



校長的畢業祝福

曾淑珍校長

每年六月畢業季節，看著畢業生離開學校，心中總有許多不捨與感傷。今年鳳仁國小有 13 個孩子將站上畢業的舞台和大家說再見，相信師長和學弟妹又要在離別的氛圍中鼻酸了！但還是要恭喜畢業生努力完成小學課業，帶著滿滿收穫進入人生另一個重要旅程，畢業後希望你們能謹記師長的諄諄教誨，繼續做個乖巧懂事的好學生！

校長有一份禮物要送給畢業班同學，這份禮物就是「愛」、「自信」與「勇敢」三顆種子，代表著校長的祝福與期許，祈願你們將這些種子牢牢種在心裡，用心灌溉，栽成生命中的心靈花園，相信日後定能開出芳香的花朵與豐碩的果實。

「愛」是萬物的根本，期許畢業生能夠以感恩的心，去體會週遭每一個人對你的愛與照顧，並且能夠用同樣的方式回饋、關愛他們，繼而真心誠意為人群服務，貢獻社會，努力為自己創造有愛、有價值的人生。

「自信」是成功的力量，所謂天生我材必有用，每一個人都有自己的亮點，透過多元的課程學習，可以讓我們發掘自己的優點與專才，只要秉持熱忱認真學習，相信你一定能走向築夢踏實的大道。所以大家都要儘早找到自己的興趣

與專長，有自信地堅持下去，才能期待嶄新亮眼的自我。

「勇敢」是探索世界的試金石，在人生旅途中每個人都免不了遭遇挫折與失敗，但能否勇敢面對苦楚，奮力突破，對自己來說都是考驗，因為當你可以不懼怕任何困難，用智慧與勇氣通過層層挑戰時，你的生命也才會豐厚圓融。

親愛的孩子們，請帶著師長的叮嚀、家長的期許踏入另一個學習階段，不論你在鳳仁學到多少知識，儲備多大能量，都不要忘記以「愛人為本」的信念去體會人生價值，以「不斷創新」的精神充實自己，以「勇於嘗試」的心境來自我建設，在未來的學習歷程中，祝福你們能夠一帆風順，勇敢的迎向前方！

永遠愛你們的校長 111.06.16



賀鳳仁國小

110學年度家長會正副會長 暨家長委員當選名單

家長會長 許正榮

副會長 溫金松 黃千晏 徐佩君



家長委員

賴志偉 曹文宗 楊士偉 許煒堃

謝堅才 馬仁智 鄧有翔 徐孟帆

黃天健 朱益成

榮譽榜

日期	項目	名次	姓名	指導老師	家長姓名
111/1/28	花客家藝文競賽-客語口說藝術類低年級組	表現優秀	黃威愷	宋德祿 劉巧玫	黃國瑞
111/1/28	花客家藝文競賽-客語口說藝術類低年級組	表現優秀	林郁芮昕	宋德祿 劉巧玫	郁雲麟
111/3/27	111 年花蓮縣「縣長盃」跆拳道錦標賽-國小低年級色帶男子組 25-27KG 級	第二名	李陳叡	陳雅欣	陳文吉
111/6	六年級縣模範生		楊昀杰		劉李牧穎
111/6	六年級鎮模範生		曹恩綺		曹文宗
111/6	六年級校模範生		賴書格		賴志偉
111/6	五年級縣模範生		王佑廷		王裕弘
111/6	五年級鎮模範生		劉宇晏		劉定昌
111/6	五年級校模範生		鄔雅雯		鄔建廷
111/6	四年級縣模範生		謝和豫		謝堅才
111/6	四年級鎮模範生		徐子騰		徐孟帆
111/6	四年級校模範生		王晨珊		王裕弘
111/6	三年級縣模範生		馬婕恩		馬仁智



榮譽榜

111/6	三年級鎮模範生		溫品筑		溫宏傑
111/6	三年級校模範生		林經倫		徐佩君
111/6	二年級縣模範生		林郁苕昕		郁雲麟
111/6	二年級鎮模範生		鄧名傑		鄧有翔
111/6	二年級校模範生		李陳叡		陳文吉
111/6	一年級縣模範生		潘宥昇		陳弈方
111/6	一年級鎮模範生		王宏毅		王彭閔
111/6	一年級校模範生		黃珮瑄		黃天健
111/ 5/18	鳳林校群健促寫字比賽低年級組	第三名	鄧名傑	林芳瑜	鄧有翔
111/ 5/18	鳳林校群健促寫字比賽低年級組	佳作	黃威愷	林芳瑜	黃國瑞
111/ 5/18	鳳林校群健促寫字比賽中年級組	第三名	徐子騰	陳麗如	徐孟帆
111/ 5/18	鳳林校群健促繪畫比賽中年級組	第三名	蘇辰恩	陳麗如	蘇峯生
111/ 5/18	鳳林校群健促繪畫比賽中年級組	佳作	林經倫	李宇雙	林千懿
111/ 5/18	鳳林校群健促繪畫比賽高年級組	第三名	翁林翔	陳奕嘉	翁林進
111/ 5/18	鳳林校群健促繪畫比賽高年級組	佳作	鄔雅雯	陳奕嘉	鄔建廷
111/ 5/18	鳳林校群健促繪畫比賽高年級組	佳作	張逸帆	陳奕嘉	張三豐



感謝您們的幫助

1. 感謝「全聯佩樺圓夢社會福利基金會」愛心育苗計畫-贊助本校羽球隊-營養點心費
2. 感謝「全聯佩樺圓夢社會福利基金會」愛心育苗計畫-贊助本校羽球隊-多元才藝發展經費
3. 感謝「全聯佩樺圓夢社會福利基金會」愛心育苗計畫-贊助本校畢業生-「全聯佩樺圓夢獎」禮券



