



# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

## 活動預報

- 10/01(六)~31(一) 全校不定期複合式防災演練
- 10/05(三)~10/07(五) 高三及國三年段埠外教學金門遊
- 10/11(二) 適應體育工作坊
- 10/18(二)~11/4(五) 三週水中體驗暨水療活動
- 10/25(二)~26(三) 國中身心障礙畢業生轉銜參訪本校

## 成果畫報

- 宜特慶中秋.....P 1
- 高一新生活的序幕.....P 3
- 宜特防災地圖.....P 6
- 中秋手做月餅.....P 8
- 特教孩子的好朋友.....P 10
- 為特教學生全時投入.....P 12

## 教學趣報

### 很有個性的 103 班向前衝吧! .....P15

我們是 105 學年度剛入學的 103 班，和國中不一樣的環境、同學，讓我們覺得一切很新奇，但是也體認到上高職部了，要再長大、懂事一點了。老師們和助理姐姐都要我們主動做事、最好都自己來做，就是要為畢業後的生活做準備，雖然有一點不適應，但請給我們一點時間學習，改正自己的壞習慣，樂觀開朗.....。

## 品德馨報

### 品德專題-友善.....P15

一家信譽良好的大花店以高薪聘請一位售花小姐，招聘廣告張貼出去後，前來應聘的人如過江之鯽。經過幾番口試，老闆留下了三位女孩讓她們每人經營花店一週，以便從中挑選一人。這三個女孩長得如花一樣美麗，一個曾經在花店插過花、賣過花，一人是花藝學校的應屆畢業生，餘下一人.....。

## 愛的報報

### 感恩 8~9 月份捐助：

- (1) 溫清華牙醫師 \$4,980 元
- (2) 李中庸牙醫師 \$4,980 元
- (3) 陳印沅先生 \$10,000 元
- (4) 宜蘭縣蘭陽後備憲兵協會 \$12,000 元
- (5) 羅東東區扶輪社 \$32,000 元



宜蘭特殊教育學校



# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

月圓人團圓

訓衛組長 章金德

## 宜特慶中秋

一年一度的中秋節又到來，所謂：「月圓人團圓」，中秋佳節不免就是要團員烤烤肉、吃柚子及月餅，今年中秋節有別於以往，沒有用烤肉來迎接中秋，改為全校師生一起動作做月餅。

在此要先感謝慧妮老師的幫忙，花了很多時間前置作業，為的就是當天的流程可以順暢，更讓大家可以嚐到美味的創意月餅。此外，當天除了老師外，包括主任及校長都挽起衣袖一起投入做月餅的行列，這一幕看起來格外溫馨。



本次的創意月餅分為素食跟葷食，並且結合在地名產金棗及綠豆沙餡來做主要的內餡，葷食主要以鹹蛋黃及鴛鴦餡做結合。師長帶領著學生一步步地完成月餅製作，不僅對學生是一種新的學習，對老師們也是不同的體驗。製作後，由烘焙組的建樺及芊儀同學協助送到烤箱內；半個小時後，月餅終於出爐了，師長們快速的把月餅分裝到盒子裡，讓大家可以品嚐到新鮮的月餅外，更增添了許多中秋氣息。



# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

宜特慶中秋

訓衛組長 章金德



在等待烤月餅的同時，我們也準備了在地美食包心粉圓，讓各年段烹煮，當初會想要煮包心粉圓，係因為外型很像月亮，因此在中秋節佳節時作為應景的食物，當天看大家吃得津津有味，真的超開心超感動的。

吃美食同時當然要安排餘興節目——本屆新生出現了一位歌王，毓乾以一首「燃燒吧火鳥」震懾全場，活潑且動人的舞步，還會 CUE 大家一起跟著他跳舞，逗得師長們哈哈大笑，為本次的活動加了不少分數，也期待下次可以聽到毓乾的新歌；而台語掛的承佑，也為大家獻唱了兩首台語歌，師長們我發現他唱的台語歌都是七、八〇年代的老歌，超佩服的。

