

學校電話：03-3682943

教務處：分機 210、211

學務處：分機 310、311

總務處：分機 510、511

輔導室：分機 610、611

人事室：分機 710

會計室：分機 810

幼兒園：分機 150

學校傳真：03-3654872

110 學年度下學期 3 月號

發行所：桃園市八德國民小學

Bdes Elementary School

發行人：林世娟校長

編輯單位：輔導室

編輯：詹淑瑗、楊可欣

網址：www.bdes.tyc.edu.tw

校址：桃園市八德區興豐路 222 號

發行日期：民國 111 年 3 月 30 日

八德親橋

常懷感恩心 圓滿又歡喜

聰明用電

總務主任 尹玉藍

小朋友，還記得 3 月 3 日全臺大規模停電嗎？回想一下，因為停電，是不是讓我們作息大亂，因而造成許多不方便？教室裡沒有了電，一片黑漆，上課時無法使用觸控螢幕教學，就連廚房因為沒有電，而無法正常供應午餐。你會發現在日常生活中使用「電」時，似乎感覺不到它的存在，可是一旦突然性停電，不僅造成許多生活的不便，也會造成工業運轉上的損失，甚至引起意外發生。

自從去年疫情升溫後，國內開啟了遠端上班、上課的居家生活，炎炎夏日又使民生用電大增，再加上幾次的台電發電機組故障，台電備轉容量率頻頻亮紅燈等問題，使得大眾對於日後是否將面臨缺電危機不免擔憂了起來。

無論是否將面臨缺電的危機，我們每一位用電的大眾，都該知道如何地聰明用電，就讓我們先了解在校園中幾個省電的技巧吧！

在學校裡，我們最常使用的電力就是教室裡的照明、電腦、教學觸控螢幕等電子設備，今年，班級教室裡也已經安裝冷氣，好讓我們能度過炎熱的夏日，以下是在使用這些設備時，能夠聰明省電的好方法！

(一) 照明設備：

1. 不使用教室(如下課)、午休時，關掉照明設備
2. 以安全為前題下，在低需求光度的地方減少電燈數量，例如，走廊、樓梯間。
3. 盡可能採用白天自然光。

(二) 電子設備：

1. 於假日及非上學時間關掉電子設備，如觸控螢幕、電腦主機及其螢幕、影印機等。
2. 為電子設備設定省電模式，當設備停止運作一段時間後，會自動進入低電量／休眠狀態。

(三) 冷氣設備：

1. 室溫超過 30 度以上，再開冷氣。
2. 開冷氣時設定在 26 - 28 度間，溫度每提高 1 度可省電 6%。
3. 開冷氣時搭配電風扇，加速空間的冷氣

循環、提升舒適感。

4. 冷氣啟動時最耗電，切勿為了省電頻繁開關。

5. 每兩週清洗一次濾網，提高降溫效率。

「電」是地球上重要的能源，炎炎夏日即將來臨，全國將開始進入用電的高峰期，除了注意用電時省電技巧，在購買電器時，也要選擇有節電及環保標章的電器設備，兩者相輔，相信你一定能成為一位「聰明用電」的省電達人！

【學校重要行事曆】

- 一、4/2(六)~4/5(二) 清明連假。
- 二、4/12(二)、4/13(三) 期中定期評量。
- 三、4/23(六) 學校親職教育日。
- 四、4/29(五) 全校親職教育日補假一天。

【榮譽獎狀獲獎名單】

2、3 月份榮譽獎狀獲獎名單	
班 級	姓 名
二年 1 班	王芯妤、江宸侑、蘇廷瑾 陳紫馨、鄭伊喬、林家瑜 陳嘉睿、羅郁淇
二年 2 班	何展陞、邱羿維、顧庭綸 錢龍
二年 3 班	賴宥翔、陳妍臻、應書語
二年 4 班	何沛慧
二年 8 班	馮乙恩、張宸赫、黃呈嫣
二年 10 班	呂承洋、陳泓頤、李潼恩 林楷諺
三年 1 班	陳羿汝、李時宇
三年 3 班	程資祐
三年 5 班	顏梓恩
三年 7 班	李瓊惠
四年 5 班	曾芷蕾
四年 9 班	李昕澄、徐唯瑄、陳奕妤 黃介苙、黃凱薇、劉芷綺
五年 3 班	江家丞
五年 5 班	李怡萱
五年 7 班	邱稚耘、王承恩、邱維耘 游佳艾
六年 5 班	顏佑恩、吳沛蓁

