



與凱旋有約

第28期

發行人：李耀長 校長：陳志勇 編輯：輔導室
通訊地址：宜蘭市縣政七街50巷1號 出刊日期：105年6月6日出刊



想飛 能飛

◎校長 陳志勇

日前，全校師生分兩梯次，觀賞了《老鷹想飛》影片。這部由梁皆得導演所執導的紀錄片，以「老鷹先生」沈振中老師長達二十年觀察和記錄老鷹生態的生命歷程為影片主軸，探討台灣黑鳶的生存處境，讓人看見台灣的生態危機，也從「今日鳥類，明日人類」的警示中，反思人類的未來。

凱旋的孩子在觀賞後的學習單，普遍呈現了不錯的環境意識覺察，讓人欣賞。而其中一個孩子所寫的：「看《老鷹想飛》時，不只看到黑鳶，也看到了像老鷹『想飛』的自己」，更讓人有感。因為青春年華的孩子本就會有展翅翱翔的想望，而看到『想飛』的自己，是孩子有著凌天的壯志？還是孩子有了振翅高飛的勇氣？抑或孩子此時感到束縛亟待掙脫飛去？我們不得而知，但卻有著衷心的祝福，願凱旋的每個孩子都想飛、能飛！

想飛是一種豪氣、一種態度；能飛則是一種能力、一種境界。九把刀有一段很受大家喜愛的話：「等到對的風，我們展翅翱翔。沒有風，只要擁有足夠強壯的翅膀，我們照樣拔地飛行。」的確，有了想飛的動力，若能等待到對的風，自然能扶搖而直上，但是風是否能夠來得對、來得及時？無法預測，只能等待，而等待是一種毅力，更是一種耐得住寂寞的智慧。但是，鍛鍊翅膀，卻是可以操之在我的真實，只要我們願意努力，就能夠強壯。因此，凱旋老師念茲在茲，透過各種教導，幫助孩子鍛鍊羽翼，無非就是希望幫助凱旋的孩子，成長後，靠自己的力量，想飛就能飛，不用等待何時起風。

不過，生命中有時等待，卻是必要的。這無關乎能力，只是時機的問題。年輕的孩子未必能懂，但作為孩子的父母師長，卻是要有此觀照與視野，因為每個孩子都是獨一無二的，他們雖然都很聰明，但是聰明的地方並不一樣，而有時顯露聰明的時期也不相同。因此多一點慧眼去發現孩子不同的好，多一點期待去鼓勵孩子勇敢做自己，甚或多一點耐心去等待孩子嶄露頭角，都是親師間所必須共同面對的功課，父母師長這個功課做好了，就是幫助孩子想飛、能飛的最大祝福。

學校今年邀請《老鷹想飛》梁皆得導演擔任畢業生典範人物，對於這位被陳文茜形容是「對土地充滿感情的傻子」，我們有著深深的敬意與感佩，試想？是怎樣的信念，能二十三年堅定追尋攝影記錄黑鳶飛蹤而不改其志？早被譽為是台灣最佳生態攝影大師的他，又何以能超越世俗價值的羈絆，只為找尋台灣生態失衡的答案，而安於清貧？這位足為孩子典範的人物，雖然沒有很大的名氣，但他的內心是如此的堅定執著，讓人折服；他的心靈是如此豐富精采，讓人讚嘆。我們相信這樣的典範，會帶給孩子深刻的感動和正向的能量。而這樣的感動和能量正是孩子想飛、能飛的重要資糧。

典範人物-梁皆得導演

老鷹想飛紀錄片賞析

學校本年度典範人物是生態攝影大師梁皆得導演，老鷹先生沈樞中對守護黑鳶的堅持，與導演梁皆得多年來對生態紀錄片的執著，都讓人動容，我想對二位說：

/702朱樂恩

謝謝老鷹先生與導演，看見這樣的需要，盡可能的去幫助、去了解。因為你們這份堅持的心，讓我們看見我們的無知，看見黑鳶的生存處境是多麼的被限制。感謝你們對守護黑鳶的堅持，我們的改變是從你們引起的，你們是我們需要學習的對象，你們好棒！

/705黃主安

二十年真的是不算短的時間。在這二十個年頭裡，你們致力於黑鳶的觀察與保護，始終不放棄生態的紀錄。還好有你們，避免了一種生物的滅跡，也讓大家漸漸去關懷我們的地球、去保護環境、發現生態環境的重要。

/801黃皓宇

謝謝你們，因為你們的努力、付出以及堅持，讓更多人能夠看到台灣的環境問題。也正因為這些問題開始被重視，慢慢出現了解決的方案。這部電影更令我深深了解一件事，地球上的生物不僅僅是個生物，而是跟我們生活在同一個地方的「夥伴」。

/802陳姍妮

謝謝你們拍攝、記錄這位大自然的朋友，讓我們用不一樣的角度去看黑鳶，去看不同的國家，了解現在，甚至未來大自然所面臨的問題。也謝謝你們細心的觀察黑鳶，擋下一些開發案，你們的付出令人欽佩。沈苾菱說：「簡單的事，做久了就不簡單。」這個小觀察，經過無數的風吹雨打，做了二十年，得來的不只是一部紀錄片，而是這份保護鳥類的心，延續下去，Thanks。



/803李家慧

您們保護老鷹的精神令我欽佩，有個想保護的東西，就有動力和決心。「持之以恆（堅持）」、「再接再厲（努力）」是我覺得最困難的事，但你們都做到了，也讓我們看到現在大自然的狀況，讓大家對大自然多一分珍惜和關心。

/804曾裕勝

保護台灣鳥類的行動並不能以一人之力來完成。就像打籃球，總不可能叫一個人打完全場，其餘四人在旁聊天吧！努力是能被看見的，一個人只要堅持、努力，就可能讓週圍的人感受到這種氣氛，進而一起努力。又好比一個齒輪轉動，就會帶動其它齒輪一樣的道理。請繼續加油，相信未來一定會更好。

/901黃翊閔

曾經我好奇，一個人為了夢想究竟能付出多少家庭、經濟、生活上的諸多困境，現在，我在導演身上找到了答案，無盡，那是無窮、不求回報，只因熱忱驅動，興趣使然，終讓夢想展翅高飛。

/903潘思穎

謝謝你為台灣記錄了許多美麗的鳥類，也謝謝你不顧天氣、時間、金錢，付出了自己擁有的。這部片，讓我心中充滿了很多要珍惜自然的想法，也希望我能像你一樣，成為一個願意用時間等待一切，並且用愛來對待大自然的人。

