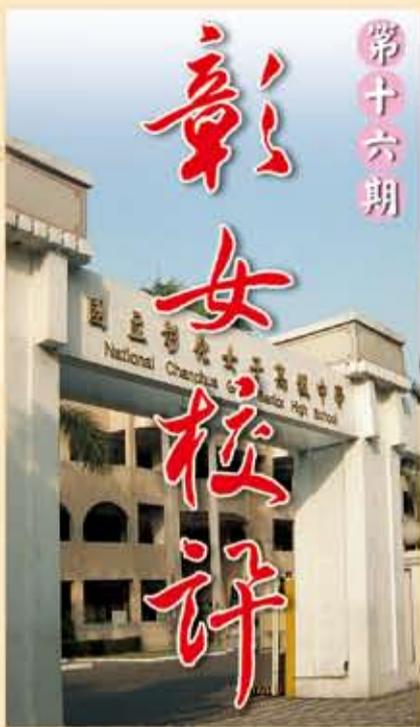


新女校評



發行人：孔建國
 發行單位：彰化女子高級中學
 出版：秘書室
 地址：彰化市光復路62號
 電話：04-7240042
 網址：www.chgsh.chc.edu.tw
 刊頭題字：尹港生

忍字

校長 孔建國

某年聯考作文題目出了「說忍」，大部分考生就題立論，闡述「忍」的重要

，有謂「忍」一時風平浪靜，退一步海闊天空；有謂「忍」一時之氣，免百日之憂；有謂「忍」耐是通往成功的試金石；或引韓信甘受胯下之辱，終能拜將封侯；或引婁師德告誡其弟，有人唾面，不擦拭潔淨，讓它自然乾掉；或引張良忍受圯上老人三番兩次考驗，才能獲得太公兵法，為王者師。但也有考生愛跟分數開玩笑，昌言「忍」已不合時宜，處今之世要「忍」何用，甚至還言之鑿鑿，當你發現妻子紅杏出牆、女兒被人欺侮、錢包被搶、機車被偷……時，請問你還能「忍」嗎？閱卷老師看了掩卷嘆息，孺子真不可教也。

現代人求快捷、求速成，不太講「忍」，認為那是老生常談、冬烘先生的話，其實不管社會如何進化，科技如何進步，人際關係如何嬗變，「忍」仍是修練的基本功夫。青少年在求學階段，我個人認為必須忍受四件事：忍受自我、忍受挫折、忍受責任和忍受誘惑。

(一) 忍受自我

「我」是世界上的唯一，對於自我的家庭出身、身體外表和智慧能力，必須謙卑忍受。

我們沒有選擇父母的權利，不論你出身在富貴官宦人家，或者貧窮工農子弟，都應該坦然面對，不必驕矜，不必怨尤。將相本無種，英雄何嘗論出身，只要積極奮鬥，都能出人頭地，光耀門楣。

「身體髮膚，受之父母」，有人先天基因好，有人後天環境佳，因此呈顯了高矮、胖瘦、醜陋、圓缺等表象，高矮、胖瘦、醜陋、圓缺，以莊子齊物論觀點來看，都是一樣的，殊不值計較，何況身體外表是無常的，不是金剛不壞，會隨時光而褪色，唯一要珍視的，倒是在那顆美麗而善良的心。

「聖賢才智平庸愚劣」，有時是命定的。有的人「高」，讀書做事真輕鬆；有的人「中等」，讀書做事很勤快；有的人「低」，讀書做事頗費勁。「天生我才必有用」，不必羨慕他人，不必懊惱自己，以勤補拙，同樣可以成功。中庸不是說過：「人一能之，己百之；人十能之，己千之。果能此道矣，雖愚必明，雖柔必強」，不妨三復斯言。

(二) 忍受挫折

天下不如意事，十常八九，我們經常會遇到挫折、困難和不如意。高中女生遇到的挫折，以學業

、同儕關係、家人關係、交友、情緒問題居多。

同學能進入彰化女中，在國中都不是泛泛之輩，到了高中，發現人外有人，天外有天，從前每科目都考九十、一百分，而今一下變成六、七十分，或者不及格，

父母不滿意，你更無法接受；之前都是班上或全校的佼佼者，一旦掉到幾十名或幾百名，心理哪能調適，挫折、壓力排山倒海而來，你必須學習忍受，找出原因，尋求幫助，做好預習、學習、複習，不能逃避，不能退縮，這是一場勇往直前的挑戰。

同儕之間的接納，遠勝過父母、師長的關心。有時陌路可以結為知交，知交也可能變成陌路；交新朋友不容易，棄絕老朋友卻易如反掌；這對我們來說，是極為殘酷的。學習怎樣做個好同學、好朋友，盡到同學之誼、朋友之道，修補裂痕，以同理心對待別人，你在班上才會受到歡迎。