最後要感謝各位師長及同學的協助，得以讓這次的中秋節活動圓滿完成，也祝福大家佳節愉快。





# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

高一新生活

專任教師 林曉恬

## 高一新生活的序幕

就由阿德這張帥氣臉龐來揭開一連串高一新生活的序幕吧～請看我們這一個月所經歷過的挑戰～～為何說是挑戰呢？因為我們這群小高一讓所有老師經歷非常多的挑戰……就不多說了～哈請看～



挑戰一：  
新生健康檢查





# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

高一新生活

專任教師 林曉恬



挑戰二：  
中秋節蛋黃酥挑戰



挑戰三：  
絞盡腦汁讓學生喜歡上學

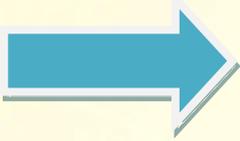


國立宜蘭特殊教育學校



# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30



挑戰四：  
學生到底看不看得到  
之配眼鏡挑戰



挑戰五：  
戰戰兢兢的頭城農場校外教學

經歷許多的挑戰～  
其實小高一們仍有燦爛的笑容啊～



未完～待續





# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

防災地圖

技佐 李其襄

## 宜特防災地圖

今年新版的防災避難逃生地圖及防災宣導海報，疏散地圖將張貼於各樓層的樓梯側引導逃生方向，新版地圖主題分為地震以及淹水兩大類：發生地震時，最終集合地點為一樓校外草皮區；發生淹水或海嘯時，最終集合地點為三樓的韻律教室。新版地圖搭配牆壁上張貼的反光逃生標誌，淺顯易懂，當狀況發生時，可以讓處於校園各處的逃生者迅速反應，並且疏散集合。



國立宜蘭特殊教育學校



# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

防災地圖

技佐 李其襄



三樓韻律教室將布置為防災教室，平時可當作防災教學空間，外牆將張貼防災宣導海報，如「地震避難掩護三要領：蹲下、找掩護、抓住桌腳」，「遵守不語、不跑、不推三不原則」，方便導師教學，當校園發生淹水或海嘯時，韻律教室定位為最終集合地點，教室內部的房間會擺放防災相關物品，例如防災頭套、防寒毯、防潮墊等物資，在等待外界救援時，學生也能獲得很好的照顧。

## 防災宣導海報

**地震防災宣導標語**

聽從導師避桌下，  
順序離室到空地。

震後電梯勿搭乘，  
上下樓梯要小心。

室外行走停看聽，  
慎防墜物保安全。

勿搭電梯

小心掉落物

準備緊急逃生包

放置可拿到的地方。

保持冷靜  
聽從指示疏散

保護自己

災害逃生  
重要小撇步

小心掉落物

不可搭電梯

善用滅火器

關閉火源

國立宜蘭特殊教育學校



# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

中秋手做月餅

專任教師 林慧妮



## 月圓人圓慶中秋

月餅象徵團圓，是中秋祭月和拜土地公的必備祭品，中國人相信祈求月神的保佑，可以使全家團圓吉祥，因此中秋節祭拜時要用月餅，以祈求「月圓人圓」。除了月餅，中秋節我們也吃柚子，因為「柚」與「佑」諧音，也是希望月亮護佑的意思。

往年在中秋節前夕，學校都會為學生們舉行烤肉活動，今年則希望學生藉由手做月餅的過程，更能體會節慶習俗的樂趣和意義。一大早，學校的志工—高奶奶和培利與靜文主任、如芬組長、佳惠治療師和喬玫治療師，在烘焙教室為「中秋手做月餅」製作月餅油皮，再分送到餐廳各班桌上。接下來的步驟就讓孩子們大顯身手了；在慧妮老師的解說下，師生們專注的攪拌月餅油酥、秤量內餡；內餡中還包著宜蘭名產「蜜金棗」。接著便是油皮和油酥的分割秤重；看著同學們摩拳擦掌的將所有食材搓圓的愉快神情，相信加了「合作」與「歡樂」調味劑的金棗月餅，一定特別美味。美味月餅的製作步驟一點兒都不簡單；接下來同學們還得把一個個油皮包覆一個個油酥、經過兩次輕柔的桿捲、小心的包餡，再將完成的月餅刷上蛋黃液，灑點芝麻裝飾，最後送入烤箱，等待香噴噴的月餅出爐，才算大功告成！