/904張宸瑄

我一直認為自己的夢想十分可笑，我並沒有特別有錢或者偉大，談何夢想？但我覺得您的故事打動我。其實，我不需要那些身外之物，只要心裡夠堅持，只要擁有對夢想不滅的熱情，又有什麼能阻擋？您的勇氣我十分敬佩，希望您能一直堅持下去。您是我心中最厲害的夢想實踐家。

/905陳靖雯

如果每個人對自己喜歡的事，都能像您一樣，像個固執的傻瓜，絕對能創造出一個充滿夢想色彩的世界。或許現在只有少數幾個，但願在未來，大家都會找到前往夢想道路的動力。

你，看見老鷹了嗎？因為愛，人類可以跨越物種間的藩籬，以至於無悔的付出。我們如何重建人與自然的親密關係，為地球的永續發展盡一份心力？

/701陳怡安

我，看見老鷹了。看見那被環境和人類逼迫到面臨絕種的生物，還有一些正在維護生命的英雄們。我們雖然不行像沈先生一樣的積極，但是我們可以從自己做起，外出時不隨意丟棄垃圾，支持友善農作物。多多接觸大自然，感受自然之美，並體會自然的重要性，大自然不屬於人類，人類沒有任何的理由可以破壞大自然，我們，應該與所有的生物一起共存。

/801李培暉

在地球上的每一個生命都是平等的，即使在你眼中毫不起眼的小昆蟲，也是個值得尊重的生命體。而原來美好的大自然，因為人們的恣意妄為變得越來越不堪。我覺得人類所要做的第一件事，就是尊重大自然。自然裡的資源並不是取之不盡的，人們越來越狂妄的野心，甚至將觸角延伸到了動物們的家，不顧那些跟人類一樣同是生命的牠們。尊重大自然，不破壞生態及各種動物們的家，在未來，人們才能和大地和平相處，擁有和諧的生活。

/901黃翊閔

「天地是萬物的旅舍，光陰是百代的過客」，時間的推進，讓我們忘記了曾經彼此的連結，長久的演化，曾經平衡的弱肉強食，如今卻是毫無戒治的奪取暴斂，拆掉煙囪吧！捨棄一些慾望，為這地球留下……。

/906陳慶

「利」這個字抹滅了多少人性？但也因此，我們借梁皆得導演的眼，看到了仍在為大自然努力的人、事、物，也許我們只是國中生，但是盡一份小小的心力，也許是不浪費，也許是做好回收，就可以創造更美好的未來。

你相信嗎？在看《老鷹想飛》時，你看到的將不只是黑鳶，也不只是鳥類，你可能也會看到自己，有人說看到了那個也愛護動物和愛著這片土地環境的自己。你又看到了怎樣的自己呢？

/702黃雯麟

這部電影讓我看見了想要守護這片土地的自己，讓我看見想要保護這些生命的自己，也讓我看見了自私的自己，這不只讓我看見了自己，也讓我看見了人類的野心。



老鷹想飛

己，讓我看見想要保護這些生命的自己，也讓我看見了自私的自己，這不只讓我看見了自己，也讓我看見了人類的野心。

/801陳威辰

我很珍惜這片土地，卻沒有時間去好好的觀察他的變化。電影裡用幾個片段來說明我們生長的地方，這部片讓我看到那個有心，卻沒有作為的我，但同時也讓我看到了那些長久以來，一直保護著這片土地的人，雖然很困難，但我會努力成為我眼中看到的那些懂得尊重跟愛惜這片土地的人。

/802林昭宜

當我看到黑鳶因誤食農藥而結束生命，我看到了心疼動物的自己。

當我看到台灣生態被破壞，我看到了惋惜環境的自己。

當我看到因人們的努力，黑鳶再次出現在空中，我看到了也想對自然有所貢獻的自己。

/803鄭郁潔

看完了這部影片，我看見自己其實也是讓這些動物瀕臨絕種的兇手之一。我們過度的使用資源，對環境的予取予求，不僅讓原本的生態變了樣，更傷害了這些動物。現在看完了這部影片後，我想我不應該再繼續當兇手了，而是應做一個幫助他們的小幫手，雖然幫助的力量很微小，但一點一滴累積下來也是很可觀的。

/901林念潼

我看見了無知且自私的自己，對於正面臨破壞的自然生態，很少投注關心且做些努力。那經常在我們生活周遭的各種生物，因為人無限的自私，失去了棲地，甚至失去了生命，那是人類很難彌補的缺憾，更是對於環境永遠的傷害。

/906張宇婕

看見如同老鷹一般想飛的自己，振翅高飛的渴望、崇尚自由的心情，卻迷朱在城市與現代社會的催殘中，還有在無意間傷害了大自然的我。



29 九年級畢業履行 公里步行長征



十五歲的年紀，是立志之年。即將國中畢業的孩子，更應該立定志向，為當「大人」做準備。因此，我們希望透過「履行長征29」讓學生從精神和體力方面，挑戰自我的極限。

步行從蘭陽溪畔的凱旋國中出發，走過連結溪南、溪北的蘭陽大橋，沿著宜蘭母親之河—蘭陽溪右岸前行，走向出海口，眺望蘭陽的精神地標—龜山島，再從河川匯流之處，轉入宜蘭希望之河—冬山河，沿著黃龍岸，走到開啟宜蘭經驗的親水公園，呦呦鹿鳴享用午餐，感受即將成年的喜悅與挑戰後，原路折返。

/904林芝璿

最感謝的是老師及學校，若不是因為蹺瑩老師和蕙君老師每天幫我們訓練體能，依我自己的體力絕對無法走完29K。也謝謝學校辦了如此有意義的活動，過程中的每一位老師、夥伴都要好好感謝~最後要謝謝的是父母，在這29K裡，我想起了飢餓中那些孩子，在非洲很多孩子都要走很長的路才能到學校，而我們只走了一天那麼長的路就抱怨連連，所以我們應該好好感謝父母給我們如此幸福的環境。

/906 陳柏碩

這次的活動意義相當深遠，或許會影響我的一生，這讓我體會到我的父母、我的朋友、這片土地、教導我的人，在我心中無比重要。

/906 林庭聿

我最感謝老師們，因為沒有他們就沒有29K這個活動；沒有他們的鼓勵，就不會有完成旅途的我們；沒有他們。就沒有路上暖心的驚喜。真的很感謝!

