

2020 / 9 / 10

中崙高中家長會會刊

VOL 5

明月照古今
峯雲映中崙
晶玉藏風華
晶才育八德
承先啟後繼往開來
心之所向身之所往



校長 孫明峯 劉晶晶 發行人 黃美熒 編輯 蔡武恭

校長 孫明峯 劉晶晶 發行人 黃美熒 編輯 蔡武恭

中崙高中第四任校長 孫明峯

103年8月1日至中崙服務迄今已滿6年，在本校資歷剛好等同直升的孩子念完國中、高中6年，，算是完成一項重要指標。校長職務因為受到任期限制，一任4年，最多2任8年，其中第4年必須經過連任審議（或轉任），連任後第1年（亦即任期第5年）不得轉任，其餘4, 6, 7, 8年均可申請轉任。可轉任之年缺額情況無法預期，任滿後回任教師也有難度，故今年於因緣際會下，適有他校職缺，遂申請轉任參加遴選，以延續教育生涯。惟對於離開與師生、家長共同經營多年的中崙校園，心中仍懷著不捨與歉意，絲毫沒有異動履新的喜悅，因為受到大家的支持與照顧，實在是太多、太感謝了！

孩子是國家的資產，每一個孩子都必須受到同等尊重與關照。我常常看到老師們被學生留到很晚，或是學生們被老師留到很晚，當孩子需要指導或個別叮嚀時，老師們總是扮演著良師益友的角色，付出許多課中、課後的時間陪伴孩子。中崙是個非常溫馨的環境，師生相處融洽，家長與家長會在背後默默支持學校、出錢出力，大家共同守護孩子成長的園地。

今年是非常令人難忘的一年，全球受到新冠肺炎疫情影響，人類生活全都亂了調。我國在政府與全民合作努力下，校園能維持健康、安全的學習環境，相較於其他國家學生，已經是非常幸福的。防疫時期需要動員人力、物資，確保師生健康安全，自開學以來，各班導師協助每日消毒與體溫量測；行政同仁與家長會志工協同輪值，每天早上監控孩子入校體溫狀況；2位護理師更是不辭辛苦，放下家庭照顧之責，每日趕忙架設器材、提供防疫專業建議，在大家通力合作下，按部就班地過著防疫新生活。對於所有愛護學生、照顧學校的夥伴，點點滴滴、感激在心。在歷史的洪流中，每一個人皆負有傳承的使命。在不同時空背景下，面對不同的任務需求，凝聚團隊共識，多軌並進地帶動教育發展與持續精進，成就會在孩子身上被彰顯，這是我們最大的榮耀！



孫校長於八月一日調任成功中學任職,除了誠摯地感謝孫校長這六年來對中崙高中的用心付出之外,更預祝他在往後的教育生涯中,成功再成功



108學年度第十八屆學生家長會會長 黃美熒



沒經驗是我們最大優勢

中崙高中在孫明峯校長的帶領下，一直是臺北市的指標完全中學。美熒在擔任家長會會長這一年，承蒙各界各位的支持、指教、幫助及關照，讓我們的家長會不僅承接了傳統，也在傳承的路上注入了嶄新的元素。真的很感謝大家給予「沒經驗」的我全力的支持，沒有各位愛孩子的家長們支持，中崙高中學生家長會是無法交出漂亮的成績單。

當每一隻雁鳥展翅拍打時，造成其他的雁鳥立刻跟進。藉著V字隊形，整個雁群比每隻雁鳥單飛時，至少增加了七十一個百分比的飛行距離。心中滿懷感謝，在家長會服務學子的日子裡，有一群志同道合的好友相伴而行。

中崙高中家長會傾全力的協辦學校的大小活動。包括高一、國七新生抽血暨身體檢查、

國八隔宿露營、協助全校流感疫苗施打、授證暨感恩餐會、校慶晚會及慶祝活動、午餐委員會視察、協助國高中聯合會活動、高一選課選組說明會、國九、高三包高中祈福加油活動、國中部職涯分享、國際交流、學測、會考、指考加油服務隊、高三升學輔導繁星推薦、個人申請、指考校系選擇、國九志願選填、畢業典禮、班級冷氣維修保養、期末親師同樂會、國、高中新生報到、還有COVID-19防疫工作...等。

今年度對於參與校長遴選，我們有幸能夠獲得各方支持，順利的邀請劉晶晶校長在109學年度開始帶領我們所有學子，這裡美熒真的是要致上萬分感謝，沒有同心合意的夥伴好友們，是不可能有場場圓滿的成果。

家長會要順利的運作，靠的就是為了「愛」而無私奉獻的家長們，有錢出錢、有力出力，還要不時為孩子們掌聲鼓勵鼓勵。記得曾經看過一段話「如果你清楚知道自己是個怎樣的人，你就好像一棵強壯的大樹，禁得起狂風暴雨。」不知道家長們是否有同感？曾經的我們是否設想過，有一天我們會為了孩子們成為足以抵抗狂風暴雨的大樹。或許辛苦，但是看到孩子們的成長，又感到值得與驕傲，是吧？

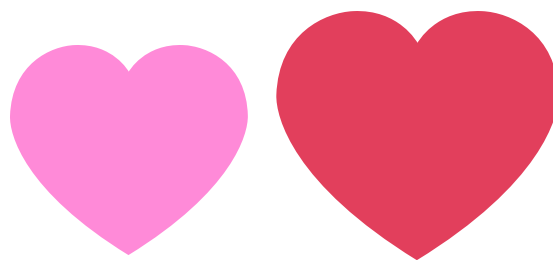
與擁有相同目標的人同行，能更快速、更容易完成挑戰。美熒在這誠摯邀請每一位愛孩子的家長，我們一起在中崙這個大家庭參與孩子們的成長與教育。

再次感謝有您的一路相挺相伴。

你相信什麼 你就能創造什麼



中崙高中第五任校長 劉晶晶



各位親愛的中崙家長們好

感謝中崙給予晶晶機會，和大家一起合作，共同經營一所學校。在我的很多同學都已經離開教育現場的時候，我選擇留下來，原因是我看到還有值得我去做，而且不去做我會覺得遺憾的事。其中有兩件事我覺得特別重要，一是必須與時俱進的品格教育進行方式，另一是能推動符應教育4.0學生圖像的自主學習。

品格教育是教育的初衷。「品德是孩子一生最珍貴的重要資產，人人關心孩子的品德、家家關心孩子的品德、校校關心孩子的品德，相信我們就能培養出有品德的孩子，這才是我們所追求的教育目的。」(摘自



吳清山教授文章)。品格的培養是長期模仿、觀察，內化的結果。當內化的品格外顯成為好習慣，就是自我領導的開始。我希望能在學校內推動「自我領導力」的品格教育(Leader in Me)，培養學生擁有一個成功人士應有的好習慣，學生不但能獲得個人成功，更可以讓團體成功。例如，自我領導力的品格教育強調主動積極。在學業上，引導學生注重「本質的成功」，強調內在動機，教導學生與自己比較，懷抱「下次表現比這次更好」的企圖心，促使學生對自己的作為負完全責任。相信在這種學習態度下，孩子不但會表現傑出，也會樂於學習。另外，本校的學生本質優秀，進入社會後皆能成為社會的精英，在這個時代，個人的成功是建立在公眾領域之上的，如果能夠訓練學生建立雙贏思維，與人在誠實和信任的基礎上互動，換位思考，相信必能成為社會國家的棟樑。

