

第154期

# 北聰通訊

臺北市立啟聰學校

發行人：葉宗青

發行所：臺北市立啟聰學校

地 址：103-71臺北市大同區重慶  
北路三段320號

電 話：02-2592-4446

傳 真：02-2599-5240

網 址：<http://www.tmd.tp.edu.tw>

編 輯：林佳穎 林家楠

印刷所：盈泰印刷有限公司

## 雪霸側寫

譚湘君老師

冬天到雪霸真是個好經驗，在山下入口處警察警告我們說：「你們到不了的」，因為濃霧籠罩半山腰過不去，但行程已排定，我們前面也有兩部中巴上山，所以我們還是決定上山去。

共開了五十多公里，半路上有戶人家種了各式各樣的花，我們被他的花園吸引，這花園裡有櫻花，李花，各種顏色的茶花，杜鵑花...耽擱了20分鐘左右，繼續往目的地開，過了隧道路真的就不好走了，官方的時速是20公里，加上濃霧只好像烏龜搬家，慢慢往上爬，這濃霧一路上跟我們糾纏不休，車上所有能開的燈全開了，也只能勉強看10公尺左右，我揪著心 Jane(英國朋友)唱著聖歌，孩子們睡的睡還打呼，沿著山邊勇敢地往上開。

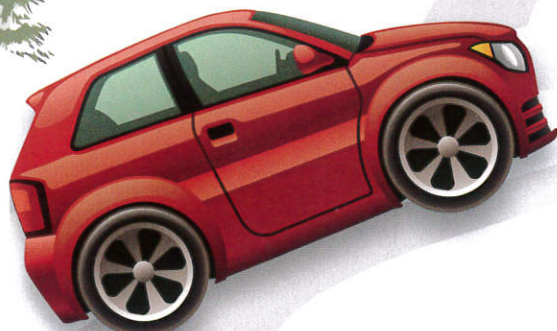
開了差不多兩個鐘頭

左右，終於看到曙光，透過層層疊疊的樹林，形成一束束光影，眼睛為之一亮，哦！原來雲海就在我腳下，時而花朵時而虎豹豺狼，遠處山嶺若隱若現，才驚覺已到了雲深不知處，柳暗花明又一村。雪霸農場到了，溫暖的陽光露了幾分鐘的臉，匆匆地叫了幾片土司裹腹，便跟了農場的領隊上了山賞花去，聽了聽...曾幾何時領隊的聲音虛無縹緲，早已不知去向，換之是另一位較邏輯的聲

音，說道：「照片不是這樣拍



的啦！」，「要由下往上拍，姿勢要蹲低，要拍出枝幹的感覺」，「不會的團員要來看看，高階班要拍出渲染」，咦？我們何時迷失在花叢中，繽紛的色彩，揮灑山澗旁，旁邊多了幾位攝影



2017 臺北世界大學運動會  
29<sup>TH</sup> SUMMER UNIVERSIADE ★★★★★  
2017.8.19-8.30



學員，正捕捉香水垂梅搖曳生姿的風采。我們加快了腳步隨了台階尋夢去。

騰雲駕霧來到了森林步道入口，植栽的工作人員縹緲在霧裡，以為他是雕像，正揣摩著出自何人的作品，不巧他動了，引來一陣狂笑迴盪在山谷。我們看了看方位算算腳程，讀了冗長的忠告，決定就它說得算，五點夜幕低垂之前回農場。

這片林道是再植林，棵棵站得筆直，距離相當，走完林道要2公里，農場每50公尺編一個號碼畫個箭頭，就怕旅客迷了方向，這時的陽光探視了我們，從每個空隙窺視下來，正拿著相機要捕捉光影時，遠山一陣風起雲湧，又遮住了視線，這時天候已漸暗只好往回走，看看編號才走到第十個定點，也就是說走了500公尺。

這500公尺已讓我們流連忘返不知今夕是何夕，回到入口處才發覺有幾支拐杖躺在那兒，這是農場的貼心就怕有人需要它。下午四點的活動是DIY做護手霜，四點半茶點時間，我們點了五杯茶加上點心，坐在觀景台，遠山如詩如畫，大家拿起相機“啪！啪！啪！”

留住剎那的感動。用過下午茶，等待六點的晚餐，雖然已吃過點心，大家還是飢腸轆轆，此時氣溫已下降到5度左右，一走入餐廳一股暖意湧上心頭，這餐吃得特別溫暖，當步出餐廳時一顆星星掛在樹梢若隱若現，像似宣告明天會是晴天。

