



校務報導

- 本週為第七屆自治市長選舉投票週，請同學依排定時間至川堂進行投票，預計 11/5(二)開票
- 九年級畢業旅行檢討會：10/29(二)
- 藝文競賽(健康促進、禁菸反毒拒檳、校外教學)請參賽同學將作品交至訓育組
- 10/31(五)早上 8:00 校慶第二次籌備會暨 11 月導師會報
- 七年級特教宣導：10/30(三)6.7 節於體育館
- 八年級職業試探：10/30(三)6.7 節於視聽教室
- 九年級特殊生性向興趣測驗：10/30(三)3.4 節

榮譽榜

第 9 週整潔比賽成績

	七年級	八年級	九年級
第 1 名	701.703 708.709	816	
第 2 名	702.704.713	804.805.809 810.814	
第 3 名	-	-	-

第 9 週秩序比賽成績

	七年級	八年級	九年級
第 1 名	708.712.713	804.805 815.816	-
第 2 名	706.710.714	-	-
第 3 名	-	-	-

環境教育

別讓台灣雲豹悲劇再發生！數字告訴你石虎保育有多麼重要

(遠見雜誌)

曾經，苗栗縣政府計畫斥資 8 千萬，要在卓蘭蓋座號稱具保育教育意義的石虎公園，地點卻選在石虎覓食的場域，引發保育人士嚴厲反彈。在台灣被列為第一級保育類動物的石虎，保育等級屬最危險的「瀕臨絕種」，這個由人類造成傷害、理應由人們覺悟並守護的物種，卻因人們的私自利益(土地開發案)，再一次引發牠們族群滅絕的危機。

石虎有著亮麗斑紋，鮮明的色澤和細緻的紋理，外型極似野貓，但牠其實和貓科完全不同屬，是不一樣的物種。石虎是夜行性的動物，台灣分布主要在苗栗、台中、南投等山區，牠們會在夜間出沒捕食小型哺乳類動物，個性獨立、不愛群居。

研究發現，石虎目前推估僅剩 300-500 隻，然而，在公路上被汽車撞死、被捕獸夾夾住致死等事件層出不窮，加上棲地破壞、土地開發案、山林別墅建案等大肆砍伐原始山林的作為，更將成為壓垮石虎的最後一根稻草。

石虎保育—我們能做些什麼？

1. 加入台灣石虎保育協會：掌握石虎保育動態、支持友善石虎農作物(如楓樹窩石虎米)
 2. 開車經苗栗、台中、南投
石虎出沒熱點應減速慢行
 3. 親友雞隻若被偷吃，應通報台灣石虎保育協會
 4. 分享石虎相關訊息讓更多人知道、發現受傷或死掉的石虎，請立即撥打 1999 或台灣石虎保育協會
- 能否在石虎絕種之前，讓台灣雲豹的悲劇不再發生？有賴你我共同的努力。



輔導教育專欄

理想與成功的距離

漢語網

理想與成功之間的距離是什麼？答案很簡單：就是努力、意志和堅持。

理想與成功是每個理想追求者都必須考慮和面對的問題。只要我們稍為總結和歸納一下，我們就不難發現：大凡成功人士，從小都有一個遠大的理想或目標。

在實現目標的過程中，肯定會碰到種種困難、困惑或困境，然後必須付出正常人很難想像的不斷努力。這個過程往往是非常痛苦的，甚至是一般人難以想像和忍受的。

他們之所以能夠成功，就是因為有一種非常的意志叫堅強，有一種非常的理念叫堅持，有一種非常的方法叫努力。

現實生活中，理想是美好的，理想可以在瞬間產生。但理想和現實之間，理想和成功之間的距離，往往需要努力和堅持去拉近，最終才能到達目的地。理想實現的成功與否，往往不是輸在起點，而是輸在過程。成敗間的差距不是智商，而是情商。眼界決定境界，態度決定高度，過程決定結果，努力決定勝利，堅持決定成功。

如果只有百分之一的機會，你會採取什麼態度？積極樂觀的人，會以 100% 的努力去爭取；悲觀消極的人，則半途而廢。這就是差別，這就是距離。

有時候，也許離成功只有一步之遙，但懦弱者就主動提前結束奮鬥的歷程，這是多麼令人嘆息呀！為了實現心中的理想，你必須努力、堅持、堅定、堅強和堅信。堅持就是勝利，放棄就是白費努力！



