



宜特報報

第 0071 期 104.10.08

活動預報

- 10/01(四)~10/31(六) 全校不定期複合式防災演練
- 10/12(一) 校務評鑑
- 10/13(二) 校慶籌備會議 1
- 10/20(二)~10/21(三) 均質化特色課程體驗
- 10/23(五) 交通安全闖關活動暨創世基金會交通安全宣導

成果畫報

- 幸福麵包在宜特.....P1
- 大小牽小手 一齊做防災.....P3
- 教師節暨中秋節慶祝活動.....P5
- 颱風過境，齊心齊力復校園.....P7
- 登革熱大作戰.....P8
- 傳藝中心文昌祠進學禮.....P10
- 健康報馬仔.....P11

教學趣報

高 301 班進學禮.....P12

「我們要畢業囉！」這是學生們期待已久的畢業旅行，雖在颱風夜後卻不減熱情，滿心的準備出發。充實的三天兩夜活動，不僅充滿了知識之旅探索太空的奧妙，更有著訓練我們勇氣的地方，那極速快感的笑傲飛鷹，與肅然起敬的慈湖衛兵交接，還有可口可樂博物館的導覽活動，都讓我們印象深刻。大家在一起.....。

品德馨報

中秋節分享愛活動-感恩.....P13

由唐氏症基金會每年發起的送愛到特教的活動，今年感謝全台灣人的愛心，讓本校所有孩子都有中秋節禮品，在這中秋假期感受到滿滿的愛，很多孩子很少能拿吃到月餅以及其他禮盒，每位孩子拿到這份愛心，都帶著滿滿的笑容滿滿的感恩心，謝謝所有分享愛的人~也非常謝謝唐氏症基金會每年都舉辦這麼有意義的活動，讓社會充滿著溫暖的愛.....。

愛的報報

感恩 10 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) 峰暉塑膠工業公司 \$100,000 元



國立宜蘭特殊教育學校

National Yi-Lan Special School



宜特報報

第 0071 期 104.10.08

幸福麵包在宜特

校長 曾坤祥

幸福麵包在宜特

星期二的下午，後棟職教大樓飄出濃濃的麵包香；宜特的師長都知道，烘焙組學生又將推出一盤盤香噴噴的鬆軟麵包，要來挑動大家的味蕾。

孩子們的職業教育在校內、外都有；三個校外的工作隊(家樂福賣場、香格里拉飯店、宏鳳食品工作隊)，校內同學又分為餐飲烘焙、洗車清潔、手工藝、美容美髮、園藝栽培、生活藝能 6 組，各組都有其特色。而這群由慧妮老師帶領的餐飲烘焙組，佔有色香味俱全的好處，總是能端出傑作，讓大家食指大動。

有一次和學生用完午餐，信步走到職教大樓，見烘焙教室人影晃動，麵團隱隱飄香；踏進教室，慧妮老師正在指導學生揉圓，春如姐、高媽也在協助學生做整型的工作，二位同學跟著在努力的學習。老師說這個時段是烘焙課程的重要時間，早上完成的的備料、攪拌、搓揉，麵團正在發酵箱中醒著；中午正是要緊時間，好好的整型、包餡。不好好的把發酵過的麵團做好型工作，就沒有下午的香軟土司和各式麵包了。這時段又是學生用餐時間，所以老師著同學犧牲午休趕工一番。有時同學狀況較不理想，就要讓老師急出一身汗，也忙到來不及用餐。洗手下場協助，幾位同學都教過手下功夫，一起動手稱重、揉圓、



國立宜蘭特殊



宜特報報

第 0071 期 104.10.08

幸福麵包在宜特

校長 曾坤祥

整型。完成一盤放入二次發酵，又聽老師指導學生注意時間、清潔工作檯…，一次次的提醒，順便鼓勵學生要記得考照時就是要如此。恍然了解，學生就是在這種耳提面命下，再加上考前特訓，才能取得烘焙丙級技術證。雖然取得證照不必然有就業機會，宜蘭地區的烘焙產業畢有其限制，但是從不知麵粉為何物，到能從箱中端出香噴噴的麵包，學習過程態度、認知、技能學習，肯定是最好的職業養成過程。

