，裡面的知識既新鮮又有趣，希望下次學校還可以帶我們到別的地方學習有趣又好玩的東西。



▲109.12.11 山野教育



▲參觀老楊方程式方塊酥觀光工廠



▲全班一起出遊爬山的感覺真好



▲109.12.11 嘉義酒廠參訪



▲12月品格之星-校長室小客人

▲音樂魔法屋活動-幼兒園快閃



參觀故宮南院

五甲 王柏勻

十一月十三日這一天，一到五年級的學生一起去故宮南院校外教學，雖然我已經是第三次去故宮南院了，但我還是很期待這次的旅行。學校發了通知單，提醒我們要帶水壺、口罩、健保卡等東西，前一天晚上，我在家裡忙的團團轉，當我將各項物品整理完畢後，心情也愈來愈興奮！恨不得明天趕快到來。

當天我們搭遊覽車來到了故宮南院，裏頭有很多展覽廳，導覽員帶我們去參觀乾隆皇帝的多寶格，展覽廳裡面的文物玲瓏滿目，看得我眼花撩亂，不過令我印象最深刻的卻是肉形石，它就像一塊栩栩如生的「東坡肉」，看了直叫我垂涎三尺，真想狠狠地咬它一口，但是這塊「東坡肉」，卻是工匠雕刻出來的傑作，真是不可思議，也讓我深深佩服雕刻家鬼斧神工的技術！

這次的校外教學讓我認識許多國寶，也見識了許多特別的建築風格，更在我的腦海裡留下了一段美好的回憶。每次戶外教學都能增廣我的見聞，讓我快樂又充實。



心暖一點，愛就會多一點

六甲 陳家瑜

在夜市中，有許多殘障人士坐著輪椅賣彩券謀生；廟口也有一些老人拄著拐杖為了生活而賣起口香糖和香菸，甚至有些無法工作的人靠著撿資源回收物來養家，這些景象映入眼簾時，會讓我深深思考起：原來，社會中有這麼多無助的人被我們忽略！如果大家愛能多一點，那麼社會是不是會溫暖一點呢？

古人常說：「吃果子，拜樹頭。」回想以前的生活，我常常受到周遭熱心人的照顧，像是姨婆、臭豆腐阿公和老師，在我慌亂時，給我支持，在我無助時，給我力量，受人點滴，要感激在心。所以，我和爸爸、媽媽也興起了回饋之心，想幫助被忽略在社會角落中的人，所以我們會利用假日和北港愛心站的志工一起進行關懷服務，照顧弱勢的老人和孤兒。

在前往服務前，愛心站會收集許多人捐助的物資，如食物、衣物、尿布……等，來分送給這些需要關懷的人，在安養院裡的老人們，有些行動不便，甚至臥病在床，他們一看到我們出現，臉上便露出了笑容，我想，或許已經有許久沒有親人來關心他們了吧！我們就像是他們另一種親人一般，不僅提供他們物質上的幫助，更給予他們心靈上的安慰。

有人說：「心暖一點，愛就會多一點。」我生長在一個幸福的家庭裡，有來自父母滿滿的愛與關懷，我也樂意將我擁有的幸福分送出去，讓那些生活比我們辛苦的人，可以感受到社會的愛，只要你、我願意多一點付出，相信我們的社會就會充滿愛。



▲扶輪社到校拜訪

▲品格故事營