/904黃湘芸

我沒有最感謝的誰，因為在我身旁扶持我的人，都是我的恩人，我希望，未來的你們也能夠像現在一樣快樂。我最遺憾的是無法再與朋友們有更長的相處時間，挑戰完後感情更加增溫，但也更不捨了。

/905林芳璐

29K本身就是一個挑戰，老師們精心策畫活動和小關卡，而同學們也用充滿期待的心去走29K，師生都如此投入心力來舉辦29K，光是如此，這活動的意義也就非凡。

我最感謝沿途騎車來回檢查有沒有學生需要幫忙的老師，他們沿途部段巡邏，就怕有學生身體不舒服或落了單的，最遺憾的是我們班有2位同學沒有參加此活動，這真的是一個很棒，很有價值的體驗，況且回憶是有創造才能擁有的。

/903 李龍禧

感謝學校用心的籌備，很多事前的工作都由老師們親自去完成，也感謝沿途夥伴老師們的鼓勵，讓我更有動力完成這次的履行。

/902李敏萱

讓我體會到，堅持走下來，一定會到終點的，有朋友的鼓勵，有老師的關心，心理暖暖，再痛再不舒服，一切都是值得的。

/903 蔡松育

感謝一路上同行的夥伴，因為他們，這趟旅程變得不一樣，因為他們的鼓勵，讓我有動力繼續走下去。遺憾還有些話沒有告訴同行的夥伴。



在步行中，與自己對話、與夥伴對話、與土地對話，在對話中思考自己的未來人生。



社區踏查 GO! GO! GO!

/901林念潼

「仁者樂山，智者樂水」

縣政中心最值得推薦的風景

縣政府中央的綠地，帶給人清新的感覺，加上平時寧靜環境，便是一處踏青最佳地點，那裡遠離市區的喧鬧，有著鄉下的純樸與靜謐，加上

一點建築的巧妙設計，成了一幅美麗的風景。

除了縣政中心美麗風景外，

讓旅途更加生動有趣的是身邊的伙伴

曾經稚嫩新生，到現在成了成熟的畢業生了。一路上，我們一起經歷過風風雨雨，也一起分享生活的喜怒哀樂，甚至到了現在，我們的感情親如家人一般，漸漸地成為了彼此生活的一部分，無奈畢業在即，我們要面對離別，但我相信彼此的回憶將永存心中，永不抹滅。



彼此的回憶將永存心中，永不抹滅。

/904陳穎

「仁者樂山，智者樂水」

縣政中心最值得推薦的風景

我覺得任何一個建築物或場，所都比不過鄉間小路上的說話聲。有朝氣的招呼聲、關心的問候聲、孩子們的玩耍聲，以及同學們的歡笑聲都是我心中最美的風景。

除了縣政中心美麗風景外，

讓旅途更加生動有趣的是身邊的伙伴

感謝你們三年來的陪伴、包容，讓我的國中生活豐富又精采。經過了許多的誤會、爭吵、哭泣、歡笑，我們的有一越來越堅固。一天又一天，一年又一年，我們一同成長、一同進步，攜手走過了多少個春夏秋冬，你們都是我一辈子的摯友，謝謝你們！I love You！

今日的社區踏查因為有你們而更加的開心、充實！有你們陪在身邊，太陽再大也不熱，旅途再遠也不累，你們真是我的救星！



凱旋齋飢

/903潘思穎

今天飢餓體驗時，欣賞了兩部影片，第一部是「烏干達的天空下」，令我既難過又擔心，影片中的孩子自出生以來，便生活在處處危險的環境中，自小就失去親人，必須靠自己生存，真的非常辛苦，但願有一天能有更多人幫助他們平安、快樂地長大。第二部是「台灣剩食之旅---舌尖上的浪費」，透過這個影片，使我更深知，生長在台灣這塊土地的我們，應該要珍惜食物，每次吃飯後，都倒掉很多食物，實在很不應該！希望我們以後都能共同珍惜，並且不浪費食材。

這次參加飢餓十二，真是前所未有的體驗，能夠和同學在12小時內，像那些正在飢餓的小孩一樣，嘗試體驗飢餓的過程，真的很特別！下期許自己能體驗30小時，將會是個不錯的新挑戰！飢餓十二，成功！

/902湯語珣

生活在台灣是非常幸運的，沒有戰火波及我們的家園，也沒有嚴重的疫情，我們擁有充足的資源，不應該隨意浪費。

在「烏干達的天空下」影片中，那些受到戰火波及的難民，沒有其他選擇，只能放棄原本平穩的家，居住在政府保護的營區，沒有自由。生在如此安穩的台灣，我們又能抱怨什麼呢？

浪費食物實在非常不應該，但最可怕的是自己正在浪費食物卻不自知，這個世界上仍有十億左右的人口沒有吃飽，反觀我們自己：「這個有青豆，我不想吃……」，挑食，正發生在我們周遭，甚至成為習慣。願我們(自己)能將這些體悟，實踐到生活中，別再挑食了！

/905蔡楷祥

在今天的飢餓體驗中，我學到了很多事情，也看見了在其他國家還有許多人需要我們的幫助。在非洲，有些對我們來說是一些稀鬆平常的事，像是「喝一口乾淨的水」，對他們來說卻是非常困難。我也在今天的「台灣剩食之旅---舌尖上的浪費」中，看到了平日我們對於食物的浪費，驚訝的發現原來台灣浪費食物的量，在世界上是數一數二的，我們實在要珍惜現有的一切呀！



小樹苗 回娘家



1901丁培芝
三年前的夏天，我拿到了意為「希望」的你，那一年我在凱中得到了你的陪伴，從青澀到成熟，謝謝你陪我一起成長。現在我把你種回凱旋這個家，希望你繼續陪伴以後的凱旋人，讓他們可以乘涼，也希望我和你都可以一起成長茁壯，相約以後每一年的今天都是我們的紀念日。

1901李姿宜
還記得那天，來到凱旋的第一天，學校送了三樣禮物，而那棵小樹苗是我最喜歡的，一個很特別的禮物。每天的早晨、放學後我都會去看那小小的鳳凰木，希望每天的細心照顧，讓他也能和我一樣更加成長。到了八年級時，他已經長了七、八十公分的高度，真的很開心。他就像是我的一個知心好友，彼此之間雖然沒有對話，但他是一位最佳聽眾，總是默默的陪伴著我，聆聽著我在學校發生的趣事，感受著我的悲傷與歡樂，彼此的心靈就像是相連的共同體般，無分你我，緊緊繫在一起。和小樹苗在一起的時候就彷彿來到了另一個世界，寧靜和諧，完全就是個天堂。不過就在某一天的早上，我卻找不到我的鳳凰木，我好緊張，在阿嬤的小花園裡尋找著，後來才發現小樹苗不知為何樹幹斷了，只剩下二十公分左右。與小樹苗緊緊繫著的那條弦就像突然斷了一般，我好傷心，整天在想如何才能救活他。但爸爸說他已經活不了，我只好將他埋入土中，希望他能成為其他樹的養分，生生不息的在世界上！

