



宜特報報

第 0086 期 105.11.25

活動預報

- 11/27(日) 文康活動-礁溪甲蟲斯林生態館參觀、不老步道健行活動
- 11/29(二) 職場參訪
- 12/13(二) 教師輔導知能研習
- 12/20(二) 機構參訪
- 12/21(三) 宜蘭大學生命教育融入課程
- 12/23(五) 香格里拉暨家樂福感恩餐會

成果畫報

- 宜特歡慶十九.....P1
- 感謝有您.....P3
- 溫馨聖誕情.....P4
- 做中學-園藝初體驗.....P5
- 照顧身障者的新選擇.....P6
- 淺談身心障礙者職務再設計.....P7
- 英文詞彙與聽力能力大賽.....P8
- 健康存摺系統.....P9
- 特教人活力成長營-活動集錦.....P11

教學趣報

頭城農場進學禮P14

這次的國三班，有著六位剛升國中的新生，將一起渡過三年的求學生涯。今年的進學禮，我們來到了頭城農場，在這廣大的農場裡，有著許多的事物等著我們來探索，也象徵著國中新環境學習的到來。大家集合後，我們先學習了交通安全知識，接著就是一連串的體驗課程了。製作"草仔粿"、練習衛生與飲食知識、製作盆栽.....。

品德馨報

品德專題-合作.....P15

北方的候鳥到了冬季都要飛往南方避寒。大家應該有發現，很少有落單的候鳥，牠們總是一群一群的南飛，在天空中形成一道壯麗的行列式。牠們為什麼一定要成群結隊的飛行呢？因為他們結隊而飛，揮動翅膀所產生的氣流，能產生一股龐大的推力和浮力，使得候鳥們能借力使力.....。

愛的報報

感恩 11 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) 林詩妮牙醫師 \$4,980 元
- (4) 伸福交通器材有限公司 \$3,000 元
- (5) 財團法人葛瑪蘭文化基金會 \$15,000 元



國立宜蘭特殊教育學校

宜特報報

第 0086 期 105.11.25

宜特歡慶十九，健康快樂久久

宜特今年 19 歲囉，在全校師生、長官及家長共同祝福下，我們在 11/12 日一起幫宜特度過 19 歲生日！校慶當天除了有學生的作品展外，還有安安元氣太鼓隊一起來幫宜特過生日；校內同學也以舞龍舞獅開場、由黃玉滿老師所帶領的手語舞蹈社「站在高崗上」更把氣氛炒到最 high。今年的國歌及校歌則由 101 班曾毓乾同學伴奏，毓乾同學真是太厲害了！



國立宜蘭特殊教育學校



國立宜蘭特殊教育學校
NATIONAL YI-LAN SPECIAL EDUCATION SCHOOL

宜特報報

第 0086 期 105.11.25

宜特歡慶十九

訓育衛生組長 章金德

本次校慶活動還有家長會新舊會長的交接儀式，由我們的前會長陳志明會長，將當選證書頒發給本年度的會長王炳煌會長，除了象徵傳承的意思外，更希望會長能夠繼續支持學校活動。此外感謝長期在校協助的志工們及在本校服務年滿五年、十年、二十年的師長們，一一在校長及全場的祝賀下，從校長手中接下感謝狀。



「擲杯添好運、幸福向前行」是本次的校慶體育競賽活動；透過搖搖車、擲杯等活動來進行班際對抗賽，分為奇數棒及偶數棒，奇數棒同學需先利用拖鞋擲出兩個聖杯後，才可以拿起呼拉全往前走，通過指定地點後折返回來，偶數棒才可以出發，而偶數棒同學需騎乘搖搖車透過手腳協調的方式將搖搖車划至指定地點後折返再繼續換下一棒。看似簡單的遊戲，除了具備運氣、協調能力外，還需要透過團隊合作才能順利完成這項比賽。最後也邀請家長下來一起跟孩子們同樂，讓本次的校慶留下美好的回憶。



