

彰女校評

季刊

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

快慢有節

校長 孔建國

凡事求快

這是一個凡事求快的時代，如果與快脫節，便彷彿跟不上時代。

一九七〇年代辦理聯招時，電腦尚未普及，考生的成績處理，都運用心算、筆算，或者使用算盤、計算機，成績排序更是一大工程，以人工方式把成績單按分數高低排列，仔細檢查無誤後，再以號碼機打上序號，既耗時又容易出錯，工作人員都懷抱著臨深履薄的心情。現在方便多了，電腦閱卷，鍵盤輸入，成績總分及順序不一會工夫就出來了。拜電腦之賜，可以快速地大量地處理資料。

以往的年代，常藉書信往返，互通消息。科技進步，發明了電話、手機、電腦，縮短了人與人之間的距離，藉著視訊又可以看到彼此的影像，誰還會使用既慢又難以雙向傳達的書信呢？

以寫文章而言，像我這種LKK，習慣用筆書寫，新一代看起來真是落伍，他們用電腦寫東西，打字、校對、編輯、印刷，一氣呵成，還可以PO在網路上，迅速流傳。從前的紙本書，漸被電子書取而代之，很多書局也吹了熄燈號。

生活當中無一不求快，上下班要快速到達，如果開車的話，車子性能要好，速度要快。坐火車，最好搭高鐵，退而求其次，自強號也可，如果搭區間車、慢車長途跋涉，非得有好整以暇的心情不可。上

班工作時，做事要快，不然被視為工作不力、績效不佳。

各項產品製作求快，功能也往往脫離不了快，電腦處理要快，汽車速度要快，冷氣機即時提供涼爽，快鍋節省烹調時間，似乎不快便不是好產品。

一切唯快是尚，才跟得上時代。

慢的哲學

千家詩裡有一首無名氏的題壁詩：「一團茅草亂蓬蓬，驀地燒天驀地空。爭似滿爐煨榑柚，漫騰騰地暖烘烘。」

亂蓬蓬的茅草很容易燒起來，火舌一下子衝天，一下子便化為灰燼。快速旺，也快速滅。木柴燒得比較慢，火勢緩發，持久耐燒，帶來無比的暖意。相較起來，與其做快燒易滅的茅草，倒不如做慢燒緩滅的木柴。

二〇〇八年暑假，我到西安參加兩岸中小學素質教育研討會，大會安排參觀當地的中小學，學校接待訪客簽名留念，準備的是毛筆、宣紙，有的還要求題字，頓時教人好生為難，平常用原子筆、鋼筆習慣了，忽然拿起毛筆，彷彿像千斤重似地難以揮灑。或許我們會想，現在什麼時代了，還用毛筆，但其中不無道理在。以毛筆書寫，可以鬆弛身心，怡情養性，靜中有動，徐中有疾，剛中帶柔，柔中帶剛，同時也保存了國粹，發揚了藝術。

二〇一〇年的假日，朋友邀訪三義一個頗具特色的莊園，保留許多古老的檜木家具，庭園布置高雅，花木錯落有致，莊園人員遞上來的名片，不是習見的印刷

品，而是用筆手寫的，我不禁好奇發問，莊園的人回答說：「用筆書寫，這樣才有人情味。」通常我們收到的名片、聖誕卡、賀年卡，大抵都是現成印好的，突然接到親手書寫的，是不是倍覺親切彌足珍貴呢？

平常大家讀書、工作太過忙碌，像個陀螺似地，有形的、無形的壓力讓人喘不過氣來。所以有人倡導慢活，放慢腳步，調整節奏，節能減碳，健康蔬食，享受美好的人生。

快慢有節

孟子讚揚孔子是「聖之時」、「集大成」者，提到孔子離開齊國時，來不及煮飯，把洗好的米撈起來便走；離開自己的祖國——魯國時，卻是慢慢地走；肯定孔子「可以速而速，可以久而久，可以處而處，可以仕而仕」。這毋寧也是我們應有的生活態度，可以快則快，可以慢則慢，當快而慢，應慢而快，都是不合理的。

舞台上的舞者，表演時動作有快有慢，快中有慢，慢中有快，快慢有節，才能跳出一支好舞。歌唱家也是如此，抑揚頓挫，急徐快慢，若合符節，才能唱出一首好歌。讀書做事也一樣要快慢有節，讀書求快，常常徒勞而無功；做事求快，往往欲速則不達。