過年

一仁／羅雅慈

今天是過年，外面都是敲鑼打鼓的聲音，真熱鬧，大家見面都說新年快樂，臉上都帶著快樂的笑容。

媽媽說：「希望你們開開心心，也希望爸爸身體健康，全家快樂。」

爸爸：「說你們不要貪玩，要幫媽媽工作，以免媽媽太勞累。」

我說：「我要用功讀書，幫媽媽做事，將來做個有用的人。」

一仁／薛宥菱

今天是過年，外面都是敲鑼打鼓熱鬧的聲音，街上到處喜氣洋洋，大家見面都會說新年快樂，恭喜發財，臉上都帶著快樂的笑容。

媽媽說：「希望你們平平安安，也希望爸爸身體健康，全家快樂。」

爸爸：「說你們不要貪玩，要幫媽媽做家事，以免媽媽太累。」

我說：「我要用功讀書，幫媽媽婆婆做家事，將來做個有用的人。」

一仁／王宏毅

今天是過年，外面都是鞭炮聲，真熱鬧，大家見面都說新年快樂，臉上都帶著笑容。

媽媽說：「希望你們平平安安，也希望爸爸身體健康，全家快樂。」

爸爸：「說你們不要貪玩，要幫媽媽洗碗，以免媽媽太累。」

弟弟說：「趕快帶我去買玩具和糖果。」

我說：「我要用功讀書，幫媽媽做事，將來做個有用的人。」

一仁／黃珮瑄

今天是過年，外面都是霹靂啪啦鞭炮聲，真熱鬧，大人見面都說新年快樂，臉上都是笑嘻嘻的。


媽媽說：「希望你們平安健康長大，也希望爸爸工作順利，全家快樂。」

爸爸：「說你們要認真學習，要幫媽媽做家事，當媽阿的小幫手。」

姐姐說：「希望我的學業進步，早日完成夢想。」

我說：「我要用功讀書，幫媽媽做事，做個乖小孩。」





一張色紙

過年

一仁／朱弈宇

今天是過年，外面都是鞭炮聲，好熱鬧，親戚們回家團圓見面都說新年快樂，臉上都笑咪咪的。

媽媽說：「希望我和妹妹平平安安，健康快樂，也希望爸爸身體健康，全家人幸福快樂。」

爸爸：「說你和妹妹要認真學習，做個好孩子」

妹妹說：「趕快帶我去買玩具和糖果。」

我說：「我要用功讀書，當個人見人愛的好孩子。」



一仁／黃郁喬

一張色紙，四四方方，摺貓咪在睡覺。

一張色紙，四四方方，摺小狗陪我玩。

一張色紙，四四方方，摺娃娃陪我睡覺。

一張色紙，四四方方，摺錢讓我變富翁。

一仁／黃珮瑄

一張色紙，四四方方，摺一堆錢，讓我變富翁。

一張色紙，四四方方，摺一堆書，讓我變聰明。

一張色紙，四四方方，摺小狗，保護我的家。

一張色紙，四四方方，摺娃娃陪我睡覺。



一仁／潘宥昇

一張色紙，四四方方，摺小貓在睡覺。

一張色紙，四四方方，摺小狗陪我玩。

一張色紙，四四方方，摺一把手槍，讓我射壞人。

一張色紙，四四方方，摺一台 Switch，讓我玩個過癮。

一仁／溫家齊

一張色紙，四四方方，摺錢讓我變富翁。

一張色紙，四四方方，摺一隻鯊魚，帶我環遊世界。

一張色紙，四四方方，摺一個大櫃子，讓我擺玩具。

一張色紙，四四方方，摺一堆書，讓我變小博士。



一張色紙



一仁 / 徐上凱

一張色紙，四四方方，摺小貓陪我玩。

一張色紙，四四方方，摺一張椅子，讓我舒服的坐下。

一張色紙，四四方方，摺一本書，讓我變聰明。

一張色紙，四四方方，摺一隻狗，可以保護我們家。



一仁 / 王宏毅

一張色紙，四四方方，摺娃娃陪我睡覺。

一張色紙，四四方方，摺一堆錢，讓我變富翁。

一張色紙，四四方方，摺一把手槍，讓我射壞人。

一張色紙，四四方方，摺一台 Switch，讓我不寂寞。



一仁 / 朱弈宇

一張色紙，四四方方，摺一堆錢，讓我變富翁。

一張色紙，四四方方，摺一把刀，帶我殺敵人。

一張色紙，四四方方，摺一台 PS4，讓我好好玩。

一張色紙，四四方方，摺一堆書，讓我盡情的閱讀。



一仁 / 薛宥菱

一張色紙，四四方方，摺蛋糕，當我的生日禮物。

一張色紙，四四方方，摺一台遊覽車，帶我去旅行。

一張色紙，四四方方，摺彩虹小馬，帶我去旅行。

一張色紙，四四方方，摺娃娃陪我睡覺。



二年仁班寫作園地

二仁／黃威愷
日記—觀察柿餅

九月二十三日星期四天氣晴

今天第一節國語課時，老師請全班吃「柿餅」。

原來風乾的柿餅是咖啡色的。而且，風乾的柿餅變小了，變得圓圓扁扁的。我摸著柿餅軟軟的，還飄著一股香香的味道。我忍不住大口咬下，柿餅好甜喔！

老師說：「柿餅可以送給親朋好友，祝福他們『心想事成』、『事事如意』。」

新鮮的柿子，味美多汁。風乾的柿餅也好好吃。謝謝老師！

二仁／林張輝

開心上學去

開學第一天，我背著書包，早起去上學，心裡覺得好開心。

我走在路上，大樹對我微微笑，小花向我招招手，連電線桿上的小麻雀也開心的唱歌，好像為我加油。

教室裡，有新的桌椅和書櫃，還有許許多多新的課外書，我覺得好開心。

開學了，我也升上二年級了。我要專心上課，下課時也要到操場運動，希望我能成為一個健康快樂的好孩子！



二仁／吳允樂

閱讀心得

我讀了一個故事，故事名稱是：我討厭媽媽

故事中令我印象最深刻的情節是：媽媽動不動就發脾氣……

故事中令我印象最深刻的角色是：小兔子。

讀完故事後，我的收穫是：我覺得小兔子說得話好好笑。小兔子雖然一直說討厭媽媽，但是，他是很愛媽媽的。跟我一樣，我很愛很愛我的媽媽！

二仁／張家豪

我要快快長大

小狗說：我要快快長大，長大了，當一位很帥的警察。

袋鼠說：我要快快長大，長大了，當一位很强的跳高選手。

小鳥說：我要快快長大，長大了，當一位很棒的歌手。

我要快快長大，長大了，當一位厲害的科學家。



二仁／李陳歡

運動會

星期六，學校舉辦運動會。這一天，天氣很好，學校裡來了很多家長和畢業的大哥哥、大姊姊。

首先，是運動員進場。接著，是大會舞的表演。大家都好興奮。

運動會最刺激的活動就是：全校大隊接力。每個選手都努力往前跑，在一旁的同學，都為選手加油。

還有很好玩的趣味競賽。我們的趣味競賽有：打球、跳繩、搖呼拉圈。我最喜歡跳繩。

今天的運動會，大家玩得好開心。我今天得到很多獎品，真是太棒了！



二年仁班寫作園地



二仁／林郁芮昕 閱讀心得

我讀了一個故事，故事名稱是：北風與太陽

故事中令我印象最深刻的情節是：北風用盡各種辦法，都無法達成目的，北風簡直氣壞了！

故事中令我印象最深刻的角色是：太陽，太陽很有智慧。

讀完故事後，我的收穫是：遇到事情要用智慧，像太陽一樣，很輕鬆的解決問題，贏得勝利。

二仁／呂唯綾

比一比

大人小孩，
比一比，
有什麼不同？
大人很高小孩矮。
前面和後面，
比一比，
有什麼不同？
前面有黑板，
後面有布告欄。
少和小，
比一比，
有什麼不同？
小少一撇，
少多一撇。
勿和力，
比一比，
有什麼不同？
勿沒出頭，
力有出頭。
比一比真有趣！