家人是臍帶相連的關係，你不能選擇與逃避。父母子女、兄弟姊妹，本該和好相處，共享天倫，可惜受到經濟、觀念、思想、人格、性別等因素影響，有時會有緊張、火爆、冷漠，甚至干戈相向的場面，這真是何其不幸！你要尋得協助，保護好自己，如果癥結出在你身上，你可能要放低姿態，多加溝通，讓家人瞭解你自己。

哪個少女不懷春，結交異姓朋友，不宜過度交往，以免替自己帶來麻煩，最好不要影響功課、健康或人際關係，否則多頭煎熬，肯定會「朝如青絲暮成雪」，不幸和友人分手，也要懂得分手哲學，以免傷人傷己。

情緒管理也是一門學問，要知覺自己的情緒，適度且適時地發洩情緒，情緒管理不得宜，肯定你不是受喜歡的人物。

(三) 忍受責任

高中是人生的關鍵期，你漸漸脫離稚氣，轉趨成熟理性，從前黃毛丫頭，蛻變成窈窕淑女，在這樣一個成長階段，你要學習承擔責任。

我常告訴同學：「人要做好，身要練好，書要讀好。」這便是高中階段的重要責任。

「把人做好」是根本，根本鞏固，加上身體健康、學識豐富，才能成就事業。如果人做不好，光是身體強健，力能扛鼎，可能流於粗鄙鄙陋、橫逆悖亂；光是書讀得好，學貫古今，可能流於驕傲迂腐、師心自用。建議妳從「陶冶高尚品德」、「培養良好習慣」、「重視人際倫理」入手，努力「把人做好」。

有健康的身體，才能走長遠的路，一旦失去健康，財富、名利、地位等，都沒有意義。想要成為企業家、學問家，都要有一副好身體，否則如何挑起重擔、如何從事研究。建議妳從「促進身心健康」、「從事正當休閒」、「增進運動體能」入手，積極「把身練好」。

年輕正是「好」讀書的時候，如果不「好」讀書，那是非常遺憾的事。尤其現在大學錄取率高，碩、博士多如過江之鯽，如果不認真唸書，想要成功也難。建議妳從「厚植基本能力」、「發展多元智慧」、「傳承精英教育」入手，及時「把書讀好」。

(四) 忍受誘惑

人生各個階段，時時要面對各種誘惑。孔子說：「君子有三戒，少之時血氣未定，戒之在色；及其壯也，血氣方剛，戒之在鬥；及其老也，血氣既衰，戒之在得。」二千五百多年前，孔子就洞穿人性的弱點，提出少年戒色、壯年戒鬥、老年戒得(貪)的藥方。其實色、鬥、貪，在我們一生中當道，是無時無刻不在誘惑著我們，只是輕重分量不一，少年時期「色」的誘惑高，壯年時期「鬥」的成分重，老年時期「貪」的比重最大。

告子說：「食色，性也。」美色，人人都喜歡，李安拍色戒，其實在戒色。英雄難過美人關，有李延年的歌為證：「北方有佳人，絕世而獨立，一顧傾人城，再顧傾人國。寧不知傾城與傾國，佳人難再得。」美人也同樣難過型男關，宋玉登徒子好色賦做了很好的描述：「天下之佳人莫若楚國，楚國之麗者，莫若臣里，臣里之美者，莫若臣東家之子」，這全天下最美的東家之女，「增一分則太長，減一分則太短，著粉則太白，施朱則太赤」，真是高矮適中、紅白勻稱的美人胚子。再看她「眉如翠羽，肌如白雪，腰如束素，齒如含貝」，豈非天生麗質，人間難得，她一笑可以「惑陽城，迷下蔡」，這樣的美人居然迷戀宋玉，登牆窺探他三年。高中是讀書衝刺的好時機，對於美色，只宜遠觀，不可近褻；只宜欣賞，不必占有。情慾衝動，情感氾濫時，千萬拿理智來煞車。

暴力爭鬥，是人類獸性的殘留，不論是肢體暴力、言語暴力、武裝械鬥，都不能解決問題，反而使事態更加嚴重，嫌隙更加擴大而已。歷史上，常因一人好鬥，而弄得整個民族、整個國家，甚至整個世界動盪不安。社會上，匹夫好鬥，拔劍而起，造成人心惶惶，百姓不得安居樂業。學校裡如果發生霸凌或凌虐事件，學生無法免於恐懼，不能在安全的情境下學習，教育也就不能成教育，學校也失去存在的功能。當我們有不愉快時，心平氣和地坐下來，理性溝通，和平解決，這才像個文明人。

