

校長溫心話

我可以不製造垃圾嗎

校長 鍾信昌

2015年，美國密西根大學學生Karwat在校期間因為努力減少垃圾和提倡回收，讓他成為全球風雲人物。在這過程中他必須做出一些犧牲——停止購買有包裝的食物，只喝裝在回收玻璃瓶中的牛奶；停止為自己或家裡購買東西，包括小配件、甚至是傢俱。走到哪裡都帶著叉子、湯匙和碗，這樣可以避免使用丟棄的塑膠餐具。他說：「我改變自己的生活方式，剩菜我拿來做肥料、點飲料時我會說『不要吸管』，我做了能做到的一切。」執行這樣的生活兩年後，Karwat產生的生活垃圾，只裝滿了兩個塑膠垃圾袋。

依據環保署資料：我國目前垃圾處理方式以焚化為主，焚化率占垃圾處理量約95%，全國已興建完成26座可回收電能之大型焚化廠。但焚化爐非萬能機器，雖能化垃圾為灰燼，也會製造二次公害（有毒廢氣、重金屬、劇毒灰燼、受污染的廢水等等..），現有的焚化技術與設備仍無法去除對人體健康與環境的傷害。因此，減少垃圾的製造量，才是救環境救地球的最根本方法。

我可以不製造垃圾嗎？雖然聽起來像天方夜譚，但至少，我可以自備杯子，不用紙杯、免洗碗、免洗筷；自備環保袋和餐盒，不使用塑膠袋；廚餘做飼料或者堆肥；回收分類做好，不汙染、不浪費可用物質；每天帶手帕，減少使用面紙衛生紙；停止購買過度包裝產品；發票電子化，減少紙張使用。不製造垃圾，從我自己做起。改變自己，就是今天！



在食育教室召開鶯歌區校長會議



105學年教育部特色學校特優



向林良爺爺請益



新北市節能評比--年度進步獎第3名



昌福志工團隊一起研究做豆腐



昌福好運好人氣

課程展能展新意



教務主任 黃俊翔

昌福國小在全校師生一起經營、學習，共同的努力下，課程的發展及學生學習有很大的進步，榮獲三鶯區語文競賽的團體精進獎，各項能力檢測也超越市平均值。這都歸功於老師們平日教學的認真表現，和良好的班級經營提升學習的效果。

昌福的老師在教學的具體表現上：自102學年度起參加教育的學習共同體先導學校，就成為鶯歌區教學改革的前線，老師們嘗試使用學習共同體的模式進行教學，讓學生回歸到學習的最本質，思考文章的內容與作者對話。不只是一種教學技巧，而是讓學生能有平等、互動的討論機會。學習共同體在日本佐藤學教授的推動下，逐漸在台灣各地、昌福國小扎根。

昌福的老師們也嘗試創新教學：自104學年度，結合本校三鶯區資訊中心學校的優勢。申請雲世代計畫，獲得30台平板的補助。結合均一數學教育平台、心智繪圖、各式教學APP，利用遊戲的方式共同培養孩子利用平板進行學習的能力。本次計畫共獲得教育部31萬的經費挹注，對於改善教學設備、充實學生學習有莫大幫助。

昌福的行政團隊也和教師團隊攜手合作：自102學年度起參加教育部空間美學與特色學校評選，於104年終於獲得全國特優的佳績。在課程的架構上，也以鶯歌最後一片池塘的故事，帶領孩子認識魚菜共生的原理，並由人文、健康、環境、創意四大主軸創造出一到六年級的魚菜主題課程。

昌福的各項外部資源豐沛：家長會全力支持、各方議員、立委爭取教育經費、還有長期支持陶藝課程的施爸爸施媽媽；瓷器彩繪的洪仁德會長；各項志工的全力協助。只能說，昌福的孩子有你們這些貴人，真的很幸福。

昌福國小在各項課程、設備、教學實力上的精進，和家長積極、正向的互動，我們相信昌福的孩子是最大的受益者，也是我們進步動力的來源。



共同備課



共同議課



公開觀課



105-05-24行動學習觀摩



105-05-24行動學習觀摩



學務主任 王登祿

近年來，社會重大犯罪事件時有所聞。那些過去人與人之間的美好關係與關懷，隨著時代的改變逐漸淡化。面對孩子的未來，身為家長的我們，有什麼期望？是期望孩子每次考試都得滿分、全班第一名，將來飛黃騰達嗎？還是希望孩子能確確實實做好自己的本份？

孩子的發展，不只是知識而已，對人和做事的態度更是重要，這些都必須從生活教育和品德教育中力行實踐，才能見到效果；讓孩子體認到品德的重要性，而且能夠潔身自愛、重視公共利益和社會責任，才是教育重要課題。

昌福國小對品德教育向來十分重視，從每天上放學的問好，禮貌指導，到每天的清潔打掃教育訓練、生活常規，到模範生選舉、節慶感恩活動（教師節、孝親節）、良心花園小朋友寫下良心話、品德教育聯絡簿的使用、導護老師對每個月中心德品的宣導等。這些教育活動，都是為了讓孩子在生活中養成良好的品德。不過學校還是要提醒家長，品德教育的施實是在生活中、潛移默化下實行，因此父母老師身教要重於言教，在家庭生活及學校教育兩者相輔相乘下，孩子才能養成好品德，成為一個人見人愛的好孩子。



104學年度國王——楊凡力同學獲得腳踏車一台



每天的清潔打掃教育訓練



品德教育書法比賽優勝作品



校長親自主持友善校園週活動



感恩孝親昌福大明星活動



教師節有愛大聲說活動



劇團到校演出



藉由公布欄向小朋友宣導友善校園各項政策

用同理心 營造校園安全環境

總務主任 林凱瑜

校園環境是師生共同生活的場域，營造一個友善、溫馨及安全的校園是每位師生引頸期盼的。總務處負有建置及維護校園硬體之責任，消除校園各角落死角，責無旁貸。

近一年來，總務處針對校園各個容易發生意外的角落，逐一予以改善，讓學生在校園內能安心學習，家長們亦能放心的將孩子交給學校。以下就近期所作之設置，逐一說明。

1. 建置防墜網，預防高空墜落意外

高空墜落意外是校園常見的事故，校園原有之女兒牆，已增設欄杆，提升其高度，預防學童墜落。唯樓梯轉角處之仍有發生意外之疑慮，故本校增設防墜網，避免學童們因嬉戲不慎跌落，發生意外。



