

學校電話號碼：03-4797299  
 校長室：分機—110  
 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  
 幼兒園：分機—120, 121  
 傳真電話：03-4807374



中華民國 113 年 5 月 3 日  
 發行：龍星國小  
 校長：張定貴  
 編輯單位：輔導室  
 編輯人員：范美萍、何淑芬  
 投稿信箱：iammao581118@gmail.com  
 網址：http://www.lspstyc.edu.tw/  
 校址：桃園市龍潭區中正路 269 號

龍星國民小學輔導資源網聯絡電話

新竹教育大學特教中心：03-5213132-7200 中原大學特教中心：4666304 桃園市家庭教育中心：3334885 全國婦幼保護專線：113  
 桃園市家庭扶助中心：4562195 桃園市婦女保護專線：3322209 長庚兒童醫院心智科：03-3281200-8541 桃園市政府社會局：3378585  
 桃園市鑑定安置輔導委員會：3394572 #12~19 全國家庭教育諮詢專線：4128185 生命線：3589595 中壢張老師：4259955

【食】在龍星

日期	菜名	營養分析	份數
5月6日(一)	白米飯	全穀雜糧類	6
	醋溜排骨	豆魚蛋肉類	2.1
	花生麵筋	水果類	0
	▲有機高麗菜	蔬菜類	1
	珍珠粉粿	油脂與堅果種子類	2.5
	◆梅乾苦瓜	熱量(大卡)	715
5月7日(二)	紫米飯	全穀雜糧類	5.8
	照燒豬棒腿	豆魚蛋肉類	2.5
	柴魚蒸蛋	水果類	1
	▲有機甜白菜	蔬菜類	1
	港式酸辣湯	油脂與堅果種子類	2
	西洋梨		
5月8日(三)	◆照燒豆腸	熱量(大卡)	768.5
	米食	全穀雜糧類	5
	香菇油飯	豆魚蛋肉類	2.7
	香滷雞腿	水果類	0
	時節綠豆芽	蔬菜類	1
	玉米濃湯	油脂與堅果種子類	2.5
5月9日(四)	◆腰果素雞	熱量(大卡)	690
	小米飯	全穀雜糧類	5
	糖醋魚丁	豆魚蛋肉類	2.6
	絲瓜蛤礪	水果類	1
	▲有機塔菇菜	蔬菜類	1.2
	海芽蛋花湯	油脂與堅果種子類	2.6
5月10日(五)	香蕉		
	◆糖醋豆包	熱量(大卡)	752
	糙米飯	全穀雜糧類	5.5
	榨菜香菇蒸雞	豆魚蛋肉類	2.7
	芙蓉蝦仁	水果類	0
	▲有機味美菜	蔬菜類	1.2
5月10日(五)	竹筍雞湯	油脂與堅果種子類	2.5
	鮮奶	乳品類	0.5
	◆榨菜香菇素丁	熱量(大卡)	792.5

★環保蔬食餐◆素食▲有機

- 本校午餐一週供餐 4 天，本週供應 3 天有機蔬菜，1 天具產銷履歷蔬菜，每週二、四提供水果，每月最後一個週三供應桃園在地產銷履歷豆漿。
- 每月最後一週(週一)配合市府環保蔬食政策提供 1 次無肉蔬食餐；除此之外素食餐亦採取分鍋分勺方式烹調。
- 每週一次乳品，每週五→夏天:供應冰鮮奶；冬天:供應光泉保久乳。
- 食材來源一律使用國產肉品、菜單中的豆製品一律採用『非基改豆製品』、雞蛋皆採用具有溯源標章洗選蛋。

賀

一年級硬筆字比賽獲獎名單

101	102	103	104	105	106	107
文○廷	楊○臻	林○岑	劉○玥	嚴○鈞	李○賦	蔡○璇
鍾○	陳○萱	徐○碩	鍾○愷	朱○翰	徐○懿	吳○辰
范○欣	奚○霽	吳○晴	陳○儀	劉○瑤	鍾○涵	謝○宸

一、二年級說故事比賽獲獎名單

名次	班級/學生姓名	班級/學生姓名
第一名	107 余○軒	207 謝○潔
第二名	106 戴○慶	201 楊○熙
第三名	102 楊○臻	206 羅○安

【佳文欣賞】

長頸鹿先生要搬家

二年一班張○毓

有一天，長頸鹿先生覺得他的家太小，需要搬家了，但是他發現家裡的家具太多又太重，有冰箱、電視、櫥櫃、長桌等等。他苦惱的想著：「該怎麼辦呢？」

聰明的貓頭鷹博士聽到他的煩惱後，決定幫助長頸鹿先生。他匆忙的召集了森林裡所有的小動物們，貓頭鷹站在高高的樹木上宣布了長頸鹿先生的煩惱後，大家都很同情他。接著，動物們走到長頸鹿先生的家，先和他打招呼後就開始搬家具。猩猩和長頸鹿先生搬著沉重的櫥櫃、小豬和小兔辛苦的搬著圓圓的長桌，而小鳥則在天空中指揮著大家說：「一、二、一、二……加油！加油！」大家都汗流浹背的搬著家具呢！

正當動物們搬著大大小小、高高低低、長長短短的家具時，他們聽見了「Y...Y...Y...」的聲音，這是從客廳發出來的，動物們就急忙跑去查看，結果竟然是大象的鼻子不小心吸住了小椅凳，卻怎麼甩也甩不開，大家看了都哈哈大笑了起來，讓大象覺得好丟臉喔！

Sentence of the Week

英語每週一句

I'm his fan.

我是他的影迷(粉絲)!

(陳國英老師提供)

## 5月各年級

### 【品格教育核心主題及行為準則】

#### ★孝敬★

##### ※**低年級**—尊敬父母

1. 我會自動完成功課
2. 父母叫我，我會立刻回應
3. 出門告知父母
4. 不做危險的事，讓父母擔心

##### ※**中年級**—體貼親心

1. 能幫忙作家事
2. 自己會做的事能主動完成
3. 表現好行為爭取榮譽
4. 明白自己的言行將榮辱父母

##### ※**高年級**—反哺心感恩情

1. 體會掃墓的重要性及必要性
2. 培養學生對祖先慎終追遠的認同感
3. 老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼

### 【品格故事】

韓伯俞，西漢梁州人，是一個至孝的人。他母親家教很嚴，每次伯俞有點小過失，母親都會用柺杖打他，雖然很痛，而他總是跪著甘心無怨地受杖，從無不悅之色。

有一天，韓伯俞做錯事，母親又拿柺杖打他，他卻大哭起來。

母親驚異地問：「以前打你，你都沒有哭過，今天為什麼大哭呢？」

韓伯俞流著眼淚說：「母親您有所不知，以前兒子有了過失，您打我，我覺得很痛，知道母親年輕有力氣，身體還是健壯的。可是今天母親打我的力氣卻小得使我感覺不到痛了，我從而知道母親已經年老力衰了。我們母子能在一起的時日，恐怕也就日漸減少了，所以我忍不住悲從中來！」



### 【性別平等教育宣導】

