內灣心橋

第三十三期

發行人：鄭陳宏　總召集：胡義晟、陳振強
總編輯：曾詩芳
編輯群：李玉葵、吳建源、陳迺坤、蕭貴珍、彭俐媛、彭美娟、徐福勝、彭文琴、溫富茂、張秀玉
出刊日期：九十九年四月

預約二十年之後的自己

校長　鄭陳宏

二十年對於現在的小朋友似乎還很遙遠的樣子！但可曾想過二十年之後的我們會在哪裡？我們又在做什麼呀？如果預約二十年之後，你希望自己變成怎樣呢？

到時候小朋友們都已經長大了，個個都已經是社會的棟樑，是國家倚賴的生產力中堅；也可能已晉身為人父母親，正為孩子的教養問題傷腦筋！但這二十年我們該做怎樣的準備呢？

未來的日子充滿挑戰，在什麼樣的階段就要扮演好當時的角色，而目前小朋友的主要任務就是「求學」。建議小朋友在學校老師指導下，廣泛閱讀並涉略不同領域的知識，充實自己適應未來的能力，以承擔科技進步社會下的責任！

如果已預約好二十年之後的自己，就要好好計畫並努力實現自己的想望！過程如果不是那麼順利，在哪個地方跌倒了就在哪個地方爬起來，失敗為成功之母！所有的小朋友一定要加油朝自己的理想及目標邁進！

拒絕近視

五忠　楊育豪

想要讓眼睛保持健康，就要使用正確且適當的方式來保護，想讓近視遠離自己其實並不難，只要不熬夜，多看遠方的綠色植物，但還需要有三十分鐘休息十分鐘的習慣就可以讓近視遠離自己。

有時候日常生活的小動作也可能造成近視，例如：寫字時彎腰駝背，和看任何東西要把臉靠得很近的動作，都是可能會造成近視的小動作呢，所以近視要防止其實並不難，但是要小心。

有時在學校，老師會跟護士阿姨一起講解怎麼樣防止近視的入侵及危害，也有許多電視節目會播出近視的人有什麼不好的地方和他心裡的感想，除了近視外，還有遠視、閃光和老花眼等傷害視力的毛病，近視會要你離那東西很近才能看得清楚，這樣需要戴眼鏡，眼睛是人的靈魂之窗要特別小心保護，如果沒有小心保護的話，後果可能會變得比近視更嚴重。

我們要拒絕近視和其他對視力有害的毛病，並且要定期檢查眼睛是否有甚麼狀況，這樣就可以知道自己的眼睛健不健康，如果不小心變成了近視，也不用緊張或感到害怕，雖然近視不會好，但只好遵守醫生的話，度數就不會上升了。

我們要拒絕近視，要保護靈魂之窗，有空去看看遠方的山，有空出去看看綠色的植物，這樣就可以看得更清楚，只要用心去保護自己的眼睛，就可以不用變成近視了，還可以不用多花要去配眼鏡的錢，所以不要近視是最好的。

拒絕近視

五忠　詹翔宇

拒絕近視的意思是怎麼保護眼睛，但是做有些事也是會傷害眼睛，例如：打電動超過三十分鐘、熬夜看電視等，還有看書時一定要保持一段距離，這些不適當的動做都會傷害到大家的眼睛，俗話說：「眼睛是人們的靈魂之窗。」要是沒有了眼睛，你就看不到家人溫柔的笑臉，和台灣美麗的風景等，這樣你一定很難過，還有些人會想說自己活得那麼痛苦，眼睛也看不到了，活著有什麼用乾脆去死一死算了，像有這種想法的人是不對的，想要保護自己的眼睛是不難的。

想要保護眼睛，就一定要記得一句話，那就是：「用眼三十分鐘，休息十分鐘。」要是你不背這句話，但也要記的「三零一零」這句話，要怎麼保護眼睛呢？其實很簡單，只要少打電動、少看電視、多看遠處的綠色植物等，這些都是保護眼睛的小方法所以那些近視的小學生、國中生、高中生等，是不應該近視的，學校教師一再又一再的叮嚀大家，但大家顯然沒有聽進去，只是把教師說的話當成耳邊風，講了那麼多保護眼睛的方法，但大家幾乎沒有做到，所以一定要好好保護眼睛。