另外，教育4.0的時代，學校教育的目標是在培養終身學習者，讓學生有能力面對未來的挑戰。學校培養學生自主學習的能力，是達到這個目標的手段。新課綱在高中推動自主學習面對的最大挑戰是學生過去的求學階段並未習於自主學習，高中階段自主學習難以一蹴而就。中崙可以善用6年段的學制，建構專屬中崙的6年一貫校本自主學習模式，有系統的從國中開始引導學生自主學習，及早培養學生自主學習能力。鼓勵教師以學習者為中心，於課程中設計部分內容讓學生進行自主學習，並設計引發學生學習動機與熱情的課程教學，讓學生願意投入並擔負起大部分的學習責任。在高中的自主學習時間中，鼓勵學生以執行素養導向的跨領域專題方式進行自主學習，於自主學習成果報告中紀錄學習歷程、成果及反思。學生於自主學習的經驗中，可以學習成為積極具創造力的探索者、反思的自我管理者、自我實現的行動者、及學習的統合者，最終成為終身學習者，符應教育4.0的願景。

中崙的老師人人心中對教育都懷有願景，晶晶將與老師們互動，了解彼此對中崙的期待，凝聚共識後，一起研擬方案，共同努力，打造一所培育領航未來的人才的學校。

教師會會長 朱安玲

回首學校草創迄今，學校特色的型塑，是一段隨著學校的成長、整體教育環境的變遷，而逐漸演進的故事。歷任校長則擔任了推動學校發展、型塑學校特色的關鍵角色。

中崙創校的第一任蘇明宗校長，以極大格局，為中崙設定雙語學校的特色。在近二十年前的公立高中，這實為開風氣之先。當時這一所全新的中學，所招聘的老師，均是以能以雙語授課，並能撰寫教學專業研究論文為選才標準。這一群優秀的老師，為中崙日後的發展奠定很好的基礎。

第二任潘正安校長於民國93年上任。考量當時公立學校雙語環境未臻成熟，而相較於其他歷史悠久的學校，中崙的這群年輕優秀的老師具備強大的創新能量以及資訊科技的應用能力，遂配合臺北市政府當時正在推動的智慧城市計畫，引進行動學習的環境建置，成為獲美國微軟公司認證的世界第一所未來學校。並在任內，確立學校成為以「科技、人文、創新」精神，資訊融入教學的領先學校。

民國100年上任的第三任校長謝念慈，對國際教育有獨到的看法與熱情。承繼中崙原來雙語的師資與能力，以全面推動國際教育實施為目標，傾注大量的資源，在校內逐年、漸進地大力推動國際教師資的整體培訓，並進而爭取國際教育實驗班的設立。在謝念慈校長任內，中崙高中確立以國際、資訊雙主軸的發展格局。

孫明峯校長為極受台北市教育局倚重的資訊教育專家，對國際教育亦有深厚的涉獵與關注。孫校長於103年接掌中崙高中，誠為帶領中崙邁向特色巔峰的不二人選。在孫校長任內，學校的國際教育社群、網路學校、酷課雲等的建置與應用，迭獲佳績，亦深受各方矚目。

然而，在108課綱甫上路的此刻，所有的高中，都投注無數的人力、數年的光陰，在全力發展課程。不論是全校性的課程地圖、校定必修、彈性課程、自主學習規劃，或教師個人的多元選修開設、全新的探究實

知識 = 力量



作、加深加廣選修的課程發展等等，都需要對課綱嫻熟、且對課程發展及教師社群領導有極大熱情的校長，來帶領學校邁向更新的階段。

在109年的此時，我們非常高興，將由劉晶晶校長接掌中崙高中。劉校長原任成功高中教務主任。在成功教務任內，她積極參與臺北市教務主任工作圈，為成功高中擘劃全新的課程發展，更因領導全市教務主任研修課程發展卓然有成，被推舉為教務主任工作圈召集人。以劉校長對課綱的熟稔、對課程發展領導的經驗，以及溫暖、有理想性的特質，恰是中崙高中面對新課綱最需要的領導人。我們相信，也期待，在劉校長的領導之下，中崙高中面對全新課程綱要的挑戰，能發展為更成熟、更全面的優質學校，成為學子夢想中的學園。

108學年度第十八屆家長會 高二副會長 陳孟華

走進中崙，擁抱幸福

教育是百年大計、國家競爭的磐石，也是國家強盛的基礎。教育的本質意味著：一棵樹搖動一棵樹，一朵雲推動一朵雲，一個靈魂喚醒一個靈魂。學校除了仰賴校長及全體教職員的努力外，更需要家長的支持與配合，使親師攜手合作，為孩子的學習創造三贏的局面。

孩子是上天賜給我們的產業，也是父母人生的明鏡，然而表現「愛」的方式，可以有各種樣貌，參與學校家長會志工服務就是其中之一。家長會是協助學校推動教育政策、鼓勵並關懷孩子品德培養、體格成長及整合家長資源共同協助學校經營、創造良好學習環境，並同時兼具校方與家長間溝通的橋樑。

兩年前因緣際會，我踏入了充滿活潑、多元學習的中崙高中，也很榮幸參與家長會志工的行列，開啟我全然不同的眼界。中崙高中擁有一群豁達大度、默默奉獻愛心且熱心公益的志工夥伴，全力支持並肯定學校優質教育及老師教學專業。校園裡隨處可見校長、主任親切的微笑、舒適偌大的教室裡不時傳出老師用心教學及孩子朗朗的讀書聲與笑聲，這種幸福的滋味，看似平凡卻歷久彌新。中崙的親師生更有服務助人、團結合作、和睦共享的心，因此舉辦任何活動，總是能夠集思廣益、盡心盡力，並且在別人的需要上，看見自己的責任，讓成長中的孩子，學習如何愛人和愛自己，這是中崙最美的風景所在。

投入志工就像走訪一段生命的旅程，在付出的過程中，可以看見不同的人生風景，也能聽見自己內心世界豐厚的聲音與重新找尋生命的驚喜與悸動。有愛的地方，就有希望，在詭譎多變、錙銖必較的現實社會裡，中崙高中家長會就像隱藏在城市喧擾中既舒心又溫馨的幸福莊園。大家因愛而相聚，彼此不爭名利、不計得失，為著共同目標互相扶持，火熱向前奔跑不困倦，我想幸福不是得到多少，而是計較得少，只要用心去領受，其實感動和幸福就在身邊。



ZLSH ZLSH

801班家長委員

張怡菁

村上春樹的隨筆中提到：
我自己選購衣褲，把洗

滌過的潔淨衣褲捲摺好，然後整齊地放在抽屜中，這是一種「小確幸」(微小而真確的幸福)。他又說：

「人生如果沒有小確幸，只不過是乾巴巴的沙漠而已」。意即生活中有些微不足道的

「小」事，充滿著意外的驚喜，讓人感到開心且幸福，有時還有碰觸心弦的感動，是生活中小小的也最簡單的快樂，也對人生感恩和珍惜。

一直以來，即使工作忙碌，自己也始終將重心圍繞在家庭上；還記得某年中秋節前夕，全家共識要開心烤肉，孩子們也滿心期待開好菜單，結果安親班老師急電通知，老三(弟弟)到班後狂拉肚子，請我們趕緊帶往醫院就診，火速放下手邊工作帶去急診，當時小手臂上吊著點滴的弟弟，還童言童語的說：

