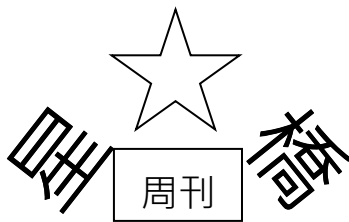


學校電話號碼：03-4797299
 校長室：分機—110
 教務處：分機--210, 211
 學務處：分機--310, 311
 總務處：分機--510, 511
 輔導室：分機--610, 611
 幼兒園：分機—120, 121
 傳真電話：03-4807374



中華民國 113 年 01 月 12 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

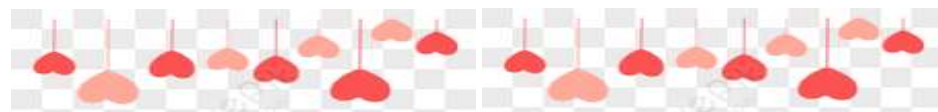
龍星國民小學輔導資源網聯絡電話

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
1月15日 (一)	白米飯	全穀雜糧類	6
	香酥肉排	豆魚蛋肉類	2.5
	醬油蒸蛋	水果類	0
	▲有機純秀白菜	蔬菜類	1
	白木耳湯圓	油脂與堅果種子類	2.5
	◆鹽酥雙拼	熱量(大卡)	745
1月16日 (二)	紫米飯	全穀雜糧類	5.8
	打拋豬肉	豆魚蛋肉類	2
	芋香白菜	水果類	1
	▲有機荷葉白菜	蔬菜類	2.1
	蘿蔔絲蛋花湯	油脂與堅果種子類	2.4
	蘋果		
	◆打拋干丁	熱量(大卡)	776.5
1月17日 (三)	麵食	全穀雜糧類	6
	義大利肉醬麵	豆魚蛋肉類	2
	小鮮肉包	水果類	0
	產銷青油菜	蔬菜類	1.1
	玉米濃湯	油脂與堅果種子類	2.5
	◆芝麻包	熱量(大卡)	710
1月18日 (四)	地瓜飯	全穀雜糧類	5
	茄汁魚丁	豆魚蛋肉類	2.4
	榨菜炒肉絲	水果類	1
	▲有機高麗菜	蔬菜類	1.5
	海芽魚丸湯	油脂與堅果種子類	2.4
	柳丁		
	◆茄汁豆包	熱量(大卡)	735.5
1月19日 (五)	糙米飯	全穀雜糧類	5
	照燒豬棒腿	豆魚蛋肉類	2.6
	麻婆豆腐	水果類	0
	▲有機蘿蔓萵苣	蔬菜類	1.1
	番茄海鮮湯	油脂與堅果種子類	2.1
	保久乳	乳品類	1
	◆照燒杏鮑菇	熱量(大卡)	792

- 本校午餐一週供餐5天，本週供應4天有機蔬菜，1天具溯源標章蔬菜，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；本週五開始更換為『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。



與校長有約活動

- ★113年1月15日(一) 12:30-13:00 (四、五、六年級)
- ★113年1月16日(二) 12:30-13:00 (一、二、三年級)
- ★各班表現最優及進步最多的2位同學
- ★地點：2樓大會議室

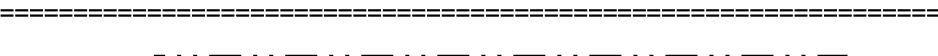


◎113年1月16日(二)早上8:35~9:15在四樓大禮堂進行【五年級班級節奏樂成果表演活動】，歡迎家長及班級前往聆聽！



~~教務處溫馨提醒~~

- ◎112學年度下學期開學日：2月16日(星期五)，正式上課，在校用餐，請攜帶成績單、寒假作業、書包、餐袋。
- ◎課後班2月16日(星期五)開始上課，下午5點放學。
- ◎寒假期間妥善規畫假期生活，著重安全與健康，快樂迎接新的學期。



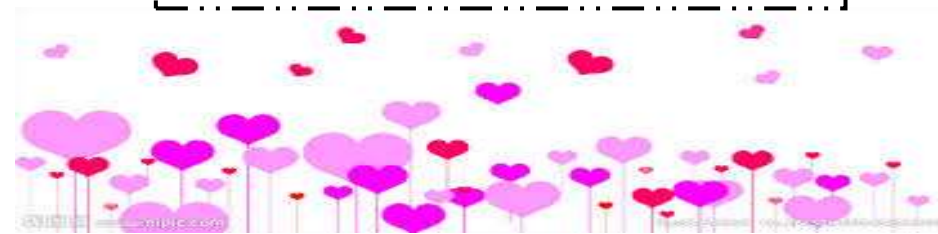
Sentence of the Week

英語每週一句

Wish you all the best!