今年的中秋節活動在歡愉溫馨的氣氛下，全校師生手做月餅慶中秋活動——一起製作可口的中秋月餅，互道中秋快樂，為孩子們留下美好難忘的回憶！



國立宜蘭特殊教育學校



製作月餅的油酥



分割、秤量油皮要精準



# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

中秋手做月餅

專任教師 林慧妮



輕柔的桿捲



包餡、刷上蛋黃液



手工月餅完成了，耶！



國立宜蘭特殊教育學校



# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

特教孩子的好朋友

替代役 邱于倫

## 我的役男生活

2015年9月7日，我在五結天氣晴。這一天，是我即將進入服勤單位-國立宜蘭特殊教育學校的第一天，也是我接下來必須待大約307天的地方，如果這地方沒有因為我半夜煮消夜而燒了的話。大概時間咻~一下就過了，轉眼間我就要退伍了，即將為我的役男生活畫下句點。噢！這時間跳得也太快了吧！其實，這就是我內心的深刻感受，彷彿從踏入學校那一天到現在，就像是閱讀五行文字般簡短。這段日子雖然短，但是包含的開心、感觸、辛苦、收穫，太多、太多。

### ● 唐寶寶

曾經，唐寶寶在我眼裡是那樣的溫和，是愛撒嬌的小天使；而在宜特，我充分見識到唐寶寶狡詐、固執、調皮的一面，當然，小天使這一點並沒有改變。

### ● 自閉症的孩子

自閉症的孩子大概是讓我最受挫折的學生了，「罵，對不起，勸」等方法，都不聽；講道理，讓孩子站在你面前，看你五分鐘不恍神都困難，還是省省口水吧！



### ● 不能自理但認知不錯的孩子

不能自理但認知不錯的孩子，也曾經讓我受挫，一句句：「哥哥，為什麼阿嬤說，我沒有用，哥哥我好想走路，可是為什麼我的腳都不會動。」那些話語氣雖輕，卻曾壓的我心情好沉重。

### ● 沒有認知或認知較低的腦麻孩子

沒有認知或認知較低的腦麻孩子是最需要照顧的，但是他們開心就笑，難過就哭，也是他們最可愛的地方。





# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

特教孩子的好朋友

替代役 邱于倫

在這裡，還有許多許多很有個性的孩子，每一個我都想去跟他們當好朋友，我也相信後來確實成為了他們的好朋友了。送他們畢業，他們沒有太多的眼淚，因為大概一半以上的人，都還沒有意識到這代表著什麼；或許家長難過的比例，還要更多一點。但對於我們這些照顧者而言，確實有一些心裡的觸動，不論調皮的、頑劣的、吵鬧的，到最後也只懷念他們可愛的一面。經過這一年，我幫助了孩子，卻也使喜歡孩子的我，更喜歡孩子了。



如今，輪到我從這一間學校離開了，我在這裡受到的照顧，遠遠的大過我的付出。沒有宜特沒有大家，我的服役生活不會這麼精采快樂，服役是給自己最好的沉澱，我很開心自己當初放棄了複檢，提前退伍，在宜特，許多師長給我建議，也給我許多不同的看法，現在的我，不再是畢業時的徬徨，我已經做好準備去面對未來挑戰。