二仁／黃萬元

公園裡的池塘

漂亮的公園裡，
有藍藍的天空，
有白白的雲朵，
有紅紅的小花，
還有漂亮的蝴蝶。
這裡還有一個大大的
池塘，
池塘裡有大大小小的
魚，
還有小小的烏龜，
和飛來飛去的蜻蜓。
站在池塘邊，
拿魚飼料餵魚，
站在池塘邊，
看魚游來游去，
我感覺很開心！

二仁／鄧名傑

走過小巷

我靜靜地走過小巷，
牆角有一列小螞蟻，
螞蟻一隻接著一隻的走著：
就像一列行駛的火車。
我慢慢的走過小巷，
花園裡開滿各式各樣的花：
花兒一朵朵的盛開，
就像一張張的笑臉對著我笑。
我快快的走過小巷，
屋前有一棵大樹，
大樹隨風搖擺，
就像跟我打招呼。
我開心的走過小巷，
我心裡好歡喜，
我喜歡這條巷子，
我喜歡這個美麗的地方。

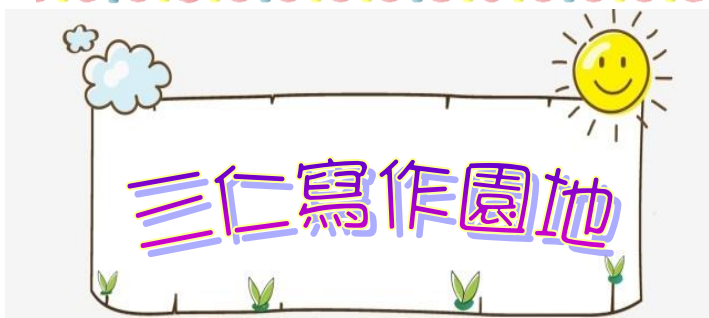


二仁／呂安慈

這是誰的

一二三，
這是我的三顆蘋果。
一二三四五，
這是你的五輛小汽車。
一二三四五六七，
這是誰的積木？
不是我的，
也不是你的，
那一定是他的。





三仁／馬婕恩

書包的自述

我是一個書包，從小就待在文具店裡，我看著來來往往的客人，時間也一天一天過去了，我還是沒被買走，真希望自己能被一個善良的主人買走。

有一天，一個小女孩站在我面前看了許久，最後她拿起我把我買了下來，我終於是有家的書包了！接著，我每天裝著厚重的書本和作業，陪著小主人上學。

日子一久，我開始覺得好累，因為書本太重了，我的縫線都快壞了，而且主人有時候會用力拍打我，我的心情十分失望和沮喪，原來，我的主人一點都不善良。

三仁／黃雅婷

種子的自述

以前我住在某間國小的校園，附近有吵雜的麻雀、可愛的小朋友、還有各式各樣的植物與我生活，過著自由自在的日子。

有一天，我被鳥叼走，牠帶我飛向天空，我看見那些小朋友在操場上奔跑，還有藍天白雲與我作伴，我感到欣喜。

之後穿過一大片竹林來到一棵高大的樹上，我成為了小鳥窩的一部分，我覺得自己在天空中的翱翔的夢想實現了。

三仁／薛瑋誠

我的爸爸

我的爸爸像一位老師，因為爸爸會教我功課、教我們做人處事的道理，還細心的照顧我們。爸爸有點胖胖的，鼻子大大的，帶著一副眼鏡。

爸爸喜歡在家唱歌、講笑話，平時還能把壞掉的東西修好，讓它們煥然一新。

謝謝爸爸總是不辭辛勞的照顧我們，我要跟爸爸說一聲：「爸爸，謝謝您，您辛苦了。」

三仁／溫品筑

我的媽媽

我的媽媽是最親密的家人，我的媽媽胖胖的，她平常喜歡穿黑色的衣服，總是綁個包頭或綁馬尾。

有時候我跟妹妹做錯事，媽媽總是有耐心的教導我們。有一次媽媽生日，本來想要送禮物給媽媽，但她卻說：「你們記得我的生日就好，不用送我禮物！」之後我跟妹妹就給她一個大大的擁抱。