「吊完點滴，應該就可以回家了吧，我好想吃烤肉~」。結果天不從人願，檢查結果是金黃色葡萄球菌感染，需要住院治療幾天。哥哥姊姊知道後，不停抱怨：「都是弟弟害的，中秋節不能烤肉了！」，但二人同時又每天心懸病房中的弟弟有沒有好一點。到了中秋節當天，一直擔心沒烤肉會影響大家心情，沒想到三個孩子一整天說說笑笑非常開

心，似乎忘了有烤肉這件事，心中不自覺的滿滿感動與滿足~~生活中確實需要這樣微小而確切的幸福，而且就是這麼簡單！。這件事也著實讓全家人永遠忘不了，曾經有某年的中秋節，全家是一起在兒童病房度過的♥。

與中崙結下不解之緣，算算也即將邁入第十年了，一路擔任家代(家長委員)迄今，小小螺絲釘的我，有幸參與學校與家長會一些會議與活動，有時發想的意見或小點子，意外獲得眾人的青睞與支持，有時活動的協助，全程圓滿順遂~~是「小確幸」--最簡單的快樂。

在我們身邊，無論在什麼情況下，總有些幸福的事情發生；只要有感動，懂得珍惜，就會知道幸福在哪裡！許多許多時候，有些幸福是上天註定的，就是賴著你，而上天是公平的，人的一輩子差不多長短，有人偷、拐、搶、騙，極盡所能逃避現實，不去領受恩賜，也有些人花了一輩子的時間，只為了謹守著簡單的幸福。所以，趁我們還有感動的時候，盡情的幸福吧！



家長會秘書長 廖淑芬



我一向沒什麼雄心壯志，但遇到了懷抱著「沒有人做、我來做。該站出來就該站出來一些，格局就把它再想得更大我一些。」的美瑩會長。她熱情誠懇的邀約，希望能進入家長會為孩子做些事。在難以推辭的熱情下，讓我在離開職場、過著閒雲野鶴的快意日子多年之後，有重出江湖的感覺。

「一切為孩子，孩子為一切，為孩子一切」這句話就是這段時間我們在家長會做事的信念，如此地簡單清楚。

套句歐陽立中老師書裡的話「永遠別忘記眼裡有光，心裡有火的自己。夢想才該是我們人生的註解，平庸不是。」，因此我們為了給孩子其實也是為了給自己難得的回憶，絞盡腦汁辦了一場包高中活動，在當天我們和孩子一起擁有了記憶中的美好。

我想跟孩子說：

「做你自己，別活在別人的嘴裡」。不需要期待被肯定，也不要怕誰否定。別花上半輩子聽別人的建議，才發現最重要的是自己的決定，因為只要你想要，就可以「做自己」



All For Kids

All For Kids

All For Kids

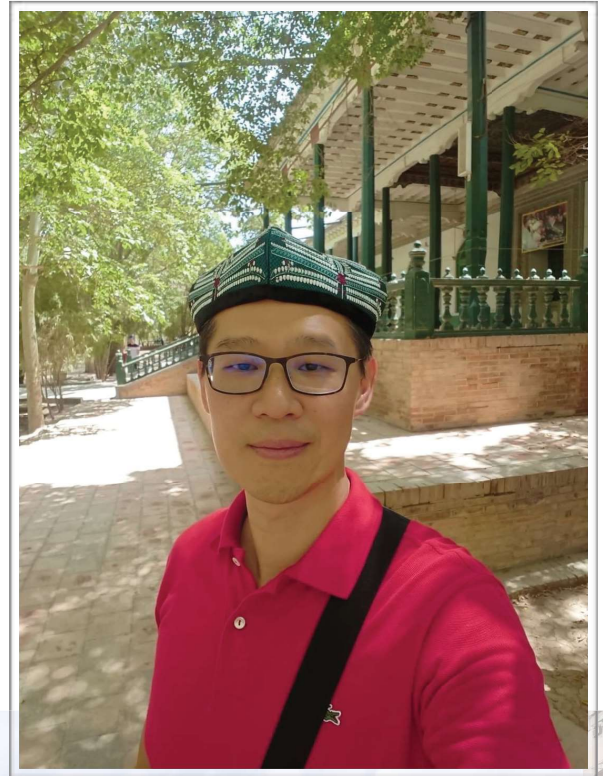


霸凌是甚麼？你應該知道的法律常識

家長會法律顧問 蔡宗隆律師

霸凌是英文Bullying的中文譯音，這是挪威學者Dan Olweus在1973年公開的研究結果中所提出的現象，而一般也認為這篇研究是世界上第1篇關於霸凌行為的科學研究報告。

根據Dan Olweus的研究報告，霸凌是指「在權力或力量不對等的情况下所為的長時間、重複的、積極的、而且具有強迫性的行為」(unwanted aggressive behavior that is repeated over time and involves an imbalance of power or strength)，至於國內關於校園霸凌的認知，也有認為是「一個學生長時間並重複地暴露於一個或多個學生主導的負面行為之下」的現象。



依照上面的研究，霸凌通常有幾個特徵(要件)：

1. 與男女性別沒有絕對的關係，但男性通常會以暴力方式進行霸凌，女性則常以言語社交方式進行霸凌
2. 雙方間有權力 / 力量上的差距，這些差距可能是個人的體型或力氣大小、也可能是知識智力上的差距、家庭背景或經濟實力上的差距、或是群體(多人)與個人間的差距
3. 非單次性的偶發行為，而是長時間、重複的發生，發生的態樣也不一定相同，有可能有時是體型上的霸凌，有時又轉為群體對個人的霸凌
4. 通常會以積極的方式強迫被害人接受或容忍

研究上顯示，學校中的霸凌，大概有關係霸凌(利用社交方式孤立被害人)、言語霸凌(言語上的攻擊，使被害人心理受創)、肢體霸凌(暴力相向，明顯而直接)、性霸凌(開黃腔、進行性攻擊或性侵犯)、反擊型霸凌(對於霸凌進行反制而造成的霸凌)、網路霸凌(關係霸凌、言語霸凌、性霸凌或反擊行霸凌的網路版)等6大類型。

如果您發現身邊的學生或是同學間出現了上述的霸凌特徵(要件)，也符合上述6種類型任何一種時，這些學生和同學間就很有可能已經產生了霸凌現象。

法律上，針對學生霸凌現象的指導原則，首見於「教育基本法」第8條第2項，內容是這樣寫的：

「學生之學習權、受教育權、身體自主權及人格發展權，國家應予保障，並使學生不受任何體罰及霸凌行為，造成身心之侵害。」

根據這個宣示性規定，教育部制定了「校園霸凌防制準則」，這是國內學校關於學生霸凌現象的具體處理依據。此外在性別平等教育法中，也另外針對性霸凌建立了處理依據(性別平等法第2條第5款)。