再會了，我的最佳聽眾、知心好友，那曾經與我心靈緊緊相連的~鳳凰木。

1902劉鴻韻
小樹小樹，我把你種下，風來吹，雨來打，小樹不要怕，你一定可以長大。養你養了三年，雖然說沒甚麼在顧你，除了颱風天前把你處理好，夏天太熱餵你一些水，好像也沒做甚麼，你就很霸氣的自己活下來了，跟我一樣自力「根深」，很有自己的風格。我知道種在學校以後，你依然會很霸氣的自己生存下來，我也不跟你多

說甚麼，只能祝福你可以跟爸爸我一樣繼續努力霸氣下去，我會想你，你也要想我。

1903李宗遠
從踏進校園的那一刻起，照顧樹苗就是我們的責任。雖然無法親手把它栽培成大樹，心裡也有些遺憾，但這棵代表「希望」的幼苗留給了我入校時的難忘回憶。

開學時的季節溫暖又舒適，真適合照顧「鳳凰木小樹苗」，和煦的陽光下，翠綠的嫩葉閃爍著生機，讓我們心裡充滿希望能更有勇氣面對下一關挑戰。在生氣勃勃的花圃中種下希望幼苗，並在我們的愛與耐心下一點一滴種植。相信直到我們畢業那天，這幼苗也會和我們一起經歷三年的成長，成為一棵賞心悅目的鳳凰木。

在種植的過程，有時會覺得需要花大量時間照顧很累，但想著在長成大樹的那一刻，所有辛勞、血汗都瞬間變得有意義。雖然無法將「希望」栽培長大，但這也是我們這些照顧幼苗無成的人，心中的缺憾美。

1906陳慶
親愛的小樹苗：如同生命共同體般，我們一起經歷了三年寒暑。在時間的淬鍊下，你不是當年那顆嬌弱的小樹苗，我也不是那少不經事的孩童了。還記得那次的颱風嗎？怕你禁不起那麼強烈的風吹雨打，還特地架了架子、鋸斷一截樹枝。生平第一次體會到為人長者的感覺。又或者那次陽光普照的假日，我們一同享受徐徐吹來的微風，徜徉在自己的奇幻世界中。我們一同共伴，一起成長。我用我的言語灌溉你，你以你的沉默述說生命的秘辛。是你教會了我樂觀向上、自在自適、沉默是金。現在，道別的時刻已來臨，祝福你能繼續以你獨特的方式教導每位對學業、世界、人生迷惘的凱旋學子。在若干年後，希望你還記得你曾有這樣一位主人，曾和她一起走過這段短暫卻美好的時光。

環境教育暨健康促進參訪



1702潘俊愷
這次環境教育，令我印象深刻的是參觀利澤焚化廠，在那裏我學習到要把資源回收分類好，不要浪費食物，減少垃圾量，並使用環保杯、環保袋，不使用免洗餐具，不任意砍伐樹木、花草，多多種植樹木，節省水資源……等。

最重要的一點，就是將這些理念宣傳出去，一個人的力量雖微不足道，但一群人將可以改變地球。

1705吳恕葆
全球暖化、氣候異常，使得你我不得不正視這項環境保護的課題。其中，我們每天用餘的資源——垃圾，也得有好的措施來管理，否則就真的和垃圾共舞了。

我們生活的宜蘭就有這麼一處，那便是「利澤焚化廠」，有效率、合法的處理，安全、安定的埋放垃圾，是保護土地的功臣之一。而後，該落實的就是你我，做好分類、資源回收，甚至關好水龍頭，節約能源，雖極為普通，但若能在日常生活多注意、留心一點，平凡的我們，也能為環境保護出份力。

「從心閱讀」悅讀精彩



七年級 第一名

701 趙春如 書名：天作不合

看完這本書，我發現幸福不一定要在天作之合的家庭，也可以在「天作不合」的家庭，兩者差別只在愛的方式不同而已，因為每個家庭都是獨一無二的，「天作不合」的家庭不一定要成為天作之合的家庭，何必去演一個完美無缺，卻沒有靈魂的家庭呢？但我覺得最重要的不是合或不合，而是「愛」，要勇於說出來，「表達」是很重要的，不過現在的家庭常因為忙碌而缺少互動，這時一句的「我愛你」是多麼的重要！另外，人們平常往往把「愛」深藏在心裡，在大吵一架之後便能彼此吐露真心話，那不如在平常就說出來，也許在家人間能夠適度的把「愛」表現出來的話，就能互相包容，避免一些不必要的紛爭而更加幸福美滿了吧！

書中最令我印象深刻的是一「當我們說我愛你」。這世上，處處都充滿了愛與溫馨，更有許多事是等著我們去感受、去感謝的。當我們仔細觀察生活周遭微小的人、事、甚至是物，一定也能感受到「愛」充斥在世界的各個角落，而這些，也都待我們去用心體會、用力去感受呢！就像我和妹妹，雖然平常會吵架，甚至打架，但有時候，換個角度想，她也有對我好的時候，只是需要我去發現，法國雕塑家羅丹曾說：「生活中不是缺少美，而是缺少發現美的眼睛。」只要懂得用心去觀察，就能發現在我們身邊的愛與美。

書中的小潘裝病，小潘父母去學校掃廁所也都是愛的表現。我們周遭的人也盡力向我們傳達愛的訊息，而當我們接收到時，也記得一定要再傳送回去，讓愛你的人也知道你愛他。只是，有時會有一些爭執與衝突，這是無法避免的，因為相處時間久，難免會有意見、想法不同而有爭執，但是其中的愛卻不會減少，我們也要珍惜這些相處的時光，好好感受親人的愛，親人終究會離開自己，而我們也要學習獨立，所以要把握時間，適時地表達對親人的愛。愛，是無條件得包容與寬恕；愛，如同一望無際的大海；愛，更是支撐家庭的重要梁柱一把愛勇敢說出來吧！