健康加油站

簡式健康量表(BSRS-5)

(國健署/享健康)

簡式健康量表(BSRS-5)，是由臺大李明濱教授等人所發展，又名「心情溫度計」，是為探尋心理衛生需求的篩檢工具，可幫助醫療人員具體地了解病人情緒困擾的程度，並依據得分結果作適當的處遇。此量表包含五題症狀之題組，自殺意念題項單獨評估，以高於或等於 6 分最為篩檢之切割點。

簡式健康量表是讓有心理困擾的人回想最近一星期(包含評估當天)，感到困擾或苦惱的程度。

簡式健康量表(BSRS-5)

請圈選最近一星期(包含今天)，您對下列各項造成困擾的嚴重程度

	不會	輕微	中等程度	嚴重	非常嚴重
① 睡眠困難，譬如難以入睡、易睡或早醒	0	1	2	3	4
② 感覺緊張或不安	0	1	2	3	4
③ 覺得容易苦惱或動怒	0	1	2	3	4
④ 感覺憂鬱、心情低落	0	1	2	3	4
⑤ 覺得比不上別人	0	1	2	3	4
★ 有自殺的想法	0	1	2	3	4

請計算 1~5 題總分為何？★ 自殺想法分數為何？

>15分	重度情緒困擾，需高關懷，建議轉介精神科治療或接受專業輔導
10~14分	中度情緒困擾，建議尋求心理諮商或接受專業諮詢
6~9分	輕度情緒困擾，建議找家人或朋友談談，抒發情緒，給予情緒支持
0~5分	身心適應狀況良好

另附加★題之評分為 2 分以上時，則建議至精神科就診。

少年法律專欄

保育類動物禁止觸摸騷擾

國語日報/廖頌熙律師

【實況播報站】

瓜瓜很喜歡小動物，但爸媽不准他養，所以在外面，只要看到可愛的小貓小狗，他都想摸一下。某日瓜瓜和爸媽去爬山時，看到一隻超級可愛的「小貓」。

「爸爸，那邊有一隻小貓，好可愛。」瓜瓜興奮的說。「那好像不是貓，應該是『狸』吧！」爸爸說。「不管是貓是狸，我好想摸摸牠的頭。」瓜瓜邊說，邊把手伸過去。

「太危險了！你想摸牠，牠又不想讓你摸；萬一牠以為你要打牠，說不定還會反咬你喔！」媽媽趕緊抓住瓜瓜的手，阻止他繼續向那隻動物靠近。

「而且有些種類的『狸』是保育類動物，亂摸牠們是犯法行為呵！」爸爸說。

法律布告欄

法律嚴禁騷擾保育類野生動物，違反者，最高可處一年以下有期徒刑；因而致野生動物死亡者，最高可處兩年有期徒刑，這就是野生動物保育法第 18 條「保育類野生動物應予保育，不得騷擾、虐待、獵捕、宰殺或為其他利用」，且同法第 42 條訂有揭罰罰則。

也許有人會問：「只是摸一摸也算騷擾嗎？」對人類來說，摸摸頭可能是親密或友善的表示，但畢竟野生動物不是家中寵物，不習慣與人類相處。我們的「摸一摸」，可能會驚嚇到野生動物，如果讓牠們嚇得不小心急奔撞樹或跌落山谷，就可能造成死傷。

也許又有人會問：「我們如何知道『牠』是保育類？」雖然行政院農業委員會有網路公告哪些是野生動物，但大家不是專家，光看公告的動物學名，在野外也不易辨認。所以，最好的方法，就是看到野生動物時靜靜的觀察就好，千萬不要太靠近，或嘗試觸摸、驚嚇牠們，更不要去捕捉，以免觸法，造成動物死傷。

事實上野生動物在原生地也面臨著許多危機，包括：



目前臺灣針對野生動物有立法保護，農委會林務局也設置了保育類野生動物收容中心及急救站，除了救傷野生動物，也收容照養不適於野放的保育類野生動物。

撿到傷亡動物怎麼辦？

台灣共有六個野生動物收容與救傷中心。



民眾在野外若發現需救傷的野生動物，應拍照和致電當地縣市政府動保局派員查看和判別，做後續適當處理。後續需照養及救傷再由保育類野生動物收容中心接手。