我覺得媽媽真偉大，要做許多的家事，還煮美味的飯菜給家人，我想要向媽媽表達我的感謝：「謝謝您一直照顧我，希望您身體健康，長命百歲。」

三仁／林經倫

我的媽媽

我的媽媽有一點瘦，鼻子挺挺的，總是戴著隱形眼鏡，天氣冷時，她喜歡帶一條時尚的圍巾。

媽媽常說禮貌很重要，她希望我成為一個有禮貌的人，她也常教導我許多其他的人生道理，我受益良多。

我覺得媽媽是一個有趣又溫柔的人，雖然她罵人的時候有點可怕，但我知道她都是希望我成為一個更好的人。

三仁／劉勇

自動筆的自述

我是一枝自動筆，是在工廠做出來的，最後每一枝自動筆都會去各文具店。

在文具店待了一陣子後，有小男孩把我買下來，我有好多朋友，我最常一起工作的夥伴是橡皮擦，我們總是能在主人寫作業時派上用場。

在鉛筆盒裡一天一天過去了，朋友也越來越多，主人只好換一個新的鉛筆盒，新的鉛筆盒有美麗的圖案，空間也更大了，我的生活也更有趣了！

三仁／陳林杰

我的老師

我的老師高高瘦瘦的，鼻子挺挺的，穿著有一套風格，我覺得很帥氣。

老師常教我們如何解決問題，和做人做事的道理，我們都吸收了很多，他也時常陪伴我功課。

老師喜歡運動、看書、唱歌，希望老師能一直喜歡著自己的興趣。我們時常犯錯，我想跟老師說一句：「您辛苦了！」

三仁日常

體能活動，讓身體更健康！



三仁／陳宥彤 我的爸爸

爸爸的身材胖胖的，像一隻高大威武的熊，但腳很長，像一根竹竿，他的眼睛大大的，帶著一副長方形的眼鏡，嘴巴小小的，他常常穿著深藍色的衣服。

爸爸有時會告訴我人生的道理，也時常會跟我一起聽歌、玩遊戲，像朋友一樣。

雖然時間很少，但我很喜歡有爸爸陪伴的時候，我們總是可以一起做有趣的事，謝謝爸爸！

美勞結合健促，大家認真繪畫。



慢城走讀課程—我的夢想創作 與同學分享作品





四仁寫作園地



快樂是什麼？ 四仁/徐子騰

快樂是什麼？快樂就是和朋友一起玩遊戲。在假日時，我最愛約三五好友到家裡，來一場遊戲大會，享受打遊戲的緊張和刺激，也享受著玩遊戲的輕鬆和愉悅，這些讓我感覺到無比的快樂。

快樂是什麼？快樂就是和朋友一起騎腳踏車。只要有時間，我總喜歡找朋友一起出來騎腳踏車，十分刺激又好玩，我們還會騎腳踏車玩鬼抓人，這時要爭分奪秒的往前衝，享受騎腳踏車衝刺的感覺，好快樂呀！

快樂是什麼？快樂就是和朋友打籃球，在籃球場上享受和朋友比賽的緊張和刺激，大家玩了一場又一場，即使滿頭大汗也停不下來。

人呀！就是要把握當下快樂的時間，或是用寫的、拍照、圖像……，把快樂記錄下來，我也會用這些方式收藏快樂的時光。

校園之美 四仁/謝和豫

走進校園，第一個映入眼簾的就是一個種滿許多小盆栽與水生植物的小花園，那裡一年四季開著不同的花，真是漂亮極了！每天都張開手臂熱情的歡迎我們來到學校。

校園中最有味道地方就是一羽球館旁的那兩棵隨著四季變化綻放繽紛色彩的樂樹。春天新芽初冒，她帶著碧綠色的葉子，夏天則長出一朵朵金黃小花，秋天開始結出一個個火紅的果子，遠遠望去像一團火，美麗極了！冬天花落葉掉，只剩一個光禿禿的身軀，學生們下課時都喜歡在樂樹下跳繩、遊玩。

學校正中央是一片綠油油的草皮，我們最愛在那追逐玩耍；草皮四周的紅土跑道是大隊接力的主戰場，操場的周圍種了許多翠綠的大樹，尤其最近盛開的黃花風鈴木，讓春天的校園別有一番風情呢！草皮四周則有各式各樣的遊樂設施、運動器材，下課我總愛到北邊籃球場打打籃球、舒展筋骨，籃球場是我在校園中最常拜訪與最愛的地方。

校園之美無處不在，只要你用心尋找他，你就會找到。

梅花湖之旅 四仁/施逸嫻

今天我和家人到宜蘭的梅花湖旅遊，據說梅花湖風景優美、鳥語花香，令我十分期待。

一段車程後，我們到了梅花湖。放眼望去，看到許多鴨子在歡迎我們，小小的烏龜自由自在的游泳，小魚跳出水面，好像在跟我們打招呼，真是美麗。梅花湖上有一座吊橋，我們便往這兒走去，走在橋上時，感覺橋晃動得厲害，嚇得我急急忙忙往回走，但眼前美景吸引著我，我決定走過這座吊橋，雖然走到中間時，橋晃動的像可怕的大地震，但我還是堅持走完，感覺十分刺激、有趣。

過了吊橋，我們走到一個彷彿人間仙境的地方，眼前是一整片綠油油的草地和裝飾著粉紅色花朵的櫻花樹，一朵朵粉紅櫻花，好像一顆顆風鈴一樣，當風吹過，片片的花瓣掉落在草地上，就像童話王國，真是夢幻，微風輕輕吹過樹梢時，我彷彿聽到風鈴發出美妙的聲音，像是音樂家在舞台上演奏著美妙的樂曲，真是太神奇了。

梅花湖的景色真是美麗，讓我流連忘返，期待下次還能到此一遊。





四仁寫作園地



疫情下的假日生活 四仁/李欣晏

這個星期因為全中運，我們會有六天的假期，在放假前，老師叮嚀我們每一天都至少閱讀二十分鐘、運動三十分鐘，並注意自己的個人衛生。六天的假期這麼長我是怎麼度過呢？讓我一一道來。

每天早上，我會複習學校課業，雖然平時都在複習，但還是要更精熟，相信會得到更好的成績；複習好了之後就是我的閱讀時間，這幾天我閱讀的書目是爸爸不在我家，這本書既有趣又精彩，讀著讀著時間不知不覺就接近中午了，這時我會練習跳繩，先將計時器設定 3 分鐘再開始練習，這也是為之後的跳繩比賽做準備。

到了中午，爸爸會準備香噴噴的午餐，總讓我和哥哥吃得津津有味。吃飽休息後，我會打開 PaGamO 做閱讀素養題及老師的任務，當然也可以享受這個既有趣又能學習的遊戲，之後我還會找時間再練習跳繩，我就這樣充實的度過這個美好的假期。

我認為大家應該要有時間觀念，放假時可以先寫好行程表，再開始行動，好好的規劃才能充分運用，時間是不等人的，大家都要好好珍惜。

校園之美 四仁/王柏勳

我的學校是個美麗的地方，一來到校門，就能看到校舍兩旁的陶板，右邊的陶板是個小男孩在閱讀，象徵著鳳仁國小學生認真的讀書精神，左邊的鳳凰陶板則象徵著我們畢業後離開學校，像鳳凰一樣開展璀璨的未來。

走進校園，你能看到寬廣無比的穿堂，穿堂的兩旁是琳琅滿目的布告，展示著本月最佳品格之星、學生們的環保畫作、各類宣導……，但到了跳繩的時間，穿堂是跳跳繩的最佳地點。

下課時大家像衝鋒兵一樣，跑到操場上，享受寬廣的草地和豐富的遊樂設施，沒錯！下課時，大家最愛到操場上玩了，有的會去打王者級籃球賽，有的去玩盪鞦韆，有的會打躲避球，而且運氣好的話，還能看見如天使般可愛的幼稚園小朋友呢！