金銀財寶，是人人所冀求的，要取之有道。假日出遊鹿港，看到商店有以「四知」為名，「四知」是什麼內涵？後漢書楊震傳提到，楊震做太守時，昌邑縣令去求見他，趁夜以十金餽贈，且對楊震說：「天這麼晚了，沒有人會知道此事。」楊震說：「天知，地知，你知，我知，何謂無知。」「四知」就這樣流傳下來，為世稱頌。但世俗人很多都是見錢眼開，貴為國王、總統、總理等，收取回扣，接受賄賂者，所在皆有；銀行家、企業家、董事長，掏空銀行、公司，捲款而逃的，比比皆是。道義放兩旁，貪字擺中間，人人向錢看，無所不用其極地撈錢，那就應驗孟子的話：「上下交征利，而國危矣。」紅樓夢「好了歌」其中有一段跟貪財有關：「世人都曉神仙好，只有金銀忘不了。終朝只恨聚無多，及到多時眼閉了。」我們能不及時省悟嗎？下回當我們看到金銀財寶，見到美金台幣，或者名牌手機、相機、鑽表、轎車、服飾時，想一想該不該、要不要、可不可。求學時期，養成勤儉節約的美德，知足守分，將來「貪」字才不會接近我們。

要取之有道。假日出遊鹿港，看到商店有以「四知」為名，「四知」是什麼內涵？後漢書楊震傳提到，楊震做太守時，昌邑縣令去求見他，趁夜以十金餽贈，且對楊震說：「天這麼晚了，沒有人會知道此事。」楊震說：「天知，地知，你知，我知，何謂無知。」「四知」就這樣流傳下來，為世稱頌。但世俗人很多都是見錢眼開，貴為國王、總統、總理等，收取回扣，接受賄賂者，所在皆有；銀行家、企業家、董事長，掏空銀行、公司，捲款而逃的，比比皆是。道義放兩旁，貪字擺中間，人人向錢看，無所不用其極地撈錢，那就應驗孟子的話：「上下交征利，而國危矣。」紅樓夢「好了歌」其中有一段跟貪財有關：「世人都曉神仙好，只有金銀忘不了。終朝只恨聚無多，及到多時眼閉了。」我們能不及時省悟嗎？下回當我們看到金銀財寶，見到美金台幣，或者名牌手機、相機、鑽表、轎車、服飾時，想一想該不該、要不要、可不可。求學時期，養成勤儉節約的美德，知足守分，將來「貪」字才不會接近我們。

國立彰化女中97學年度新進同仁基本資料

姓名	出生年次	性別	最高學歷	職稱	任教科別	原單位職稱
黃婉甯	70年次	女	國立清華大學 中文系碩士	試務組長	國文科	初任
林怡光	72年次	男	國立臺灣師範大學 國文學系	教學組長	英文科	台東女專 中專 台任教師
蘇靖雯	73年次	女	臺灣師範大學 運動體育系	衛生保健組長	體育科	桃園縣東興 國民小學 國教
陳淑娟	57年次	女	國立中興大學 企管系	會計室佐理員		雲林縣林 雲教育 特教

畢業典禮

97.6.18 九十六學年度畢業典禮



學妹幫學姊佩花



畢業生致詞



校友會林前理事長頒獎給優秀畢業同學

校長赴西安參加兩岸中小學素質研討會 97.7.24~7.31



代表台灣出席人員做總結



擔任共同主持人



參訪西安實驗小學



參訪西安八九中學

97選填志願輔導說明會 97.7.21



陽明資優成長營 97.7.21



申請入學新生營至明道大學參訪 97.7.10



本校技工工友電腦研習營 97.8.12



校友會理事長黃淑娟夫婦陳永昌接任彰化扶輪社社長



校長致贈陳永昌社長紀念品 97.7.5



本校校友管樂團於介壽藝文館演出 97.8.24



大學多元入學方案種子教師研習會 97.8.19



李垣武督學巴長泓督導頒發學產基金慰助宋黛薇同學



正新輪胎黃重仁副總經理致贈本校交通背心

賀

315林玉婷獲第十屆台灣區TRML高中數學競賽全國銅牌獎！

賀!! 跨校網讀9704梯次優秀得獎名單

班級	作者姓名	名次	班級	作者姓名	名次
102	董佩君	第一名	112	柯欣慈	第三名
103	黃婉晴	第二名	113	溫佳盈	第三名
213	林玟廷	第二名	113	余依珊	第三名
101	張雅琪	第二名	206	江佩珊	第三名
101	黃凱妮	第二名	112	李宜臻	第三名
213	王瑋婷	第三名	107	黃佳玲	第三名
113	陳珈儀	第三名			

賀

214王奕方、江宜倫、連以娟、蔡旻盈參加第48屆全國科展

榮獲化學科佳作『小兵立大功—粉筆在化學實驗中的應用』

賀

2008年國際奧林匹克機器人大賽彰化縣校際盃選拔賽(高中職組)