國立宜蘭特殊教育學校

National Yi-Lan
Special School





宜特報報

第 0086 期 105.11.25

幸福宜特芬芳錄

主計主任 梁秀戀

感謝有您

感謝善心人士、熱心公益團體，對我們學校的付出與幫忙。感謝您們的愛心，就如同暖暖冬陽，溫暖了宜特這個大家庭，也造福了宜特這些弱勢的孩子們。感謝有您，謝謝大家。

今(105)年度 1 月 1 起，截至 10 月底止，本校校務基金收入的善心捐款內容如下：

1. 精準國際開發公司捐款~急難救助 5,000 元
2. 邱欣慧女士捐款~教學及實習活動用捐款 2,000 元(1000+1000 共 2 次)
3. 溫清華牙醫師 105 年 1-6 月及 9 月捐款~本校口腔衛生經費 34,860 元(每月 4980 元*7 個月)
4. 李中庸牙醫師 105 年 1-6 月及 9 月捐款~本校口腔衛生經費 34,860 元(每月 4980 元*7 個月)
5. 林詩妮牙醫師 105 年 1-6 月及 9 月捐款~本校口腔衛生經費 34,860 元(每月 4980 元*7 個月)
6. 龍疆國際企業股份有限公司捐款~急難救助 50,000 元
7. 陳永盛先生捐款 3,000 元
8. 單雅蘭老師捐款 1,000 元
9. 林瓊芬女士捐款~急難救助 30,000 元
10. 溫清華醫師捐款本校口腔衛生經費 3,200 元
11. 陳印沅先生捐款~學生急難救助 20,000 元(105 年 3-7 月每月捐 2000 元*5 次、8 月 10,000 元)
11. 萬家辰先生捐款~學生急難救助 2,500 元
12. 吳文裕先生捐款~教學實習活動用 2,000 元
13. 吳莉芬女士捐款~學生實習活動用 4,000 元
14. 簡秋蘭女士捐款~急難救助 2,000 元
15. 陳秀芳女士捐款~學生急難救助 7,200 元
16. 蔡建益先生捐款~教學活動 10,000 元
17. 鴻運瀝青化學股份有限公司捐款~教學活動用 50,000 元
18. 黃煜庭先生捐款 18 元
19. 李明釗先生捐款~學生輪椅用 25,000 元
20. 宜蘭縣蘭陽後備憲兵協會捐款~學生活動用 12,000 元
21. 羅東東區扶輪社捐款~學生活動費 32,000 元
22. 許媛婷老師捐款~急難救助 10,000 元

捐款方式:

1. 現金捐款:請洽本校總務處出納組吳組長，填寫捐款單。

電話:03-9509788 轉 212

2. 匯入帳戶:請洽本校總務處出納組吳組長，留下您的大名及連絡方式，以利連絡。

款項匯入:台灣銀行羅東分行

帳號:058-036-070167

戶名:中等學校基金-宜蘭特教 401 專戶



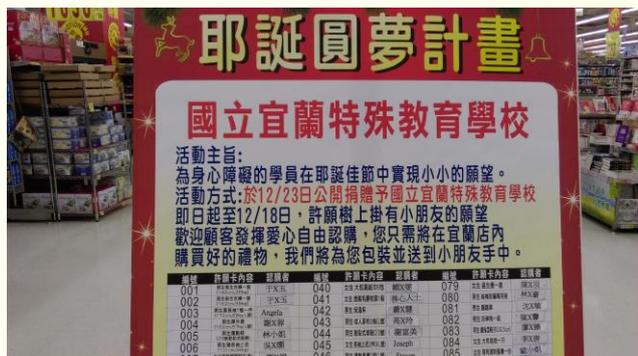
宜特報報

第0086期 105.11.25

溫馨聖誕情，宜特向前行

一年一度的聖誕節感恩活動又悄悄的到來，今年家樂福宜蘭店一樣利用圓夢計畫募集善心人士的愛心幫同學圓夢；才貼出第一週，就湧入滿滿的愛心，真是超級感恩的！

今年的聖誕節感恩活動預定在12月23日，於宜蘭香格里拉渡假飯店舉行；當天除了有大地遊戲外，還有溫馨的感恩餐會及心願卡禮物，希望當天同學們能夠拿到自己的聖誕節禮物或生活用品，也別忘了要懷著感恩的心，好好珍惜所擁有的一切，並且誠摯的祝福善心人士們，能夠健康平安、順心愉快。