我的校園十分美麗，在這裡學習更讓我加倍用心。只要我們多多觀察，觀察這個世界的一景一物，就能發現這個世界的美。

快樂是什麼？ 四仁/蘇辰恩

快樂是什麼？快樂是和同學一起在緊張、刺激的電玩世界裡玩耍，虛擬的遊戲十分真實，好像自己真的在戰場一樣，和同學一起打電動，如果贏了，會令我興高采烈、手舞足蹈，和同學一起打電動真是太快樂了。

快樂是什麼？快樂是和家人一起騎腳踏車，雖然騎腳踏車很累、腳很酸，熱得滿頭大汗，但到了終點時，會感覺到無比的成就感，喝喝水、休息一下，徐徐微風吹過，感覺好快樂呀！

快樂是什麼？快樂是到游泳池練習游泳，雖然學習的過程十分辛苦，教練也很嚴格，但學會了游泳，享受著像魚兒一樣在水中穿梭自如，真有趣！以後的夏天，就可以更無憂無慮的玩水囉！

現在是疫情期間，很多活動都取消了，將來疫情轉好了，我要再和我的同學、朋友、家人，一起再去玩遊戲、騎腳踏車、游泳，做更多讓我快樂的事情。





四仁寫作園地



快樂是什麼？ 四仁/曾子恩

快樂是什麼？快樂是和好友一起在酷熱的夏天裡，一邊享受著徐徐微風，一邊吃著冰涼爽口的冰淇淋冰沙和冰棒，一起旅行，到海邊看著太陽從東邊升起，從西方落下，心情十分愉悅舒爽。

快樂是什麼？快樂是和家人一起同甘共苦、休戚與共。無論是受到挫折還是受到委屈，家人無條件支持著我，我最喜歡晚上吃飯時間，大家分享著今天上課學到了什麼、上班發生了什麼事，不管是好、是壞，家人都願意聽，這就是快樂。

快樂是什麼？快樂是和同學一起享受下課的時間，不論是玩盪鞦韆、打籃球，都很刺激好玩有趣，並且都是和同學增進友誼的機會，所以每次下課都要好好的把握時間。

這個世界上快樂的事太多了，感受不完，不可惜；不感受，才真是可惜。多多感受，你會覺得這個世界到處都有快樂、溫暖的氣氛。

快樂是什麼？ 四仁/王晨珊

快樂是什麼？快樂是在放假時玩手機的樂趣，在放假事情都做好之後，我會和哥哥、妹妹一起玩手機，遊戲中碰到困難時，哥哥會幫我，當我有不懂的時候，哥哥也會來幫我，我好喜歡有哥哥的陪伴。

快樂是什麼？快樂是和爸爸一起撿石頭，我常常和家人去海邊玩，爸爸會和我一起撿石頭，爸爸會挑整個海岸邊最漂亮的石頭給我，當我找到石頭回去找媽媽時，爸爸會叫我小心，溫暖又細心的叮嚀著我。

快樂是什麼？快樂是照顧小動物，我常常回外婆家玩，享受照顧小動物的樂趣，當我難過時，小貓會到我身旁坐著陪我，像是媽媽在旁邊安慰我的感覺，我想要貓咪陪我玩的時候，貓咪就出來陪我玩，我和他可以玩得超開心的。

快樂不需要花大錢，做自己開心的事情，放鬆心情、紓解壓力，就是我的快樂了。



校訂課程—料理客家小炒





五仁的創作天地



過年記趣

五年仁班 許銘珊

新冠肺炎病毒全球大流行，造成許多人生病、死亡，為了避免被感染，所以今年我們決定在家過年。

到了除夕那天，大人們決定要烤肉，當在升火燒木炭時，我們才討論分工的事，直到木炭燒好才討論完，姐姐負責烤甜不辣，哥哥負責烤香腸，我則負責烤肉片，在我們三人的努力下，圓形甜不辣變成香菇，黑了一大圈，長條形甜不辣變成木炭，所以我們去找老爸來救場，在老爸的指導和檢視下，我們終於烤出一盤看起來比較能吃的食物了，但是在過程中，哥哥慘叫了兩聲，因為香腸被他烤到地上去了，而且還差點烤到我腳上，我們將烤好的食物拿到餐桌上給大家當晚餐加菜，阿婆吃了一口說很好吃，我們三人組感到很開心。

雖然今年過年沒有出去遊玩，不過有堂哥、堂姐在家裡陪我，我就很開心、滿足了，重要的是今天還有紅包可以領，大家也都平平安安、健健康康的，真是太棒了。

寒假旅遊記趣

五年仁班 劉宇晏

今天是我们期待已久的家庭旅遊，這次媽媽是選擇帶我們去宜蘭的「閣陞民宿」住兩晚。

民宿的裝潢很有設計感，因為老闆是建築師，一進去房間，我們都被房間內的格局吸引住，其中最特別的設計是電視櫃的底下可以拉出桌子和椅子，節省了不少空間，不過唯一的缺點是有螞蟻，而且還是愛喝水的螞蟻，害我和媽媽的水壺都遭殃。

第二天我們到畫框博物館參觀，進去前館員會給每位遊客一張小黃卡，闖關卡(內附抽獎卡)，和一百元消費券，小黃卡是去四樓畫(寫)你想畫(寫)的內容，然後貼在牆壁，闖關卡是去三樓蓋章，關主會問畫作名稱，離開前可以拿闖關完成的卡片換一個積木相框。而我在三樓完成蓋章的三幅畫分別是「蒙娜麗莎的微笑」、「戴珍珠耳環的少女」和「夢」。

這趟旅行中我印象最深刻的是我們在畫框博物館看鬼畫時，解說員突然冒出來，我們全部的人都嚇死了，爸爸還說：「人比畫還讓人覺得恐怖！」

營養宣導

五年仁班 翁林翔

每個人的體型都不一樣，有高、有矮、有胖、有瘦，我是屬於矮胖型的，人的身材有百分之七十是遺傳，百分之三十是後天努力，我也想成為又高又瘦的男生。

人的一生在嬰兒期長得最快，一年可長二十公分，兒童期到青春期每年也可長五公分，十六到三十歲每年有長二到三公分的潛能，關鍵是生長激素和足夠的營養，其中充足的睡眠和運動可以幫助分泌生長激素，夜晚入睡後一至兩小時分泌量達到高峰，因此要盡量早睡，燈光也要盡量暗。此外，運動對長高也有很大的幫助，因為生長激素在運動後十五分鐘開始上升，專家建議每次應運動三十分鐘，每天運動兩次最好，跳繩、跑步、游泳都是不錯的選擇。