2. 增設監視器，減少校園死角

學校老師都十分注意孩子們的動向，發現學生於較易發生意外，或是較少人出入的角落活動時，總是會提醒孩子們注意自身安全。但校園面積廣大，難免會有死角，所以學校近期於校園各角落增設監視器，掌控校內外各個平常較少人注意的場域，預防意外發生。

3. 增設校園紅外線圍籬，預防校外人士入侵

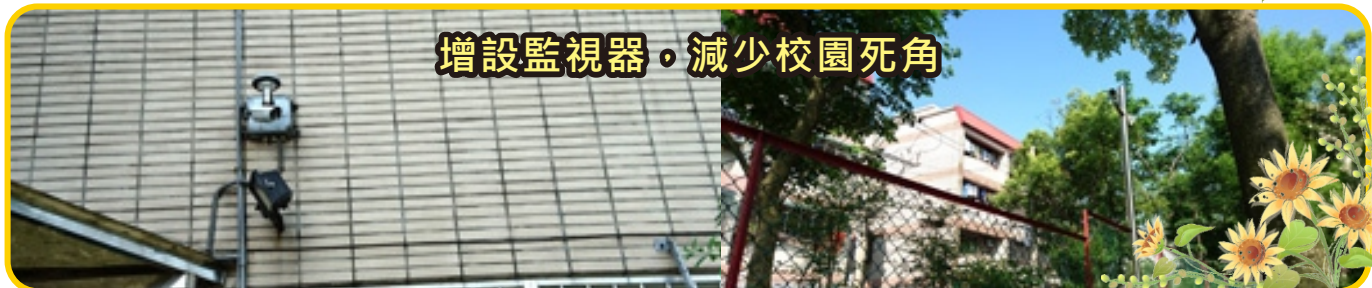
近年來校外人士入侵校園之案件頻傳，本校除加強警衛人員對於門禁之管控，亦於較低矮之圍牆處，增設紅外線圍籬，若有外人入侵，將產生警報，警衛及相關人員將於第一時間前往處理。未來，學校亦將持續向市府申請經費，期望能全面建置整到紅外線警示系統，以求給學童一個更能安心學習的空間。

「校園安全，人人有責」，對於校園安全工作，除了學校承擔起保障兒童的重要職責之外，若能結合、家長、社區以及社會資源等等多方合作配合，將構築起一道讓學童安心學習的校園安全防線，杜絕意外及危安事件的發生。

建置防墜網，預防高空墜落意外



增設監視器，減少校園死角



增設校園紅外線圍籬，預防校外人士入侵





輔導主任 簡淑芬

昌福國小輔導室有甘美茶水在桌面上分享，有植栽展現出自然綠意，有各個小小的安靜角落，可以讓路過的人坐下來安置各種心情。

輔導室落實輔導適應困難或行為偏差學生，辦理高關懷課程，協助兒童認識自己，健康成長，快樂學習，培養良好的生活習慣，及感恩進取的人生態度，從適應環境，進而發展自己，擁有愛與快樂的心靈力量。

輔導室推動友善校園的理念，將「生命教育」、「性別平等教育」等重大議題融入課程教學中，定期舉辦學生宣導活動，及教師的研習活動。以建構和諧關懷的溫馨校園為目標，建立多元開放的平等價值，讓昌福國小成為體現生命價值的安全校園。

學校教育離不開學生的成長環境--家庭，因此輔導室每年舉辦親師溝通的橋樑，定期舉辦親職講座、班級親師家長日、新生家長座談會，並出版親職專刊--「福心橋」，攜手共同為孩子的教育而努力。

昌福國小也設有資源班、根據不同障礙類別，設計適性課程，以融合教育的理念，還辦理特教宣導，使學生理解不同的生命，需要大家的理解與包容。

輔導室還辦理教育部補助的「補救教學」，協助孩子的課業輔導，還有熱心的學習輔導志工在晨間進行的低年級補救教學，企盼孩子在起跑點能站穩站好。

昌福國小輔導室是一個溫馨的園地，微笑著歡迎每一位到訪的家長、老師；昌福國小輔導室也是一個溫暖的家，守候每一個需要陪伴及長大的孩子。希望在這溫馨的園地裡，讓孩子追尋生命意義，建立積極正向信念，期待每一個孩子在昌福是一段愉快的學習旅程。



生命守護天使研習



光點重症兒童扶助協會巡迴畫展



光點重症兒童扶助協會巡迴畫展



尖山國中生涯輔導



家長日--親職教育



特教與輔導知能研習

別讓未成年的孩子住你家—— 從建立家庭界線做起

駐站鶯歌國中學校社工師 朱碧琪

還記得過去曾有位熱心公益的家長，當她在路上看見一位陌生的老婆婆走在荒間小路上，她便會馬上停下車，問她是否要搭便車；她也到回收場當志工，會把堪用的東西帶回家，過程中，她告訴仍在就讀國小的孩子要愛物惜物熱心助人，孩子似懂非懂，但最後卻發現孩子把學校的資源物品帶回家，甚至將認識不久的朋友也帶回家。這位家長不能理解為什麼會發生這樣的事？明明都已經告訴孩子怎麼去分辨，但她似乎忘記孩子只有國小中年級，家庭界線是否已經建立？

我們常接到很多學校及學生家長的電話，尤其在國小高年級之後或是國中階段，學生家長十分困擾孩子帶著一堆同學到家裡來，甚至住在家裡，家長常會說至少我看得孩子，至少小孩不會亂跑，然而，很快的這些孩子一起翹家、翹課、嗆父母、嗆師長，這個『家』成為只是睡覺的地方，甚至變成『中輟生收容中心』，如此也造成社區居民的困擾。

想想，我們怎麼去設定家庭界線，如果親友們探訪時親友們可以未經你的同意直接進入你家？到你家後他們可進到家中哪些空間？你是怎麼告訴你的孩子？如果您的孩子還很小，他們沒有判斷的能力，這時候是家長們樹立家庭規範與界限的最佳時機。當你的孩子告訴你他要帶同學回家時，你該怎麼回應？為了避免麻煩，很多家長會直接拒絕，但不告訴孩子原因，反而造成親子關係的緊張；或者，你與對方的家長十分熟悉且互動良好，願意讓孩子的同學到家裡，那你該怎麼做？