祝您一切順利！

(蔡惠如老師提供)



1 月各年級品格教育 核心主題及行為準則

★ 關懷 ★

※低年級-關心弱小

1. 我會主動幫助同學
2. 我會愛護小動物
3. 我不攀折學校的花木
4. 認識不同的弱勢兒童並予以協助

※中年級-將心比心

1. 察覺別人的異常
2. 分辨別人的喜、怒、哀、樂
3. 學習傾聽
4. 慰問受傷或生病的同學
5. 用言語或行動表達對人的關心

※高年級-表達愛意

1. 永遠記住：我們從做好事中變成好人
2. 主動問候他人
3. 日行一善
4. 讚美別人的優點和榮譽
5. 施比受更有福

【關懷的故事：壞脾氣的阿規】

森林裡，住著許多可愛的動物，動物們相親相愛，過著快樂的日子。有一天，烏龜先生-阿規搬進了森林裡，大家非常高興的跑到烏龜先生家裡，歡迎新鄰居。

「阿規先生，我是小兔子琪琪，你有沒有什麼要我們幫忙的呀？」「阿規先生，我是烏鴉太太黑妞，有事找我，不必客氣！」大家都想幫助新鄰居做點事。可是，壞脾氣的阿規，只覺得搬家很辛苦，不情願和其他的人打招呼，更不要說微笑了。沒有多久，大家都覺得無趣，就紛紛離開了。

森林裡的動物們覺得阿規先生很沒有禮貌，沒有人想要和他做朋友。

有一天，阿規先生不小心吃到了愛笑草，捧著肚子大喊「哈哈 哈哈……，好痛喔！哈哈 哈哈……，好痛喔！」他不停的笑，笑得連眼淚、鼻涕都流出來了。

這時候，剛好小兔子琪琪經過，趕快告訴兔子媽媽和烏鴉太太，主動幫助烏龜先生，帶著他去給山羊醫生看病，吃過藥以後，阿規先生的愛笑病就治好了。

阿規知道動物們都很關心他，自己以前對大家沒禮貌是不對的，從此以後，他改掉了他的壞脾氣，對人彬彬有禮。

桃園市龍潭區龍星國小「閱讀認證」實施方式

一、閱讀資源

1. 龍星國小圖書館(一次可借 5 本，借閱期限 2 週)
2. 桃園市立圖書館各分館(使用市民卡即可借閱)
3. 龍星國小共讀書籍(共 193 套，由教師自圖書館借出)

二、認證管道

1. 閱讀認證卡、閱讀筆記認證頁

三、認證人員

1. 班級導師、科任教師或志工。
2. 家長協助簽名認證。(可透過家庭共讀或自由閱讀)



四、認證方式

1. 依書籍頁數認證，核算點數如下：

頁數	點數	頁數	點數	頁數	點數
100 以下	1	200-300	3	400-500	5
100-200	2	300-400	4	501 以上	6

2. 除閱讀認證卡所列必讀書目外，班級共讀書目或學生自行閱讀書目，亦可依上述點數規定，核予點數。

五、閱讀獎勵

1. 依學生獲得之點數，分別予以學士、碩士、博士之獎項，於兒童朝會公開表揚並頒發榮譽卡及獎狀。
2. 學士、碩士及博士獎依年段頒予或不分年段可累積。

〈獎項認定標準〉

年段	獎項	認證標準	獎勵方式
低年級	學士獎	20 點	授與低年級學士獎狀乙張、榮譽卡 1 張。
	碩士獎	30 點	授與低年級碩士獎狀乙張、榮譽卡 2 張。
	博士獎	50 點	授與低年級博士獎狀乙張、榮譽卡 3 張。
中年級	學士獎	20 點	授與中年級學士獎狀乙張、榮譽卡 1 張。
	碩士獎	30 點	授與中年級碩士獎狀乙張、榮譽卡 2 張。
	博士獎	50 點	授與中年級博士獎狀乙張、榮譽卡 3 張。
高年級	學士獎	20 點	授與高年級學士獎狀乙張、榮譽卡 1 張。
	碩士獎	30 點	授與高年級碩士獎狀乙張、榮譽卡 2 張。
	博士獎	50 點	授與高年級博士獎狀乙張、榮譽卡 3 張。

3. 各年段各獎項一人限兌換一次，已兌換之點數歸零，升三及五年級學生之點數重計。
4. 各年段碩士獎於期末抽出 30 位學生，贈送 30 元小禮物一份；博士獎抽出 30 位學生，贈送 50 元圖書禮券一張。