另外，營養的攝取更是重要，長高就像蓋房子，熱量、蛋白質、鈣、鋅、鐵就是我們的建築材料，如果要長高，飲食要遵守我們的餐盤原則：每天早晚一杯奶，每餐水果拳頭大、菜比水果多一點、飯跟蔬菜一樣多、豆魚蛋肉一掌心、堅果種子一茶匙。而糖分會影響生長激素分泌，因此得盡量不吃含糖食物，相對地，應該多吃鈣質，每天早晚一杯鮮奶可滿足每天鈣質攝取一半的需求。

對我來說，長高是一個重要的目標，聽了這次的宣導，我發現這不是一件容易的事，所以我必須好好努力，才能成為理想中的自己。



五仁的創作天地

訪談梁教練

五年仁班 全班共作

這一、二十年來，鳳仁國小的羽球隊都有一位志工教練，他是梁添登教練，因為他長期的無私付出，所以我們班決定邀請梁教練來接受我們的訪問。

以下是我們的訪問內容及心得：

訪問對象：梁添登教練（羽球教練）

時間：三月三十一日早上八點三十分至九點十分

地點：鳳仁國小五年仁班教室

記者：佑廷、雅雯、宇晏、聖義、宥勳、銘珊

紀錄：五年仁班全體師生

錄音：翔翔

五年仁班全體師生：梁教練好！

教練：你們好，很榮幸接受大家的訪問。

佑廷：教練為什麼願意來鳳仁教我們打球？教了幾年了？

教練：來鳳仁教了十一年了。因為當初有一位鳳中的李教練，他的小孩在鳳仁讀書，想在小學就讓他學打羽球，所以就請我來鳳仁教學生打球，我就答應了，然後就一直教到現在了。

雅雯：來鳳仁教學生打球辛苦嗎？

教練：不辛苦，因為做自己喜歡做的事就不會覺得辛苦。

宇晏：目前為止印象最深刻的學生？

教練：有很多，包括：鄭李維駿，現在就讀高師大，徐芷盈、翁林璟、張孝培、徐胤庭、陳懷智、陳亞智、江沅軒等等。

聖義：有沒有印象最深刻的比賽？

教練：民國七十四年參加全民運動會，得到全國第四名。還有民國九十年參加由豐田汽車舉辦的全國大專盃獲得男子乙組的第一名，獎金十萬元。

宥勳：教學生打球有沒有特別的方法？

教練：基本功最重要，打球前要先暖身，接著打完球後也要記得收操，這樣才不會造成運動傷害。

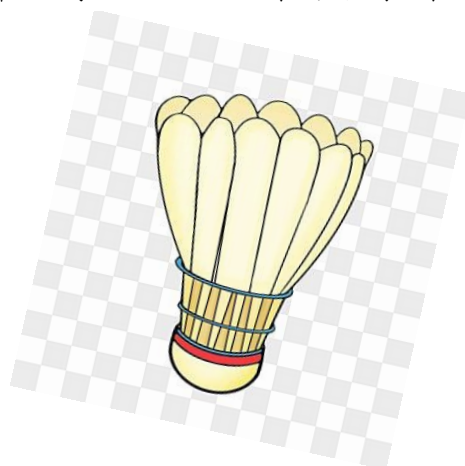
銘珊：教了這麼多年的羽球有什麼感想可以勉勵我們的？

教練：第一，要做自己喜歡做的事，打球可以培養良好的休閒運動，增進人際關係，幫助仕途。第二，希望藉由教導學生打球來培養學生的運動習慣，不要常玩 3C 產品。第三，把身體照顧好。

訪問結束後，佑廷先把一張全班寫好的感謝卡送給梁教練，再來是我們共同精心準備的禮物送給教練，裡面有愛心義賣會賣的杯墊和老師作的桑葚蘋果汁，最後再拍一張大合照後結束今天的訪問課程。



111 年 3 月 31 日訪談梁添登教練



五仁的創作天地

日記一則 五年仁班 王佑廷

今天體育課主任讓我們打羽球，我也很久沒有跟大衛打球了，所以今天我就跟他一起打球，以前我還沒參加羽球隊時跟他打都輸得很慘，但自從我參加羽球隊後我就沒有輸過他了，所以有參加羽隊後，球技還真的進步許多。

日記一則 五年仁班 鄔雅雯

今天上自然課是上到第二單元的活動二和三，其中主要介紹滅火器的使用方式，是（拉）插梢，（瞄）準火源底部，（壓）握把，（掃）向火源底部左右掃描，最後是火災的預防與處理，介紹要怎麼避免火災發生，首先不要玩火，還有插座不使用過多電器，以及電器用品不能太靠近易燃物，樓梯間部堆放東西，睡覺或外出要記得關瓦斯爐。

日記一則 五年仁班 楊聖義

我們今天的自然課在講星座的亮度和顏色，星星的亮度是用星等來表示，早期天文學家將肉眼看得到的星星分為六個等級，數字越小，星星亮度越亮，所以一等星最亮，六等星最暗。星星會因為表面溫度不同而有不同的顏色，像大犬座的天狼星的表面溫度約一萬度，因為它看起來是青白色的。

日記一則 五年仁班 劉宇晏

今天綜合課在看影片，影片內容是描述有一個學生被威脅，另一個學生救了他，但是是用暴力解決的，隔天，他們在走廊相遇，被救的人就想要成為救他的那個人的徒弟，對方拗不過他，只好答應，後來有兩個男生拿蟑螂嚇女生，師傅就叫欺負女生的男同學道歉，但他們不道歉，所以就打起來，師傅就被老師警告說若再記一次大過就要退學，那男生就像老師請求原諒，原因是不想讓他唯一的親人—生病的奶奶擔心，老師就很為難，而徒弟就帶師傅去找另一位老師請求，老師說解決問題要用頭腦而不是暴力。看完影片，讓我們了解到凡事不能只用暴力來解決問題。

日記一則 五年仁班 沈宥勳

今天自然課老師教我們動物的繁殖方式，有卵生和胎生，還跟我們介紹我們的肚臍是從母體的生產下來後臍帶剪掉留下來的印記。還介紹每隻動物幾乎都是雌雄異體，只有少部分像蚯蚓和珊瑚和其他少數的動物是雌雄同體，後來老師還跟我們說大部分動物是異體而生，只有很少數的動物像寄生蟲可以和自己交配，大自然真的是太神奇了。



↑ 五年仁班染布作品—伸縮提袋



↑ 五年仁班校訂課程—參訪美好花生

營養宣導

五年仁班 劉宇晏



今天早修一到六年級集合在三樓演藝堂進行營養宣導，營養師是馨儂快餐的郭澤璋先生，主題是「體型」，營養師一開始問我們，高、矮、胖、瘦最喜歡哪個體型，想必大部分的人都喜歡高、瘦，那究竟要怎麼做才成為理想中的體型呢？