首先，知後同意是很重要的事：可以讓兩個孩子學習告訴彼此的家長，雙方家長同意後，必須留下彼此的緊急聯絡通訊、去做何事？何時返家。

其次，樹立家庭界線：要求兩個孩子只能在公共空間寫功課，避免不必要的誤會產生，也是讓孩子知道每個家庭成員有他自己的隱私空間，到別人家作客，也必須遵守規範。再者，基於安全的考量，家中一定要有大人在家，能看顧孩子，避免危險事件發生時，孩子不知如何因應。例如：發生火災或陌生人企圖潛入等狀況。

最後，返家後的確認：若其中一方自行返家，到家後能(請家長)去電告知，確認已安全到達，若孩子仍太小或返家時間過晚或交通安全考量，最好仍是由家長接回。

倘若，您的孩子，自小養成了這些認知，你想，您的孩子怎會想帶同學回家？從小開始協助孩子樹立家庭界線，變成了家中的規則，那麼你的孩子就會學習分辨朋友，不適當的朋友他就不會想帶回家，更不要說把同學帶回家住了！另外，教導孩子適時去拒絕朋友，而不是完全接受所有朋友的邀約或請求，又是另一個我們必須探討的人際課題。



【從繪本談情緒教養-彩色怪獸】 馴服孩子心中的彩色怪獸

新北市學生諮商輔導中心/學校心理師 簡榆涵

『在哭、給我有意見，我就揍下去了。小孩子意見那麼多是要幹嘛!』相信，上述的陳述語句，對許多的父母來說並不陌生，在您的成長過程當中，類似的對話可能經常出現於您的爸媽或是左鄰右舍管教小孩的情境。當您是個孩子時，可能從來都沒有人告訴過您，『我現在的怪怪、不舒服怎麼了?』、『我現在的感覺可能是什麼?』、『我該拿這些感覺怎麼辦?』，每當這些感覺出現時，或許就只能用哭鬧、脾氣或其他可能具有破壞性的方式來呈現和抒發。然而，這樣的方式不僅換不到大人的秀秀，反而是一頓的挨罵或毒打，最後只好自己摸摸鼻子想辦法把這些不舒服吞下去、自行處理。回頭探望成長的軌跡，您是否會遺憾於缺少情緒教練的引導，而讓自己多了些摸索、多了些挫折、多了些不知所措?當您成為了父母，不知道該如何扮演孩子的情緒教練?

以下就用《彩色怪獸》這本繪本來帶領著父母體會如何協助孩子馴服心中的彩色怪獸：

《彩色怪獸》是一本結合情緒和藝術的教育的好書，『彩色怪獸一早醒來，感覺到心裡怪怪的、心情一團亂，自己也不知道怎麼了?』作者用色彩來代表孩子直觀的感受，彩色怪獸身上的繽紛色彩代表的是情緒的多元和複雜，透過色彩錯亂交雜的圖像，具象地描繪出孩子在『一團亂』時的狀態。於是，小女孩告訴彩色怪獸，『將所有情緒攪亂在一起是行不通的，應該將不同的情緒一個一個分別裝入屬於自己的瓶子』。在裝入屬於自己瓶子，小女孩在引導著彩色怪獸認識、辨識自身的情緒和情緒狀態。『快樂能感染別人就像太陽一樣耀眼，是黃色。會笑、會跳、會想分享。』、『傷心就像失去什麼東西，感覺像輕柔的海水、綿綿的下雨天，是藍色。傷心想找地方躲起來，什麼事情都不想做。』、『生氣像燃燒的鮮紅色，生氣時會很難熄滅、覺得什麼事情都很不公平，而且想法怒氣發洩到別人身上』、『害怕是個膽小鬼，總是躲躲藏藏、不斷逃跑，害怕時會覺得自己很渺小、沒價值、什麼都做不好』、『平靜像是安靜的樹，也像是迎著風的綠葉。平靜時呼吸逐漸變得緩慢、深沉，覺得心平氣和。』

情緒是無所不在，每種情緒都有它的意義和價值，因此，情緒是沒有對錯的。父母在當孩子的情緒教練時，不需要去懼怕情緒的存在和給予情緒評價、批判。快樂讓我們的生活充滿樂趣、傷心教會我們懂得珍惜和體會、生氣可以成為進步的動力、害怕引導我們去避開危險。當孩子在經驗情緒、展現情緒的當下，父母引導孩子透過具體生活事件的事件描述來協助孩子表達情緒、宣洩感受，練習辨識情緒的來源以及情緒展現的後果、學習較具適應性的情緒調節方式。以下，提供給父母幾個情緒調節的小撇步，請記得養兵千日用在一時，在平常時就能夠多多運用這些方法，帶著孩子練習喔!

●**身心覺察和想法的練習**：要多和孩子談感受，讓孩子和他的「感覺」在一起，問「你現在有什麼感覺?」「哪一種情緒的感受最深刻?」幫孩子把潛藏的感覺引發出來。此外，父母可陪孩子為情緒做記錄、觀察每日的情緒變化，找出常有的情緒反應、出現的想法及行為，讓孩子了解情緒、想法及行為三者之間的關係，然後嘗試換個想法試試看。

●**豐富情緒的語彙**：父母能夠藉由日常生活的相處，以及親子共讀來累積豐富孩子「情緒語彙」，學習用適切的字及語言來描述確切的感受相對的就比較不會把情緒反應在行為和轉換成生理反應。父母能夠透過故事、生活情境、影片來協助孩子辨識憤怒、恐懼、快樂及憂傷不同情緒，透過討論、角色扮演來引導孩子觀察、思考，不同人物的感受、反應、想法和情緒的紓解方法。另外，可引導來孩子體會和學習情緒不同的強度和層次，如：「害怕」，是不安(輕度)、掛心(中下程度)、焦

慮（中度）、苦惱（中上程度），還是驚恐（強度）呢？或者用顏色的濃淡程度，也可以幫忙孩子來辨識和指認情緒的強度，協助孩子找到「情緒座標圖」的位置，依據程度不同選擇適當的調節方法。

●**累積快樂的資糧**：平日父母能夠透過生活興趣的安排、日常生活的陪伴...等活動來協助孩子累積正向情緒的資本。樂觀情緒的培養、正向情緒感受的累積、陪伴的安全感、溫暖熱情的家庭氣氛、無條件的愛但有條件的獎勵，以及許多好事件，都能為孩子架設一張「情緒安全網」。

●**深呼吸放輕鬆**：『深呼吸』是協助孩子自我照顧和冷靜的好方法。深呼吸的目的在於讓身體輕鬆，同時讓情緒有個微小的空間能做彈性的思考。在深呼吸的部分，請父母能夠帶著孩子有這樣的體會與練習：

