

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 110 年 12 月 10 日
 發行：龍星國小
 校長：張定貴
 編輯單位：輔導室
 編輯人員：陳淑紋、林雪蓮
 投稿信箱：csw25290@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
12月13日 (一)	白米飯	全穀雜糧類	6
	宮保雞丁	豆魚蛋肉類	2
	豆瓣粉絲	水果類	0
	▲有機黑葉白菜	蔬菜類	1.4
	綠豆薏仁湯	油脂與堅果種子類	2.5
	◆宮保黑干	熱量(大卡)	717.5
12月14日 (二)	紫米飯	全穀雜糧類	5.5
	醋溜排骨	豆魚蛋肉類	2
	豆瓣桂竹筍	水果類	1
	▲有機高麗菜	蔬菜類	1.5
	海芽蛋花湯	油脂與堅果種子類	2.5
	◆金沙豆腐	熱量(大卡)	745
12月15日 (三)	米食	全穀雜糧類	5
	古早味炒米份	豆魚蛋肉類	2.5
	什錦滷味	水果類	0
	▲有機奶油白菜	蔬菜類	1.7
	酸辣湯	油脂與堅果種子類	2.5
	◆炒米粉	熱量(大卡)	692.5
12月16日 (四)	紅藜飯	全穀雜糧類	5.4
	麻油雞	豆魚蛋肉類	2
	結頭鵝蛋	水果類	1
	▲有機青松菜	蔬菜類	1.7
	香甜火鍋湯	油脂與堅果種子類	2.5
	◆麻油百頁	熱量(大卡)	743
12月17日 (五)	糙米飯	全穀雜糧類	5
	糖醋魚丁	豆魚蛋肉類	2.5
	海苔鱈魚炒蛋	水果類	0
	▲有機荷葉白菜	蔬菜類	1.1
	芥菜豆腐湯	油脂與堅果種子類	2.5
	◆糖醋豆包	熱量(大卡)	802.5

★環保蔬食餐◆素食▲有機

1. 本學期乳品：每週五供應 1 次。
2. 本校午餐一週供餐 5 天，每週二、四提供水果；豆製品採用非基改豆製品。
3. 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。
4. 夏天：供應冰鮮奶；冬天：供應豆漿及保久乳，4 月起天氣漸熱乳品改為每週每人供應養樂多冰鮮奶一瓶。
5. 食材來源一律使用國產豬、牛肉。
6. 本週供應四天有機蔬菜：本週二三四五



本校 5 年 1 班陳蘊恩、江子誠、彭康維、葉人輔、程悅恆、賴芷妍代表參加 110 年度桃園市英語讀者劇場競賽獲得國小 C 組佳作！

恭喜獲獎的同學，也感謝蔡惠如老師指導。

◆110 學年校內語文競賽成績◆

年級	比賽項目	第一名	第二名	第三名
四年級	國語朗讀	4-7 楊梓萱	4-2 王子杰	4-6 劉湘妘
	閩南語朗讀	4-4 陳子淇	4-6 阮煊頤	4-1 王睿廷
	客家語朗讀	4-2 周永峻	4-7 林睿翊	4-6 劉芯語
	國語字音字形	4-7 林堃恩	4-1 林語彤	4-5 王家豐
	閩南語字音字形	從缺		
	客家語字音字形	4-2 于晏晞	從缺	
五年級	作文	4-3 邱鏡瑜	4-4 彭梓晴	4-5 趙青煊
	國語朗讀	5-3 謝沛潼	5-1 吳桂溱	5-6 廖梓廷
	閩南語朗讀	5-6 鍾郡恩	5-2 陳思淇	5-1 李亦楷
	客家語朗讀	5-3 吳妍鈺	5-4 邱子淇	5-6 徐嘉澤
	國語字音字形	5-4 林展蔚	5-3 張峻瑋	5-2 邱偉倫
	閩南語字音字形	5-5 陳彤	5-3 鄭又橙	5-2 謝瓊濂
寫字	客家語字音字形	5-3 葉品妍	從缺	
	作文	5-4 洪炫瑞	5-6 古品茹	5-3 黃予歆
	寫字	5-6 廖云葳	4-6 黃天佑	4-5 劉子頤

恭喜以上獲獎同學

重要通知 !!!

一、12/18(六)本校設有全民公投投開票所，故 12/18(六)週六社團暫停一次，課程順延一周，週六社團最後一次上課改為 1/15(六)。

※游泳社(含初級及進階)上課地點為校外，故 12/18(六)照常上課，游泳社最後一次上課日期為 1/8(六)。

二、本校訂於 12 月 17 日【星期五】晚間 7:00-9:00 於 3F 視聽教室辦理親職教育講座。

※專題講座主題：賞識孩子適性發展

※主講人：葉家齊老師

※演講內容：

- 瞭解自己孩子的人格特質 · 開拓右腦想像力勇敢做夢
- 良好親子溝通與學習關 · 專注力不集中過動兒改善
- 運用潛意識力量邁向成功 ~竭誠歡迎您的參與~

★魚雁往返傳心意★

阿宓的話：

去年的上學期，五年二班、五年四班、五年一班、四年一班四個班級，好幸運參與了國語日報的魚雁往返計畫。

這個書信計畫，是想要讓台灣頭、台灣尾的孩子，城鄉交流成筆友，彼此書寫生活經驗以及校園日常學習，讓孩子們可以用文字介紹自己的學校以及家鄉有趣之處。

雖然這時代已經很少人在寫信了，但是藉由書信，我們可以感受到文字的力量，以及有別於電腦、手機的溫暖感受。雖然寫作文不是那麼容易，但只要想到遠方有跟我一樣的小朋友，會拿著我的文章仔細閱讀，就好期待，所以參與計畫的老師們，手把手的帶著教、字字句句的討論修正，慢慢的琢磨、細細的引導，讓我們寫出內容流暢又豐富的信件。

