

# 宜特報

2022.02  
Vol. 10



國立宜蘭特殊教育學校

NATIONAL YI-LAN SPECIAL EDUCATION SCHOOL

發行人：柯建興

編輯委員：張智為、黃志欽、高藝真、俞舒涵

校址：宜蘭縣五結鄉國民中路22之20號

網址：www.isse.ilc.edu.tw

電話：(03)950-9788

傳真：(03)950-9868



宜特學校網站



宜特學校臉書

## / 本期收錄 /

P01 — 台南古都行高三畢業旅行

P02 — 家香暖暖聖誕情聖誕餐會

P03、04 — 冬山河歲末聖誕聯歡趣味競賽

P05、06 — 職場參訪活動

P07 — 「六年傳承，經驗成就」跨校教學社群計畫

P08 — 110學年度輔導知能研習暨園藝教師社群精進活動—新春花掛飾

P09、10 — 健康中心—CPR+AED





## 台南古都行高三畢業旅行

訓育衛生組  
張哲瑋組長

此次高三畢業班三天二夜的畢業旅行，共有13位學生、10位師長及4位家長參加，以古蹟、美食聞名全台的台南為主要目的區域，本次活動的地區有七股鹽山、安平古堡、四草隧道、奇美博物館、十鼓文化園區、新竹動物園等。

首先我們從宜蘭出發至七股鹽山，印入眼簾的是20公尺高的鹽山，導遊講解七股製鹽的歷史之後，帶領我們登七股鹽山，認識全台最大製鹽的所在與由來，雖然此地已不再製鹽，於是在地鹽田人家將剩餘的粗鹽集結成一座壯觀雪白的鹽山，讓全國人民可以來鹽山參觀。第二站到達號稱為迷你版台灣亞馬遜河的四草隧道搭船遊湖欣賞特有的紅樹林景觀，許多同學都是第一次坐在船上遊河，大家都紛紛驚呼好美好漂亮，拍了許多值得留念回憶的照片，之後我們去三級古蹟全台最古老的城堡安平古堡，導遊與同學們解釋古堡的歷史，我們一同參觀古堡後也到附近的台灣第一老街安平老街享用小吃美食。

第二天到達享譽國際的奇美博物館，除了在外面拍照之外，我們也去看館藏文物，導遊為我們學生講解每一樣文物的特色，在彷彿是歐洲宮廷的建築前拍了許多照片。下午我們去十鼓文化園區，裡面原來是廢棄的糖廠，十鼓將此園區再生，進駐演出，同學們除了可以看表演之外，也體驗打太鼓、走天空步道，撐蒿遊船。

第三天到新竹動物園，也是一個重生翻新的動物園，雖然園區不大動物不多，但可以近距離地看到熊、老虎、河馬等動物，學生觀察著動物們的一動一靜，讓同學驚呼聲連連。此外這次有4位家長也一同參與孩子學習階段最後的畢業旅行，為本次旅程中更添意義。

## 家香暖暖聖誕情聖誕餐會

訓育衛生組  
張哲瑋組長

如果您問宜特的學生，今年最期待或最想念什麼活動？除了校慶之外的第二個答案一定就是要去香格里拉飯店吃聖誕大餐！

又到來充滿喜悅、感恩的耶誕節前夕，在疫情狀況相對穩定之下，宜蘭特殊教育學校於12月24日與家樂福宜蘭店及冬山河香格里拉渡假飯店舉行聖誕餐會。老天爺也對孩子們特別地眷顧，給了我們一個溫暖的好天氣，上午我們在冬山河親水公園內舉行體育競賽，大家首先於戶外玩著趣味闖關活動，中午移動至冬山河香格里拉渡假飯店，感謝飯店全體同仁熱情招待全校師生享用聖誕大餐。另外，家樂福宜蘭店也為全校學生辦理圓夢愛心大募集，讓91名學生書寫心願卡，邀請熱心的民眾協助圓夢，成功募集聖誕禮物，讓每個收到最想要的禮物，學生開心在臉上、溫暖在心裡。