第一名: Leader Robot
晉級全國總決賽(一年7班) 鄭安棋、羅苴瑋

第二名: 藍寶堅尼J.S.A (一年7班) 林姘庭、黃文珊、賴映融

第三名: T.H.K. (一年3班) 胡佳琳、洪婉婷、柯佩嫻

佳作: Emily戴隊 (一年1班) 戴婉婷、蕭婷云、鄭宜庭

佳作: 閃亮一三 (一年3班) 許乃心、陳珊婕、陳俐諤

賀

2008全國單字大賽 本校七名同學進入全國總決賽

313 王瑋婷 中區第一名

315 鍾佳蓉 中區第三名

315 莊雅淳 中區優選

315 林昀欣 中區優選

313 林玟廷 中區優選

313 張嘉惠 中區優選

313 林淑婷 中區優選

彰化女中九十七年學年度大學入學考試風雲榜

國立彰化女中九十七學年度大學入學考試 成績亮麗！

本校錄取國防醫學系1人、長庚醫學系1人、臺北醫學系3人、高雄醫學系1人、中國醫學系1人、中山醫學系3人，中醫、牙醫學系5人，總計15人。

林庭媛同學，高分錄取國立臺灣大學電機系(三類總分541.06分可錄取臺灣大學醫學系，二類總分455.73分、為全國二類組榜眼)。

全校錄取國立臺灣大學電機系1人、獸醫系1人、財務金融學系3人、工商管理系2人、國際企業系1人、會計系1人、日文學系1人、其他系13人，總計23人；錄取醫學系、中醫

學系、牙醫學系與研究型大學(臺、清、交、成、政、中字輩...)人數佔全體錄取生近5成。

其中數理資優班錄取台大、清大、交大、陽明、成大(含醫科)等研究型大學計30人。

語文資優班錄取台大11人、政大7人、清大、交大、成大、臺師大等研究型大學計30人。

數理實驗班錄取台大、清大、交大、成大(含醫科)暨師大等研究型大學計42人。

姓名	學校	系名
吳品儀	國防大學	醫學系
許惠翔	長庚大學	醫學系
黃筱雯	臺北醫學大學	醫學系(自費)
黃千芃	臺北醫學大學	醫學系(自費)
陳韻文	臺北醫學大學	醫學系(自費)
陳怡親	高雄醫學大學	醫學系
黃思齊	中國醫藥大學	醫學系(自費)
王郁晴	中山醫學大學	醫學系
陳怡婷	中山醫學大學	醫學系(自費)
李亭	中山醫學大學	醫學系(自費)
張適安	長庚大學	中醫學系
詹博雅	長庚大學	中醫學系
劉玳瑜	中山醫學大學	牙醫學系
黃筠婷	高雄醫學大學	牙醫學系
許芳菱	臺北醫學大學	牙醫學系
林庭媛	國立臺灣大學	電機工程學系
林芷函	國立臺灣大學	財務金融學系
楊紫寧	國立臺灣大學	財務金融學系
許維真	國立臺灣大學	財務金融學系
林佳瑩	國立臺灣大學	工商管理學系企業管理組
許詩翎	國立臺灣大學	工商管理學系企業管理組
吳李輝	國立臺灣大學	工程科學及海洋工程學系
張晏晏	國立臺灣大學	中國文學系
張芝凡	國立臺灣大學	日本語文學系
許雅喻	國立臺灣大學	物理治療學系
宋黛薇	國立臺灣大學	社會工作學系
高佑旻	國立臺灣大學	社會工作學系
黃怡雯	國立臺灣大學	社會工作學系
李政諺	國立臺灣大學	哲學系
陳蕙婷	國立臺灣大學	動物科學技術學系
林欣姿	國立臺灣大學	國際企業學系
姚佩均	國立臺灣大學	森林環境暨資源學系
蔡嘉珍	國立臺灣大學	會計學系
林芷筠	國立臺灣大學	圖書資訊學系
郭妍君	國立臺灣大學	圖書資訊學系
戴芳伶	國立臺灣大學	圖書資訊學系
劉基安	國立臺灣大學	歷史學系
涂宜坊	國立臺灣大學	獸醫學系
楊口婷	國立清華大學	人文社會學系
林千儷	國立清華大學	工程與系統科學系
林君屏	國立清華大學	化學系
許雅琳	國立清華大學	外國語文學系
葉孟慧	國立清華大學	外國語文學系
張瑞子	國立清華大學	生命科學系
施博倫	國立清華大學	材料科學工程學系
黃莉雯	國立清華大學	材料科學工程學系
林芸如	國立清華大學	科技管理學院學士學位學程
王敏如	國立清華大學	計量財務金融學系
林宜伶	國立清華大學	經濟學系
林佩藍	國立清華大學	資訊工程學系
鄒采蓉	國立清華大學	數學系應用數學組
王宛婷	國立交通大學	人文社會學系
吳政儀	國立交通大學	人文社會學系
吳思瑩	國立交通大學	人文社會學系
沈立凡	國立交通大學	人文社會學系
林怡君	國立交通大學	土木工程學系
王柔喻	國立交通大學	工業工程與管理學系
黃斐晨	國立交通大學	外國語文學系
王晏喬	國立交通大學	材料科學與工程學系
尤敬慈	國立交通大學	資訊工程學系資訊工程組
羅冠伶	國立交通大學	資訊與財金管理學系
陳敏甄	國立成功大學	土木工程學系
賴慧宇	國立成功大學	工業設計學系
蕭思佳	國立成功大學	工業與資訊管理學系
施惠綸	國立成功大學	工業與資訊管理學系
粘雅玟	國立成功大學	化學工程學系
林斐文	國立成功大學	外國語文學系
陳佩雯	國立成功大學	外國語文學系
黃孟芬	國立成功大學	外國語文學系
黃思婷	國立成功大學	外國語文學系
梁毓珊	國立成功大學	生命科學系
蘇曉婷	國立成功大學	交通管理科學系
江佳穎	國立成功大學	材料科學及工程學系
張敬萱	國立成功大學	材料科學及工程學系
柯宜欣	國立成功大學	系統及船舶機電工程學系