【一、二月份品格《尊重》小天使名單】

一年級		二年級		三年級	
101	顏之勛	201	陳彥羽	301	陳羿汝
102	蕭湘妍	202	何展陞	302	吳季璇
103	李云榛	203	廖允郡	303	趙亮雲
104	顏采婕	204	林喬旂	304	劉禹辰
105	范羿捷	205	蕭永樂	305	陳龐宇
106	吳杰恩	206	劉芷妍	306	吳宗玄
107	楊蘅守	207	黃艾	307	許程瑄
108	陳宣甯	208	簡喬均	308	張紘瑄
109	游予机	209	徐子晴	309	劉郁倫
110	林芷伊	210	李胤蔚	310	林詠恩
111	李亞倫				
四年級		五年級		六年級	
401	林芸伊	501	李冠融	601	盧延辰
402	馮柔蓓	502	呂浩洋	602	吳育松
403	王琦喻	503	巫秉歡	603	洪安岱
404	林怡蓉	504	趙愷馨	604	左翔宇
405	林宣翰	505	廖德越	605	陳昱杰
406	萬冠霆	506	楊硯丞	606	朱睿為
407	詹媛晴	507	張毅宸	607	詹辰洋
408	林蔚璿	508	簡茹萱		
409	余悅葳				
410	孫晨凱				

【1、2月拾金不昧優良品德表揚名單】

1年5班 林禹辰	2年4班 黃柏洵
2年8班 林辰晞	2年8班 潘向霖
2年8班 蘇翊萱	3年5班 林琨富
3年6班 呂孟珍	4年4班 謝孟甫
4年4班 謝秉佑	4年4班 林琨捷
4年8班 宋郁晴	4年8班 李欣蕙
5年1班 林品竹	5年7班 王宏睿
6年5班 王湫天	

【學校宣導事項】

一、交通安全小學堂……學務處生教組

如何避開大型車的危險？

- (1)大型車轉彎時會產生內輪差，太靠近容易被車身碰撞，應與大型車保持安全距離。
- (2)大型車視野死角多，導致駕駛看不見你，因此行人應避免貼近大型車輛前方過馬路，機車、自行車不與大型車併行或常開頭燈，儘量遠離大型車，保護自身安全。
- (3)大型車行駛時會產生強大氣流，將鄰近人、車吸入，因此應與大型車保持安全距離。

二、服裝儀容規定……學務處生教組

為維護校園安全，使全校師生能明確識別校外人士，服裝穿著之時機及注意事項如下：

- (1)學生在校上課期間(每週一、二、四)應著學

校三合一運動服及適宜運動之布鞋、運動鞋。
(2)若因個人身體感受因素或氣候變化，如寒流或低溫特報，學生可加添便服之保暖衣物或配件(如手套、圍巾、發熱衣)。

(3)季節交替時，得視需要穿著長短三合一運動服，學校不統一規定換季時間。

(4)每週三、五為本校「便服日」，全校學生得穿便服，並應配戴名牌。

(5)本校主要雨具為雨衣，雨天時，請學生穿著雨衣上、放學。

三、鼓勵符合年滿12歲之學生完成二劑

COVID-19 疫苗接種……學務處衛生組

(1)完整接種 COVID-19 疫苗係防疫工作重要環節，請符合接種資格之學生至桃園市各區衛生所、合約醫療院所及隨到隨打站完成二劑疫苗接種。

(2)COVID-19 疫苗接種資訊請詳見：

「桃園市 COVID-19 防疫資訊站」首頁

(<https://covid-19.tycg.gov.tw/>)>疫苗接種

>合約院所查詢(<https://reurl.cc/Goy673>)

四、書包超重將影響孩童脊柱生長！……學務處衛生組

(一)書包減重三動作：

(1)臨睡前：整理書包，重量不超過體重的12.5%。

(2)上學前：調整書包雙肩背負，緊貼腰背。

(3)放學前：收拾書包，善用學校置物櫃。

(二)書包減重的重要性：

根據醫學報導，學齡期的學童正處於骨骼生長階段，女孩10到12歲開始快速成長，16歲左右遲滯下來；男孩在12到14歲開始快速成長，18歲左右遲滯下來。這段時間骨骼可塑性大，再加上肌肉承重力、耐力不足，此時若有不正常的外力介入，例如：不良的背書包方式、書包超重…等，都可能會影響脊柱的發展，嚴重的話還會造成脊柱側彎和肌肉、韌帶拉傷。

(三)書包減重注意事項：

(1)書包應雙肩背負，肩帶要寬。

(2)空書包宜重量輕，材質佳。

(3)重量接近骨盆、緊貼腰背。

(4)每日上放學僅攜帶當日所需之文具、書籍，非必要帶回家之書籍及學用品，請放置於班級的個人置物櫃。

(5)學生上安親班之物品請另行處理，盡量不要帶至學校，以免增加重量。

(6)盡量不要使用拖拉式書包。(請考慮學生上、下樓梯之不方便性)

【捐款徵信芳名錄】

捐款人/單位	金額(元)
邱垂宗	1000000
陶陶兒童課後照服務中心	3000