有幾次看到學生圍著攪拌器，盯著麵粉由散成麵團，加入一些配料，又成了不一樣的麵團；老師一邊講解，一邊示範；又不時讓同學自己試試，他們看著攪拌的眼神是新奇的、專注的、又或是小心翼翼的，不一而足，但是期待麵包出爐的雀躍肯定是相同的。

知道宜特麵包的製程，就愈能嚐到麵包的幸福！



國立宜蘭特殊教育學校





宜特報報

第 0071 期 104.10.08

大小牽小手齊防災

總務主任 高藝真

大小牽小手 一齊做防災

基於 921 大地震經驗，為防範類似 921 大地震突然來襲，避免重大傷亡，行政院特定每年的 9 月 21 日為「國家防災日」，以提醒國人防災救災的警覺，期藉各種準備及演練防範於未然。教育部更要求各級學校將九月訂為「國家防災宣導教育月」，希望透過國家防災日的統一演練，將演練重點設定為地震狀況發布時，校園師生能確實完成 1 分鐘的避難掩護動作要領（蹲下、掩護、穩住 3 要領）及疏散（不推、不語、不跑）集合清點、安撫與安全回報等訓練，以提升校園師生地震災害防救及就地避難掩護必備之知能，養成正確的本能反應。



地震躲避 三步驟

① 蹲下



② 掩護



③ 穩住



有鑑於真實災難發生時，在有限人力下順利完成特殊學生避難疏散是最大考驗，宜特自 100 學年度起即改變一般演練照表操課模式，而是逐步採取無預警演練方式邁進：從 100 學年度的公告無預警演練日，到無預警演練週，到目前執行的無預警演練月。也就是採取僅公告可能進行演練時段，從中隨機擇時發佈警報聲響，進行全校性的複合式防災演練。每回演練前僅有團本部的少數幾人在被要求絕對保密下能在演練前知道演練時間以利準備相關物品，其餘所有教職員工可都是完全無預警的上場，期待能在最真實無準備狀況下完成操演。





宜特報報

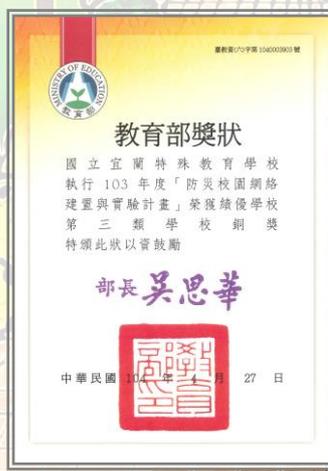
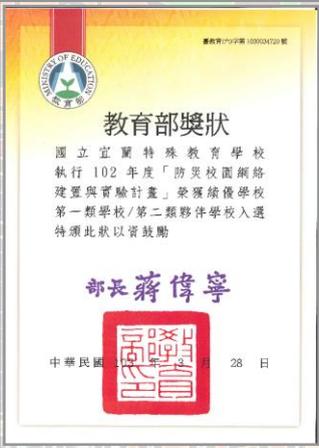
第 0071 期 104.10.08

執行幾年下來發現由於可能演練的時間不定，兵棋推演時不再是只有行政人員傷腦筋，防災演練也不再只是總務處業務，在無預警的刺激下激發出大家不同的腦力激盪，大家會去思考每個時間點發生災難時可能面臨的問題，包括分組課時對學生不熟如何點名？全是養護型學生為一組時該怎麼在有限人力下確保學生安全？各組人員請假時該如何相互遞補？緊急備用鑰匙該放置何處？不同問題不斷的拋出，各種解決方法也在大家討論中衍生而出。平日，聽到警報器響時，大家不再會只是認為是警報器故障或誤觸而忽視，而是大家都會探出頭來確認是否需要協助疏散。這都是意外的收穫。

而學生們也在重複宣導演練下，學會聽到警報聲保持安靜，聽候老師指示後依序疏散，更令人動容的是不僅自己跟著老師疏散，還都能自動自發的協助行動較不方便同學疏散，讓老師可以更輕鬆快速順利帶領所有同學安全到達集合點。這一點在 102 及 103 學年度參加教育部防災校園建置計畫時，可是讓來訪視的委員都大吃一驚，原本以為來到特殊學校所看到的防災演練應該是缺乏人力手忙腳亂顧此失彼的景況，卻被大家「大手牽小手」的疏散情形而感動。