據筆者的粗淺認識，以上這3部法律，應該就是目前國內學校處理學生霸凌現象的法源依據，讓學校能夠據以判斷有無霸凌現象，並在確認有發生疑似霸凌情形時，知道應該如何通報、調查及處理。換句話說，學校的教職員以及學生，都可以參考這3部法律(特別是「校園霸凌防制準則」以及「性別平等法」)來判斷有無霸凌、以及如何面對及處理霸凌行為。

此外，不同的霸凌行為，可能會構成不同的法律責任。以刑事責任為例：

1. 關係霸凌、言語霸凌及網路霸凌這3種類型的霸凌，經常會構成刑法第309條的公然侮辱罪、刑法第310條的公然誹謗罪、或是刑法第305條的恐嚇罪。
2. 肢體霸凌，可能會構成刑法第277條的傷害罪、刑法第302條的剝奪他人行動自由罪、以及刑法第304條的強制罪。
3. 性霸凌，可能會構成刑法第309條的公然侮辱罪、刑法第310條的公然誹謗罪、以及刑法第221條以下的違反性自主罪。
4. 反擊型霸凌，依照反擊的類型，則可能會分別構成上述各種霸凌下的刑事責任。

就民事責任而言，因為霸凌而造成他人身體、財產等權利受損時，父母或監護人必須與加害人共同對被害人承擔民事賠償責任，其中也包含了精神慰撫金以及回復名譽的必要措施在內(參考民法第184條、第195條)。

上面提到的刑事責任和民事責任，雖然在個案中可能有不同的適用結果，但父母親和監護人幾乎都無法置身事外，校方對於霸凌事件也有一定的行政程序必須遵循，因此如果真的碰到了霸凌事件，除了查詢上述規定外，諮詢熟習此一領域的校園專家及法律專家，也能提供一定程度的指導和幫助。

除了大學之外，高中以下的同學都尚未成年，因此一旦發生霸凌現象，父母親(法定代理人)或未成年人之監護人都難辭責任，也應該要和同學一起面對、妥善處理，才是健康正確的因應方式。

108 學年度志工名單

江桂珍	江春李	江禮君	林秀玲	林怡伶	林麗文
于蓓華	邱奕焜	陳旻旻	陳怡蓉	陳碧玉	陳靜雯
李鴻良	周相妍	張小玲	張威力	張綾茵	周思偉
林麗敏	林麗雯	林蕙貞	林黎玲	洪珮真	沈佑蓉
枚玲	怡芬	星怡	宜錦	嘉渝	惠香
麗惠	廖仁興	蔣淑倩	何翠	洋爸	怡如
張碧倫	張麗玲	張永勳	馬幼辰	湯宜嘉	游聖哲
許秋菊	周淑美	周梅娜	陳孟華	陳雅慧	曾美玉
舒湘娥	郭玉林	郭寬盈	黃靜瑩	周竟羽	潘曉芬
廖淑芬	廖素芬	楊愛蓮	葉露琪	葉嘉璘	賴明娟
劉文川	劉芳孜	孫祥麟	劉亭郁	劉淑貞	蔡淑如
蔡淑倩	蔡武恭	蔡淑惠	蔡春芳	潘麗妃	歐美娟
謝惠卿	蘇榮泉	王云蘋	王淑娟	辛蓓霖	洪慈穗
吳聖誠	高崇芝	黃玉芬	吳念霓	黃柏菁	廖素娥
KEVIN KUO					

感謝志工夥伴們為中崙學子們的付出與奉獻

志工主要服務項目有：疫苗注射，健康檢查，
會考學測/指考考生服務，國高中包高中活動，畢業
典禮，校慶園遊會活動，學生入校額溫測量協助，
及其他臨時交辦活動

108學年度家長會委員及特別顧問名單

榮譽會長	李丕賓	榮譽會長	林婷婷	
榮譽會長	王偉平	榮譽會長	黃政達	
榮譽會長	吳沛宸	榮譽會長	王豐仁	
會長	黃美熒	高二委員	曾麗雯	(候補委員)
高三副會長	張富堯	高二委員	曾美玉	謝惠卿
高二副會長	陳孟華	高一委員	郭玉林	劉文川
高一副會長	張文川	高一委員	黃玲君	葉露琪
國八副會長	黃宏仁	高一委員	梁鈺軒	林怡芬
國七副會長	蔡武恭	國九委員	廖淑芬	李孟京
常務委員	吳念霓	國九委員	潘曉芬	廖仁興
常務委員	潘曉芬	國九委員	洪麗文	許瑋伶
常務委員	林蕙琪	國八委員	張怡菁	陳碧玉
高三委員	程繡惠	國八委員	竺時青	
高三委員	蘇榮泉	國八委員	林麗敏	
高三委員	于蓓華	國七委員	林秀玲	
		國七委員	邱奕焜	
資深特別顧問	蕭揚江	主任秘書	廖淑芬	
資深特別顧問	賴明娟	會計	廖素娥	
資深特別顧問	江春李	出納	張碧倫	
資深特別顧問	劉淑貞			

2020年9月10日

家長代表大會/委員會



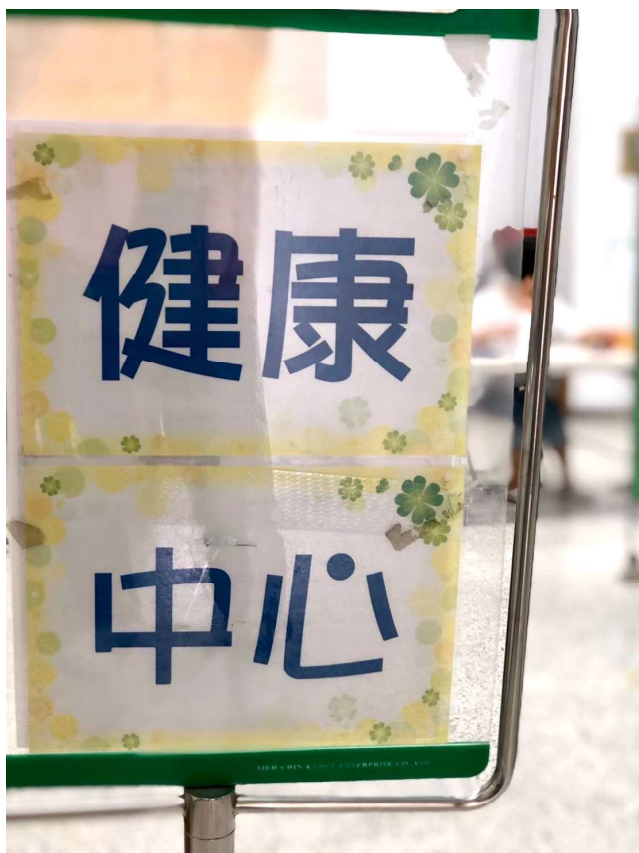
2020年9月10日

家長代表大會/委員會



2020年9月10日

流感/HPV疫苗注射



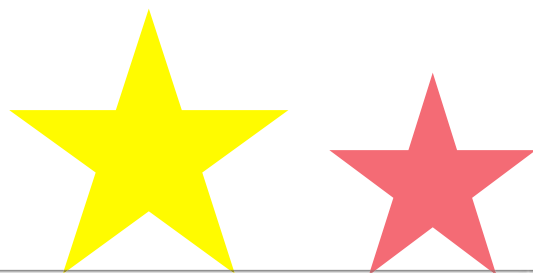
2020年9月10日

流感/HPV疫苗注射



2020年9月10日

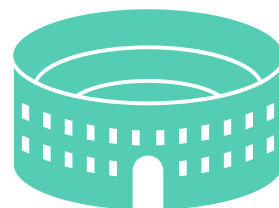
校慶活動



2019-11-09 11:09 上午
2019-11-09 11:09 下午

2020年9月10日

校慶活動



2020年9月10日

校慶活動



高三學測支援活動

109 學測考程表

日期	109/1/17(五)		109/1/18(六)	
上午	9:20 ~ 11:00	英文	9:20 ~ 11:00	數學
	12:50 ~ 14:10	國文 (選擇題)	12:50 ~ 14:20	國文 寫作
下午	15:00 ~ 16:50	社會	15:00 ~ 16:50	自然

中崙人加油!!
中崙人加油!! 中崙人加油!!