姓名	學校	系名
陳珮芝	國立成功大學	法律學系
柯雅菁	國立成功大學	物理治療學系
謝尹甄	國立成功大學	統計學系
吳悠	國立成功大學	統計學系
林成悠	國立成功大學	統計學系
鄭口珊	國立成功大學	會計學系
黃雅琳	國立成功大學	經濟學系
劉家倫	國立成功大學	經濟學系
王姿懿	國立成功大學	經濟學系
黃閔珊	國立成功大學	資訊工程學系
莊瓊瑤	國立成功大學	資訊工程學系
賴冠瑜	國立成功大學	數學系
黃慈閔	國立成功大學	環境工程學系
鄭凱倫	國立成功大學	環境工程學系
蕭術容	國立成功大學	職能治療學系
梁雅唯	國立成功大學	職能治療學系
謝名雅	國立成功大學	職能治療學系
葉筱云	國立成功大學	護理學系
黃婷蔚	國立成功大學	護理學系
吳政萱	國立政治大學	中國文學系
何冠陵	國立政治大學	外交學系
林珊如	國立政治大學	外交學系
葉怡君	國立政治大學	企業管理學系
林欣怡	國立政治大學	地政學系土地資源規劃組
莊凱如	國立政治大學	法律學系
陳委妙	國立政治大學	法律學系
伍柏珊	國立政治大學	阿拉伯語文學系
陳季薇	國立政治大學	英國語文學系
李政諺	國立政治大學	財務管理學系
楊湘穎	國立政治大學	國際經營與貿易學系
陳惠君	國立政治大學	國際經營與貿易學系
張芷玲	國立政治大學	國際經營與貿易學系
楊煜玲	國立政治大學	國際經營與貿易學系
鄭善穎	國立政治大學	國際經營與貿易學系
廖珣鈞	國立政治大學	國際經營與貿易學系
葉南均	國立政治大學	傳播學院傳播學士學位學程
張意菁	國立政治大學	會計學系
蕭富榮	國立政治大學	經濟學系
卓庭筠	國立政治大學	歐洲語文學法文組
陳淑英	國立中山大學	外國語文學系
吳盈蓁	國立中山大學	外國語文學系
楊迪雅	國立中山大學	外國語文學系
張瑋庭	國立中山大學	生物科學系
陳欣儀	國立中山大學	政治經濟學系
余育婷	國立中山大學	海洋生物科技暨資源學系
蕭紫瑛	國立中山大學	理學院
林毓珊	國立中山大學	資訊管理學系
施純郁	國立中山大學	資訊管理學系
林郁凡	國立中山大學	資訊管理學系
趙珮瑋	國立中山大學	資訊管理學系
鄭佩瑩	國立中山大學	管理學院(財金組)
林芝露	國立中山大學	管理學院(管理組)
許毓婷	國立中山大學	管理學院(管理組)
鄭鈺樺	國立中山大學	管理學院(管理組)
張培鈺	國立中山大學	機械與機電工程學系
范純瑜	國立中山大學	應用數學系
蔡依琇	國立陽明大學	生命科學系暨基因體科學研究所
張郁涵	國立中央大學	土木工程學系
游佳蓓	國立中央大學	中國文學系
賴曉茶	國立中央大學	化學工程與材料工程學系
鄭惠禧	國立中央大學	企業管理學系
秦念祺	國立中央大學	地球科學學系
黃筠筠	國立中央大學	英美語文學系
葉子華	國立中央大學	英美語文學系
蘇怡瑾	國立中央大學	財務金融學系
楊靄羽	國立中央大學	通訊工程學系
謝怡君	國立中央大學	資訊工程學系
張廷瑄	國立中央大學	資訊工程學系
吳佳淇	國立中央大學	資訊管理學系
蔡聖合	國立中央大學	資訊管理學系
黃冠莢	國立中央大學	資訊管理學系
陳鈺昱	國立中央大學	電機工程學系
鄭翊毓	國立中央大學	電機工程學系
王莉毓	國立中央大學	機械工程學系先進材料與精密製造組
蔡宛旻	國立中央大學	中國文學系
李岱蓉	國立中央大學	心理學系