八年級 第一名

801 李培暉 書名：天虹戰隊小學

我推薦這本書的原因，不外乎是因為當我每一次看這本書，雖然有不同的體悟，卻有著相同的感動。作者把自己親身經歷過的童年，那百般波折卻又收穫良多的求學路程，用細膩生動的手法，讓每一位讀者有如親自參與一般的感同身受。

故事中最令我印象深刻的天虹戰隊中的一員，是那對於學習保有高度熱忱的一林唐。這個男孩，有著異於常人的頭腦和堅強意志。上課從不缺席的他，家裡沒有時鐘，每天只能靠著公雞的叫聲起床，還曾因為公雞叫得太早，半夜就出發了；不僅如此，他每天必須自己騎著腳踏車來回往返80公里，有時遇上雨季，道路淹成河流，還得咬著裝著書本的塑膠袋，快速游向學校，躲避鱷魚的攻擊。而他那過於聰慧的腦袋，更為穆罕馬帝亞爭取到了至高無上的獎盃。

他的奮鬥故事深深讓我感受到，現在的我們有多麼幸福。不必愁吃愁住，不必為家計擔心，更不必擔心沒學校可去、沒有好環境可以成長，但為什麼，越是這樣，人們越不懂得珍惜呢？如今，被從小捧在手心裡成長的孩子們，越來越不懂得感恩，甚至認為父母給的這一切都是理所當然的，而這就是社會上打拚的下一代。我們是不是應該思考，問題的根源到底是什麼？為什麼現代的年輕人價值觀變得如此扭曲？就算那些沒辦法確保下一餐在哪裡的小孩，日後沒有什麼大成就，但至少他們是拚了命的想要吸收知識、拓展視野，而不是坐著等別人服侍自己的富家子弟。至少他們為了自己的未來，自己的夢想努力過了，而身處經濟環境條件相對較佳的我們，是不是應該更珍惜、更努力呢？別再抱怨你們遇到的困難了，想想這些努力奮鬥的孩子們吧！他們都完全沒有任何怨言了，你們又為什麼有呢？



轉彎思考—發現生命夢想的禮物

如果你是雨，你願意下在哪裡

如果我是雨，我要去沒有水的地方

如果我是衣服，我會先去找光著身子的孩子

如果我是糧食，我會先去找挨著餓的人~沈芯菱



/904張宸瑄

今天聽了芯菱姊姊精彩的演講，內心浮現許多想法，我心中的夢想是「幫助無國界醫生」，他們善良、勇敢，不畏戰火無情的摧殘，每一位勇士是值得我效仿的表率。曾經，我以為這是一件遙不可及的夢想，何況我向來是位「缺乏勇氣者」。但是聽完演講後，此夢想的希望之火又再次燃起。「不簡單的事，做久了變得也會簡單」，若是我一開始便不去嘗試，只會掛在嘴上說，心中只想「我辦不到」，那麼夢想將永遠停擺，像是斷了翅的老鷹，無法飛翔。有一個廣告曾說：「Just do it!」不去挑戰，將會成為一場遺憾。但，若失敗了呢？謹記人非聖賢，熟能無過，不可能一路順遂，「老天爺給我們最大的禮物，不是運氣、而是勇氣」。人不能操縱運氣，卻能把握勇氣！將失敗化成前進的力量和對抗恐懼的勇氣，然後堅定朝夢想的天空前進吧！

人有時也會犯一個極大的錯誤，便是只看到了事情的一面，遇到困難、傷心的事，我們通常就悲觀到底了。實則是，換個角度想，也許下次我就不會重蹈覆轍，那失敗也不是一件壞事呀！「轉彎思考」，我自己的解讀則是，轉個彎，站在別人的角度去思考，設身處地的為他人著想，就能夠避免許多不必要的誤會、爭執。

遇到夢想要勇敢追夢，挫折時要轉彎思考，在名叫「成功」的道路上沒有失敗，只有學習。在一次次摔倒中，去萃取出最好的自己。成功之人與我們並沒有不同，只是他們多了勇氣以及行動力，兩者都不困難，只在於自己的心是否能夠做到。其實只要自己喜歡、又有熱情，就別逃避自己內心的渴望。成功者之中沒有人是一步登天，而是一步一腳印地去實踐，最後即便未達成，至少，也收穫了一路上只屬於自己的酸甜苦辣。

Hi, friends, Just Do It! and then, Your dream will come true ~!

/905游杉媿

回想自己的國小時期，還只是個成天只知吃喝玩樂的小學生，樂天幼稚的模樣，想必和當時年僅十幾歲的沈芯菱姊姊比起，完全就是天壤之別。看著課本中曾嚴肅介紹的人物，活生生出現在眼前，逗趣的演講模式令人為之一亮，欣賞了一下精彩的演講。

「山窮水盡疑無路，柳暗花明又一村」。每當往目標前進時遇到阻礙，經常想起這句話，看似無解的死巷帶來的低落情緒，是否只要「轉彎思考」就能看見曙光而豁然開朗呢？沈芯菱姊姊透過奇特的腔調特別重複這四個字，讓這句話最後深植人心，或許這就是她覺得最需要傳達給大家的。很多時候境由心轉，朝著正面的方向重新著手處理，必

能看見一條嶄新的小徑，頓時海闊天空

當然，若是用畏懼失敗的理由，停滯不前，那這理由儼然就成了自我進步的最大絆腳石。有一句廣告台詞是這麼寫的：「不做不會怎樣，做了很不一樣」為了這不一樣，即使進步的幅度再小，也能成為值得我跨步的原因。若你沒有親自經歷，怎會知道沿途會看到怎樣的風景，看見怎樣的人情呢？因恐懼而停下的腳步，會錯失的可不只那些許的快樂，更多的是人生燦爛的時光。「簡單的事做久了，會變得不簡單；不簡單的事做久了，會變得簡單。」前提是，你得先「開始」去做。

「成功的人找方法，失敗的人找藉口。」不是偶然的幸運，而是踏實的努力，沒有因為家境而放棄前進的正能量女孩沈芯菱，我希望能有和你一樣的樂觀，去面對未來的挑戰。

/806林奕昕

這次的演講讓我獲益良多，演講者沈芯菱14歲就有75位學生，反觀我們現在在做甚麼？可能有很多人說我們要學的還有很多，或者是我們能力還不夠，其實這些都是藉口，很多人一定都有弟弟妹妹，你可曾想過，去看一下他們的功課或是關心一下他們的學業進度？有些事情並沒有很困難，只是我們為了省麻煩，而找一大堆藉口讓一件很簡單的事變的看起來很困難。