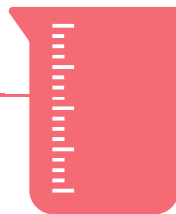
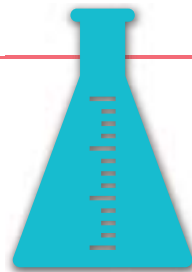
感謝美熒會長於疫情期間致贈全校所有班級超過 **60** 台乾洗手機，以及淑芬主秘所提供的次氯酸水製造機，更衷心感謝所有支援量測體溫工作的志工夥伴們





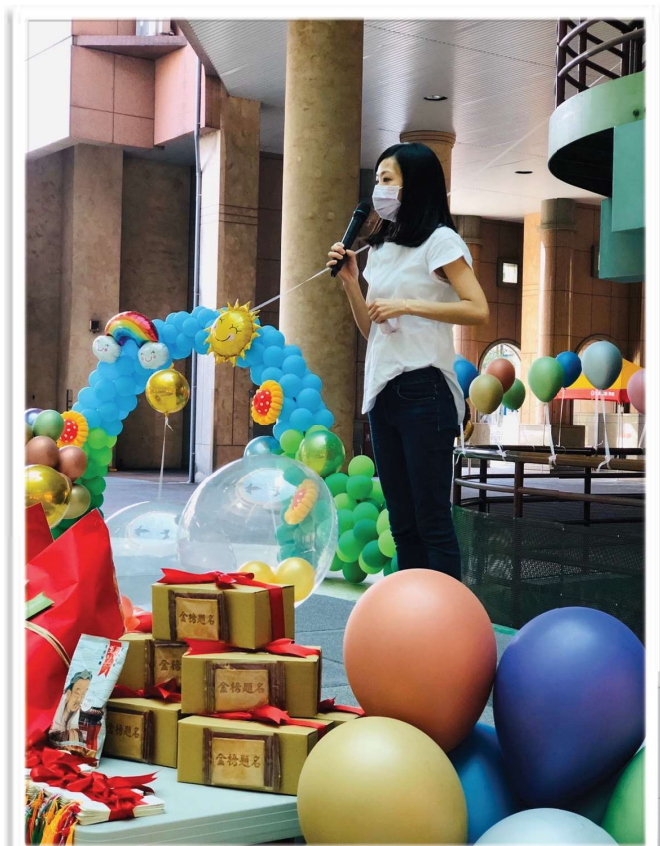
2020年9月10日

高三包高中活動





國九包高中活動



畢業典禮



高三包高中活動

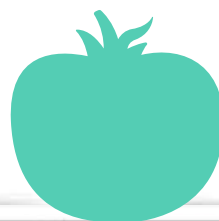
BEST WISHES



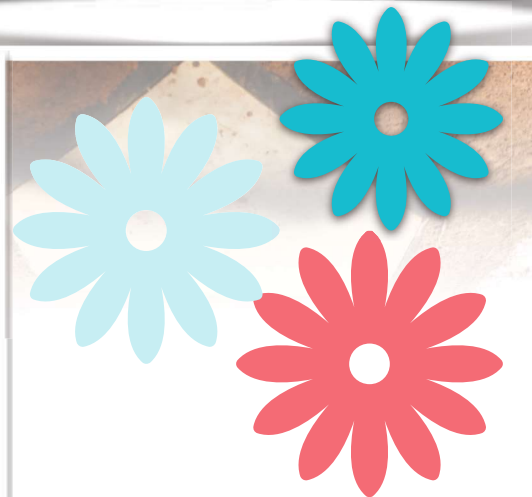
慈祐宮/文昌宮祈福活動



松山社大/家長會志工成長營



校長就任



轉眼間，三年匆匆過去，鳳凰花開，又到了離開的時節，如同鳳凰般展翅飛翔到屬於各自的天空。

還記得相遇的第一天，我們踏著不確定的步伐走進教室，每個人都互相打量彼此，空氣中散發著既尷尬又客氣的氛圍。有的人性子本身就是熟的快，很快便認識了不少同學，但卻也有人過了一個禮拜卻還是連句話都不敢跟別人說。一個禮拜的時間，我們認識了彼此，花了七天的時間，我記住了這群要陪伴我三年的戰友。

到了國八，我們早就已經是可以互相開玩笑的朋友，再也看不見一開始的客氣，盡情的放肆尖叫，一開始的氣質到最後都成了神經質。不過這一年，大家過的很艱辛，或許是大家都已經熟了起來，總是有些口無遮攔，導致了一些火花，不過這些小火花反而成就了現在的鳳凰。

國九，這一年的我們，似乎還沒有準備好接受會考的衝擊，大家的眼神滿是對會考的不在乎，老師的苦口婆心，到我們耳中都成了世上最難聽的樂曲，每句話都是惱人的噪音，直到倒數的一百天，我才逐漸感受到大家對考試的在乎。很快，會考殘酷的向我們襲來，在考試面前的我們如同一隻弱小無助的螻蛄在滾燙的熱鍋裡，拼死掙扎只會讓自己下沉的更快，唯有冷靜自若，才能迎來勝利的曙光。

結束會考的我們瞬間沒有了目標，沒有目標的旅人只能背著行囊盲目的往前走，雖然看上去歡快，心裡卻像是處在空蕩房間裡無所事事的人，沒有人明白自己需要什麼、想要什麼。在這段時間中，我們在黑暗中摸索著，努力探索自己的未來，可高中即將開始，面對新課綱的改革，我們的迷茫更勝從前。如何才能找到屬於自己的那條路呢？

在中崙的旅程，終究是告了一段落。我們暫別了這裡，雖然身走了，但記憶將永存，我們永遠會記得在這裡曾經陪伴我們的人們，那些曾經給予我們鼓勵，總是對我們不離不棄的師長們，還有這個溫暖的中崙大家庭。

陽光灑落，自校門的樹形公共藝術傾瀉而下，流淌於迎接學生的校門廣場。三三兩兩走進校園的學生，有的仍帶著惺忪睡眼，有的興奮之情滿溢於臉，有的則是掛著明顯的膽怯與不安。我便是其中之一，那天的情景，仍歷歷在目。

走進陌生的班級，印入眼簾的是一張張陌生的臉龐，或許是踏進新環境的不安感強行籠罩了我，也或許是尚未從與國小離別的惆悵中脫離，我在中崙的新生活開始得並不快樂。起初我總是懷念著過去，總想著不需太過投入眼前的生活。我在心中漸漸築起一道堅實的高牆，固執的隔絕著中崙的一切。