香格里拉冬山河渡假飯店張清來董事長及家樂福宜蘭店林美玲店長攜手合作之下，為宜蘭特教學校90位學生舉辦家鄉暖暖情聖誕餐會，已經邁入第七年。香格里拉冬山河渡假飯店招待宜蘭特教的學生到飯店用餐，更是超過10年持續不斷，這份回饋社會、關懷弱勢族群的精神，令人深感敬佩。家樂福宜蘭店耶誕圓夢計畫，為全校學生總共募集91份禮物，都是一些實用的生活用品，如：運動鞋、衣服、手錶、尿布，學生們今日在收到期待已久的禮物時，每個人臉上都洋溢著幸福、溫暖的笑容。



## 冬山河歲末聖誕聯歡趣味競賽

生教體育組  
謝振中組長



每次在思考班際體育競賽活動時，總是要考慮很多面向，如學生能力、交通、空間、天氣、無障礙設施、人力等，除了要到活動場地接洽場地使用相關事宜，也要和各處室溝通、協調，如交通車接送及公務車、各關卡的關主、機動人員的調配等，很感謝各處室同仁在每次舉辦活動時，都能全力相挺，讓學生們都很開心的渡過一天。

本次的班際體育競賽，歷年來都是與歲末聖誕聯歡活動結合，舉辦場地在冬山河。在與校內各體育委員討論活動內容時，因為活動場地空間很大，而提議可以讓學生體驗定向越野，除了可以讓學生們，在闖關過程中，可以欣賞冬山河的景點及設置的藝術品，委員們也都很同意這個想法，因此確定挑戰定向越野來做為這次班際體育競賽的活動。活動確定後，開始分頭進行策劃、畫地圖、製作拼圖等，思考可能會遇到的問題、困難，再想辦法解決，最後終於完成了整個活動的事前準備。在行前會議中，和全校同仁說明活動內容及流程，也聽取各位老師的意見後，

做了些微的修改，一切準備就緒，就等活動當天，看見學生們臉上的笑容了。天氣，是大家非常擔心的一個問題，也都想好雨備活動了，但是策劃了這麼久，還是希望能夠如期舉行。在活動前，連續幾天的天氣狀況都不好，原本擔心當天會下雨或場地泥濘，沒想到活動當天天氣超好，老天爺真的非常厚愛這些孩子。

活動中，各班老師帶領學生，依照地圖指示進行闖關，每個關卡都有適合高、中、低不同能力學生，老師和學生都很努力的共同完成各個關卡，還有學生全程用助行器闖關，真的很感動。過程中，太陽公公很賞臉，給了一個很大的太陽，學生們滿頭大汗，臉也被太陽晒的紅通通的，但是他們不放棄，臉上依然掛著笑容，並堅持完成每一個關卡中的任務，還會互相幫忙，共同完成任務。雖然過程辛苦，但是結果是美好的。最後很感謝各處室同仁的協助與幫忙，讓本次活動安全順利成功。



## 職場參訪活動

實習輔導組 游如芬組長



依據校內行事曆辦理本次的職場參訪活動，主要活動對象為校內高職部學生及家長，參與本次活動人數有27人(工作隊學生19人；家長3人；行政人員及老師5人)，計男生11人、女生16人。

活動內容：

### (一)參訪職場：家福股份有限公司宜蘭分公司

職場員工(本校畢業學生)：方資閔(畢業於103年)

林課長熱情的介紹資閔在家樂福的工作情形，資閔是推車手，他的工作不僅僅是到各處收集推車，還需留意客人與員工的安全，防疫期間，推車的把手也要先消毒後才能提供給客人使用，林課長特別跟同學說明，宜特心願卡的禮物已經全部募集完成。

### (二)參訪職場：台灣碗盤博物館

職場員工(本校畢業學生)：簡東柏(畢業於101年)