國立宜蘭特殊教育學校





宜特報報

第 0071 期 104.10.08

教師節慶祝活動

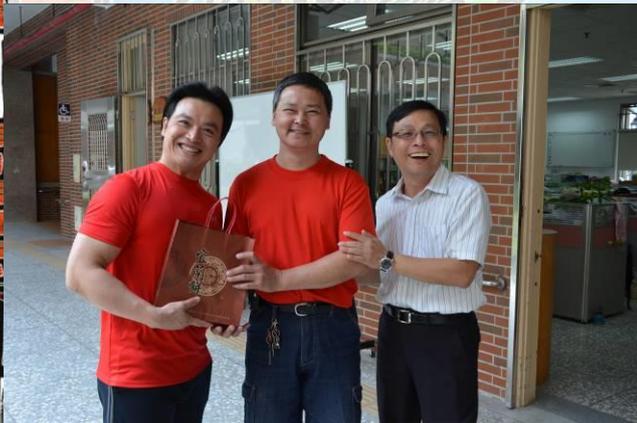
訓衛組長 林曉恬

教師節暨中秋節慶祝活動

藉由 9 月 25 日教師節活動讓學生懷著感恩的心，感謝平時辛苦教導他們的導師、專任教師及教師助理員，並藉由感恩送禮按摩的活動，以實際行動謝謝老師平日的教導。



藉由感謝學校教職員工在一年當中的辛苦，家長會長與校長親自送禮感謝教師一年來對學生的教導及付出。





宜特報報

第 0071 期 104.10.08

中秋節慶祝活動

訓衛組長 林曉恬

學生最開心的就是透過中秋節慶祝活動來體驗中秋烤肉的樂趣了，為了讓學生能多增加生活經驗，學習體驗中秋節慶的烤肉活動，學校特別舉辦烤肉及卡拉 OK 歌唱活動，讓身心障礙孩子能從學校生活中學習到如何過節日的體驗活動，並從中學習互助合作及生活教



柚子曲棍球 ~ 太好玩啦！！

學生的歌聲總是



師生共同體驗中秋烤肉的樂趣~

宜特報報

第 0071 期 104.10.08

校園清潔好幫手

專任教師 曾鴻家

颱風過境，齊心齊力復校園~

台灣四面環海，每年總有數個颱風形成並影響台灣。這次，正逢中秋節過後，來報到的強烈颱風「杜鵑」，校園也多處飽受肆虐。

還好，有這群校園可愛的學生-清潔好幫手，齊心齊力清除有積水的教室，在多位師長的引導之下，清潔工具的善用，很有效率地回復教室的整潔及乾淨。

很感謝校長帶領學校的各處室師長、教師、事務人員、住宿生管理員，共同的守護校園。

鴻家老師帶領高一學生善用清潔工具

高一學生幫忙清除教室的積水



雅蘭老師、雅芩老師參與清除積水



佩琳老師帶領國中部學生清除積水



我也是清潔好幫手喔~



宜特報報

第 0071 期 104.10.08

登革熱傳染方式

護理師 陳佩君

登革熱大作戰

◆什麼是登革熱？

登革熱俗稱「斷骨熱」或「天狗熱」，是一種藉由病媒蚊叮咬而感染的急性傳染病，臨床症狀主要為發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉關節痛、出疹等症狀；登革熱依病毒抗原性可分為 I、II、III、IV 型等四種型別。

◆登革熱的傳染方式

瞭解「千千萬萬隻蚊」，在全球 3000 多種蚊子中，台灣有 130 多種，僅兩種蚊子會傳染登革熱-就是**埃及斑蚊**和**白線斑蚊**。

兩種病媒蚊 比較說明	埃及斑蚊	白線斑蚊
重點	南部主要病媒蚊	傳染力較低
特徵	胸兩側一對七弦琴縱線 中間一對黃色縱線	中胸有一條白色縱紋
分佈	嘉義布袋以南各縣市	全島平地及 1500 公尺以下山區
習性	愛在室內白天活動	多在戶外白天活動
吸血高峰	下午 4-5 點 上午 9-10 點	日落前 2-3 小時 日出前後 1-2 小時
都怕冷	溫度 17.18 度不活躍、 11 度以下難存活	13 度以下難存活