本以為會是以這樣的心情度過三年，然而事情有了轉變。漸漸地，我愛上了中崙大門倚靠著的柔和晚霞，愛上了陽光輕撫著中庭大樹的每片綠葉，愛上了大雨洗刷過中崙標誌後閃亮清新的景色，愛上了矗立在校園角落的公共藝術，更是愛上了這裡的人們。師長們與學生形同好友，對每個抬手打招呼的學生皆回予和藹的微笑，從不吝於給予學生稱讚，許多老師為班級無私奉獻、用心辦理活動、對學生的關懷不絕於耳，辛勤教導的背影甚是令我感動及尊敬。經過三年的相處，班上則愈來愈認同彼此，不約而同的歡笑、悲傷滑落的淚水、下課時間打鬧的嘻笑、肩並肩相互扶持的背影，逐漸充斥教室。雖有過許多的不愉快，但更多的是和樂的共同回憶。

這些點滴瓦解了我心中的那堵高牆，使我依戀起了中崙的一切，也成為我依依不捨的理由。隨著畢業將至，終有一天，於座位轉過頭看見的將不是熟悉的他，在走廊與之擦肩而過的再也不是熟稔的那幾人，在各處室熟悉的身影也將不復見。茫茫人海中，我們於中崙校園相遇，卻也將於此走上岔路。縱使我們於此的痕跡將逐漸被抹去，但那些美好的校園風景、溫暖的人們、攸關中崙的點滴，將會成為我心中珍貴的寶藏，永遠鮮明。

國中三年即將畫下句點，專屬於我十五歲的青春年華，用在中崙的點點滴滴寫下了一本書。我們每個人就像一枝枝筆頭蘸滿墨水的筆，各自揮灑，並連接了彼此的情節，創造了一頁頁的精彩，在書寫的過程中也拾獲了許多，使自己成長蛻變。

七年級懵懂、青澀的我，面對截然不同的陌生環境，雖然期待卻也感到一絲膽怯，老師及同學傳遞出的善意，讓我鼓起勇氣跨出自己設下的圈圈，讓許多的嘗試都成為最美好的體驗。同樂會時，舞藝並不精湛的我和同學一起表演了組曲，我很驚訝自己竟能突破自我，無畏他人眼光的探索自己的另一面。初生之犢的無懼，是我青春的第一頁。校慶時，我們很早就開始討論銷售物品及策略、分組準備與布置，過程中雖然偶有爭執，但大家都用心地做好自己該做的事，認真製作販賣的商品，賣力招攬客人，從中我學習到承擔責任，培養獨當一面、運籌帷幄的能力。

回憶起三年來的許多班際活動，如同開啟了任意門，回到當年感動的瞬間。直笛合奏、英語合唱、班際籃球、大隊接力、跳繩、游泳接力、樂樂棒球、隔宿露營，過程中的艱辛與摩擦不計其數，卻也因此讓大家的心漸漸地聯繫在一起，當我們獲得觀眾的掌聲與喝采，抑或是同享榮譽的當下，一切的辛苦似乎全都煙消雲散，即使有時沒有得到預期的成功，我卻拾獲了比名次更珍貴的寶物，是彼此全然的信任，是體會到團結的力量，更學習到如何做到過程無悔與笑看一切的淡然。

流轉了三年的中崙校園，溫暖，是我最深刻的感動。和志同道合的好友們度過的每一天，是我在中崙最愉悅的時光。一同在操場上奔馳，在室內籃球場中奮力躍起，靠在走廊的欄杆上笑語，在教室中三五成群地享受午餐，談天說地、分享美食，下課時的輕聲笑語抑或是喧囂打鬧，即使短暫，對我而言卻彌足珍貴，既放鬆又可以將上課時的疲累一掃而空，溫暖的友誼是日常中平實卻重要的存在。只是當友誼產生質變，情況也沒有如我期望的好轉，害怕、慌亂與孤單侵蝕著我的心靈，不敢去面對眼前的一切而選擇自我封閉時，是導師的陪伴、鼓勵與引導，讓我慢慢去了解自己在待人處事上的盲點，也讓我了解無須討好別人，活出美好的自己便能吸引同樣頻率的人。升上九年級，當我被考試壓得喘不過氣、被挫敗不斷打擊時，也是老師與朋友的打氣，讓我重拾面對壓力的勇氣。家長會精心設計的包高中活動，騰空飛升的氣球就像承載著我的夢想，讓我重燃為目標而奮鬥的決心。這一切的溫暖氛圍，是中崙最獨特的風景。

驀然回首，才驚覺在中崙的點點滴滴即將成為三年悲喜交雜的故事。當初懵懂無知的我們已然蛻變，很多事可以獨當一面，懂得迎向挑戰，不再是逃避，也慢慢懂得處世之道。想到即將邁出陽光灑落，為我們遮蔽風雨的圓心廣場，走向學習的另個階段，原本那些零散的片段記憶，突然像一片片拼圖般，在我腦海中拼出一個鮮明的樣子來，那是只屬於自己的拼圖，我小心翼翼珍藏的國中回憶。

依稀記得剛開學時，陽光燦爛地照耀在一個個新生的臉上，照耀在通往教室的長廊上，彷彿在宣告著希望滿溢的未來。有人神情緊張，左右張望，很是焦慮；有人嘻嘻鬧鬧，開心的和朋友打鬧著。而我則是神色自若，抱著愉快的心情，踏著輕鬆的步伐，細細觀察著我的新學校。在這屆新生裡，應該沒人比我熟悉這校園，中崙是哥哥的母校，每次哥哥有活動時，我總跟著他來湊熱鬧，校園的每個角落都有我駐足的軌跡，是幼時的我最喜歡的遊樂場，而今，我竟也踏入中崙，開啟我的故事。

和班上同學逐漸熟稔後，各式各樣的比賽接二連三地挑戰著團隊合作的默契、體力還有耐力，我們班是比賽的常勝軍，會考後的樂樂棒比賽，更為最後的國中生活，劃下一個完美的句點。平常上體育課時，總有人漫不經心，但實際上場比賽時，大家總是拚盡全力，在場上的人盡全力揮棒和防守，場外的同學則是聲嘶力竭地為選手們加油打氣。一路過關斬將，來到冠亞軍賽那天，艷陽高照，原本已經奄奄一息，無法支撐的我們，聽到場外的加油聲，立馬振作起來，最後氣勢如虹地奪下冠軍。在藍色的跑道上，大家通紅著臉一起歡呼、慶祝的感覺真的好棒，是個絕對美好又永恆的畫面。

三年來難免和同學發生爭執，謠言中傷，甚至被排擠，好友反目成仇都是曾發生的事，如今回首過去，當時的痛苦、不甘與挫敗，當時的執著與厭惡，似乎早已成為一個可以被談論的故事，也感謝過去那段歲月讓自己成長，更懂得換位思考。如今我們即將分道揚鑣，往後都會有各自的人生劇本，或者可以試著寬容彼此、試著諒解，就算還是沒辦法回到以前曾經的美好，也總比互相怨恨好得多。好的經驗與壞的經驗，最終都將成為生命中的養分，滋養著我們，使我們成長茁壯，讓我們在不久的未來，能變成一個更好的人。