『吸的時候數4，吐的時候數8，強迫腹部把氣吐盡』

『呼吸不僅要深，最好也要慢』

『注意自己的呼吸，讓人更容易專心』



作者：安娜·耶拿絲
譯者：李家蘭
繪者：安娜·耶拿絲
出版社：三采
圖片參考自網路資料



相遇即是有緣

兼輔老師 郭秋萍

在生命中所遇到的任何人事物，不管是親人、師長、朋友、同事、學生，抑或在某一個場合相遇的人，發生的事，都是一種奇特的緣分，值得珍惜，在珍惜這些緣分的過程中，也讓我的生命色彩更加繽紛及充實。

在成為老師的二十幾年來，經歷許許多多與學生相處的經驗，令我最喜歡的經驗是看到孩子「需求被重視及了解」後的眼神及笑容。在學校裡，學生不只是來學習課業上的知識，他們也在這裡學會如何與別人互動，包括吵架、溝通、難過、沮喪、失敗、重來、快樂、開心、關心、體諒、友誼、合作、被重視、被需要、被讚賞.....等等，在學校上課的這段時光，是奠定孩子未來在社會上與人相處的重要學習時間。

擔任兼輔老師最有成就感的事是學生願意信任自己，並且把放在內心的心事努力表達出來，除了希望能聽聽老師的意見及建議外，其實更希望看到的是老師相信自己及關愛自己的眼神。曾經在網路上看到這樣的一段文字：「輔導孩子的諮商，只是一種技巧，最重要的是要用那顆真誠的心和態度，陪伴孩子傾吐心事。」而我也感受到用心去陪伴及關心學生所產生的力量，學生的改變雖然是慢慢的，但是我能從他們純淨的眼神中感受得到，聽著學生告訴我她(他)這個星期感受到幾件快樂的事，看著孩子的笑容，這就是擔任輔導老師最大「獎賞」。

父母--當他人生中的第一位老師

兼輔老師 方惠玉

學校教育的目的

學校教育的積極意義，是希望從家庭中來的孩子，學習與其他家庭的同學互動，增進與他人的溝通能力，學習社交技巧，體認他人的存在，學習成長。在十二年的國民教育過程中，為進入社會教育而預備。

人與身俱來習氣之調節

人與身俱來的習氣，以自己的觀念思考，或看待事物，即所謂“我執”，造成與其他人互動上的差異，甚至是隔閡。透過上課，分組討論，共同學習的互動式學習，下課時間群體的遊戲，規則，讓孩子體認差異性，也從中感受人我之間的不同。

以身作則，賞罰明確

父母親在家庭教育的管教上，常常有力不從心之感。也常常抱怨著跟她說都不聽！可是您是否留意到了：您習以為常的小缺點，孩子也都默默的學到了呢？我們常要求孩子要做到的事情，是否身為父母親的，也同樣要求自己做到了呢？所以當孩子常常無法改善一些行為時，想一想，是不是我們也沒有做好的示範呢？

當孩子的第一個老師

我們常在輔導的第一線，發現孩子許多的行為待調整，可以更好，往往對學校有諸多要求，希冀老師可以更用心的對待自己的孩子，甚至期待老師對於自己的寶貝，多付出一些心力。往往卻忽略了，老師在學校最多影響的時限，而在家裡，家長扮演的角色，卻日積月累的影響著孩子，淺移默化當中，您注意到了嗎？他的走路姿勢，就是像爸媽，他的言行舉止，與您息息相關，因為她(他)的模仿對象，學習的榜樣，就是您啊！

多與孩子互動，關愛陪伴，正向成長

騰出時間與孩子成長，在未來的日子哩，他的感激一定多過抱怨喔！

媽媽是孩子的第一個老師

參考資料 孫韻嵐：雲國際出版社



透過遊戲學習社交技巧



用文字表達及抒發心情。

鈺筑老師：六年1班的孩子，別忘了做好每件小事，就是做大事！努力用心，帶著開朗的笑容乘風破浪，實現夢想！

陳宥安：你我來自天涯海角各一方，因為偶然的相遇，結下這份友誼的緣分，如今又要各奔前途，誠心的祝福，不論您在何處，我們將是你心中最好的同學。

劉致維：我想要感恩的是所有教過我的老師們，尤其是我一到六年級教我最久的三位老師，我覺得他們是我所見過最棒的老師，我永遠不會忘記他們。

楊凡力：校園的角落一揮灑汗水的球場、俯瞰操場的走廊及享受書香的圖書館，有著我們的足跡。感謝陪伴我的同學、老師，剎那間過去的一億多秒，飛逝的七十二個月—希望畢業後還能記住這充實美好的小學時光。

王鴻毅：我想要謝謝各位老師的教導，教導我們知識和常規，也謝謝蔡顯洋在我無聊時和我聊天。

陳友柏：我想對校長說：「校長，謝謝您六年來對我們的照顧，也謝謝您給我們好的環境，更謝謝您和主任給我們好的榜樣，讓我們可以好好的讀書。」

游言綸：很快的在小學的時光就要漸漸變成回憶，小學的玩伴也要分開了。在此感謝所有教導我的老師及陪伴我的同學，祝大家畢業快樂！

胡鑫義：畢業了，希望國中還能見面，在這兩年來要謝謝我的同學和老師，謝謝老師這兩年來的指導和幫助！

陳健銘：我想對教過我的老師說：「謝謝你的教導」。我想對朋友說：「你一直陪伴我，謝謝你」。

邱致暘：我想感謝所有老師主任；感謝校長，謝謝您把學校管理得很好；感謝這六年遇到的同學，謝謝你們帶給我許多珍貴的回憶與歡笑！

邱宇宣：耶！終於畢業了！希望國中三年能認識更多朋友。遇到新的老師同學，我要漸漸的習慣他們的作風。

蔡顯洋：謝謝陳友柏，他教我跟打籃球的所有技巧，如果我沒認識他！我可能現在還在不打籃球。

高振翔：沒想到六年就這樣過去了，真希望時間可以再慢一點，讓我可以再多看同學一眼！也希望國中和未來可以再相會。

高君浩：我想感謝爸爸媽媽讓我讀好學校；感謝校長給我好的環境供我學習；感謝老師讓有很多知識；感謝同學這3年的照顧！

王皓民：我想謝謝所有教過我的老師，也謝謝我的朋友，一直陪伴著我，讓我每天都感到很開心，最後我想跟大家說「畢業快樂」！

楊睿弘：我想對沛怡老師說：「謝謝你一直陪我到二年級，也教我禮貌。」再來，我要謝謝的是我們五、六年級的鈺筑老師：「謝謝妳把我的壞習慣改掉。」

鄭宇勛：謝謝這六年來陪伴過我的所有師長及同學。感謝學校提供我們好的學習環境；再來要感謝老師教導我們；最後我要感謝朋友，因為他們會和我一起玩耍。

詹馥瑜：我們要邁向新的里程碑，感謝老師，指導我生活倫理。謝謝我的好朋友陪我玩、陪我笑、教我功課...。我們都沒有時光機，只能向前看，把握現在的美好時光，一起玩、一起笑！