館長是東柏的父親，東柏見到老師及學弟妹來訪非常高興，直說要請大家喝咖啡，目前東柏在館中負責清潔打掃及擦拭的工作，也學會沖泡咖啡；陳宜伶執行長帶著大家參觀博物館，對於館中各式各樣的碗盤，陳執行長如數家珍，並指導同學完成扇子彩繪，讓大家體驗色彩搭配的美感。

### (三)參訪職場：芯園民宿

芯園民宿是宜特的優良愛心廠商

宜特曾有數位學生在此實習及就業，106學年我們有工作隊在此實習；芯園的工作非常多樣化，除了園藝、房務，還有餐飲等項目可以提供給學生實習的機會，管家詳細的介紹園區環境，並帶領大家完成檜木花的製作。

### 雇主講座-進入職場的正確心態與必要條件

管家特別安排一場雇主講座，為大家宣導進入職場的心態與條件，期待大家能了解職場對員工必備的基本需求，並和現場的家長交流提供就業資訊。

### (四)參訪職場：宜蘭縣餐飲推廣協會

職場員工(本校畢業學生)：楊舒婷(畢業於100年)、徐坤華、林昀靜(畢業於105年)

理事長熱情的接待大家，並一一介紹學長姐的工作內容，這裡的工作非常的單純，環境也很友善，因此家長對於工作內容的詢問度很高，理事長誇讚我們同學有禮貌、守規矩，如果家長支持度高，就具備工作能力的可能性。

感謝以上廠商，全力支援我們的活動，對於實習生或員工應注意、要求的態度與技能也能詳盡的說明，藉由本次的活動，讓參與的同學、家長、老師能更了解學生實習及就業將會面臨的事情，並透過家長與雇主直接的互動，使大家都能了解彼此的需求，提升學生在實習及就業安置上的助力。





## 「六年傳承，經驗成就」 跨校教學社群計畫

林曉恬老師

本學期均質化活動辦理：

- 由農園藝業師以相關專業知識授課，邀請鄰近國中端學校之學生入校體驗相關課程，並從中了解農園藝課程之學習內容。
- 由本校園藝社群教師赴國中端推廣及教導盆栽組合等課程，藉由專長之教師的協同教學活動，進行五感體驗的課程。
- 辦理3場宜蘭縣內的知能研習，除了增進教師專業課程的知識技能外，並能藉由製作成品的過程中促進自我的身心健康。
- 辦理職業教育體驗營，邀請宜蘭縣內國中端學生，入校參觀及進行各種課程的體驗，以利未來轉銜之安排。

## 110學年度輔導知能研習暨園藝 教師社群精進活動—新春花掛飾

園藝社群召集人  
黃妍慈老師

園藝教師社群在農曆年前舉辦了「新春花掛飾」研習，由通過「IFD基金會花藝設計基礎檢定考試」的鄧向老師來主講，介紹了「乾燥花」、「索拉花」、「不凋花」3種不同的花材，還有講解了花材的擺設技巧，同仁們聽完解說後，在寫了春字和福字的紅色畫布上擺設、黏貼花材及裝飾品，非常認真的完成一幅幅喜氣洋洋的新春花掛飾！

《認識花材》

「乾燥花」就是乾燥的花，是植物去除了水分的樣子，就稱作乾燥花，質地比較硬且脆弱，會隨著時間顏色漸漸變化為黃褐色，一般來說乾燥花可以保存一年～兩年以上。除了保存期長、不需要澆水照顧，獨特的灰霧、大地色調，及自然質樸的感覺，使它擁有不同於鮮花、永生花的獨特魅力。

「索拉花」又稱通草花，是用索拉樹的樹皮或通草人工製作而成，將植物處理過後，再組成各種花的形狀，簡單來說是木片／紙草做的花。常見的有牡丹、波斯菊、向日葵等花形，也有各種尺寸、顏色，便於花藝中的搭配應用。由於索拉花本身沒有味道，且會吸收精油再揮發至空氣中，因此具有擴香的功能。不過因為是自然揮發的擴香效果，所以聞起來比較像噴香水後淡淡的香味，也會慢慢消逝，如果想要味道持續，就再滴上精油即可。