姓名	學校	系名
涂逸儒	國立中正大學	心理學系
楊威威	國立中正大學	心理學系
楊惠婷	國立中正大學	外國語文學系
廖雅婷	國立中正大學	外國語文學系
李婉嘉	國立中正大學	犯罪防治學系
柯雅萍	國立中正大學	生命科學系
黃韻寧	國立中正大學	地球與環境科學系
黃鈴智	國立中正大學	成人及繼續教育學系
黃瓊瑩	國立中正大學	法律學系法制組
楊喬語	國立中正大學	法律學系法制組
楊涵好	國立中正大學	法律學系法制組
洪岑韻	國立中正大學	社會福利學系
許惠旻	國立中正大學	社會福利學系
黃詩容	國立中正大學	政治學系
蔡碧詞	國立中正大學	財務金融學系
張婉琪	國立中正大學	財經法律學系
張素菱	國立中正大學	財經法律學系
黃霽珊	國立中正大學	財經法律學系
許凱筑	國立中正大學	會計與資訊科技學系
何宜儒	國立中正大學	會計與資訊科技學系
吳靜婷	國立中正大學	會計與資訊科技學系
莊雯婷	國立中正大學	資訊工程學系
劉曼儂	國立中正大學	資訊管理學系
陳盈蓉	國立中正大學	電機工程學系
胡允淳	國立中正大學	歷史學系
蕭蕙敏	國立中興大學	土木工程學系
蔡伊	國立中興大學	土壤環境科學系
施玉軒	國立中興大學	土壤環境科學系
江佳諺	國立中興大學	中國文學系
施婉婕	國立中興大學	化學系
劉貞好	國立中興大學	外國語文學系
張育菁	國立中興大學	生物科技學士學位學程
吳沛芝	國立中興大學	生物產業機電工程學系
杜妍燕	國立中興大學	企業管理學系
江思穎	國立中興大學	材料科學與工程學系
林鈺英	國立中興大學	材料科學與工程學系
陳叔好	國立中興大學	材料科學與工程學系
梁筱萱	國立中興大學	昆蟲學系
吳詩瑀	國立中興大學	食品暨應用生物科技學系
李倫妮	國立中興大學	食品暨應用生物科技學系
楊迪雅	國立中興大學	財經法律學系
張瑋庭	國立中興大學	森林學系木材科學組
黃蕙萱	國立中興大學	森林學系林學組
林杰好	國立中興大學	植物病理學系
蕭紫瑛	國立中興大學	園藝學系
陳昱蓉	國立中興大學	園藝學系
趙千吟	國立中興大學	園藝學系
辛宜蕙	國立中興大學	歷史學系
洪筱筑	國立中興大學	應用經濟學系
傅寶瑩	國立中興大學	應用數學系
葉珈綺	國立中興大學	環境工程學系
陳慕涵	國立臺北大學	公共行政暨政策學系
黃資瑩	國立臺北大學	公共行政暨政策學系
呂怡微	國立臺北大學	合作經濟學系
顏雅汝	國立臺北大學	法律學系司法組
張佩瑛	國立臺北大學	法律學系法學組
蕭琪芳	國立臺北大學	會計學系
洪詣筑	國立臺北大學	會計學系
張耀真	國立臺北大學	會計學系
蔡宛倫	國立臺北大學	應用外語學系
蔡雅倫	國立臺北大學	應用外語學系
賴巧芳	國立臺灣師範大學	公民教育與活動領導學系
呂廷鈺	國立臺灣師範大學	地球科學系
彭思穎	國立臺灣師範大學	地理學系
王沛彤	國立臺灣師範大學	英語學系
鍾于菱	國立臺灣師範大學	英語學系
王雲慈	國立臺灣師範大學	特殊教育學系
游莉菱	國立臺灣師範大學	特殊教育學系
吳美頤	國立臺灣師範大學	特殊教育學系
葉家伶	國立臺灣師範大學	特殊教育學系
劉書好	國立臺灣師範大學	健康促進與衛生教育學系
鄭綺文	國立臺灣師範大學	教育心理與輔導學系
施俞安	國立臺灣師範大學	數學系
張雅雅	國立臺灣師範大學	數學系
楊孟慈	國立臺灣師範大學	應用華語文學系