所以大家已經知道眼睛的用途，也知道要怎麼保護眼睛，所以大家都是『保護眼睛小超人』，等大家長大之後，一定要回想讀書時，各位教師叮嚀的保護眼睛小方法，不要讓你的眼睛看不到，這樣你一定會後悔一生，千萬要記得這些有效幫助眼睛的小方法。

我的植物朋友

五忠　陳芹玟

阿公家的後院，就像個小花園，花園裡面種了許多花，例如：玫瑰花、杜鵑花、蝴蝶蘭花、卡多利花、國蘭花、菊花、鳳仙花、玉蘭花、含笑花、水仙花、螃蟹蘭花、以及一棵最大顆又美麗的櫻花。

在這麼多花當中，我最喜歡的是櫻花。

這棵櫻花只有在冬天的時候開花，它得花期只有短短的兩個月，每當我看到這棵櫻花時，我的心情都會變得很愉快、放鬆，原因是因為這棵花是粉紅色，是我最喜歡的，然而花謝了以後，長出綠葉，他告訴我春天的腳步已經接近了。

另外我還喜歡向日葵向日葵屬菊科的，別名太陽花。春天播種食，夏秋開花，秋冬死亡，秋天播種，春夏就會開花，可到了夏秋，它就面臨死亡。

我喜歡向日葵的原因是我覺得向日葵給人家的感覺就像是朵開朗的花。它每天抬頭挺胸，跟著太陽努力認真的活過每一天，好像在告訴我遇到困難絕對不能低頭。阿公告訴我照顧這些花，就像是在照顧小孩一樣辛苦，要幫它施肥，幫它除蟲、等等，都是辛苦的工作、可是當他開了美麗的花時，一切的辛苦，都是值得的，就像在告訴我小孩長大了，懂得感恩、孝順父母，尊敬師長，友愛弟妹，一切就足夠了。

我的植物朋友

四忠　張霈琤

我們家門前有一棵大樹，有時我會遶著他玩耍，有時會躺在樹蔭下乘涼，被媽媽罵或是受到委屈的時候，我也會到大樹旁哭泣或喊叫，抒發心理的不愉快。大樹不會跑，只能靜靜的聽我訴苦。發洩後，我會靜靜的坐在樹下，等待自己的心情平靜下來，大樹真是我最好的情緒管理朋友。

我的植物朋友

四忠　劉易儒

我在三年級的時候種了一棵四季豆，一開始我就很細心的去照顧、澆水，看著它慢慢長大。終於四季豆開花了，我好開心，過沒幾天，我發現四季豆結果了，就在我以為四季豆會這樣一直長下去的時候，沒想到它卻死掉了，讓我傷心了好久。因為有了那次種菜的經驗，使我了解到農夫種菜的辛苦，也懂得珍惜食物。

我的植物朋友　四忠　李蜜婉

我和群婷在三年級時種了幾顆小白菜，種子在種了二、三天後開始發芽，我好開心，每天都希望它快點長大。兩個星期後，因為群婷不小心把小白菜盆弄倒了，死掉好多棵小白菜，真的好可惜喔！我知道群婷不是故意的，所以只好再重新種過。這一次，我們都非常小心翼翼的照顧這些小白菜，不希望再把它弄倒了。

我的植物朋友　四忠　溫晨羽

這個學期的每個星期五下午，我都會留在學校做實驗，在這段期間，我發現學校後的山坡上，有好多美麗的非洲鳳仙花喔！突然我發現到：在非洲鳳仙花上，長滿好多又大又綠的東西，一時間也不知道那是什麼，直到把它帶回學校問老師後才知道那是花的果實。因為這件事，我更加解到：大自然真是一個大寶庫啊！