迎接我們的第二天是風雨加上濃霧，用過早餐農場的導

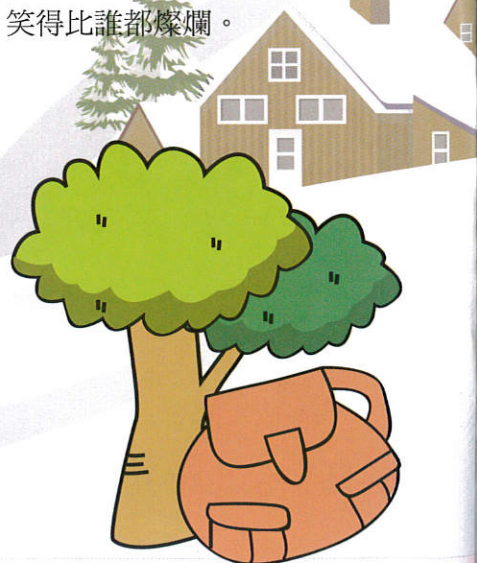


遊有言到了觀霧遊客中心，再看天候是否能健行，我急急忙忙退了房，但車隊已早我們一步出發，發動了車急起直追總算見到了背影，心想這下總算可以安心地跟隨其後，那知才一個轉彎，又不知身在何處？鼓起勇氣自行摸索到了遊客中心已是海拔2000公尺，這裡正在整修中，所以我們就開上了檜木森林步道，不巧的是這

森林步道也被颱風摧毀了，只能偷偷地跨入禁區捕捉幾張雄偉檜木身影。

雨中的森林真美，串串雨珠順葉滑下打在傘上隨風翩翩起舞，只是雨中的山不宜久留，我們一個轉彎來到了山椒魚生態展示中心，原來牠是冰河時期的兩棲類比恐龍還早，經過多年隔離演化至今成為台灣的特有種。在這裡巧遇導遊所以又隨了他踏青去，順著棧道而上兩旁皆是檜木，櫻花爭奇鬥豔，路旁的嫩綠已初探頭，導遊說對山的聖稜線已在眼前，但濃霧遮掩只能想像了。

下山是順著蜿蜒小道沿著懸崖開，這讓我緊張兮兮的，不怕一萬只怕萬一，濃霧緊跟著我們不放，這時還是聽到孩子們的打鼾聲，Jane用西式中文說著“右”“左”，還真有點想笑，此刻心情輕鬆了不少，車子歪歪扭扭地衝出了濃霧區，回到了文明世界——警察管制站，Jane說去向警察炫耀“我們安全歸來”，我們笑了，笑得比誰都燦爛。





# 校外教學

國九忠 卓育恆

記得國二的時候，有一天，老師發了一張校外教學同意書，全班眼睛一亮！哇！是泛舟耶！是我從沒體驗過的活動！全班看到了這個消息，覺得好高興，開始交頭接耳談論著那天要帶甚麼要穿甚麼，同學們都很期待那天的到來。

終於到了這一天，我們坐上遊覽車，出發前往福隆，沿路看到濱海公路旁的奇岩異石令人讚嘆，蔚藍的海水閃閃發亮，使人心曠神怡。到了福隆，下了車，同學們歪歪扭扭的排了隊伍，老師拿起相機，啪！啪！啪！拍照存證。我們七手八腳地穿上救生衣，教練開始解說泛舟注意事項，2人一組並帶我們先到空地演練一遍。

這時艷陽高照，曬得我眼睛眯成一條線，分不清東西南北。一開始，我很害怕會跌進水裡，當我一隻腳踏進船時，那不由自主



地搖晃，讓我懷疑這舟真是可以划的嗎？漸漸的抓住海水拍岸的節奏後，才讓另一位夥伴平安入座。我們兩人剛開始，拿著槳興奮地划阿划，划的我們的頭都暈了，才驚覺我們未曾離開海岸只在原地打轉，這時猛然想起教練的耳提面命，才和同學數了一二一二，終於把舟划離海岸。

碰！一聲，哇！撞船了，原來旁邊划來了一艘噸位差不多快200公斤的小舟，只要那位同學一坐下，小舟幾乎要沉了，更不用說要划穩，看他們在海中載沉載浮，手腳不聽使喚的划左划右，最後還翻了船，讓在岸上的其他人笑得人仰馬翻。由於我和伙伴的合作無間，讓我們很順利的抵達對岸。