熊葦婷：謝謝老師與校長這五年來的照顧，我不會忘記你們的，畢業後我會回來學校看你們或幫忙喔！我們會朝向夢想努力前進，祝所有的老師身體健康永遠美麗。

林薇欣：感謝老師陪伴我兩年多，雖然老師時常兇我們班，但我知道兇我們是希望我們可以改進，總而言之，我還是最喜歡我們班老師了！

蔡晏綾：要畢業了，回想起以前還小的時候，在操場上奔跑的模樣，一想到要離開學校，就感到依依不捨。感謝學校給我一個良好的環境，感謝老師們不辭辛勞地指導我，更要感謝父母辛苦的養育我，讓我可以不愁吃穿，謝謝你們。

黃可卉：謝謝老師們多年來的教導，六年來我學習了怎麼去面對問題，也謝謝陪伴我的同學們，祝老師們永遠健康快樂，也祝同學們能夠學業進步。

江昕霏：我們就像蒲公英一樣，相處多年後，當六月鳳凰花開，一陣溫暖的南風吹起，就把我們吹向各自不同的命運。感謝大家！在相處54個月後，祝大家都能開心快樂！

陳筱方：我要感謝我的父母，謝謝他們努力賺錢讓我可以讀書；也要謝謝學校給我們那麼好的學習環境；謝謝所有教過我的老師，謝謝你們讓我們學到很多東西；還有我的朋友們，因為有你們我才能每天充滿歡笑。

周曉彤：時光總是悄悄地溜走，從懵懂的一年級，轉眼間已經過了六年，我想謝謝所有教過我的老師，還有曾經給過我快樂的同學，在小學這六年的回憶，我永遠不會忘記。

邱俐瑩：謝謝老師用心的教導我，讓我學到新知識，我還要謝謝校長，讓我在六年級的某個中午和他一起吃飯聊天；我最感謝的老師是鈺筑老師，妳讓我們留下美好的回憶。

林詩雅：謝謝各位陪伴我走過這六年，雖然有些回憶不是快樂的，但卻是一首永恆的歌，不論是國中、高中都將會是另一首樂章的開始。

陳芷萍：謝謝六年級的同學，祝大家畢業快樂！各位班導師辛苦您們了，因為老師們讓我們學到很多知識，祝所有老師身體健康永遠美麗。

陳佳瑜：謝謝1到6年級教我們的老師，辛苦的教導我們很多知識，也感謝我的朋友，下課時都會陪我們玩，我不會的字，你們也會教我，謝謝你們。

陳宇婕：謝謝老師教導我們，不論是課業、品德、禮貌.....等；謝謝我的朋友，在我開心、生氣、難過時，都會陪著我；謝謝學校，讓我們有一個很好的環境學習。

602

蘭芸老師：珍重再見，我602親愛的孩子！千言萬語化作聲聲祝福，不論時空如何改變，你們都是我最珍惜的寶貝！

昱璋：人不可能永遠在一個地方，這六年一起做的事都讓我無法忘懷，希望還能再相逢，大家珍重再見！

宗賢：感謝老師們在這幾年為了我們學習付出了那麼多心血，現在的我們也沒什麼好對您回報，只能用將來更好的成績來感謝您。

登駿：一轉眼，六年就過去了，回憶起當年剛進學校懵懂的我，在大家的陪伴下，逐漸成熟懂事，謝謝各位六年來的陪伴，祝大家畢業快樂！

詩翰：六月，我們的小學生涯即將結束，希望學弟學妹們好好把握未來在小學的日子。

冠亨：謝謝老師這六年的教導，我們在這留下許多美好的回憶。在這個六月，大家就要說再見了，我們的小學生涯即將結束，我們就要告別童年~~~大家畢業快樂!!!

政穎：感謝各位老師、同學在這漫長的六年陪伴著我成長，不僅教導我人生的道理，也帶給我許多歡樂，謝謝大家這六年的陪伴，祝畢業快樂！

釗洧：謝謝老師和同學六年來的照顧，我不會忘記大家的，未來大家繼續努力，有緣再相見！

城赫：謝謝我的老師、我的朋友讓我有個難忘的童年，我永遠不會忘記，大家珍重再見！

冠儒：謝謝一到六年所有教過我的老師，還有和我一起玩的同學，我會想念你們的，珍重再見！

俊彥：時間就像水一樣流走，謝謝老師這兩年的教導，很感謝老師對我的用心，畢業後我會回來昌福看看您，也祝各位同學畢業快樂！

致嘉：謝謝同學六年來的陪伴，謝謝老師六年的教導和包容，珍重再見！

羿丰：雖然只和老師相處兩年，但我卻學到了很多知識，感謝老師的灌溉，我的樹已成長，我的海綿已吸滿，國中的生活也已向我招手！

珈承：這六年的時光真是快呀！所以我要謝謝這六年來的老師，還有同學們以及學弟學妹們，珍重再見！祝老師平平安安健健康康。

華鈺：正所謂：「光陰似箭，歲月如梭。」小學的六年就這樣過去了，以後還有更多路要走，而且也會交到新的朋友，所以不需要太傷心喔！

威昊：「感激」使我們將他人優點，變成自己的財富，所以感激是我們必學的品性之一，要學會感謝父母、感謝師長、感謝同學喔！珍重再見！

奇翰：這六年我遇見了許多好友，而這些美好的回憶將永遠留在我們心底！

欣瑤：今年夏天將要分別，儘管不再相見，但只要想到我的朋友也和我一樣繼續在國中奮鬥，又讓我重新有了活力，希望大家都能達成夢想。

離別揮手 情長左右 - 畢業特輯



慈恩：這六年來有許多讓我念念不忘的事，在在讓我依依不捨!!