「不凋花」又稱永生花、保鮮花、恆星花。將花朵經過脫水、脫色處理，再重新以食用色素、保存液上色、晾乾，以科學製程，使花朵打破了自然界的顏色限制，創造了各種色階，加工後的花施有防蟲技術，沒有花粉，所以不會有花粉或香味過敏的困擾。





# 健康中心—CPR+AED

護理師 陳佩君

本校原本預計於去年8月份舉辦全校教職同仁CPR+AED訓練測驗，因疫情關係由校長指示延至今年2月辦理，但臨時又因疫情升溫再次延期；因此先提供衛福部於去年4月份修訂心肺復甦術參考指引摘要及流程圖，給同仁們參閱，加強最新一版的急救資訊。

民眾版心肺復甦術參考指引摘要表

民眾版心肺復甦術參考指引摘要表				
衛生福利部於 110 年 4 月 23 日修訂				
對象		成人 ≥ 8 歲	兒童 1-8 歲	嬰兒(新生兒除外) < 1 歲
步驟/動作				
確認現場安全		確認環境不會危及施救者和患者的安全		
(叫)確認意識		無反應		
(叫)求救，打 119 請求援助，如果有 AED，設法取得 AED，進行去顫 <sup>2</sup> 聽從 119 執勤人員指示 如用手機打 119 求救，求援後開啟擴音模式		先打 119 求援	先打 119 求援 (只有一個人也沒有手機時，先進行五個循環的 CPR，再打 119 求援)	
CPR 步驟		確認呼吸狀況：沒有呼吸或幾乎沒有呼吸		
		C-A-B		
(C)胸部按壓 Compressions	按壓位置	胸部兩乳頭連線中央(胸骨下半段)		胸部兩乳頭連線中央之下
	用力壓	5 至 6 公分	至少胸廓前後徑 1/3 (約 5 公分)，勿超過 6 公分	至少胸廓前後徑 1/3(約 4 公分)
	快快壓	100 至 120 次/分鐘		
	胸回彈	確保每次按壓後完全回彈		
	莫中斷	儘量避免中斷，中斷時間不超過 10 秒		
	若施救者不操作人工呼吸，則持續作胸部按壓			
(A)呼吸道 Airway		壓額提下巴		
(B)呼吸 Breaths		吹兩口氣，每口氣 1 秒鐘，可見胸部起伏		
按壓與吹氣比率		30:2 (兒童和嬰兒 2 名以上的施救者 15:2)		
		重複 30:2 之胸部按壓與人工呼吸 直到患者開始有動作或有正常呼吸或救護人員到達為止		
<sup>2</sup> (D)去顫 Defibrillation		儘快取得 AED		
		使用成人 AED 及電擊貼片	優先使用兒童 AED 及電擊貼片；如果沒有，則使用成人 AED 及電擊貼片	如果沒有可以使用手動電擊器的救護人員，則使用兒童 AED 及電擊貼片；如果仍沒有，則使用成人 AED 及電擊貼片

另外本校於今年1月1日於健康怡然館，新安裝一台AED，提供緊急時可就近使用。(另附照片)

AED(自動體外心臟去顫器)，顧名思義可以自動判斷特定的心律不整，並且給予去顫電擊，使正在處於不正常搏動的心臟經由電流刺激來導正，並於電擊完後立刻配合CPR急救，來恢復正常的心跳和脈搏，用來急救瀕臨猝死的病患。但AED並不會對偵測不到心律、心電圖呈水平直線的傷者作出電擊，因此去顫器並非用電擊讓傷患恢復心跳；或是心臟仍然呈現有電氣活動或有收縮的狀態，這些情況下AED在自動偵測後，都不會給予任何電擊急救的建議。AED雖然被稱為「傻瓜電擊器」，實際上卻很聰明，全程皆會自動判讀及語音與圖示指導，只要遵照指示正確使用即可。



## 台灣民眾 CPR + AED 成人完整版流程圖