中午，我們在泛舟休息區，一邊享用當地有名的福隆便當，一邊欣賞海岸的景色，海風吹拂臉龐，使我們暑意全消。回到學校後，我們有一個禮拜都像黑人一樣。這次的校外教學非常刺激，訓練了我的膽識，豐富了我的經驗，更體會到合作的重要，真是一個美好的回憶。



## 一次難忘的旅行

高二仁 張睿慈

旅行，對我來說是奢侈的。小時候爸爸媽媽不曾帶我去旅行過，國小時我也因為一些原因無法參加那時的畢業旅行。一直到國中的畢業旅行，我才擁有第一次旅行的體驗，而那次旅行也是我目前為止最難忘的旅行。

其實，我的國中生活並沒有過得很愉快。因為我一直不知道要怎麼樣和班上同學聊天、互動，也不知道同學們開玩笑的尺度、笑點在哪裡。每當同學們聚在一起聊天的時候，我會試著參與他們的話題，但在我說完一句話的時候，他們會沉默兩三秒，然後彼此看了一眼後露出奇怪的表情，再繼續他們的話題。沒有人阻止我一起聊天、也沒有人對我說傷害我的話，但我就像氣體，飄過他們身邊，大家忍耐、有默契的不對氣體發表任何評語，但也不會傻到對氣體有反應。我想我就是這樣的存在。

一直到畢業旅行前，班長跟大家說畢業旅行晚會每一班都要有表演節目，大家討論的結果是全班

上台一起跳一首當時最紅的流行歌的舞蹈。開始練習的時候，同學們把我排在最角落的位置，沒想到負責編舞的同學發現我跳得不錯，就把我排到第一排的位置。這是我第一次覺得自己被看見了，透過跳舞。因此那段時間我每天回家都會練習那段舞蹈，也會自己上網找跳舞的影片來看。開始有同學在練習完後過來跟我說：「欸！你跳得很好耶！」「原來你那麼會跳舞！」我還記得那時自己雀躍的心情。終於到了晚會的那一天，我們的舞蹈果然大獲好評，全部的國九同學們都跟著我們班一起跳、一起嗨。回想起來，全場同學們開心的容顏、我們班同學邊流汗邊賣力跳舞的神情，和我自己從來沒想過自己也能這麼開心的笑臉……讓這趟旅行畫下最美好的句點。

這趟旅行之所以難忘，不是因為行程的豐富好玩，也不是因為吃住的滿意舒適。我懂了，旅行最重要的不是那些外在物質或是美好風景，旅行最重要的是身旁的朋友和自己的心。謝謝畢旅，讓我擁有更堅強的心，也讓我找到自己遺失很久的自信。我會帶著這份珍貴的禮物，繼續走我的青春旅程。





## 網路與我

高二忠 黃上恩

說到網路與我，影響最深遠的，莫過於人際關係方面了！現在我就來說說我因為網路而改變人際關係的其中一個故事。

那時的我還是國中生，我的國中時期，FB還未風行，那時流行的是「無名小站」，一款以部落格圖文為主的社交網站。某天，透過無名小站好友的好友名單，我找到了Vivian。我和她在國小最後兩年是同班同學，卻因為當時的膚淺而不懂得尊重她，甚至還因為外表而取笑過她，因此我們的關係並不是太好。

此時，在她的部落格爬文，看到一則又一則充滿青春愁緒又心思細膩的文章，我為這樣的新發現感到十分驚訝，畢竟在現實裡，她的表情總是冷冷的，這不是我所了解的她。爬文結束後，我在多篇文章下方留言，出乎意料的是，她之後竟然一一回覆我了！就這樣子，我和她之間的友誼橋樑搭起來了。

這場意外的亂入，徹底改變了我和她之間的關係，我們在部落格互相回覆留言好一陣子以後，為了更方便聊天，索性互加即時通。之後在聊天當中，我為國小時的不敬向她道歉，她也大度地接受了歉意，如此一來，和她之間的互動少了這份沉重，關係看似更緊密了。



雖然我和Vivian在網路上的互動相當熟絡，也相當深入，可是這份友誼卻也相當神奇。神奇之處在於，相較於網路上的熟絡互動，和她在現實世界的接觸卻如陌生人一般。在現實世界真正碰面的時候，反而尷尬地不知該說些什麼才好。