這次同學都挑選適合自己的禮物，不管拿到的禮物顏色是不是自己喜歡，都別忘了要好好珍惜好好使用，用更積極及快樂的心到學校學習，回家也要當個乖小孩喔！





宜特報報

園藝初體驗

專任教師 劉于潔

第 0086 期 105.11.25

做中學-園藝初體驗

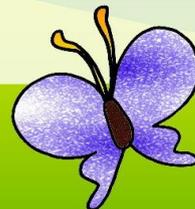
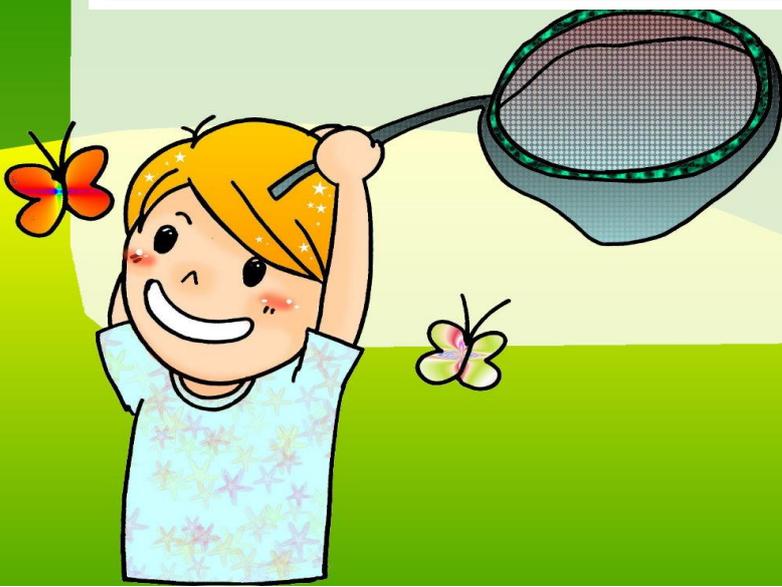
回到宜特任教，帶完一屆學生，終於回到「專任」老師的身份！首先迎接我的課程竟是『園藝課』!!! 堪稱園藝殺手的我，有一半的課務都在上園藝，讓我在期初備感壓力。於是乎，我到圖書館借閱園藝相關的書籍、請教校內的園藝大師們，就這樣展開園藝初體驗課程。



起初種植了大夥們都說好種的薄荷，但我卻種一次、枯一次，帶給我重重的打擊。於是我決定改種別的植物，帶著學生一起翻土、播種、扦插、澆水~細心的照料下，植物生長快速，葉子茂密，綠意盎然，可能是寶貝植物因種類不同，照顧方法不盡相同！

我想種花常失敗，其實只是將植物放錯生長環境，讓植物有合適的環境，是栽種成功的基本條件。生長環境的條件要從「光線、溫度、濕度」去考量。植物要長得好，與它原生地類似的環境，非常重要。

現在帶著學生進行移盆、進行植物的應用及製作。所謂教學~教學，要「教」也要「學」，帶著學生一起「做中學」，將園藝觀念廣布，向下紮根，帶領學生建立正確栽培觀念，讓他們加入拈花惹草的行列，朝著校園高品質生活環境的目標前進，真是很美好的體驗。





宜特報報

第 0086 期 105.11.25

家庭托顧服務

社工師 簡秋蘭

照顧身障者的新選擇 — 家庭托顧

近年來處理畢業生安置智障者之住宿型機構，甚至日間托育都出現床位、名額不足或是因為障礙者本身能力的限制，造成畢業生畢業之後就只能留在家中。但是家長又有照顧資源的需求，故政府發展了新的身障者照顧模式—家庭托顧。

家庭托顧服務是一種類似祜母的服務模式，也就是家庭照顧者除了照顧自己家的身心障礙者之外，也幫忙照顧附近需要照顧的身障者；例如社區中有夫妻雙方都要上班的家庭，白天就可以把需要別人看顧的身障者送到這裡，等到下班後再接回家。這樣家庭就不用因為身障者白天沒人照顧，而必須送到機構當中。

● **服務對象**：十八歲以上且無下列各款之一之身心障礙者。但有特殊狀況，經直轄市、縣(市)主管機關同意者，不在此限：

- ◆ 接受全日型住宿機構服務
- ◆ 接受日間照顧、居家服務或其他同性質之照顧服務。
- ◆ 聘僱看護(傭)。
- ◆ 領有政府提供之特別照顧津貼或其他照顧、教育費用補助。