春耕夏耘秋收冬藏，大自然的生養萬物也是快慢有節的。違背大自然的節奏，該快的慢，該慢的快，都不會有好的結果。

賀 本校繁星推薦八位同學先馳得點！

- 謝孟竹 國立臺灣大學 國際企業學系
- 張琪昕 國立臺灣大學 物理治療學系
- 邱芳萱 國立成功大學 化學工程學系
- 王孟俐 國立成功大學 土木工程學系
- 許心怡 國立政治大學 法律學系
- 蕭怡綸 高雄醫學大學 醫藥暨應用化學系醫藥化學組
- 謝宜君 國立清華大學 電機資訊學院學士班
- 劉平 中國醫藥大學 中醫學系甲組

NEW

本校 100 學年招生

免試入學預計錄取 87人
 申請入學預計錄取 364人
 登記分發預計錄取 155人
 → 合計 606人

歡迎國三女生踴躍報考

彰化女中100年 學測成績亮麗

賀！75級分3人

314林文瑜 315章筱伶 315溫梓丞

賀！70級分以上31人

林文瑜 章筱伶 溫梓丞 謝孟竹 陳韻竹 賈文君 劉平 謝宜君
 林育樺 王乙真 林竺君 賴柔潔 柏佳妘 戴寧 張琦雯 陳邑佳
 鄭景文 柯舒文 賴貞延 許雯鈞 陳瑩綺 姚鳳尊 柯佳芬 張琪昕
 陳品蓁 黃捷奕 蕭婷云 何佳純 姚岱宜 陳岱君 黃慧妮

總級分超過全國頂標人數172人。

各學科滿級分人數

- ★ 國文57人，英文83人，數學30人，社會34人，自然37人。
- ★ 語文表達（A+）人數86人，語文表達（A）人數211人。
- ★ 314全班總級分平均66.02，315全班總級分平均68.40，均超過全國頂標（64分）。



▲家長會頒發獎學金給70級分以上同學



▲校友會頒發一萬元獎學金給滿級分同學



▲滿級分同學(左起溫梓丞、章筱伶、林文瑜)

和歌山縣觀光局來訪99.12.8



北美校友來訪99.12.10

北美校友會李碧娥女士來訪，並頒發獎學金給本校學生。



千里馬計畫99.12.29

彰師大教授帶領研究生提供本校原住民同學夜間課輔，校長與主任頒發感謝狀。



家長委員座談會99.12.31



擴大班級會議100.1.5



歲末聯歡晚會100.1.19

本年度歲末聯歡晚會上學期末在富山餐廳辦理。因家長會大力支持，今年的摸彩獎品特別豐富，摸到大獎的老師無不笑逐顏開。晚會由青春洋溢的實習老師舞蹈開場，穿插精采的節目與有獎徵答，整晚笑聲、掌聲不斷。國文科老師首次全員出動，表演輕快的排舞，果然人氣提升，福氣隨至—四台液晶電視就由國文科抽走了三台，堪稱當晚最大贏家。



導師專業知能研習—家暴事件處理與輔導100.1.20



► 婦幼隊 / 邱韻儒副隊長

99學年實習老師100.1.31

在實習時程屆滿之前，校長特別召集全體實習老師，就一學期的實習心得交換意見，並諄諄勉勵實習老師—真心誠意為教育，傳道授業種福田。



特教知能研習—認識高中各類特殊學生100.2.14



▲ 彰化師大 / 賴翠媛教授

反霸凌宣誓大會100.2.16

為響應教育部近來推動之「反毒、反黑、反霸凌」政策，本校於友善校園週規劃了一系列活動，除利用集會向同學宣導之外，並以「反黑、反霸凌」為主題，辦理書卡設計及書法比賽。