首先，想成為又高又瘦的人要遵守四個原則，第一個原則是運動，只要多運動就會瘦。那要怎麼做才能長高呢？幫助長高的運動有三種，包括跳繩、跑步和游泳，而做這些運動至少要持續三十分鐘，而且每天要做兩次。

第二個原則是飲食，前面說運動會瘦，但飲食卻是最大關鍵，那要怎麼吃呢？就要遵守熟悉的「我的餐盤」原則-每天早晚一杯奶，每餐水果拳頭大，菜比水果多一點，飯跟蔬菜一樣多，豆魚蛋肉一掌心，堅果種子一茶匙。上述所說的一定要落實做到，才能長得又高又瘦喔！

第三個原則是睡眠，長高最重要的就是生長激素和足夠的營養，生長激素會在夜晚入睡的一至二小時分泌到達高峰，所以睡眠也有要注意的事項，包括最好在八點到十點中間上床就寢，要睡足八小時，在越昏暗的環境睡覺越好。

第四是多喝牛奶，每天早上喝一杯牛奶，因為可以補充鈣質，如果沒有牛奶，那麼羊奶是可以取代的，但是椰奶就不行取代牛奶喔！因為椰奶是屬堅果類。

聽了這麼多長高又變瘦的方法，讓我收穫滿滿，為了長高變瘦，每天用餐時我要努力遵守「我的餐盤」，運動時也要好好落實，這樣才能長得高，身材又好。

兒童節

五年仁班 王佑廷

今天雖然不是兒童節，學校提前舉辦了兒童節的活動，和往年一樣，鎮公所家長委員和會長都有補助我們禮物。

老師們準備了四個活動，第一個是大隊接力，上次只有兩位幼兒園的小朋友參加，這次他們更有經驗了，派了四位小朋友參加比賽。一開始我們藍隊領先，後來就被追趕上了，最後兩隊平手收場，大家都很满意這樣的結果。接著我們所有小朋友就坐在穿堂吃冰淇淋，今天的天氣很冷，所以我吃到一半就去穿上外套了。

吃完冰淇淋，接著進行跳繩比賽。我們五、六年級要選十個人，一至四年級也要選十個人，比賽時要連續跳三分鐘，所以老師就幫我們計時三分鐘可以跳幾下，我跳了四百五十下，跳完跳繩就是最後一個活動「合力穿繩」，老師將我們全校小朋友分成六組，每組十個人，我們玩了兩次，第一次我們這組第一名，第二次我們第二名。

今天我們玩得很開心，因為跑步時大家都用盡全力跑，雖然最後沒有贏，但也沒有輸，吃冰淇淋時真的很冷，但還是要很感謝會長的好意，跳繩時我一開始用了全力在跳，後來就沒力氣了，所以老師教我們要配速，合力穿繩比賽我覺得應該由高排到矮，不然個子矮的人很難將繩交給身高高的人，還有這個遊戲是考驗我們的團結合作。今天要謝謝老師們幫我們辦了兒童節的系列活動，也要謝謝會長、鎮公所和家長會提供的禮物。





六仁的寫作天地



一年之計在於春

六年仁班賴書格

春天快到了，大地有很多變化，雖然我最喜歡秋天，但我覺得春天很有趣。

一到春天我就覺得很開心，比如春天開的花很美，讓我覺得大自然更有趣，我會在春天去賞花、去動物園、去參加大自然活動等等。春天也讓我覺得很溫暖，在春天的晚上，我會偷偷帶著表弟、表妹一起去觀察大自然的變化，還會跑到泥土裡玩，但被家人發現就完蛋了。我最愛春天去爬山，可以看到綠色剛發芽的小草，一朵朵五彩繽紛的小花，還有可愛的小動物，尤其美麗的橙紅陽光落在海洋中，真美麗。我要把握和家人相處的時光。

春天到了，很多人有自己的計劃，我也有。我希望可以長高到一百五十五公分、家人平平安安和中刮刮樂。為了長高到一百五十五公分計劃，我應該多喝牛奶和跳繩。雖然還有很多計劃沒完成，只要我持續做下去，我一定會完成。

我要把握青春和家人朋友相處時光，希望大家春天的計劃也能完成，希望這個春天能讓我難忘。

一年之計在於春

六年仁班曹恩綺

春天來臨時，大樹開滿了花，地上長滿了綠的發光的草，在這一瞬間，感覺時間都煥然一新了。

「一年之計在於春」這句話，我認為因為春天是一年的第一個季節，而在新的第一年的第一個季節應該要有新的計劃。春天早晨的太陽光灑在美麗的校園，看起來好舒服，這就是春天的美。

春天的意義是為了把握青春，珍惜青春的時光，把青春時該完成的事做完，認真完成，避免留下遺憾的結果。春天對我來說是個充滿開心的季節，因為看到春天的陽光就像看見微笑，總之，「一年之計在於春」這句話的重點就是把握青春時光，珍惜身邊的人。

我今年春天的計劃：好好把畢業前能跟同學玩的時光認真玩，畢竟我們或許畢業之後就不容易見面了。當然還有一個計劃，就是把書讀好，尤其現在又快升國中了，想在這關鍵時刻把知識學好，對未來或許有用。另一個目標是把吉他學好。雖然對學業好像沒什麼幫助，其實未來能進吉他社，進吉他社一直是我的願望，對吉他喜愛是沒有原因的，就是喜歡。

只要能持之以恆，相信大家夢想，都能一點一點實現。

一年之計在於春

六年仁班楊昀杰

俗話說：「一年之計在於春。」春天的來臨讓世界萬物都甦醒過來，人們也是，學期開始，許多冬眠動物也開始活動起來。植物也冒出新芽，數以萬計生物都是春天開始。

它在我心目中的意義：要把握好時間，要把握好青春，不然時間過得很快，沒多久一年就過去了，就這樣一直循環下去，都沒把握好時間，你的青春就都浪費了。

當然，在春天時你總會有一個計劃，畢竟春天是第一個季節。我的計劃希望可以在小學期間做出一件畢生難忘的一件事，那就是五科成績考滿分，我知道是很難達成。如果我能達成的話，那所有人一定會大吃一驚。我必須課後認真複習和仔細檢查考卷，我認為至少可以達成兩科滿分目標。