芸婷：白駒過隙，光陰消逝，轉眼間又到了鳳凰花開的季節。即將離開母校，實在萬分不捨!「征服自己的弱點，是一個人偉大的起點。」願大家畢業後繼續努力!

詩庭：我們即將要畢業了，內心充滿高興與不捨，感謝我身旁的每一位老師、每一位同學陪伴我度過這精采的六年。再見了~我的同學、我的老師!

千尋：今年的夏天，鳳凰花開，我們畢業了，小學六年是一首動人的歌，休止符是這個夏天，讓我們展翅高飛。

玫芳：小學六年是一首讓人依依不捨的詩--這首詩代表我們六年二班時在一起的時光，希望大家能永遠記得這首詩。

芳禾：光陰似箭，回想起一年級，牽著爸爸粗大有力的手走進校門，如今即使再多的不捨，也要邁向下一個路口，讓快樂童年走向更蔚藍的天空!!!

婷怡：感謝老師這幾年的教導，我很幸福，謝謝老師們，珍重再見~

郁惠：畢業後，就算大家不是就讀同一國中，但大家都是看著同一片天空，希望大家以後也能憶起聯絡、一起聊天，就像五六年級的時候那樣的一起笑。

欣儒：時光荏苒，以前的美好時光，就像一首輕快的樂曲，悅耳動聽的旋律，帶著我們搭上時光機，回憶過去，如今，離別在即，千言萬語也無法形容此刻的心情呀!

田蕾：「天下沒有不散的筵席」如今已到了畢業的時刻，真是依依不捨，各位老師及同學們，謝謝你們的陪伴及照顧，我會謹記在心，我們有緣再相見囉~

珍重
再見

佳慧老師：即將走出昌福校園的六年三班孩子們，老師祝福你們畢業快樂！鵬程萬里！有空要記得回母校看看喔！老師愛你們！

簡琨達：就要畢業了，分開的腳步慢慢接近，雖然很不捨，但也改變不了分開的事實，大家珍重再見。

吳德億：老師我愛你們！同學畢業快樂！學弟妹們珍重再見！祝大家畢業快樂！

林亦晟：要畢業了！我非常感謝各位老師、同學、校長在這六年中一直幫助我、信任我，讓我感到十分溫暖，我只想跟大家說謝謝你們，就算畢業了我仍然會一直記住你們。

王偉僑：在這個校園我很高興能遇到很多很關心我的老師及朋友，要畢業了，謝謝大家的陪伴，祝大家畢業快樂。

陳健平：再過幾天就要畢業了，心中十分不捨，感謝大家的陪伴，祝大家畢業快樂。

王嘉誠：要畢業了，我想謝謝昌福國小所有的老師、主任，謝謝你們的諄諄教誨，使我成長茁壯。

王又銘：時間過得好快啊！多希望時間停留，也希望還可以和同學一起玩樂，祝大家鵬程萬里、畢業快樂！

林旭名：我們就快要畢業了，感謝老師和同學這兩年的陪伴，我要對大家說：「謝謝你們」。

劉安倫：鳳凰花開，蟬聲響起，是離別，是不捨，但，老師與同學卻會永存我們心中，再見了老師、同學。

林旭名：我們就快要畢業了，感謝老師和同學這兩年的陪伴，我要對大家說：「謝謝你們」。

於慶持：再過一段時間就要畢業了，要好好把握剩下的光陰。雖然有些不捨，但人生還是要繼續下去，祝大家一帆風順。

李秉叡：謝謝大家一直在這裡陪著我，我要感謝老師讓我們增加知識，謝謝同學陪我玩，大家珍重再見。

陳佑笙：希望大家以後能再相見，祝大家畢業快樂，珍重再見！

陳軍寶：謝謝所有教過我的師長們！你們的用心教學，讓我滿腹經綸，謝謝你們！

鄧琬臻：感謝各位老師這六年來辛苦的指導使我更成熟懂事，謝謝老師！

邱怡菁：祝各位同學一帆風順，也謝謝老師兩年來的教



導，這一段歡樂的童年會永存我的心中。

余佩蓉：要畢業的我們，即將踏上人生的另一條路。未來可能遇到許多挑戰，但我們只要努力去做，相信大家一定能實現自己的夢想。以後大家會上不同的國中，但只要不忘記對方，友誼還是存在的，讓我們一起走向『青春』吧！