童詩創作

海綿寶寶　六忠　吳家振

海綿寶寶愛耍寶
而且還會做蟹堡
每天上班不遲到
看到了他就想笑

海綿寶寶　六忠　許劍鈞

海綿寶寶好好笑
神精神精沒大腦
褲子衣服穿顛倒
害我笑到快死掉

海綿寶寶　六忠　傅曉君

我是聰明的寶寶
每天快樂沒煩惱
不管事情是多少
我都可以做得到

海綿寶寶　六忠　張芷萱

海綿寶寶會煮菜
煮菜技術不是蓋
神廚蟹堡來比賽
得了第一好厲害

海綿寶寶　六忠　胡煥芸

海綿寶寶真可愛
笑臉總是隨身帶
發明遊戲真天才
搞笑絕對不失敗

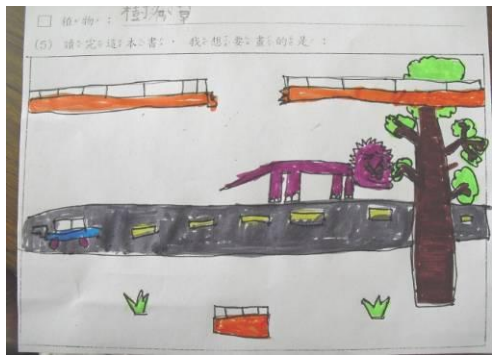
海綿寶寶　六忠　邱渝珊

皮老闆好好奇
蟹堡密方的秘密
想了許多的詭計
每次都空手回去

一忠 閱讀天地

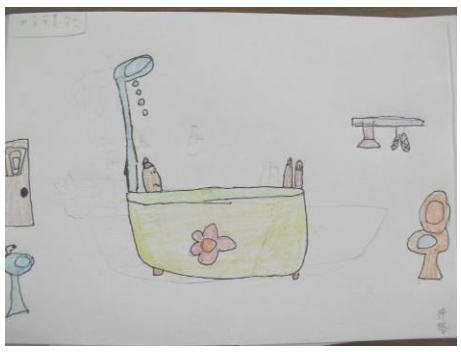
紹安說：「鱷魚先生和長頸鹿小姐，一定會很幸福。」

平芸最想讓蝴蝶載著去上學，不但不會塞車，還可以觀賞沿途的風景。



子辰說她想騎著獅子去上學，騎在森林之王的背上既神氣又威風，也沒人敢阻擋我，這樣我就不會遲到了。

伃榕：聽完這個故事，我覺得蓓琳達很細心，可是那些評審都不喜歡蓓琳達的那一雙大腳Y，甚至於不讓她參加比賽。蓓林達到費來迪餐廳跳舞給客人看，餐廳裡的客人都看得入迷，也許蓓林達就因為這樣而變成一個明星，到世界各地去表演。蓓林達也可以當一個舞蹈老師，可以一邊編舞一邊唱歌過著她喜歡的生活。



怡馨說：「我覺得蓓琳達還是會繼續跳舞，繼續在舞台上表演，變成一個大家都喜愛的舞蹈老師。他會帶著他教的小朋友到處去表演，還會參加舞蹈比賽。蓓琳達和他的小朋友得了第一名，小朋友和蓓琳達高興得跳了起來。」

伃榕說：「鱷魚先生和長頸鹿小姐，會過得很幸福。」因為鱷魚會想辦法克服困難讓長頸鹿小姐幸福快樂。鱷魚先生可以請工人作一個適合鱷魚先生通過的門，也可以買一張高高的，又有附梯子的椅子，這樣就可以和長頸鹿小姐同桌吃飯了。鱷魚先生也可以坐在高高的椅子上，看著美麗的長頸鹿小姐，一邊吃飯，一邊聊天了。

凱程說：「只要把地板挖一個洞，讓長頸鹿小姐坐在下室，這樣鱷魚先生和長頸鹿小姐就可以一起共進晚餐了。」

廷語最喜歡和妹妹一起畫畫。因為我們手上的蠟筆會帶我們到我們想去的地方，完成我們想達成的心願。

偉軒說：「蓓琳達會一直留在餐廳跳芭雷，他還會和費來迪先生一起跳舞。」

●不能參加比賽得蓓琳達正難過的躺在浴缸裡想著：我真的不再跳舞了嗎？