2016年7月14日，五結天氣晴朗。役男邱于倫，下台一鞠躬。





# 宜特報

第 0084 期 105.09.30

為特教學生全時投入  
替代役 黃煜庭

## 幸福宜特服役生活

我叫黃煜庭，今年 23 歲，現職國立宜蘭特殊教育學校(以下簡稱宜特)擔任教育替代役，屬於特殊專長資格到校服役役男，跟一般學校不太一樣。畢業於國立體育大學適應體育學系，何謂適應體育?適應體育主要是教導身心障礙學生體育運動課程，依各個學生的能力，做出調整與修正，能讓每個學生都能參與各個不同的體育活動。在大學時期有參加學校的棒球社團，對於棒球運動非常熱衷，也曾經幫忙宜蘭舉辦的不老節棒球活動擔任志工，也希望能讓學校的學生感受到對棒球的熱情。小時候我的身形就屬於比較嬌小，但到了國中突然長高了很多，所以在學校就有個綽號，跟歌手費玉清一樣，叫做「小哥」，我喜歡這樣的稱呼，比較親切。

在特殊教育學校服役需要入班協助，輔助職前教育，跟一般學校的替代役不一樣，學生比較需要照顧，學校各個不同的障礙類別的學生都有，所以必須了解每個學生的狀況和習性，才能預測每一位學生的需求。

我的服役生活，每天早上七點半從校門口接學生進入教室，每一堂課入班照顧協助，中午幫忙學生餵飯、刷牙盥洗上廁所……等工作。上課時間協助引導學生上廁所，幫忙一些行動不便的學生換尿布等……。當你付出愛心，這些學生呈現特別需要幫忙的臉色似的，很喜歡跟我在一起，這種感覺非常好，覺得這些學生很需要我。



剛來到宜蘭特教的時候很不習慣，從未做這種工作。剛開始不了解學生的狀況，很多狀況都會發生，例如餵飯時被學生吐的整身、換尿布被排泄物弄的整身、有時候學生情緒不穩，還會被情緒障礙學生攻擊，其實心裡很煩悶，思考來宜特要幹嘛?但看到每個老師都很忙碌，為了這些學生全時投入，我被感染了，無私地付出奉獻。



# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

服役三個月左右，漸漸習慣學校的生活及環境，與很多師長漸漸有默契，了解各個不同學生的想法，覺得自己越來越進入狀況，覺得很開心，也覺得很有成就感，這裡的學生有各個障礙類別，功能好的(高功能)的，功能比較不好的(低功能)，主要是如何了解這個學生的特性，讓學生能信服你。

這幾個月我從學校的師長及自己的觀察學習很多照顧方法，從原本的陌生到後來的了解，這些經驗對我未來的發展會有很大的收穫及幫助，特別是在服役生涯，非常深刻的回憶。

其實特教學校的智能障礙學生很單純，你跟他們說明，需做什麼，他們就會去做，不會耍小聰明、或抗議不去做，是非常很溫馨的地方，另外在課程方面覺得很有趣：

- ◆學校與校外飯店合作，高功能的學生到校外實習，到飯店做清潔打掃工作。
- ◆烘焙及洗車的課程，對學生而言，未來直接進入職場上，有很大的幫助。
- ◆藉由在校外實習，讓這些學生訓練自理生活的功能。

在學校看到特殊教育學校目標，其中有一點，發現很有意義，就是增進學生獨立及職業生活適應能力，以前的刻板印象就是這些學生需要照顧，但我們錯了，我們不能小看這些學生，這些學生的能力其實不輸我們，特教學生還是有工作自理的能力，其實他們都是了解我們傳達的訊息，我們不該用異樣的眼光看待他們。



在宜蘭特教我學到了很多平常學不到的人事物，我很感謝學校校長、主任、老師、職員工……等，謝謝各位師長的照顧，讓我這一年了解更多不同學生的特性，也讓我更深刻的體會特教學校的學生，都像是天上的天使般，讓人覺得很溫馨、很可愛，雖然只是短短的一年生活，但卻讓我在未來的人生旅程，有著很大的幫助，讓我更有動力前往人生的下一個旅程，也在我的生命中有著很棒及很美好的回憶。

# 宜特報報

第 0084 期 105.09.30

## 新學期新班級 很有個性的 103 班向前衝吧!

我們是 105 學年度剛入學的 103 班，和國中不一樣的環境、同學，讓我們覺得一切很新奇，但是也體認到上高職部了，要再長大、懂事一點了。老師們和助理姐姐都要我們主動做事、最好都自己來做，就是要為畢業後的生活做準備，雖然有一點不適應，但請給我們一點時間學習，改正自己的壞習慣，樂觀開朗的接受挑戰，請等著我們，我們要向前衝囉!