姓名	學校	系名
朱安羽	國立高雄師範大學	工業設計學系
邱品瑜	國立高雄師範大學	工業設計學系
鄭伊斯	國立高雄師範大學	事業經營學系
施佳宜	國立高雄師範大學	事業經營學系
黃莉穎	國立高雄師範大學	物理學系
洪郁淳	國立高雄師範大學	物理學系
邱哲芃	國立高雄師範大學	英語學系(自費)
黃瑞凌	國立高雄師範大學	英語學系(自費)
吳淑瑤	國立高雄師範大學	特殊教育學系
林愛均	國立高雄師範大學	特殊教育學系
柯佩汶	國立高雄師範大學	特殊教育學系
陳逸菁	國立高雄師範大學	國文學系國文組
蕭曉婷	國立高雄師範大學	國文學系應用中文組
葉樹珊	國立高雄師範大學	教育學系
林雅瑩	國立高雄師範大學	視覺設計學系
詹雅婷	國立高雄師範大學	電子工程學系
施筱雯	國立高雄師範大學	數學系數學組
林庭綸	國立高雄師範大學	數學系數學組
陳思吟	國立高雄師範大學	體育學系
羅惠敏	國立高雄師範大學	體育學系
林郁君	國立彰化師範大學	化學系
許勤敏	國立彰化師範大學	生物學系
黃瑜靜	國立彰化師範大學	生物學系
劉俞享	國立彰化師範大學	生物學系
李靜姝	國立彰化師範大學	生物學系
林儀芳	國立彰化師範大學	英語學系
蔡穎慧	國立彰化師範大學	英語學系
蘇心慈	國立彰化師範大學	特殊教育學系
蕭榆殊	國立彰化師範大學	特殊教育學系
謝雅筑	國立彰化師範大學	特殊教育學系
蔡于均	國立彰化師範大學	國文學系
謝佩樺	國立彰化師範大學	資訊工程學系
黃思嘉	國立彰化師範大學	資訊管理學系
許慧雯	國立彰化師範大學	資訊管理學系
許偉凝	國立彰化師範大學	電子工程學系
王維鈴	國立彰化師範大學	數學系
蔡璧羽	國立彰化師範大學	數學系
陳宛鈴	國立彰化師範大學	機電工程學系
陳姿伶	國立臺灣科技大學	工程菁英班
林宛嫻	國立臺灣科技大學	工業管理系
郭霽嫻	國立臺灣科技大學	管理菁英班
楊軒顏	國立臺灣科技大學	機械工程系
吳書芸	國立臺北科技大學	工程科技學士班
施惠婷	國立臺北科技大學	工程科技學士班
洪幸汝	國立臺北科技大學	電算學士班
施懿芸	國防大學	國防學系
劉怡萱	國防大學	政治作戰學院政治學系
詹紫涵	國防大學	政治作戰學院新聞系
張景怡	國防大學	財務管理學系
洪如輝	國防大學	護理系(軍費生)
蔡宜芳	臺北醫學大學	藥學系
黃琬玲	臺北醫學大學	藥學系
賴怡珊	臺北醫學大學	藥學系
陳亭如	臺北醫學大學	藥學系
張博雁	臺北醫學大學	藥學系
楊淑芬	高雄醫學大學	藥學系
葉穎芳	高雄醫學大學	藥學系
邱榆雯	高雄醫學大學	藥學系
楊雅雯	高雄醫學大學	藥學系
鄭吉芳	高雄醫學大學	藥學系
周郁盈	中國醫藥大學	藥學系
劉盈劭	中國醫藥大學	藥學系
李瑞芬	中國醫藥大學	藥學系
邱婉君	中國醫藥大學	藥學系
陳毓茹	中國醫藥大學	藥學系
林佩璇	國立嘉義大學	獸醫學系
李茗珠	國立屏東科技大學	獸醫學系

以上非全校榜單(完整榜單詳見校內公告)
感謝所有教師無私的奉獻
與辛勤的指導！

獻上最深的祝福與鼓勵

黃筠婷

原畢業班級：315

高雄醫學大學牙醫系

對於高中生來說，高三的時光是最難度過的，對未來的抉擇，以及學校課程進度和複習兩方面所給予的壓力，都使得「高三」成為煎熬和疲累的代名詞。然而，許多決定未來的時刻都在高三這段時間中，如何好好規劃和如何紓解壓力便成了高三學生們最重要的課題。

高三的課程是由進度和複習交織而成的，常常會使人擔心顧此失彼，這時，最好的解決方法便是跟隨老師的腳步，採納老師給予的各項建議，老師們是累積了很多的經驗，將最好的方法傾囊相授，因此，無論你多麼不贊同或不以為然，千萬不能將老師的真心建言擱置一旁，適時的採用將會對你的大考有所助益。

彈性，不要每個時間都排的剛剛好，若有突發狀況，將會使你的進度延遲，進而影響到後面的進度；第三，盡量配合學校的模擬考範圍，模擬考與學期中的段考有所不同，大範圍的內容，各種題型的融合，需要多次的練習才能了解如何應付即將來臨的大考，但若尚未準備好就參與考試，就好像浪費了一次練習的機會，是不值得的。讀書計畫

在高三占了一個很重要的部分，它會讓你再大考前唸完一定的部分，並安定你考試時的心情，實踐讀書計畫需要耐心與恆心，期望各位學妹們都能寫出最適合自己的讀書計畫。

此外，良好的讀書計畫也是幫助你在大考獲得高分的好方法之一，製作好的讀書計畫有幾點需要注意：第一，不能偏重某一科，要平均，特別是不擅長的一科，更要耐心的花時間加強；第二，要有