2月16日0800時，由孔校長率領全校師生共同宣誓「愛校園、心手連」，高舉雙手、奮力一跳，喚起同學對友善校園的重視。春暉社同學也演出行動劇，為活動掀起高潮。



成功大學實驗火箭試射表演100.2.19

成功大學航太系為『成大論箭』活動暖身，中午12：00在本校辦理實驗火箭發射表演活動。六發火箭火力十足，一飛沖天。



甄選入學面試講座100.2.23

試務組舉辦大學甄選入學面試講座，邀請校內李旻樺老師、陳岳禧老師分別講授「備審資料的準備」、「自傳寫作與讀書計畫」等課程。



高三親師座談會100.3.5

學測後，為讓家長更了解當前的升學方式，幫助高三孩子選擇適當升學管道，特為高三家長舉辦座談。



輔導室訊

生命教育週會演講 1

雲端上的行腳 99.11.24

這個週會的下午，體育館充滿笑聲，會後還出現長龍隊伍等待演講者的簽名或一個擁抱。誰有這樣的魅力呢？江秀真—玉山國家公園管理處保育巡察員，當選十大傑出青年，攻讀嘉大農學研究所碩專班，攀登「珠穆朗瑪峰」（聖母峰），完攀世界七頂峰與聖母峰南線和北線的壯舉，台灣的驕傲！她鼓勵彰女同學勇敢追夢！



江秀真在演講中提及，小時候騎腳踏車載媽媽到車站搭火車，數年如一日，這樣每天早晚各一趟的腳踏車接送，練就一雙好腳力。國中時生活清苦，利用寒暑假打工存下七千元，想報考台中省立體專，但看到母親因倒會被折磨的憔悴模樣，只好嚙著淚水掏出錢，解決母親的困境，體壇發展夢碎。她認為這些許許多多的磨難都成為她登山必備的體能和堅毅力，就算面對生死存亡之際，也要坦然面對。

秀真姐姐還播放部分登七頂峰與聖母峰的影片，和自拍風雪中生死關頭的影像留言，我們除了對登5000公尺高山的物品配備大開眼界，更對冰天雪地中如廁的方式及掩埋法大笑不止—尤其千萬不要買冰河礦泉水！演講結束後，輔導室四度收到秀真姐姐寄給80餘位同學的鼓勵卡片，我們除了感謝她帶來人生啟示，更感動她給我們實踐夢想的勇氣。



教師青春讀書會 2

心理治療室的詩篇 100.1.5

輔導室本次的教師青春讀書會邀請到資深心理師—黃龍杰老師來和學校同仁分享心理輔導的技巧，與會的老師們在會前已先拜讀過黃心理師著作—《心理治療室的詩篇》，對心理療癒已有基本的認識。



黃心理師妙語如珠，在場的二十位老師們很快就融入其中，與他交流分享。他用獨創的「爬山模式」來分析，生動清楚的圖像化呈現，能分析、釐清每個個案的問題，並進行系統化的思考，著手下一步的計畫，進而希冀學生能夠有一絲一毫的改變進步。他說道：「每一個人的問題都沒有標準答案，沒有一個明確的方式，但我們能做的就是陪伴、傾聽。」黃老師也藉機「治療」第一線教育工作者，讓我們知道，其實，人生很多問題旁人無法解決，但能夠做的就是「分擔」。分擔與傾聽是一股莫大的支持力量。

很棒的是，黃心理師提出「安心五寶」的概念—「信（信仰）、運（運動）、同（同伴）、轉（轉移）和改觀」，送給與會的老師們。最後，



溫主任請每位老師們都輪流說說自己最想要的「寶」，特別的是，有位老師覺得若找到了第一寶，那一寶就像小火苗般，能引燃其他四寶，讓人生充滿穩定溫煦的溫暖！有趣吧？！期待下回教師讀書會的詩篇再次予人動容的力量！

教師會訊

日月老茶廠樂活之旅 99.12.20

教師會於12月20日（一），舉辦日月潭暨日月老茶廠樂活之旅，參加的同仁及眷屬們有67位，早上8點在快樂出帆的歌聲中，出發前往日月潭，9點抵達後，同仁們悠閒的走在休閒步道，享受環潭步道清新的空氣，欣賞潭面的山光水色；接著出發前往附近的日月老茶場，在導覽員的解說下，同仁們對土地的保育及製茶過程有更深入的了解，之後的樂活養生餐，更讓同仁們讚不絕口！餐後休息片刻後，再前往埔里豐年靈芝養菇農場，途中經過18度C巧克力工房，同仁們也品嚐了手工巧克力的美味，滿足了味蕾的渴望，再到養菇農場，認識養菇過程，在熱鬧的採購聲中，活動劃下豐富的句點，心滿意足的踏上回家的路。