★斑蚊如何變毒蚊？

- ▶ 登革熱病患發病前 1 天至發病後 5 天血液存有登革熱病毒（病毒血症期）
- ▶ 斑蚊叮咬病患後感染，病毒在蚊體內增殖 8-12 天後，這隻斑蚊具傳染力
- ▶ 染病斑蚊再叮咬其他健康人時就將病毒傳出，且這隻斑蚊終生均具傳染力

◆登革熱重點說明 Q&A

- ▶ 傳染：病媒蚊叮咬人時，將登革熱病毒傳入人體內；不會人傳人也不會空氣傳染。
- ▶ 潛伏期：典型登革熱潛伏期約 3 至 8 天（最常可達 14 天）；
發病前 1 天至發病後 5 天為可感染期。
- ▶ 死亡率：典型登革熱致死率低於 1%；但若未及時治療死亡率可高達 20%。
- ▶ 治療與疫苗：目前沒有特效藥物可治療也沒有疫苗；
症狀治療請遵照醫師指示服藥、休息及多喝水。



宜特報報

第 0071 期 104.10.08

登革熱大作戰

護理師 陳佩君

▶ 免疫力：登革熱依病毒抗原性可分為 I、II、III、IV 型等四種型別。感染某一型，對該型病毒終身免疫；對其他型病毒短暫免疫 2-9 個月。

◆登革熱可能病徵

因每個人體質不同，感染後會引起不同程度的反應，下圖為登革熱常見臨床症狀

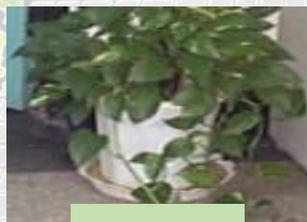


◆防疫重點

清除積水容器（孳生源）並定期巡查居家環境整潔是防止病媒蚊孳生的不二法門，也是目前防治登革熱最根本的方法。登革熱病媒蚊孳生於各種積水容器，分為人工容器及天然容器兩種。人工容器即因人的行為所製造出的容器，而天然容器，則是天生的容器，如樹洞、竹筒、葉軸等。人工容器在室內包括種萬年青/黃金葛之花瓶、花盆底盤、冰箱底盤及地下室積水，而室外則包括水桶、陶甕、水泥槽等儲水工具；花瓶及花盆底盤；飲料罐、紙杯、紙碗、塑膠袋、臉盆、洗澡盆、鍋、碗、瓢、盆、廢輪胎、浴缸、馬桶、電冰箱、洗衣機、各式各樣傢俱等廢棄物。



萬年青的花瓶



花盆底盤



水桶



陶甕

透過穿著淺色長袖衣褲、身體裸露部位塗抹衛生福利部核可的防蚊藥劑（蚊蟲忌避劑）之個人保護措施，避免蚊蟲叮咬。防蚊藥劑中，DEET（待乙妥）為現今最有效且最被廣泛使用於防蚊藥劑的成份。



宜特報

第 0071 期 104.10.08

進學禮

教師 黃挺嘉

傳藝中心文昌祠進學禮

本次的校外教學，全校師生一同來到傳統藝術中。在這一整天大家都開開心心的探索傳藝每個角落，有看到了爸爸時代的布袋戲、還有好多可愛的小羊、更乘坐著船往返在冬山河上，吹著風好舒服喔；我們也一同欣賞了有趣的表演活動與DIY那屬於自己獨一無二的作品。其中最重要的活動莫過於向文昌帝君進行祈福進學禮的活動了，希望文昌帝君保佑所有學生身體健康、學業進步，讓自己在學習的路上有更好的成長，也謝謝學校師長讓我們有這麼好的活動！



乖乖等待！文昌帝君我們來了！

1. 2. 3~來張大合照吧！！



各司其職，追求完美的表現！



人都有自己想說的話！
羊羊得意！看看那每個

國立宜蘭特殊教育學校



宜特報

第 0071 期 104.10.08

癌症篩檢

護理師 陳佩君

健康報馬仔

「健康」是幸福的前提，更是一切的基礎。

連續 27 年，癌症已蟬聯國人十大死因首位，衛生署也公佈「不到七分鐘就有一人確診罹癌」的警訊，其中大腸癌、乳癌、口腔癌、子宮頸癌罹患者數共佔所有癌症的 33%，實不可不慎。除了肺癌難早期發現外，其餘常見癌症均可藉由篩檢即早治療。子宮頸抹片可降六到九成子宮頸癌發生率與死亡率；乳房攝影可降三成乳癌死亡率；糞便潛血檢查可降二到三成大腸癌死亡率；口腔黏膜目視檢查可降四成口腔癌死亡率。