● **服務內容**：

- ◆ 身體照顧服務：包含協助如廁、沐浴、穿換衣服、口腔清潔、進食、服藥、翻身、拍背、上下床、陪同運動、協助使用日常生活輔助器具及其他服務。
- ◆ 日常生活照顧服務：包含文書服務、膳食服務、文康休閒及協助參與社區活動等服務。
- ◆ 安全性照顧：注意異常狀況、緊急通報醫療機構、協助危機事故處理及其他相關服務。

● **服務費用**：家庭托顧服務分為全日托和半日托

服務費	服務類型	全日托	半日托
每日服務費用		700 元	350 元
每月服務費用		15,400 元	7,700 元

● 依據使用者的福利身分，本處補助及使用者付費之比例如下：

福利身分	低收入戶	領有身障生活補助者	一般戶
補助額度	全額補助	補助 85%	補助 75%
政府補助			
使用者自付	0	使用者自付 15%	使用者自付 25%



宜特報報

第 0086 期 105.11.25

職務再設計

幹事 江彥達

~~淺談身心障礙者職務再設計~~

職務再設計為政府協助解決身心障礙者在職場上所遭遇困難的一項政策。因受限於身體的一些限制，工作上會有部分是力有未逮，此時若有人能適時伸出援手，將會是莫大的助益。但，如能透過適當輔具及工作環境改善的方法，使身心障礙者能獨立自主完成業務，這將會是最佳的狀態。

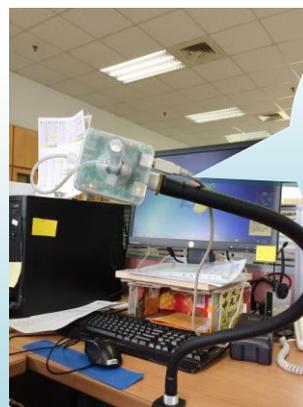
職務再設計尚未實施前，身障者如在工作方面遭到困難時，即便是非常簡單的動作，欠缺別人的一臂之力，恐會感到徬徨無助，深感挫折。此時如能藉由職務再設計的協助，運用適當的輔具與職場環境的改善，排除在工作方面所遭遇的一些困境，對於增加身障者工作效率及信心提升的效果，將會令人耳目一新。以我而言，就是使用一些經過評估後所購置的適當輔具(圖 1、2)，協助處理自身業務，不僅速度增快，心理的壓力更是頓時減輕了不少。而最大的效果應是自我信心的提升，這感受並非短時間所能一語道盡，信心是身障者在人生的道路上所需積極培養的。

筆者為重度肢體障礙者，四肢萎縮無力，平時皆以輪椅代步。隨著年齡的增長，活動力及健康狀況正逐漸下降，工作能力已大不如前，處理業務時頗感吃力，甚為不便。但，自忖就此辦理退休並非我所願意，因此透過 鈞長及同事們的支持與協助，竭盡所能解決我工作上所遭遇的困境，使我得以延續工作壽命。這個政策確實造福了許多的身障者，創造了更多自力更生的機會。社會福利政策是一個國家是否進步的指標之一，期盼台灣能朝著這個方向繼續努力。



有了它從此
可自由的穿
梭於校園中

圖 1：站立式電動輪椅



電腦文書處理
工作在吹吸之
間就很快速的
完成了

圖 2：吹吸式可控滑鼠



宜特報

第 0086 期 105.11.25

英文聽力大賽

文書組長 謝承倉

2016 年專業英文詞彙與聽力能力大賽

本校金德老師報名參加「教育英文詞彙與聽力語文檢定暨教師組比賽(北區區域分區賽)」，總分 480 分總平均 96 分，意外獲得北區賽第三名！第一名是台灣大學的老師，以滿分 500 分拿下教育類組的冠軍，第二名是職校的英文科老師，金德老師獲得第三名，據他所說：「真的很開心」。原來金德老師因研究所修課緣故，由老師推薦全班參加 GLAD(Global Learning and Assessment Development)



，全球學習與測評發展中心，所舉辦的英文檢定考試。

考試內容主要是以專業英文為主，分別有餐飲與觀光旅運管理類、電機電子與資訊網路類群、汽車工業與航空工業類群、商業與管理類群、醫學與護理類群及教育類。考試方式主要以聽力跟閱讀為主，分為六個類群每個類型題目各 100 題，「測驗一」主要是以寫為主，看中文拼寫英文，及格分數為 40 分、「測驗二」是看英文選中文、「測驗三」是聽英文選中文、「測驗四」是聽英文選英文、「測驗五」是看中文選發音、「測驗六」是看英文聽選發音，而及格標準則為總分 350 分以上，且單項成績不得低於 70 分為及格分數(不包括測驗一)，通過後可以領取一張國際語言證照；這個系統主要是協助學生、老師及相關專業人士，在自己的專業領域內可以把常用的專有名詞反覆演練。