印象最深刻的，便是某次她的作業需要與陌生人作接觸，而生性內向害羞的她只得向我求救，請求陪同。陪同外出時我們雖然只有我們兩個人，不過整趟下來除了接觸陌生人時的必要對話以外，彼幾乎是沉默的，連漫長的乘車時間即使就坐在彼此身邊也不例外。除此之外，我們在校園碰面也沒有朋友之間的寒暄問暖，至多只是打聲招呼而已。

國中畢業以後，和她的生活圈漸漸沒有了交集，更因為缺乏共同回憶，關係顯得如此空洞。現在在網路也只能有一搭沒一搭地瞎扯而已。我們雖然還是朋友，彼此之間最深刻的回憶竟然只是冰冷螢幕上出現的寥寥文字。其它的，少的可憐啊！

不過回憶正是建立人際關係的基石，也只有建立在基石之上的關係才能穩固，而回憶的創造所倚靠的正是互動了。很明顯的，螢幕上的寥寥文字對創造回憶而言是不夠扎實的，因此回憶的創造應當有更多的比重在於現實世界的真實互動才對。

網路對於人際關係而言確實是很棒的敲門磚，對於一段關係的開始有很大的助益，卻只是扮演領進門的角色而已。如果想要追求更加緊密的人際關係，終究必須回到現實世界的真實互動才行。

## 當我獨處時

國九忠 陳玟韶

當我獨處時，是每個禮拜五搭乘火車返家的時候。我總會靜靜的看著外面風景和天空，多麼的美呀！沉澱一下心情後，我會把作業拿出來寫，把握空閒時間！

當我獨處時，是每節的下課時間，也是我的休息時間。有時候我喜歡自己一個人仰望著藍天白雲。白雲隨風飄動，忽聚忽散，順便呼吸一下新鮮空氣，心情頓時放鬆了不少！利用了難得的下課時間，是

我的最快樂的時刻！

當我獨處時，是在回到溫暖的家休息時間。我會先把腦袋所有的思緒清空，接著在筆記本上寫下自己的心情。偶爾看到煦煦陽光與涼風吹拂，心情也不自主的好了起來！

我喜歡獨處，靜靜的思考，享受一個人的時光。







國七忠 陳榆婕

關心他人，一直是我國文化的傳統美德。「關心」就像冬天裡的一把火，它可以讓每個人的心都變得更溫暖。而只要我們關心他人，他人就可以感受到溫暖。

為什麼我們要去關心他人呢？因為幫助他人，他人就會感恩於你，當你需要幫助的時候，你就會得到他人的幫助。

在這個世界上有許多需要關心的人，例如獨居老人、風災受災戶、或者是心情不好的同學，這些人都是需要大家去關心的。我有一位朋友，他在學校裡常被其他同學欺負，可是他都忍著不說。直到有一天，他忍不住了，他告訴我，他想去找他們算帳。把他們痛打一頓後，再自己去跟老師自首。我告訴他暴力是解決不了問題的，我希望他能夠勇敢的把被欺負的經過告訴老師，讓老師明白他的處境，而不是以暴制暴。而在此同時也因為我的適時關心，化解了這場危機。

另外，有一次，我自己在練習田徑時，因為不

習慣丟鉛球的動作，所以摔了一跤，當時的我，覺得好丟臉，只想找個地方躲起來。但，因為實在是跌得太痛了，所以根本就爬不起來。結果，遠遠的就看見一位好心的學長，急忙的朝我奔來。他的關心讓我深感溫暖，也讓我覺得被關心是一件很開心的事！

關心他人是一種主動的關懷，被他人關心，卻是一種溫馨的幸福。而當自己的心是快樂且溫暖的，那麼他人的心也會同樣感受到相同的快樂及溫暖。所以，讓我們一同來關心他人吧！



## 我與運動

高一忠 百如賢

「讀書不忘運動，運動不忘讀書」，意思是一個人，不僅要讀書充實知識，更要鍛鍊強健的體魄。有了強健的體魄才能享受美好的人生，所以，運動是非常重要的。

雖然運動是好的，但過度的運動也會造成身體的傷害，例如肌肉拉傷就是其中之一。所以運動也要懂得適量就好，而且運動前要做好熱身，才能避免造成運動傷害。

國小時，我因為聽障的關係，沒有朋友，所以常常一個人待在家裡看電視。當我在電視上看到NBA的籃球明星，各個生手靈活，充滿速度與刺激感時，使我深深的為籃球運動而著迷。從那時起，我就開始模仿NBA籃球明星的動作。也因為我常常觀察著電視裡NBA明星的動作，並且時常練習，漸漸的也讓我的籃球技術進步了不少。