校外競賽優勝紀錄 (99.12.10迄今)

競賽項目	名次	參賽學生	指導老師
九十九學年全國高級中等學校讀書心得競賽 9910梯次	特優	103 甘儀萱	
	特優	115 陳愉安	
	特優	213 吳培羽	
彰化縣明航寺99年度英文看圖寫作比賽	第一名	213 黃筠雅	洪淑卿
	第三名	213 黃心玫	
	佳作	213 陳祐萱 陳妍儒 施佩君 劉珈妤	
學生郵報2010年第二屆英文作文比賽	全國第二名	213 劉亦庭	洪淑卿
	全國第三名	213 黃心玫	
	榮譽獎	305 張采禮	林怡光
臺灣大學「瘋狂實驗室-化學示範實驗室創意教材有獎徵件」	首獎	214 江婉慈 胡雅雯 洪鈺璇 張雅筑	張文平
	佳作	214 詹藝禎	
2011年國際生物奧林匹亞競賽國手選拔	初試錄取	315 劉平 314 林文瑜	張仁為
全國高級中學小論文寫作競賽991115梯次	特優	106 陳心禾	
	特優	107 陳貝旻	
	特優	204 潘羿均	
	特優	204 張珮禎	
	特優	210 謝佳真	
	特優	214 賴宥瑄	
	特優	301 魏妤安	
	特優	311 梁巧茹	

★ 9910梯次全國高級中等學校讀書心得及小論文寫作991115梯次競賽得獎人數眾多，未能盡列，詳見校內網站。



日旅專輯

Changhua Girls' Senior High School

2011年1月21日至1月26日，本校由校長率領，共有師長9人、學生152人到日本教育旅行。日本教育旅行已舉辦九年了，但今年首度到長野縣及松本縣參訪，也是第一次讓同學在當地的住宿家庭留宿過夜。旅行回來，聽聽他們怎麼說！



.....這趟旅行對我來說意義非凡，為我的生命留下了深刻的一筆！

101 黃于捷

第一次到夢寐以求的迪士尼玩，心裡格外興奮。一到園內，童話般的世界呈現在眼前，有假扮成童話故事的人物和遊客打招呼，也有迷人的歐式建築，還有最令人印象深刻的「迪士尼城堡」。我們馬上衝去玩「太空山」，就像經歷驚險刺激的太空之旅，令人難忘。我們又到西部樂園，花了快兩個小時排「飛濺山」，下午時每個遊樂設施的排隊人群有好幾公里，排了一個多小時，終於我們乘坐圓木舟開始了美國南部沼澤之旅。在激流中朝著瀑布急速滑落，坐在第一排的我頭髮全濕了，真是刺激冒險！晚上六點我們就坐在地上等七點半的夜間遊行，遊行開始了，隨著歡樂的迪士尼樂曲，卡通明星搭乘光輝耀眼花車登場，為大家帶來燦爛無比的夢幻時光，這個華麗的遊行令人印象深刻、回味無窮！日間暢遊迪士尼樂園，盡情瘋狂的玩遊樂設施，晚上欣賞精彩的遊行及煙火表演，無數夢幻燈光點綴夜幕低垂的樂園，這美麗的回憶我會永遠記在心裡！



102 吳郁欣、蔡靜宜、陳易湘、初品萱

我們這次參訪的是「松本県ヶ丘高校」，我們的表演很棒，尤其是校歌，當我們唱完，主持人介紹最後一首是校歌時，我聽到日本學生們直呼：「好酷啊！」（當然是日語），我們將彰女的校歌，唱的非常團結有活力，我相信這次的表演，一定不會輸給他們呢！



至於這次縣ヶ丘高校所表演的節目，我覺得他們的表演很單純，簡簡單單的校歌搭上日本人特有的嗓音，十分不錯。一首校歌，短短的，但是表達了學校對學生們未來的期望；表達了整個學校的特質。不過表演的歌曲只有一首，好想請他們在為我們帶來一首安可曲！但是不知道是不是日本人生性靦腆、害羞的緣故，總覺得歌聲略微小聲，再大聲點會更好喔！