據轉述，這是北區區域分區賽，如運氣不錯就可以拿到全國總決賽的門票，有興趣的老師明年可以報名挑戰，一起研究喔！



2016 年專業英日詞彙與聽力能力大賽							考務中心印發		
北一區區域賽檢定成績登記表									
准考證號碼	1051126015	場次	二	座位	407 教室 15 號				
中文姓名	章金德	學校名稱	國立宜蘭特殊教育學校	科系	特殊教育學校				
英文姓名	Jin Te Chang	組別	專業英文詞彙組	科目	專業英文詞彙組				
檢定地點	東南科技大學	競賽內容	專業英文詞彙組	認證碼	826771632819194				
檢定日期	2016 年 11 月 26 日	科目	特殊教育學校	等級	專業級(Specialist)				
身份證字號	P123365534	考試帳號	16teacher365534@ntnu.edu.tw						
測驗一	測驗二	測驗三	測驗四	測驗五	測驗六	測驗七	測驗八	總成績	
98	94	92	96	100				480	
								總時間	34 分 57 秒
其他注意事項：								考生簽名	章金德
1.若無使用一聯單上考試帳號，一律不給予計分。								監考人簽名	
2.若通過 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 申請證書?(備註：申請國際證書，英文姓名請填寫護照上的中翻英格式。)									
3.考生簽名表示同意成績證明如表，成績仍以後台上傳紀錄為準，以上數據僅供參考備查，考務中心保留審核通過與否之權利。									
4.考試完畢，請考生自行如實抄錄成績於上方後，舉手請監考員核對成績畫面並簽名，回收本表格，並經監考員同意後，方可離場。									
5.請勿自行關閉最後的總成績畫面，若監評尚未核對前該畫面關閉則 0 分計。									

國立宜蘭特殊教育學校



宜特報報

第 0086 期 105.11.25

健康存摺

出納組長 吳淑如

健康存摺系統 My Health Bank

我們每個人可能有好幾本銀行存摺，對於自己有多少帳戶一清二楚，進出帳戶的金額也都一目瞭然，但對於健康情況，例如一整年到底看了幾次病？看了哪些科別？曾經吃過哪些藥？哪些檢查？這麼多的個人健康資訊，卻經常無法掌握。

以往要申請中央健康保險署的就醫資料，需要書面申請，並繳交規費至少 300 元，且要 3 個工作天才可取得資料，但從 103 年 9 月 25 日開始，中央健康保險署在官網建置「健康存摺」系統，民眾只要透過網路，至健保署官網點選「健康存摺」連結圖示，並依照網頁之操作指示，使用「自然人憑證」登入「健康存摺」（詳圖示），可隨時隨地免費查詢或下載個人最近一年的門、住診資料、最近兩年的牙科就診紀錄，另外還可查詢個人的過敏資料、器捐或安寧緩和醫療意願及預防接種等醫療資料，做好自我健康管理，也可以在就醫時，提供醫師參考，提升醫療安全與效益。

想知道自己吃了什麼藥？什麼時候洗過牙？什麼時候做過血糖（脂肪）檢查嗎？為了讓大家都掌握自己的就醫情形、用藥及檢驗（查）等情況，自 104 年 5 月 26 日起，您可以用「健保卡」上健保署官網，成功登入「健康存摺系統 My Health Bank」，即可取得自己的健保就醫資料，也可以查詢、下載個人的健保卡狀況及領卡紀錄、保險費計費及繳納明細等資料，免費申請、下載自己的「健康存摺」。不過第一次使用健保卡申請「健康存摺」，需先在該官網「健保卡網路服務註冊」，取得密碼才可使用。另外，若家裡無法上網，您還可至全國 72 家醫院設的 100 多處「健康存摺」查詢據點，申請、下載「健康存摺」，就醫資訊帶著走，讓您輕鬆掌握健康大小事。