演講裡，有一個馬拉松的影片，裡面說了一句話：「路不只有一條，終點不只有一個，有多少人就有多少可能。」不要把目光只侷限在於別人走過的路上，還有很多未知的路等著我們一一發現，要讓自己的人生有特色，而不是一味的模仿別人，要讓別人說：「你有自己的風格」，而不是：「你跟某人好像」。還有一句話：「昨天回不去，明天無法預料，不如好好把握今天」。仔細算算，我們的一天至少有四分之一的時間拿來回味昨天，擔心明天，不知不覺時間就這樣過去了。與其把時間拿來花在那些我們無法掌控的事情上，不如好好努力把握時間。

而關於沈芯菱的作品《草根台灣臉譜》，老實說只是一張張的照片，沈芯菱的用意是要讓大家看到有一些被我們忽略的工作背後的辛苦。我長這麼



大，還沒聽過有人說長大想要當農夫，工人那些勞力工作，但你可曾知道如果沒有農夫，我們的飯從哪來；沒有工人，我們只能睡在荒郊野外。拍照只有一秒，而沈芯菱拍了30多萬張，這30多萬張感動了許多人的心，也印證了他說的一句話：「簡單的事做久了會變的不簡單」。

最後，他提到：「這是我的故事，跟你們一點關係也沒有，要創造出屬於自己的故事。」基本上，她在我們的人生路上是一個良好的範例，人生是掌握在自己的手裡，不要讓別人領導你過完這一生，跑出自己的路，run your way。

這次的演講，沈姊姊教了我們很多，也把她的故事分享給大家，而我們的路，還很長著呢…。

/705黃睿霖

何謂夢想？這兩個字看似簡單，卻又是如此遙遠的不著邊際…

沈芯菱姐姐，一位出生在普通平凡家庭的女孩，她沒有顯赫的家世背景，也不是生活在金山銀礦的富裕家庭裡，她～和我們一樣既平凡又樸實。

曾在臉書上看見沈姐姐寫的一段話：「成功，未必是打敗多少人，而是能幫助多少人。」這句話深深烙印在我的心上。是啊！我們在求學的過程中一味的追求成績，不斷的往上攀爬，卻忽略身邊和我一樣的朋友們，如果我們能相互扶持，共同成長一起奮鬥，最終我們也能攀達到山頂，並且分享成功的果實，這不是更有意義嗎？

自三歲起，她便每天在路邊幫忙家裡做生意，到了小學五年級第一次接觸了電腦，漸漸的開始成立了自己的網站，十一歲時便投入公益，並且幫助許多弱勢團體，從不放棄的她用最正面的人生態度來過生活，並且讓生活處處有燦爛的火花。

「有夢最美，希望相隨」這句話常常被別人掛在嘴上，但要實踐它必須要付出極大的努力和毅力，我們也正朝著自己的夢想一點一滴的前行著，期待夢想成真的那一天…



/701李禹陞

在人的一生中，多多少少都有遇到瓶頸、挫折、失敗等不愉快的事，而在我的印象中，沈芯菱家境並不好，她知道別人做工的辛苦，她藉由照相機和電腦幫助人，今天她來演講有關於夢想的事。

在演講的過程中，令我最為印象深刻的是「轉彎思考」這四個字，因為每個成功、有成就的人，在邁向成功的過程中，一定也遇到了失敗的阻礙，可以從另一個角度思考著說：「我不是失敗，而是在學習，所以我離成功更進一步了。」而當你遇到困難的事時，只要轉彎思考，就會有令人料想不到的事情，正所謂「危機就是轉機」、「塞翁失馬，焉知非福」，事情只要轉彎思考，就可以把不利的事變成有利的，把曾經絆倒你的石頭變成可以墊高的石頭。當我聽到這件事情時，我就不禁聯想起愚公移山的故事，雖然愚公鍥而不捨的毅力值得讓人嘉許獎勵，但是如果轉個彎思考，或許可以為這座山建造出一個隧道。

經由剛才的詳細分析之後，由此可知，人若不知變通的話，做每件事都會非常辛苦的；相反的，則可以達到事半功倍的效果。聽完整個演講，讓我有深刻的體會，也增進了自己的信心，當遇到困難時，總有不同的解決之道，應該轉彎思考，把危機化為轉機，讓自己更加進步，對每件事情充滿希望。



活出生命的色彩

—生命鬥士李子婕姊姊講座心得

因為愛，我接納自己的不足 因為愛，在低谷中還能歌唱
因為愛，堅持秉著夢想飛翔 因為愛，曠野裡踏出一條路

/803陸玥伶

我覺得子婕姊姊真的很勇敢，從小得了罕見疾病，也經歷了許多次的手術，但她並沒有自暴自棄，反而還以樂觀的態度去面對，甚至還到許多地方演講，真的很不簡單！

/803陳柏宏

今天這場演講告訴我們：現在的生命是很重要的，要珍惜它、愛護它，並好好的感謝它，也要感恩身邊的人、事、物。

/803張承翰

子婕姊姊告訴我們她的人生歷程，雖然她得到的是罕見疾病，但她非常的樂觀，也教會我們許多道理。

/803尤喆

今天的演講者很令我佩服，雖然罹患了罕見疾病，但還是很努力，也很勇敢地去動了手術、復健，而且還很認真的讀書，不因生病而中斷。



凱中10週年校慶拾穗



十歲拾穗 凱旋展美

/904張宸瑄 /803江政賢

在十週年校慶一系列展現活力的動態活動之外，在二樓活動教室尚有靜態的「藝田拾穗」凱旋師生美展。以畫家米勒1857年的《拾穗》名作與凱旋國中的「十歲」諧音，展出第一屆到第十屆的學生創作，以及學校教職員的木作、拼布、串珠、纏繞畫等作品。凱旋之子各個臥虎藏龍，無論書法、西畫、版畫、捏塑、木作彩繪等佳作盡出，許多作品以繪畫方式凸顯現代時事或環保議題，古人推崇「詩中有畫，畫中有詩」的境界，而凱旋之子們則充分表現出「畫中有議題」的概念，十分難能可貴。由全校師生共同創作的「印記你我」亦同步展出，繽紛多彩、疊色疊印的雙掌印記，象徵鼓掌慶祝、全校齊心，更是別具祝福與紀念意義。