顏吟珈：就要畢業了！這六年來，學到了許多知識和待人處事的道理，希望在畢業後大家還能友誼長存，祝福所有畢業生鵬程萬里，一帆風順！

謝沛宜：在五年級時不會體積和表面積，老師還特別印考卷讓我們寫，當時我覺得很討厭、很煩，但是在寫考卷的時候，我才發現，原來數學真的不難，所以我非常謝謝老師。

陳羽軒：再過不久我們就要前往新的旅程，希望大家能夠珍惜剩下的時間，祝大家一帆風順，畢業快樂！

林迦貽：在昌福的六年裡，很慶幸遇到一群很好的老師、同學陪伴我，如今就要畢業了，也希望大家以後能夠開開心心的！祝大家鵬程萬里，一帆風順！

王韻凌：我們就要畢業了，我要謝謝老師的教導。希望畢業之後，我跟同學們友誼還是一樣好喔！

陳則伊：謝謝大家兩年來的陪伴與支持，祝大家鵬程萬里，期待有緣再相見。

張羽真：再幾天就要畢業了，我們就要離開昌福國小了。各位老師、同學，謝謝你們的陪伴，以後還要繼續聯絡喔！

洪秋月：我想感謝老師們對我無微不至的照顧；感謝同學在我有困難的時候幫助我，我真的很謝謝你們。

劉孟綺：在這鳳凰花開的時節，我終於要和你說再見。再見了！這片美麗的校園！同學們，我們的友誼要長存喔！祝大家一帆風順，國中有緣再見！

離別揮手 情長左右 - 畢業特輯

604

佳霖老師：用最燦爛的笑容去迎接全新的舞台，
用最認真的態度去體驗每一個享受！

王秉崙：十分感謝班導為功課較低落的同學做額外的指導，能把我們心中的疑問解開。

周暉恩：經過六年的洗禮，我將走向更長、更遠、更美好的未來。在這裡我要對學校及教導我的老師們真誠地說聲：謝謝你們，我愛你們！

盧繼龍：謝謝老師、同學、陪伴我度過這些年，以及教了我這麼多的知識及道理。我將要畢業，希望到國中還可以遇到你們。

陳胤華：謝謝所有老師們的耐心及細心指導；也謝謝佳霖老師在我出錯時，總是給我時間及改進的空間。THANK YOU！

劉禮翔：回首小學的時光，發現學到的東西已經不少，這要感謝學校、老師、以及同學們。

吳廷恩：小學六年，遇到很多不同的老師，每位老師的教導都謹記在心。謝謝所有過程中的每一位，希望以後還能再相見。

黃振禹：從懵懂無知的一年級，到即將踏入國中前的六年級。老師不辭辛勞的指導讓我進步許多，想深深地再說一次：老師，謝謝您！

邱奕耀：謝謝所有的老師、主任及校長，在我有困難的時候幫助我。特別謝謝佳霖老師，利用課餘時間做特別的指導，讓我有所進步。

王聰霖：想對即將成為母校的昌福說聲謝謝。在這個充滿關懷與愛心的地方，讓我能夠好好的學習。老師們！謝謝！我永遠都不會忘記你們的，也希望你們永遠記著我們！

黃瑋倫：要對每個教過我的老師說聲：謝謝你！每當我遇到困難時，沒有一個老師放棄我，總是緊緊握住我的手，陪著我走向前。這是我喜歡昌福國小的原因。

邱有為：唉呀！一眨眼就要畢業，有點感傷，不想畢業，但總是要面對現實。在這裡我要感謝老師、同學、志工、以及我的爸媽，謝謝你們的包容、照顧和教導。

李加立：謝謝學校給我一個開開心心的學習環境，昌福將會是我們永遠的母校。謝謝老師們，教授我們知識及禮儀。特別要謝謝佳霖老師，帶給我的小學最後一年這麼多的歡樂。

陳冠維：感謝六年來，所有老師和同學一路的陪伴，路途上有開心、有快樂、有悲傷、有難過。要畢業了，接下來，準備踏上人生新的道路。祝，一切順利。

羅惠馨：六年過去了，我即將要畢業了，感謝教過我的老師，以及陪伴我六年的同學，珍重再見！



古家卉：謝謝學校給予一個溫暖的地方學習；謝謝老師用滿滿的心指導呵護；謝謝所有同學每天帶給我歡樂；謝謝你們讓我很開心！

林穎萱：時光匆匆，即將畢業，小學的時光難以忘記。感謝學校，提供良好的學習環境；感謝老師教導我們無盡的知識。

詹佩樺：感謝一路上陪伴我的朋友、老師，在我最需要的時候，你們總是在我的左右，謝謝你們，也希望你們永遠快樂！

許韶恩：我的朋友，謝謝你們的陪伴。即使要分離了，希望畢業後，還能再見面。我們的回憶像相簿一樣保存著。

劉芯喻：感謝導護志工，維護我們的安全；感謝各位老師，傳承了許多知識；感謝學校提供了這麼好的學習環境。

許子茵：謝謝學校的每一位老師，因為老師利用課餘的時間，耐心的指導，我們更能快樂的學習與成長。就要畢業了，心中有許多不捨，謝謝你們，辛苦了！

林恩儀：謝謝昌福這麼舒適的學習環境，讓我可以安心的讀書；也謝謝曾經教過我的老師，在這六年來的教導。雖然要畢業了，但我會記得昌福的。

陳采靈：感謝學校在這六年來對我的幫助，也很感謝這六年來教導我、幫助我的所有老師。希望在未來，也能遇到更多這樣的好老師。如果有機會成為老師，希望自己也能做的這麼好，甚至更好。

曾雯妍：又到了鳳凰花開的時候了，我們將要面臨另一個生活，謝謝各位老師用心教導，謝謝朋友們的陪伴。天下沒有不散的筵席，未來或許還有再相聚的機會喔！

陳家淳：就要畢業結束國小的旅程，前往求學的下一階段。感謝昌福國小帶給我美好的回憶，最後想說的是：「畢業不是結束，而是新的開始。」

林淳加：感謝這過去六年曾經教過我的四位老師，淑芬、織汝、孟萱、佳霖老師，謝謝你們這六年來細心的照顧，因為有了你們，我學到了許多知識及道理。謝謝你們^^

杜羿勤：謝謝校長、主任、老師們、志工叔叔阿姨們，謝謝你們的幫助及照顧，不論天氣寒冷或炎熱，總是在第一線，維護我們的安全，謝謝！

104學年度家長會捐款明細 (104/11/26-105/5/31)

日期	單位名稱	金額	日期	單位名稱	金額
104/11/26	全盛美食有限公司	3,000	104/11/28	鍾至賢	3,000
104/11/26	葉文乾	600	104/11/28	游武雄	3,000
104/11/27	兒童托教服務協會 理事長 廖素蘭	2,000	104/11/28	盧麗真	3,000
104/11/28	沅益食品有限公司	3,000	104/11/28	園遊會義賣 (物品由詹士強會長捐贈)	2,060
104/11/28	施輝雄	2,000	104/12/1	曹美花	5,000
104/11/28	曾承逸	3,000	104/12/15	關敬蓉	6,000
104/11/28	洪仁德	2,000	105/1/8	詹正同	2,000
104/11/28	陳文聰	1,000	105/1/18	慧德慈善基金會	18,000



昌福志工旅遊



昌福志工旅遊



昌福志工旅遊



志工成長營-豆腐 DIY



志工成長營-蝶古巴特小提袋



志工成長營-韓式拌冬粉

新北市104學年度公私立國民小學閱讀寫作競賽

組別	成績	班級	姓名	指導老師
五年級組	優等	五年2班	黃湘庭	郭秋萍
五年級組	甲等	五年2班	許純瑀	沈韻如

第十七屆「台北扶輪盃」國小學生台語現代詩朗誦比賽

類別	組別	成績	班級	姓名	指導老師
台語演講比賽	國小高年級組	第2名	六年1班	江昕霏	游玉雯

新北市105年度藝術饗宴第22屆國際藏書票比賽

類別	組別	成績	班級	姓名	指導老師
新孔版	社會及教師組	優選		吳英慧	
樹脂凹版	國小高年級組	優選	五年3班	陳武琦	駱約如
樹脂凹版	國小高年級組	佳作	六年2班	廖芳禾	駱約如
樹脂凹版	國小高年級組	佳作	六年3班	邱怡菁	駱約如