根據健保署統計，截至 104 年 6 月初，已有 4.7 萬人次登入「健康存摺」，近 2 萬人次申請，約 3 萬人次下載（資料申請後在官網保留 7 天，7 天內有需要可重複下載），未來該署將持續豐富「健康存摺」的內容，預計陸續再新增檢驗（查）結果、出院病歷摘要及中醫健康存摺等資料。有關「健康存摺」之服務系統，請參考衛生福利部中央健康保險署官網（<http://www.nhi.gov.tw/>），如有任何疑問可洽詢免付費專線電話 0800-030-598。

衛生福利部
中央健康保險署
「健康存摺系統 My Health Bank」



宜特報報

健康存摺

出納組長 吳淑如

第 0086 期 105.11.25

「健康存摺」你下載了沒？

●請先準備好

①「健保卡」及②「晶片讀卡機」

●首次申請，請再準備③「戶口名簿」

●電腦請先開啟 IE 瀏覽器 8.0 版本以上

●上網登入「健康存摺 My Health Bank」系統



<https://med.nhi.gov.tw/ihke0000/IHKE0100S01.aspx> ,

或上健保署網站首頁 <http://www.nhi.gov.tw/> , 點選在中間的「健康存摺」。



宜特報報

第 0086 期 105.11.25

特教人活力成長營

文書組長 謝承倉

2016 特教人活力成長共識營-活動集錦



馮仁厚老師—活出生命的光彩與價值



宋慧慈老師—激勵活動引導分享、與團隊溝通動力與壓力



丹麥哲學家齊克果說
人生需要冒險
所以會充滿焦慮
但如果不去冒險
就會失去自己
最高層次的冒險
就是對自己的自覺





宜特報報

第 0086 期 105.11.25



報到處



晚上聚餐



出發前分組



揉搓心思-食農教育



破風前行



國立宜蘭特殊教育學校



宜特報報

第 0086 期 105.11.25



同舟共濟-西式划船(下船前，穿好救生衣)



綠色願景-自然玩藝



珍愛寶貝-鴨寮體驗



幕後花絮-動員教職員工佈置場地、準備資料文件



國立宜蘭特殊教育學校



宜特報報

第 0086 期 105.11.25

進學禮

教師 黃挺嘉

頭城農場進學禮

這次的國三班，有著六位剛升國中的新生，將一起渡過三年的求學生涯。今年的進學禮，我們來到了頭城農場，在這廣大的農場裡，有著許多的事物等著我們來探索，也象徵著國中新環境學習的到來。

大家集合後，我們先學習了交通安全知識，接著就是一連串的體驗課程了。製作"葺仔粿"，練習衛生與飲食知識；製作盆栽，讓我們先接觸學校特色教學，園藝知能；自助式的餐飲，讓彼此更熟悉，也加強用餐禮儀，園區導覽，培養我們守秩序與專心聽講的態度；石花凍的製作，學習組織、規劃與動手的精神，好充實的一天啊！期待著三年的學習生活，大家將有所成長！



安靜等待、專心聽講、遵守秩序，是我的學習的好精神。



園藝製作，一個步驟一個步驟慢慢來，與師長們一起快樂的學習。



處處充滿驚奇，時時刻刻學習，專注的眼神，是認真學習的展現。



多少容量、多少的重量，製作完美比例的石花凍，一點都不能馬虎喔！



宜特報報

第 0086 期 105.11.25

合作小故事——候鳥南飛

候鳥南飛

專任教師 連郁勤

北方的候鳥到了冬季都要飛往南方避寒。大家應該有發現，很少有落單的候鳥，牠們總是一群一群的南飛，在天空中形成一道壯麗的行列式。牠們為什麼一定要成群結隊的飛行呢？因為他們結隊而飛，揮動翅膀所產生的氣流，能產生一股龐大的推力和浮力，使得候鳥們能借力使力，飛得更輕鬆、且更快到達目的地。

識途的老鳥飛在前頭，帶領著大家一起前進，其他的鳥兒也要一起用力揮動翅膀，貢獻一己之力。通常離群獨飛的，都會在茫茫大海中迷失方向，成為天擇下的犧牲者。



這次的中心德目是合作，而高一的語文課正好學到白萩所作的新詩【雁】，本課除了強調了解自己生命的意義之外，也藉由認識雁鳥，引申出集體承擔責任堅持信念，衝破萬難的精神，正符合本月中心德目，也期許同學們在閱讀文章過後，可以思考背後的意涵，學習到更深刻的意義！

圖片來源：

<https://www.google.com.tw/search?q=候鳥/圖片>