101 鄭筱玳、210 林薇、211 陳宣卉、204 連胤惟

表演完是分組帶開活動。一開始要自我介紹，我把我準備已久的名片拿了出來，上面寫有英文、日文和漢字的個人資料和檔案，放在小小的夾鍊袋裡，再附上一顆日本沒有的沙土糖，他們看到日文書寫的檔案時都異口同聲的說出：「すごい」（好厲害的日文），心裡有小小的成就感。



在午餐時間時，日本高校的同學都很努力的找話題要跟我们聊，像是參加什麼社、興趣、喜歡的名人等等。基本上是用英語溝通，但當然也會參雜一些漢字、中文、日語，甚至是台語和身體語言。雖然一開始有點小尷尬和緊張，不過後來的過程都很順暢愉快！還有劍道部的同學特地前來表演劍道，從服裝到場地和練習動作都準備的相當好，而且劍道並不是只有參加劍道部才會學習，平常的體育課就有這門課程了。可以感覺到他們相當重視社團和體育這個環節。

吃完午餐後，她們帶著我們到教室參觀他們上課的過程，雖然聽不懂日語，但感覺起來上課內容其實應該是大同小異，不過不知道是不是因為我們在場，我覺得她們上課非常的安靜，老師和同學很少有互動的關係，同學們幾乎都是在埋頭苦抄筆記。

103 陳佩君、呂忻倫、李昱瑩、蔡孟慈

此次到日本旅行，最使我驚嘆的便是他們街道的乾淨以及良好的交通。不同於台灣的街道，即使是交通再忙碌，車子依舊是有條不紊地行進著。其次讓我印象深刻的便是日本的泡湯文化，除了泡湯前要先沖澡，尤其是裸湯，只能帶一條小方巾進去，免不了讓不習慣的我們小小的害羞。但泡湯真的是使人身心放鬆，全身感到十分的舒暢。在這次的旅行中，我最喜歡的地方就是淺草觀音寺，來自各地的人們，帶著自己的心願，齊聚在這裡，就像是沒有國界之分，頓時覺得每個人都十分親切。買了御守，希望能身體健康、學業進步。



103 白容謙、陳舒珊、黃郁芹、賴筱雅

遊覽車載著大夥們前往各自的寄宿家庭送走大家時，在遊覽車上的我們不斷地惡補日語基本對話，盡可能在短時間內把初次見面的日文講得精熟，有人甚至把一大串的注音諧音抄記在自己的手上！我們這組被分散到不同的寄宿家庭，我們遇到的共同問題就是「溝通」了。同時也發現寫漢字真的是一種好方法，寫出漢字就都大概可以猜出對方所要表達的是什麼。肢體語言搭配一點點的簡單英文也是另一個方式。也有人帶著翻譯機進入寄宿家庭，遇到想要問的問題，翻譯機可以替我們翻出日文好讓home爸媽知道我們究竟想說些什麼。和home爸媽的談話讓我們更深入了解日本的家庭模式。

雖然只有一晚的交談，隔日早晨遊覽車來接我們時，我們都好捨不得說再見。上車後和大家分享各自的寄宿家庭，各自獲益良多，彼此羨慕。想必每個寄宿家庭都有令人稱羨之點！

105 林佩盈、黑毓芳、劉加凰、賴宜靜

我們寄宿的家庭裡，有一對夫婦（老公公和老奶奶），還有一個手藝十分精巧的「資深老奶奶」，他已經90多歲囉！再加上一個可愛卻害羞的小女孩。

雖然有著語言上的隔閡，他們卻非常有耐心，帶著老花眼鏡翻閱那本已被翻過無數次的「簡單中國話」，載著我們去看取溫泉的地方、為我們做紀念品和精緻的晚餐早餐、替我們鋪了數層棉被和電暖被。只因怕我們不習慣寒冷的天氣，早上一起來，還將家裡兩台暖器通通搬到我們房間，提醒我們要好好保暖。明明是他們照顧我們，卻不停地向我們道謝。看著他們對我們的付出，內心十分感動，雖然有幫老奶奶做些家事，卻總覺得根本比不上他們滿滿的心意和照顧。處在異國，卻能這樣感受到人們親切溫暖的問候，特別讓人捨不得。離別時，用力的抱了老奶奶，雖然只有一個晚上的相處，但有好多好多說不出來的感動在心中，永遠都不會忘記的！