財團法人林心正教育基金會第四屆永傳盃硬筆書法比賽

組別	成績	班級	姓名	指導老師
硬筆書法	佳作	四年3班	陳品涵	駱約如
硬筆書法	佳作	三年1班	李易芝	駱約如
硬筆書法	佳作	一年3班	孫振曦	駱約如

104財團法人新北市板橋北極宮第十六屆文昌盃書法比賽

類別	組別	成績	班級	姓名	指導老師
文昌盃書法比賽	國小中年級組	第3名	四年3班	陳品涵	駱約如
文昌盃書法比賽	國小高年級組	佳作	三年1班	李易芝	駱約如

2016年品德教育靜思語書法比賽

類別	組別	成績	班級	姓名	指導老師
毛筆書法	國小四年級組	全國決賽第五名	四年3班	陳品涵	駱約如
硬筆書法	國小四年級組	全國決賽優選	四年3班	陳翎	駱約如
毛筆書法	國小六年級組	全國決賽佳作	六年2班	吳千尋	駱約如
硬筆書法	國小一年級組	全國決賽佳作	一年4班	蘇墨竹	駱約如
毛筆書法	國小中年級組	桃園區初賽入選	三年1班	李易芝	駱約如
硬筆書法	國小中年級組	桃園區初賽入選	三年1班	王呈諭	駱約如
毛筆書法	國小低年級組	桃園區初賽入選	一年3班	孫振曦	駱約如

◎本校舞蹈隊獲得104全國學生舞蹈比賽優等

班級	學生姓名	班級	學生姓名	班級	學生姓名
203	陳函誼	301	孫振寧	302	林芷聿
303	羅淇琪	302	林芮渝	401	林依璇
402	賴書晨	404	蕭菁媛	404	王采薇
404	陳仙婕	501	鄭筠蓁	502	黃湘庭
501	張芸瑄	204	鄭玟宣	303	彭靖庭
301	王芷嫻	402	邱婷宜	404	鄧卉筑
504	鄭筱君				

寶順盃國民小學書法比賽

組別	成績	班級	姓名	指導老師
毛筆書法	特優	四年3班	陳品涵	駱約如
毛筆書法	優等	三年1班	李易芝	駱約如

第十屆全國春聯書法比賽

組別	成績	班級	姓名	指導老師
國小中低年級組	優選	四年3班	陳品涵	駱約如
國小高年級組	優選	六年3班	於慶持	駱約如

新北市104學年度 小學五年級田徑對抗賽

組別	成績	班級	姓名	指導老師
女童壘球擲遠	第4名	四年2班	胡雅婷	江昱慶
男童跳高	第7名	四年4班	陳帝仲	江昱慶

新北市104學年度 三鶯分區小學五年級田徑對抗賽

組別	成績	班級	姓名	指導老師
女童壘球擲遠	第4名	四年2班	胡雅婷	江昱慶
男童跳高	第2名	四年4班	陳帝仲	林凱瑜
女童跳高	第4名	四年3班	蔡亭妤	曾國朝

新北市104學年度 三鶯區六年級田徑對抗賽

組別	成績	班級	姓名	指導老師
女童跳遠	第6名	六年1班	陳佳瑜	江昱慶
男童鉛球	第2名	六年3班	吳德億	林凱瑜
男童壘球	第4名	六年3班	吳德億	曾國朝
女童壘球	第6名	六年4班	羅惠馨	江昱慶



扶輪盃台語演講比賽



頒獎(文昌盃)



新北市舞蹈比賽

104美術比賽-新北市南區市賽優勝作品



中年級組/漫畫
學會彎腰
301蔡宜蓁 第3名



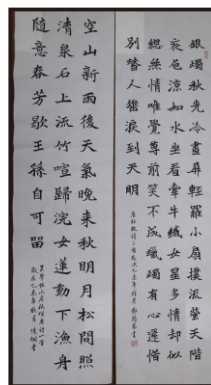
高年級組/漫畫
蚊之色變
602陳羿丰 佳作



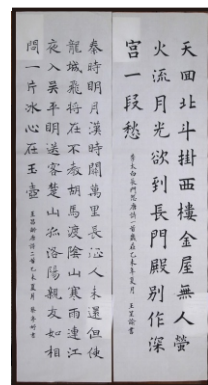
中年級組/水墨畫
轟浪
404王采薇 佳作



中年級組/漫畫
貓咪家族的晚餐
404許凱強 佳作



403陳翎 / 501鄭筠蓁



403蔡亭好 / 301王呈諭



中年級組/水墨畫
轟浪
401王彥婷 佳作



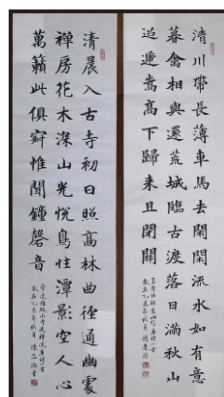
低年級組/繪畫
和姑姑吃火鍋
101傅湘甯 佳作



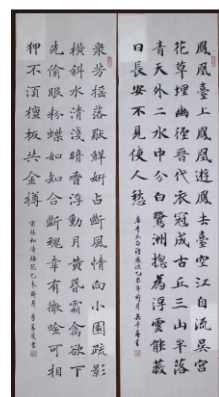
高年級組/漫畫
全民通緝中
601楊凡力 佳作



高年級組/漫畫
蚊子去血拼
601游言綸 佳作



403陳品涵 / 603於慶持



303李易芝 / 602吳千尋



高年級組/繪畫
自畫像班展
503陳武琦 佳作



中年級組/繪畫
餵牛趣
401林依璇 佳作



低年級組/繪畫
全家出遊真幸福
101許庭瑜 佳作



中年級組/繪畫
彩繪天燈
404蕭菁媛 佳作



高年級組/漫畫
全家都在賴
603邱怡菁 佳作

104美術比賽-新北市南區區賽得獎作品



高年級組/版畫
雲霄飛車大冒險
404李元廷 第3名



高年級組/版畫
有趣的踩高蹺
601楊凡力 第3名



高年級組/平面設計
飛魚季
501朱芷儀 佳作



吳英慧老師 優選



高年級組/面具之美
602廖芳禾 優選



中年級組/平面設計
扣人心弦·臺灣之美
401賴育羽 佳作



高年級組/平面設計
不想吻我，請遠離我
502許純瑀 第3名



高年級組/面具之美
503陳武琦 優選



高年級組/面具之美
603邱怡菁 優選

104藏書票比賽優選