升上國中後，因為一個人北上求學，更感孤獨。幸好在寄宿家庭附近公園裡找到了一群志同道合的

籃球好友，他們不會嫌棄我聽不到，反而更樂意教導我。因為籃球的關係，我打開了我的生活圈，我不再是一個孤獨的人。

在籃球場上，我不只學到了籃球技術，更讓自己學到了與聽人溝通的方式。我不再封閉自己。我學著勇敢的表達，透過些許的口語、筆談、肢體動作...我了解到，只要我願意表達，大家都會樂意與我作朋友的。

因為我喜好運動，所以，我擁有健康的身體，更因為運動讓我的世界變得更開闊。所以歡迎大家一起來運動，讓自己的世界變得更美好！





# 教師節

親愛的徐瑾樺老師：  
徐老師謝謝您這三年教導我還有陪伴照顧我，也希望我會努力背英文，徐公主老師祝您教師節快樂，永遠愛您喔  
高二孝 王郁傑敬上

高二考 王育仁敬上

我申言獎學  
謝你用心幫  
金，也幫我處理事情...而且你真  
付出很多使班上越來越活潑，  
的很辛苦.....等我們長大會  
分擔事情~  
祝教師節快樂  
李雅文上

上雅李 樂二 中心

親愛的陳月娥老師：  
謝謝你教我們做麵包，  
你真辛苦了，我要考兩級烘  
焙，你要陪我讀兩級烘焙，  
祝你教師節快樂！  
高二仁 周佳瑩敬上

高仁二 周佳瑩敬上

謝謝老師教我詞性、修辭法，甚至還幫我投稿文章，然很少捏我的臉，卻讓我十忘丁丁，不過還是百分感激我各種語文的有趣，像是「十元買○○，八元買○○」，我會永遠記著哈哈~教師節快樂，老師我愛您~

高ニイニ

丘<sub>3</sub>育<sub>3</sub>茹<sub>4</sub>荀<sub>4</sub>文<sub>4</sub>上

親愛的莊育豪老師：  
謝謝你教導我怎麼讓自己更有魅力，  
更教導我忍而這一點，我始終都想  
著要放棄，可是你卻說要永不放棄，還  
要我堅定的精神，讓我更加努力練習，  
將來一定能變得更強更厲害，空手道學  
習之武道精神，我希望可以讓老師您對  
我刮目相看，相信我一定可以更上一層  
樓，祝老師教師節快樂！！  
高一忠 林宗堃敬上

中  
一

上敬藝字



# 感謝卡



親愛的徐瑾輝老師：  
謝謝妳教我懂事，因為我常常頑皮或一直鬧！所以我感謝徐瑾輝老師教我，徐瑾輝老師辛苦！  
高二孝 柯雲笙／傻眼敬上



親愛的戴主任：  
謝謝你從高一開始教我們打鼓，原本那麼討厭打鼓的我，後越來越喜歡打鼓，Thank's，每次我心情不好會先讓我冷靜，冷靜完聽我訴說所有痛苦。祝您教師節快樂  
平平安安 身體健康  
學生 高二仁 張容慈敬上

親愛的楊教練：  
謝謝你每天會陪我訓練，讓我慢慢進步，辛苦你詳細教我桌球，讓我進步很多，祝你教師節快樂。  
國九忠 張祐嘉敬上



親愛的陳致伶老師：  
已經過了2個多月，當我們導師，抑或教導我們上國文課……覺得陳老師教導很不錯，雖然我們班，偶爾在上課時間，打瞌睡，快要睡覺，您只會叫我們去洗臉，很有耐心，告訴我們！感謝您這兩個月多教導我們，我們班很少不聽你，只要不乖時，你就會罵，罵是教導我們！老師您在上課時，或下課時總時會用動作表情搞笑～最後祝教師節快樂～^^  
國九忠 陳致懿敬上

親愛的譚老師：  
妳教我已三年多了，妳很少休息，都很忙，真的是很辛苦，我會專心讀書，平常準時到校，祝你教師節快樂  
國九忠 許爾晏敬上







↑人口教育頒獎



↓國小優良學生



↑人口教育頒獎

←人口教育頒獎

↓祖父母節宣導



09/04/2016 08:03



↑大哥哥大姊姊說故事

↓姚明來訪



↑視力保健



↑防震預演

↓健康檢查



↑姚明籃球比賽



↑接種疫苗



↑體育節宣導

←晨間運動