總而言之，要把握好時間，不要把青春的時間虛度掉。



六仁作品

一年之計在於春

六年仁班李易展

春天來臨了，大地充滿變化，春天的雨讓草地長滿了嫩葉的花朵和小草，大樹的葉子變的綠油油，冬天冬眠的動物也出來舒展筋骨，老人小孩也出來運動了，花朵吸引了許多蝴蝶飛舞，就是春天最美好的景色。

「一年之計在於春」的原因，春天是一年之中的第一個季節，我們在新的一年應該有新的計劃，例如學業進步，而你呢？

「一年之計在於春」的意義，要珍惜時光，所以我會好好珍惜在學校最後六年級的時光，另外新的目標是跳繩一次達 500 下，我預計每個月增加 50 下，預計三個月達成目標。



我們，即將畢業了……

我們度過了小學 6 年的時光，都給彼此非常多的回憶。現在要畢業了，大家都如此的不捨，各自會有自己的人生道路；各自走向自己的未來。這 6 年的時光，我非常的開心，能夠遇見你們，你們每一個都散發出獨自的特色。這 6 年來，我們吵過架、聊過天，上了國中希望你們都能完美的踏入你們選擇的道路，我也希望我們能上同一所國中，但是多多少少都會分離。一同陪伴我們的老師、同學、朋友，我都非常謝謝你們能陪伴我這幾年，現在想一想能夠遇見你們真的是我一生的福氣了！上了國中大家都要健健康康，國中必然比國小還要辛苦，希望大家上了國中更成熟！希望畢業後能再見面，最後祝大家開開心心、能夠走向自己的未來！

許佳琳 2022/5/31

一轉眼我們就要畢業了，我要謝謝教我 2 到 6 年級的老師和同學。還記得休業式時，校長會跟我們宣導寒暑假要怎麼生活。我也還記得四到六年級的疫情，我們都是很辛苦的，度過線上教學的時光，最後祝福老師，同學平平安安健健康康！

李易展 2022/5/31

時光飛逝，國小六年的時光在一轉眼間就過了。在這六年的時光裡，我們創造了很多回憶，一起玩、一起笑。我們的默契也常常突然的出現，可能出現在下課的樓梯口；也可能會出現在課堂的某句話。這些都是屬於六年仁班的回憶，但願美好的記憶不要從歲月裡匆匆走過，而是永駐在我們心中！

曹恩綺 2022/05/31

畢業是終究會到來的事，你的心中也一定會藏有一絲傷心，對吧？但是，你不想把它說出來。當你看到即將跟你離別的老師、同學，你會想要重新來過嗎？當你畢業後，就要上國中了，第二個畢業又要來臨了。時光總是過得很快。六年前，你還只是一個小朋友，六年後，你學到了好多東西，也交到好多朋友，現在他們要跟你離別，你必須自己再重新開始。六個年級的故事就要劃上這十分不捨的句號，再見鳳仁國小；再見那些教導我們的老師們；再見那些陪著我們一起歡笑的朋友，我永遠不會忘記你們的！

楊昀杰 2022/05/31



我們，即將畢業了.....

終於要畢業了！六年來在學校學到了非常多事情，也留下許多的回憶，其中像是戶外教學，去了海洋公園，非常好玩！也因此我留下了寶貴的回憶。要畢業了，我非常的不捨，大家都會奔向自己的未來。畢業的季節也是鳳凰花開的日子，鳳凰花掉落是畢業生離開的日子，我們在這個學校留下了滿滿的回憶，希望我們還能再相見！

陳冷秀 2022/05/31

時光匆匆飛逝，轉眼間我們要畢業了，即將踏上國中的旅程，期待又緊張。回想國小六年的時光，有很多的不捨，不捨一起玩耍、分享、打鬧的同學；不捨細心教導與照顧我們的老師們及校長、護士阿姨，我會永遠記在心裡，不會忘記。畢業是另一旅程的開始，我會更加努力，謝謝老師的教誨，也謝謝同學的陪伴。珍重再見！

賴書格 2022/6/1

過去，我很珍惜和同學相聚的每一分、每一秒，希望的是，能夠永遠記住他們可愛的笑容，以及，有如黃鶯出谷的笑聲。雖然，我即將告別與我相處了六年的同學和我的老師，但是，要記住我們還是同學，還有最親的師生關係。再見了，陪我克服困難的好朋友。再見了，給我快樂的老師和同學。再見了，給我留下美好回憶的鳳仁國小。

范植鈞 2022/6/1

在五、六年級這段時間，老師不斷的包容我們。在學習上遇到一些困難，老師總是會細心的教導我們，即使我們考得不好，老師也會幫助、鼓勵我們再努力。老師有時會很兇，但老師們卻一直照顧我們，就像母親一樣，老師無怨無悔的為我們付出。這幾年的時光，有哭、有笑、還有大家的陪伴，所以，我想先跟老師們說辛苦了、謝謝您們的教導，讓我對未來有更大、更長遠的夢想。雖然有點萬分不捨，但還是要畢業，大家畢業以後能見面機會也不多了，希望畢業後，還有機會可以見到老師。祝老師身體健康！事事順心！萬事如意！讓我們說聲再見！再次相見！

謝和安 2022/6/1

時光飛逝，一瞬間就要畢業了！是一個階段的結束，也是一個階段的開始。雖然非常不捨老師們、主任、校長和護士阿姨，但我要畢業了。珍重再見！有緣再見！

高志傑 2022/6/1

我想先感謝我的班導師，雖然我是轉學生，和老師們相處的時間不長，謝謝老師您努力的教導我，讓我的課業變好和進步；也告訴我要做好自己該做的事情做好，不要想太多及要有耐心，謝謝老師。上了國中，我會記得您對我說過的話，我會銘記在心的。再來，我要感謝素君老師請了教練來訓練我的羽球球技，讓我不斷的練習再練習，能有好的表現和成績。進入國中階段的學習，我會更加認真的努力打球，來完成我的夢想。真的很謝謝您們，我會記得老師的教誨，我也會常常回來看您們，有緣再見！最後要感謝班上的每一位同學們，在學校的學習期間有很多的歡笑，祝同學們上國中後，要快樂又健康喔！

黃庭恩 2022/6/1

我們，即將畢業了……

回想起六年的學習生活，就有很多的回憶。老師，您辛苦了！我不會忘記老師對我的教導。時間過得好快，轉眼間就快畢業了，回顧這兩年的生活，我有許多留在學校的美好回憶。回想起跟老師和同學一起學習的日子，雖然我很傷心，但我學習的腳步是不會停下的，當然我也不會忘記我的老師和同學。

林哲毅 2022/6/5