如果思念可以化作風，這一道風，縈繞在這我再熟悉不過的校園，卻又難以捉摸，只能任將思緒吹去……去懷思、去追憶、去貪婪的擁抱那往昔的感動。

這輩子見過了幾個人、握過了幾次手、又對哪些人許下了允諾，這些事即使記得，也早已失去了輪廓，但為何？為何每當我憶起中崙的點滴、每當我翻腸攪肚，你可靠的身影、灑脫的笑容、與我一同追夢的誓約……是如此清晰？那年夏日，你隨著蟬鳴悄悄地竄入了，竄入了下課的閒暇、竄入了日常對話與吐息、竄入了青春。

夏季的熱氣，一路從褲管蒸騰，繚繞心房，彷彿夏日獨有的魔咒，將大家壟罩在慵懶之中。我躺在床上，徜徉在無所事事的美好之中，高掛頭頂的烈陽，給人一種時間用不完的錯覺，忘了今天是星期幾，連鬧鐘都睡到自然醒，漫長的時光讓人忘了去前進。眯著眼爬起床，意識迷濛，像是癱了腳的舞者般，踉蹌地走著。走到鏡前，用清水拍打、沖刷滿面的疲憊，卻有點兒莫名的期盼，盼望著熟悉的校園與教室，將漫畫夾入課本，敞開鐵門，任憑汗水在臉上賽跑。倉促的腳步踏在音符上飛行，副班長的視線也在同學之中穿梭，彷彿是在宣告死亡一般，在審判的終端，點上一個個舉足輕重的黑點，有幾個人在竊笑？有幾個人在嘆息呢？

太陽持續高升，風兒摘了把青草，推了隻蜜蜂，與青春的我們相擁，使在中崙的歲月，有了汗水也有了甘甜。風吹來，又吹過，像飛入生命的棒球，全壘打也好，三振也好，都無法挽留，只能任它繼續前進。為何美好的事物總是倏忽即逝呢？悲傷與挫敗於今日也顯得雲淡風輕？球飛了幾輪，終於甘願地落地，操場上的喧鬧也終於靜止，而屬於我們的一切美好與殘缺，都將永遠駐足在校園的每個角落，停留在每個人的心中。

隨著日運行一般，飯箱中竄出的煙，裊裊地升著，給牆面、黑板、粉筆覆上了一層薄薄的玻璃紙，好似闡述著你我的年少一般，美好，且漸行漸遠。筷子舞動著，你說，你我的年少，只剩一息尚存的炊煙；我說，你我的炊煙，還有無限飛升的空間，這不是終點，只是休息，鐘聲也附和著，提醒著我們，休息。不論是否入眠，大家都靜著，只剩，居諸不息。夕陽西沉，學子歸途，校門的鐵樹聳立著、眺望著，沉默的星辰絢麗……是啊，不論是明日，還是更遠更遠的將來，星辰、雕刻想必也會繼續閃耀、聳立吧，我知道，你也像星辰，當我孤單，抬頭，就能見著你的身影；而師長們也會像雕刻，當我迷惘，回首，就能看見依然守護的城牆。

你想起了嗎？那聲響徹室內球場的呼喊、那仰望著圓心穹頂廣闊的震撼、那年京華城光輝高聳的身影。你能想像嗎？離別之後，下課後的閒暇又該如何排解呢？

臺北市立中崙高級中學學生家長會108學年度活動記事

日 期	活動會議內容	出席代表
108年9月份	108學年度第一次家長代表大會	全體家長代表
108年10月份	108學年第1學期獎懲會議	陳孟華副會長、蔡武恭副會長
	108學年第1學期學校午餐供應委員會	陳孟華副會長、林秀玲委員、林麗敏委員、吳念寬委員
	新舊家長會人員交接	家長會工作人員
	108學年第1學期學生輔導工作委員會	黃美熒會長
	108學年第1學期家庭教育委員會	黃美熒會長、張富堯副會長、蔡武恭副會長、張雅婷委員
	108學年第1學期教育儲蓄專戶委員會	林麗敏委員、曾美玉委員、廖淑芬委員
	108學年第1學期教師評議委員會	黃美熒會長
	108學年第1學期高中部第1次課程發展委員會	張富堯副會長、張文川副會長、劉文川委員
	108學年度家長會「授證及感恩餐會」暨第一次家長委員會會議	黃美熒會長暨所有家長委員
	108學年第一次家長會常務委員會會議（校慶活動討論）	黃美熒會長暨所有常務委員
	支援學校子宮疫苗注射	蔡武恭副團長暨家長會志工
	108學年第1學期國中生涯發展教育工作委員會期初委	黃美熒會長
108年11月份	108學年第1學期國中部課發會暨非學校型態實驗教育	張怡菁委員
	108學年第4次性別平等委員會	黃美熒會長、張怡菁委員、蔡宗隆律師
	108學年第1學期國中部學生成績評量輔導小組委員會會議	張怡菁委員
	18周年校慶及募款活動	黃美熒會長暨家長會全體人員
	108學年高中部繁星推薦委員會第一次會議	陳孟華副會長
	108學年第1學期免試入學委員會會議	葉露琪委員、吳念寬委員、竺時青委員
	108學年第1學期第2次高中部課程發展委員會	張富堯副會長、張文川副會長、劉文川委員
	108學年第1學期第2次教育儲蓄戶管理小組會議	林麗敏委員、曾美玉委員、廖淑芬委員
	108學年第5次性別平等委員會	黃美熒會長、張怡菁委員、蔡宗隆律師
	校慶感恩卡製作及發送	潘曉芬委員、周竟羽秘書暨家長會秘書群
	崙生教師慶生聚會	黃美熒會長、張富堯副會長、陳孟華副會長、張文川副會長、黃宏仁副會長

	108學年第1學期高中部第3次課程發展委員會	張富堯副會長、張文川副會長、劉文川委員
108年12月份	108學年第1學期高中部第4次課程發展委員會	張富堯副會長、張文川副會長、劉文川委員
	108學年第1學期學生代辦收取委員會議	黃美熒會長、陳孟華副會長、吳念霓委員、潘曉芬委員
	支援全校流感疫苗注射	蔡武恭副團長暨家長會志工
	108學年第1學期第3次教育儲蓄戶管理小組會議	林麗敏委員、曾美玉委員、廖淑芬委員
	108學年第一學期高中部第6次課程發展委員會	張富堯副會長、張文川副會長、劉文川委員
	108學年第6次性別平等委員會	黃美熒會長、張怡菁委員、蔡宗隆律師
	108學年第一學期第5次學生獎懲會議	陳孟華副會長
	108學年第1學期高中部轉編班委員會第一次會議	張富堯副會長、張文川副會長、陳孟華副會長
109年1月份	108學年第二次家長會常務委員會議(高中包高中活動規劃)	黃美熒會長暨常務委員
	高三包高中活動	黃美熒會長暨家長會全體人員
	期末家長會志工餐敘	蔡武恭副團長
	校外教學招標會議	張文川副會長
	108學年度第1學期期末特教推行委員會	張雅婷特教委員、廖淑芬委員
	108學年第1學期國中生涯發展教育工作委員會期末委員	黃美熒會長
	中崙高中校園行動載具管理規範討論會	黃美熒會長
	108學年第1學期學生服儀委員會	陳孟華副會長、吳念霓委員
	108學年第7次性別平等委員會	黃美熒會長、張怡菁委員、蔡宗隆律師
	高中學測考生服務隊	黃美熒會長暨家長會志工
	108學年度第1學期第7次學生獎懲會議	陳孟華副會長
	108學年度第1學期期末校務會議	黃美熒會長
	學習歷程檔案系統工作會議	梁鈺軒委員
	武漢肺炎防疫工作啟動	黃美熒會長暨家長會成員及志工
109年2月份	市長視察數位中心	黃美熒會長
	高中繁星說明會議	陳孟華副會長
109年3月份	市長獎評選辦法會議	陳孟華副會長、黃宏仁副會長
	108學年教師評議委員會	黃美熒會長
	國中生生涯發展教育期初委員會議	黃美熒會長
	至彰化銀行開立冷氣收費帳戶	黃美熒會長、出納碧倫、秘書淑芬
	教科書管理費審查會議	陳孟華副會長
	教師評審委員會議	黃美熒會長
	高中部繁星推薦委員會議	陳孟華副會長