有鑑於十大死因癌症的發生率一直居高不下，為建立民眾早期發現疾病，早期治療以獲得良好的癒後，即日起針對大腸癌、口腔癌及乳癌、子宮頸癌等四大癌症進行免費篩檢，只要符合篩檢條件的民眾，均可以持健保 IC 卡及相關身份證件至各大醫療院所或衛生所洽詢。

免費四項癌症篩檢項目、對象及注意事項

篩檢項目	篩檢對象	注意事項
婦女乳癌篩檢 乳房 X 光攝影檢查	1. 45-69 歲女性，每兩年一次 2. 40-44 歲二等親曾有乳癌的婦女，每兩年一次	
婦女子宮頸癌篩檢 子宮頸抹片檢查	30 歲以上婦女，每年一次	
大腸癌篩檢 糞便潛血篩檢	50-75 歲民眾，每兩年一次	避免在痔瘡出血時採檢 避免在月經週期時採檢
口腔癌篩檢 口腔黏膜檢查	30 歲以上有吸菸、嚼檳榔（含已戒）者之民眾，每兩年一次	

癌症篩檢有補助 您的健康阮照顧

子宮頸癌
(30歲以上婦女)
每3年至1次
子宮頸抹片檢查

乳癌
(45-69歲或
40-44歲二等親
曾有乳癌家族史
之婦女)
每2年1次
乳房X光攝影檢查

大腸癌
(50-未滿75歲民眾)
每2年1次
糞便潛血檢查

口腔癌
30歲以上嚼檳榔(含已戒)
吸菸者、14歲以上嚼檳榔
(含已戒)原住民
每2年1次
口腔黏膜檢查

政府補助民眾**大腸癌**、**口腔癌**、**子宮頸癌**及**乳癌**篩檢，請定期接受檢查，如果檢查有異常，請務必接受進一步檢查，以早期發現早期治療，詳細資訊請洽當地衛生局(所)或健康服務中心。



宜特報報

第 0071 期 104.10.08

~ 畢業旅行 ~

「我們要畢業囉!」，這是學生們期待已久的畢業旅行，雖在颱風夜後卻不減熱熱情，滿心的準備出發。充實的三天兩夜活動，不僅充滿了知識之旅來探索太空的奧妙，更有著訓練我們勇氣的地方，那極速快感的笑傲飛鷹，與肅然起敬的慈湖衛兵交接，還有可口可樂博物館的導覽活動，都讓我們意象深刻。大家在一起吃飯的時間也是我最快樂的時候，彼此能說說笑笑開心用餐，還有不少的學長來祝福我們喔! 然而快樂的時光總是過得特別快，當旅行的結束後，也訴說著我們又長大了，要準備變高中生了，我們也會繼續努力，當個好學生，來謝謝老師們辛苦的教導與照顧!





宜特報報

第 0071 期 104.10.08

唐氏症基金會送愛到特教

訓衛組長 林曉恬

中秋節分享愛活動

由唐氏症基金會每年發起的送愛到特教的活動，今年感謝全台灣人的愛心，讓本校所有孩子都有中秋節禮品，在這中秋假期感受到滿滿的愛，很多孩子很少能拿吃到月餅以及其他禮盒，每位孩子拿到這份愛心，都帶著滿滿的笑容滿滿的感恩心，謝謝所有分享愛的人~也非常謝謝唐氏症基金會每年都舉辦這麼有意義的活動，讓社會充滿著溫暖的愛，宜蘭特教謝謝您~





宜特報報

第 0071 期 104.10.08

唐氏症基金會送愛到特教

訓衛組長 林曉恬



謝謝唐氏症基金會的愛心！滿滿的愛送到學生手上囉！

彤彤：我要拿回去跟家人一同分享～



有禮盒又有柚子！！謝謝大家的愛心～



有你們的愛～我們的中秋節過的更有意義了！



國立宜蘭特殊教育學校