飛向夢想 擁抱希望

/903潘思穎 /802林昀萱

為慶祝凱旋國中創校十週年，舉辦校徽設計、LOGO標語以及紀念歌曲的徵選活動，其中「為凱旋十年寫一首歌」的作品，更是展現了凱中之子令人驚嘆的才華。經全校師生共同票選，由黃語安、張凱威作詞，陳若昀、陳希芃譜曲的「飛向夢想」，獲選為凱旋國中十週年校慶紀念歌曲。歌詞內容以校園生活感受為主軸，傳達與人相處所需的尊重，並發揮團隊合作的精神克服困難。學校後續再徵選同學，與學校教師組成師生樂團，利用課餘時間練習，於藝術嘉年華活動中公開發表。藉由歌曲凝聚全校師生的向心力，以「飛向夢想」展現在凱中裡追逐夢想，並且努力踏實去實現的精神。

凱中國遊會 送愛到社會

/902段言 /803陳奕均

凱旋國中在十週年校慶這個盛大的日子裡，舉辦二手義賣園遊會。活動中，每班同學都捐出家中或新或舊的物品，再將全校所得全數捐給家扶中心，不僅將資源發揮最大效用，也幫助了更多人。

義賣期間，同學們無不竭盡心力想賣出班上所募集的物品，大聲叫賣吸引路人前來一探究竟。雖然這是凱旋國中第一次舉辦園遊會，但是同學們表現極佳，不管是聲音或是技巧全都各出奇招，盡最大的努力，充分展現出凱旋充沛的活力。

這次的義賣物品五花八門，從最普通的鉛筆，到令人感到新奇的擁抱都有。在義賣的會場，同學們的叫賣聲不絕於耳，不時還能聽見師生互動的歡笑聲，再次顯現了凱中師生的親密度。

在全校師生共同的努力之下，這次愛心義賣園遊會共捐出五萬元，雖然沒有人從中獲得私利，但送愛到社會的舉動讓活動別具意義，也為十週年校慶紀念活動畫下完美的句點。

凱旋十年 印記你我

/903李芝靜 /705李佳淇

凱旋國中十週年校慶系列活動中，除了運動會、愛心園遊義賣和藝術嘉年華表演之外，還有一個前所未有的特別活動「有愛有夢·印記你我」的師生行動藝術創作。校長邀請家長會長、副會長以及全校師生共同蓋下雙十掌印，看似簡單的動作，透過相互合作，齊心協力將手中各色顏料轉變為繽紛而別具意義的創作。學校並將活動縮時攝影，搭配校慶紀念歌製作成一段影片，搭配歌曲，更顯凱旋的精神與活力。「凱旋十年，印記你我」記錄了所有參與者手中的顏料和臉上的笑容，也記錄了從白色底板一步步變成耀眼畫作的過程，更印記了全校師生對凱旋的祝福與希望。





進場展創意 歌舞喜同慶

/804簡毓臻 /902湯語珣

為慶賀凱旋國中十歲生日，廣邀來賓及校友到校共襄盛舉。七、八年級的同學為創意進場使出渾身解數，利用課餘時間反覆演練，只為將最好的一面呈現給大家。

七年級主題「生日快樂」同於以往，對於初次參加校慶的七年級而言充滿新鮮感，表演跟舞台經驗與八年級相較雖顯得有些青澀、緊張，但在表演創意上卻毫不遜色：紅心皇后、遠古恐龍、全能阿凱、野豬騎士和黑姑娘齊聚一堂歌舞同慶。八年級則可選擇或融合「祝福凱旋十歲生日」、「台灣之光」主題，表達對凱旋的祝福。有了過去登台的經驗，展現更多舞台效果及表演技巧：好鼻師尋找台灣各地美食、保育動物與傑出人物敲桌共舞、凱中課堂習得台灣知名人物產業並回顧龍拳健康操、由政治人物與黑熊串起時事與文化、夜市美食、以相聲介紹凱旋生活並為校慶生。各式文化紛呈，精湛的演出讓人耳目一新，讓觀者以凱中為榮，更以台灣為傲！

在熱鬧同慶的氣氛中，可以感受到學習和進步的意義。登台前的練習過程雖然辛苦，花費許多時間、心力，但正因如此才有甜美的成果，從中了解到成功是需要付出很多努力才會有所成的！

團隊運動 活力飛揚

/802黃芷筠 /904林芝瑋

由於校內跑道老舊，凱旋國中十週年校慶運動會移師至宜蘭運動公園舉辦，全校學生得以體驗設備完善的正式比賽場地。一整天緊湊的賽程，也讓師生們留下許多回憶。

校慶運動會在運動員代表宣誓、全體師生同唱校歌中揭開序幕。賽程接連展開，參賽選手們都使盡全力，各班加油團也賣力為班上加油。賽中有人掉鞋、有人跌倒，但選手們並未因此停下，不管是否贏得比賽，都努力完成自己的任務。教師組趣味競賽，在一連串的考驗中，由行政組教師團隊奪得第一。學生們的趣味競賽「三人四腳」則考驗著協調力及配合度，競賽過程中甚至有人把中間的人抬起，只為求加速將棒子交給下一位，取得好成績；「神仙也瘋狂」需要的是選手們的運氣，往後擲鞋至「聖筊」，才可讓下一位同學前進。最後登場的班級大隊接力堪稱壓軸，交接棒的瞬間最為重要，一個疏忽掉棒可能就丟失了好幾秒，即使有參賽者「凸槌」，同學們也未因此相互責罵，反而給予更多的鼓勵。

此次運動會除了場地較好之外，連成績也特別優秀，許多選手破了大會紀錄。賽後的頒獎典禮上，同學們紛紛為班上得獎者喝采，凱中十週年校慶運動會也就在歡樂的氣氛中圓滿落幕。



【第28期「與凱旋有約」家長意見欄】

歡迎貴家長，寫下對於「與凱旋有約」刊物之寶貴意見：

意見欄

無意見。

感謝您提供的寶貴意見，將有利於推動本刊物編輯更臻完美！



給督學的一封信

技藝班的同學，靠著自己的雙手，
創作出一個個屬於自己獨特的作品，
也創造出一串串無限的可能。



嗨，麗蓉督學您好：

今天很高興在技藝競賽頒獎典禮中能與您小聊一下，那些勉勵的話是使我前進的動力，這次比賽得到的名次是佳作，但，重要的不是名次，而是過程中的學習。比賽前一個月的時間，每天下午都請公假，為了比賽一直練習，想要得到好的成績。但4/16比賽的休息時間中，我發現大家都在看餐飲術科的步驟。當時的我內心高傲，覺得自己已經可以了，輪到我這組去比賽時卻...，經過這次的經驗我學習到一個道理，就是【人外有人，天外有天】。我看見那位第一名的同學把青江菜削的像玫瑰花，真的很厲害，應該多向她學習的。比賽前的每天練習真的很累，有時候也會少根筋的出錯，導致一道菜餚的失敗，當然也有很多人說你這樣一次又一次的失敗能比賽嗎？我雖然難過。但我告訴她們，我不是失敗而是學習，就是因為失誤才能學習，才有進步的空間可以發展。我給的自己一段話：「雖然沒有精湛的廚藝，卻有滿滿的努力！」這是自己給自己的勉勵。最近學校也有邀請許多人來學校演講~像這句話：「簡單的事做久了就會不簡單」，是在沈芯菱身上學到的。她用自己的力量幫助許多農民，利用她擅長的電腦幫助人，設立網站，讓很多人了解農民的辛苦，她很厲害！