來說，它的幫助卻不僅僅如此，除了徜徉在書中的世界，可以使我忘卻讀書時的煩悶與疲憊外，更降低了我對大考作文的憂心，書中的描述，結構，甚至其中引用的名言佳句，都成為我寫作的最好典範與素材，當然，任何會令人沉迷或沒有較好內容的書，例如漫畫書或言情小說，在此時都必須避免，雖然他們可以提供一定的娛樂，但卻相對的花費過多的時間，倒不如先暫時放下這些，等待大考結束再毫無負擔的享受其中。

每個人都或多或少有壓力，適度的壓力將會成為你前進的動力，反之，卻會形成一道阻止你成功的高牆。壓力的調適是個很難的課題，即使是經驗豐富的人也很難完全掌握它，我只能祝福各位學妹能健康康康、安穩穩穩的度過這一段時間，在大考中大放光彩。

準備大考真的是很不容易的事，身旁的老師和家人都深深為你們擔心，如果遇到無法跳脫的困境，一定要記得尋求週遭親友的協助，他們是最不吝於給予幫助的一群。最後，深深獻上我的祝福與鼓勵給各位學妹，期望你們都能前進最理想的大學，擁有最棒的大學生活。

許惠翔

原畢業班級：304

長庚大學醫學系

1. 請問學姊如何分配時間？有無時間管理的訣竅？

對於我來說，因為我沒有補習，所以每天讀書的時間都是固定的，就從放學六點一直到十二點。首先我會先聽每天必聽的英文雜誌，因為比較輕鬆，不要一開始讀書就讓自己非常緊繃，這樣很容易彈性疲乏。再來我會依明天的考試內容來分配讀書時間，個人習慣先讀文科，再讀理科。不管是高一高二，還是即將要面臨學測的高三學妹們，我都建議先把明天需要準備的科目先準備好，才不會到最後天天被考試卷追著跑。你會痛苦死！對高三的學生來說剛開始

2. 學姊怎麼處理高三的壓力？

高三的確很辛苦，每天都得考上3、4科的試，除了複習還要接受新的知識。但是學姐要告訴你們，其實只要學著接受它，按部就班的讀書，高三這日子會是你高中生涯裡最充實，跟同學感情也是最好的時候！有壓力的時候就從事一些平常自己喜歡的活動，跟同學打球，或者吃飯的時候跟大家聊天，會讓自己心情放鬆一點。學姊其實在高三要學測前，每天回家心情都很煩躁，常常頭痛。所以我一回家就先睡覺睡到半夜1、2點，再爬起來讀書，但是常常爬起來以後心情更煩躁，老是覺得讀不完，然後就哭著的發洩管道，這樣才會更平心靜氣的度過高三這日子！

3. 生涯規劃是何時和如何確立的呢？

我想現在很多學妹都還在學業上有所成就的時候，你會樂此不疲的！高三的

學妹，也還來得及，現在正是全心全意讀書的時候，拿出紙筆寫下你的計畫，然後照著計畫，完成一項劃掉一項，當你發現全部完成時，你會非常快樂，因為你離夢想又更進一步了！

長庚醫學系以後，系主任幫我們辦的一場兩星期的研習營，讓我深深愛上這樣的生

活，還有對未來有更多的憧憬。當初會選擇醫學，是因為我認為醫學是個非常特別的一個工作，藉由工作過程就可以幫助他人，再加上醫學是條未來可以有更多項選擇的路，所以我選擇了它。所以其實我是到填志願的那刻，才確立了我的生涯規劃，至於該如何確立呢？如果有確立目標的人當然就不要畏懼，勇往直前吧！如果是沒有特定興趣的人，我建議可以跟家長還有師長討論，然後從讀書當中慢慢去找尋自己的目標。

4. 是用哪一種管道進入這個校系？這個科系有哪些入學管道？

學姊是用學測、學校推薦的方式進入長庚醫學系的。長庚醫學系跟其他大部分的科系一樣，有三種管道：學校推薦、個人申請、登記分發（醫學系都沒有繁星）。學校推薦一定要好好運用，填寫時一定要跟有經驗的老師討論。

沒有參加競賽或社團，課外活動有無特殊表現？

高中三年學姊的成績一直保持著一定的水準。我認為不能只看分數名次，在你心中一定要有一把衡量自己的尺，第一名還是不能滿足，要不斷超越自己，這樣才會有進步。高中競賽是很重要的，學姊雖然有代表學校參加學科能力競賽，還有跟同學組隊參加數學比賽，雖然有得獎，但是出去後才知道這真的太多了！競賽不只是为了拿獎狀，競賽會讓你大開眼界，會讓你學到更多東西，認識更多比自己厲害的人，所以高一高二趁現在有時間多多參加比賽，會讓你高中生活更多姿多采。至於高三的學妹，我建議你們可以參加奧林匹亞，對校內的課業也有幫助。

最後我要跟學妹講，很多事情講起來是很簡單的，就看你有沒有執行能力了！不要一直認為來不及了，套一句佛家的話：放下屠刀，立地成佛阿！

5. 學姊在高中時的成績狀況？有

林庭媛學姊也分享了她的讀書方法喔！請參看大榕樹第22期！