**莊雨涵**



開朗、善良的女孩，有時多愁善感，有時又開懷大笑，是班上的開心果!

**程子恩**



貼心、溫暖的男孩，要多培養自信及勇氣，將來畢業要去工作，幫媽媽一起分擔家計。

**林詩倩**



常常與人打招呼，而且看起來都笑咪咪的，對同學非常友善，是一位甜美系女孩。

**徐國斌**



笑眼向彎月一樣，給人如沐春風的感覺，動作優雅謹慎，動作速度加快是他現在的目標。

**林書德**



耍寶可愛的代表，是班上的開心果，上高職部了要再長大的些囉!

**李雅雯**



愛清潔、懂禮貌的開朗少女，因為有穿矯正鞋墊，走路要特別小心，請大家多多關注幫忙喔!

**李宏怡**



帥氣穩重的男孩，懂事知分寸，主動照顧班上同學，學校生活還在適應，請多多指教!

**游劉勇**



慢慢學習照顧自己的劉勇，有一些好習慣要建立，請大家給他一些時間學習喔!

**林鳳騰**



靜如處子、動如脫兔，上高職部後要學習如何穩定好配合，以後讓家人好照顧

**許博翔**



頭髮捲度很像有燙過多人稱讚的博翔，要開始學習生活照顧和職業技能，希望未來能找到穩定的工作。

國立宜蘭特殊教育學校



# 宜特報報

第0084期 105.09.30

鮮花送人，餘香留己

專任教師 莊登州

## 品德專題-友善

一家信譽良好的大花店以高薪聘請一位售花小姐，招聘廣告張貼出去後，前來應聘的人如過江之鯽。經過幾番口試，老闆留下了三位女孩讓她們每人經營花店一週，以便從中挑選一人。這三個女孩長得如花一樣美麗，一個曾經在花店插過花、賣過花，一人是花藝學校的應屆畢業生，餘下一人只是一個待業青年。



插過花的女孩一聽老闆要讓她們以一週的成績為應聘，心中竊喜，畢竟插花、賣花對她來說是駕輕就熟。每次一見顧客進來，她就不停地介紹各類花的象徵意義，以及給什麼樣的人送什麼樣的花，幾乎每一個人進花店，她能說得讓人買走一束花或一籃花，一週下來，她的成績不錯。第二位花藝女生經營花店，

她充分發揮從書本上學到的知識，從插花的藝術到插花的成本，精心琢磨，她甚至聯想到把一些斷枝的花朵用牙籤連接花枝夾在鮮花中，用以降低成本……，她的知識和她的聰明，為她一週的鮮花經營也帶來了不錯的成績。待業女青年經營起花店，則有點放不開手腳，然而她置身於花叢中的微笑簡直就是一朵花，她的心情也如花一樣美麗。一些殘花她捨不得扔掉，總是修剪修剪，免費送給路邊行走的小學生，而且每一個從她手中買去花的人，能得到她一句甜甜的軟語「鮮花送人，餘香留己。」這聽起來既像女孩為自己說的，又像是為花店講的，也像為買花人講的，簡直是一句心靈默契的心話……。

儘管女孩努力地珍惜著她一週的經營時間，但她的成績比前兩個女孩相差很大。出人意料的是，老闆竟然留下那個待業女孩。人們不解：「為何老闆放棄能為他賺錢的女孩，而偏偏選中這個外行的待業女孩？」老闆說：「用鮮花賺再多的錢也只是有限的，用如花的心情去賺錢才是無限的。花藝可以慢慢學，可如花的心情不是學來的，因為這裡面包含著一個人的氣質、品德以及情趣愛好、藝術修養……。」

**人生悟語：「我看青山多嫵媚，青山見我應如是」，你對生活友好，生活也將對你報以微笑。**