親愛的筆友你好：

很高興收到你的來信，我是龍星國小六年二班的魏芯芃，我的學校位於桃園市龍潭區，我們學校附近有石門水庫和運動公園。我覺得你們學校很酷，我也好想去你們學校看看，玩玩你們那裡的童玩。我好羨慕你們，可以天天玩到有趣的童玩，在玩樂中學習真好！

我們學校是一所具有客家特色的學校，我們學校的建築很特別，中間是客家五鳳樓，也叫做圓樓。五鳳樓是一個具有六百多年歷史的傳統客家建築。除此之外，我們學校每個年級都有獨一無二的課程，一年級有認識天穿日課程，天穿日是一種客家傳統的節日；二年級有擂茶課程，擂茶也是一種客家的傳統習俗活動。三年級認識學校建築之美，這個活動是由學校的小小導覽員在三年級的時候，向學弟、學妹介紹學校獨特的客家建築之美；四年級有鄉土導覽課程，這個活動是由專業的導覽員來介紹龍潭的古蹟；五年級有以茶學禮的課程，我們會在教室裡學習關於茶道的技術和禮儀，還會實際操作如何泡茶和品茶，課後還可以把茶杯帶回家當禮物呢！至於六年級，則是學做陶磚，我們會在畢業前把我們的作品貼在學校的圍牆上，等我們畢業後回到學校，還可以看到自己的作品，十分具有紀念價值。這些課程都很特別吧？對我們的學習有很大的幫助。

我介紹了很多關於我們學校的特色，希望下次如果你有機會來到桃園玩，可以到龍潭區的龍星國小來走走，參觀一下我們的校園。最後祝學業進步、身體健康

龍星國小6年2班 魏芯芃筆
民國110年10月30日

在遠方的筆友你好：

很開心能成為你的筆友！台灣正進入銀髮族時代，很感謝有你們會去關懷獨居老人。我也想要跟你分享我和家人中老人相處的情況。

我的家中有兩位老人，他們是家中的寶貝，分別是我的外公和外婆，平時享用餐點時，我們會跟他們閒話家常，聊聊彼此生活中的趣事，常常講的不亦樂乎，看著他們臉上的笑容，會令我不禁感受到一股暖意，心中雀躍不已。雖然外公外婆年紀大了，不過我們依然會帶他們出去走走、散散心，偶爾也會泡個茶，順便欣賞風景。老人家必須常常運動，才能預防骨質疏鬆。我還經常跟他們一同下棋，不僅可以磨練自己的技術和鍛鍊自己的大腦，還可以避免老人家罹患阿茲海默症，真是一舉兩得啊！

處於高齡化時代的台灣，在許多角落都有老人孤獨地生活著，他們需要大家的關懷與陪伴，我也希望能盡一份心力，去幫助他們，讓世界變得更美好。希望將來我們能有更多機會為銀髮族盡一份心力，再跟你分享我的心得。祝學業進步、平安喜樂。

桃園市龍星國小6年2班 張緣啟筆
民國110年10月30日

親愛的同學你好：

很開心能收到你的來信，我是桃園市龍潭區龍星國小六年級的學生，我的學校是龍潭特別出色的學校，學校有特色課程和客家特色建築，還有桃園唯一的彩虹跑道。

我們的特色課程在每個年級裡都有不同的課程，一年級要學習關於天穿日的由來與習俗；二年級進行客家擂茶活動；三年級會有認識學校建築之美；四年級有鄉土導覽的戶外教學活動；五年級進行「以茶學禮」的課程；六年級則是學習製作陶磚來貼在牆上做紀念，每個年級的課程都是既好玩又獨特，總能讓人留下了深刻的印象。

我們學校的建築也頗具特色，從圍牆到圖書館，都是採客家特色五鳳圓樓的設計；圍牆上的竹節窗代表竹報平安、高風亮節的寓意；而圓樓建築因為是圓形的，沒有死角，可以抵抗強風，也比較能夠抗震；另外，在校園裡有許多八卦造型的門，「八卦」的意象就是要讓進出這裡的人，都能趨吉避邪、平安、健康、好運！我們學校這種客家建築被評定為世界文化遺產，是不是很酷啊？總之，我覺得我們學校美得不可思議！希望你能來我們學校逛逛，也期待能收到你的回信。祝

平安健康

桃園市龍星國小6年2班 王品涵筆
民國110年10月30日