還有，倒立先生為了想要完成他的倒立夢想非常努力，他也曾經受過傷，受傷對他來說是件打擊很大的事情，但他仍然繼續努力的站上危險的道具上，多一個道具他就得多花好幾年的時間練習，為了夢想永不放棄。他到學校演講站上危險的道具時，在台下看都為他捏把冷汗，他為了自己的夢付出了很多努力，他告訴我們：「沒有不可能，只要我願意」這句話也很棒，他的故事告訴我「不經一番寒徹骨，焉得梅花撲鼻香」，總是要有付出才会有收穫。

原來的夢想不是進入餐飲科，但最後因為一些原因而進入了技藝班，過程中很順利地被選入為選手，覺得計畫趕不上變化，但接下來我會更努力，未來絕對不會只得佳作，而是第一名。我會更努力，這次技藝競賽的過程讓我獲益良多，我會「對世界有熱情，對自己有期待」的。

感謝 謝麗蓉督學

凱旋國中 謝佩穎 105/5/4星期三

榮譽榜

| 競賽項目 | 獎項 名次 | 班級/姓名 | 指導老師 |
|----------------------------------|---------------------|---|------------|
| 宜蘭縣 104 學年度 English Easy Go 比賽 | 單字王 第二名 | 901 邱晨境 | 周成翰 許詩婷 |
| 宜蘭縣 104 學年度 English Easy Go 比賽 | 單字王 第三名 | 904 林芝瑋 | 周成翰 許詩婷 |
| 宜蘭縣 104 學年度國民中小學科學展覽競賽 | 物理科 第二名 | 905 陳若昀、801 陳希芃 | 林智傑 陳立夫 |
| 宜蘭縣 104 學年度國民中小學科學展覽競賽 | 生物科 第二名 最佳創意獎 | 802 林耘禾、806 陳柏翰 | 李哲榮 |
| 宜蘭縣 104 學年度國民中小學科學展覽競賽 | 生活與應用科學科 佳作 | 806 李 芃、806 鄭心雅 | 許雅珊 |
| 104 學年度全國學生音樂比賽 | 鋼琴獨奏國中 B 組 第八名 | 801 陳希芃 | 王麗君 |
| 104 學年度全國學生創意戲劇比賽 | 現代偶戲類 綜合偶戲組【特優】 | 702 朱樂恩、李或萱、703 林鈺婷、楊雅涵 704 邱宥嘉、705 陳宥臻、羅詩雯、傅梓端 706 林鈺書、李汪策、段 方、801 陳姿云 802 林宜璇、羅可芹、803 游孟禎、朱致憲 804 楊雅晴、805 張瑋珍、806 陳彥彤、游欣瑜 | 林怡伶 |
| 105 年宜蘭縣運動會 | 龍獅技藝-醒獅 混合組 第二名 | 701 陳科良、703 陳俊宇、706 鄭芷玲 802 蕭文柏、902 陳圩涵、903 陳思潔、江佩珊 904 李佳嫻、905 藍晨恩、906 李佳菱 | 李蕙君 |
| 105 年宜蘭縣運動會 | 龍獅技藝-醒獅 男子組 第二名 | 701 陳科良、703 陳俊宇、706 鄭芷玲、802 蕭文柏、 804 邱啟勝、902 陳圩涵、903 陳思潔、903 江佩珊、 905 藍晨恩、906 李佳菱 | 李蕙君 |
| 105 年宜蘭縣運動會 | 龍獅技藝-醒獅 女子組 第一名 | 706 鄭芷玲、902 陳圩涵、903 陳思潔 903 江佩珊、904 李佳嫻、906 李佳菱 | 李蕙君 |
| 105 年宜蘭縣運動會 | 龍獅技藝-台灣獅 混合組第三名 | 701 陳科良、703 陳俊宇、706 鄭芷玲、802 蕭文柏 902 陳圩涵、903 陳思潔、903 江佩珊、904 李佳嫻 | 李蕙君 |
| 105 年宜蘭縣運動會 | 龍獅技藝-台灣獅 女子組 第二名 | 706 鄭芷玲、902 陳圩涵、903 陳思潔 903 江佩珊、904 李佳嫻、906 李佳菱 | 李蕙君 |
| 105 年宜蘭縣運動會 | 龍獅技藝-台灣獅 男子組第三名 | 701 李安平、702 林杰勝 801 葉晉杰、801 李郁晴 | 李蕙君 |
| 105 年宜蘭縣運動會 | 拳擊-46 公斤級 第一名 | 801 王佑展 | 李光明 |
| 宜蘭縣全國青少年跆拳道錦標賽代表隊選拔賽 | 45 公斤以下 第一名 | 705 張凱翔 | 溫俐婷 |
| 宜蘭縣 104 學年度健康促進學校「校園性教育行動劇」比賽 | 國中組 第一名 | 903 張寧馨、903 許妍苓、903 陳郁婷 903 簡泳珍、903 羅珮綺、903 李芝靜 904 林芝瑋、904 楊博凱、904 鄭家翰 | 朱淑敏 呂毓穎 |
| 宜蘭縣 104 學年度健康促進學校「校園性教育四格真人漫畫」比賽 | 國中組 第三名 | 904 林芝瑋、楊博凱、鄭家翰 | 朱淑敏 |
| 宜蘭縣 104 學年度國中技藝課程技藝競賽 餐旅組 佳作 | | 謝佩穎 | 余珊青 |

【第28期「與凱旋有約」回條】

學生班級：____年____班____號 姓名：_____ 家長(本人簽名)：_____

✘ 為了確認貴家長都能收到本刊，請家長協助簽名確認，並可於背面寫下您寶貴的意見。

✘ 本回條請於 6/8(五)前，交給各班輔導股長，收齊後統一送交輔導室生涯組靜怡老師。