	學生輔導工作委員會會議	黃美熒會長
	年度地坪整修工程細部會議	黃美熒會長
	交通安全期初委員會會議	陳孟華副會長、蔡武恭副會長
	輔導工作暨家庭教育委員會會議	黃美熒會長、張富堯副會長、蔡武恭副會長、張雅婷委員
	高中部轉銜會議	陳孟華副會長
	108學年第二學期期初特教推行委員會	張雅婷特教委員、廖淑芬委員
	108學年第二學期第一次午餐供應委員會會議	陳孟華副會長、蔡武恭副會長、林麗敏委員、吳念霓委員
	校長遴選座談會	黃美熒會長
	國中暑輔協調會議暨第一次課發會	林麗敏委員
	霸凌防治因應小組會議	黃美熒會長、張富堯副會長、陳孟華副會長
	108學年第8次性別平等委員會	黃美熒會長、張怡菁委員、蔡宗隆律師
109年4月份	代收代辦委員會會議	黃美熒會長、陳孟華副會長、蔡武恭副會長、潘曉芬委員
	108學年第三次家長會常務委員會會議(國九包高中祈福活動討論)	黃美熒會長暨常務委員
	108學年第二學期學生學習歷程檔案工作會議	梁鈺軒委員
	青年教育與就業儲蓄帳戶方案執行小組會議	蔡武恭副會長
	108學年第9次性別平等委員會	黃美熒會長、張怡菁委員、蔡宗隆律師
	108學年第二學期第二次午餐供應委員會會議	陳孟華副會長、林秀玲委員、林麗敏委員、吳念霓委員
	國中部第二次課程發展委員會會議	張怡菁委員
	第一次畢業典禮籌備會議	黃美熒會長、張富堯副會長、潘曉芬委員
	準備國中「包高中活動」相關事宜	黃美熒會長暨家長會全體人員
109年5月份	108學年度第二學期第1次學生獎懲會議	陳孟華副會長
	第二次畢業典禮籌備會議	黃美熒會長、張富堯副會長、潘曉芬委員
	第二學期國中部學生成績評量輔導小組會議	張怡菁委員
	學生自主學習工作會議	黃玲君委員
	國中會考服務隊	黃美熒會長
	109學年度導師輪替第一次會議	蔡武恭副會長
	108學年度第二次家長代表大會(遴選校長個人說明會)	黃美熒會長暨家長會秘書群
	108學年度第三次家長代表大會(校長遴選事宜)	黃美熒會長暨家長會秘書群
	第十六屆畢業生第三次畢業典禮籌備會議	黃美熒會長及張富堯副會長及潘曉芬委員
109年6月份	國中部第三次課程發展委員會會議	張怡菁委員
	108學年第四次家長會常務委員會會議（親師同樂會舉辦方式討論）	黃美熒會長暨所有常務委員

	第一次高中課程發展委員會議	張富堯副會長、張文川副會長、劉文川委員
	高中部畢業典禮各類獎項暨傑出市長獎審查會議	陳孟華副會長
	國中生涯發展教育期末委員會	黃美熒會長
	108學年第10次性別平等委員會	黃美熒會長、張怡菁委員、蔡宗隆律師
	109學年免試入學直升入學工作委員會議	張文川副會長、曾美玉委員、洪麗文委員
	109學年免試入學優先登記入學工作委員會議	蔡武恭副會長
	高中部轉組暨編班委員會議第三次會議	張富堯副會長、張文川副會長、陳孟華副會長
	傑出市長獎及品行優良努力向學學生獎學金審查會議	陳孟華副會長
	教科書評選委員會議	竺時青委員、劉文川委員、黃玉芬委員
	期末交通安全委員會	陳孟華副會長、蔡武恭副會長
	108學年第五次家長會常務委員會議（學生肺部X光攝影費用支付討論）	黃美熒會長暨所有常務委員
	國九中崙點滴作文邀稿	黃美熒會長暨家長會秘書群
	畢業典禮活動準備工作	黃美熒會長暨家長會秘書群
	中崙高中校園行動載具管理規範討論會	黃美熒會長
	108學年第二學期期末特教推行委員會	張雅婷特教委員、廖淑芬委員
109年7月份	108學年度「專任運動教練委員會議第2次會議」	黃美熒會長
	全校肺結核X光譜篩作業	蔡武恭副團長暨家長會志工及秘書
	教師評審委員會議第8次會議	黃美熒會長
	108學年第11次性別平等委員會	黃美熒會長、張怡菁委員、蔡宗隆律師
	第二次高中課程發展委員會議	黃玉芬委員
	學生自主學習工作小組會議	黃玲君委員
	辦理108學年度親師同樂會	黃美熒會長暨家長會全體人員
	國高中導師輪替制會議	黃玉芬委員、蔡武恭副會長
109年8月份	新卸任校長交接典禮及茶會	黃美熒會長暨家長會全體人員
	教師評審委員會議第9次會議	黃美熒會長
	教師評審委員會議第10次會議	蔡武恭副會長
	「台北市家長校園繳費線上支付宣導、親子帳號申請及投票系統研習計畫」教育訓練	黃美熒會長、張碧倫出納、沈佑蓉秘書
	國中部新生編班委員會議	林秀玲委員
	協助109學年新生制服發放及繡學號作業	蔡武恭副團長暨家長會志工

中崙高中家長會

你相信什麼
你就能～
創造什麼



中崙家長會製

誠摯地感謝所有參與**108**學年度家長會事務的您，班級代表、委員、副會長們，以及總是默默守護中崙學子的志工好夥伴與辦公室值班秘書。熱心的人，不見得會出現在幕前，但我們知道，您一直守護著中崙；因為有您的信任與支持，得以成就中崙高中學生家長會，您就是中崙高中最強而有力的後盾！

家長會秉持著親師生共好、平衡、透明、圓滿等信念，在未來的日子，尚需要您的支持，注入一點點時間、一些些熱情，堆疊起來的將是學子們的共好回憶。

我們深信新的**109**學年度，在劉晶晶校長的領導，全體教師努力以及家長會所有伙伴全力支持，中崙高中必能更加向上邁進，延續台北市指標亮點學校的光芒。

108學年度學生家長會會長 黃美熒敬上