

內灣心橋畢業專刊

四十二期

發行人：鄭陳宏 總召集：陳振強、胡義晟

總編輯：彭文琴

編輯群：李玉葵、陳迺坤、徐福勝、許恬寧、彭俐媛、

蕭貴珍、彭美娟、吳建源、溫富茂

出刊日期：一百零一年六月

挑戰

校長 鄭陳宏

天下無不散的筵席，當驪歌響起時，我們即將邁入新的里程碑，再多的捨不得也還是要捨！因為如梭的歲月催人，而未來的考驗也正等待我們去挑戰！

迎接挑戰，會有困難橫阻，需要克服也需要有所準備，更要有信心、毅力和勇氣來面對。平順的人生固然可喜，但挫折的經驗卻會讓人淬煉脫胎！

「人生最大的成就，是從失敗中站起來！」成功是階段人生的高峰經驗，而失敗的累積，其意義價值將會是創造成功的墊腳石。

期勉畢業班的同學持續學習力及競爭力的修練，讓挑戰成為再次成長的動力！面對未來，我們要一起加油、一起打氣！祝福畢業班的同學，前程似錦！



【輔導專欄】

對人生規劃的建議

文／詔安客 摘錄自網路

■請依據自己的興趣、能力和個性，選擇你自己所要的人生目標。有計畫的邁向未來，做好各項準備。

■大方向、小目標，把每一個階段的工作做到最好。

■多充實自己的實力，終身學習，活到老，學到老。

■證照的時代，多些專長是有幫助的。

■要找尋人生的終身伴侶，建立一個好家庭，對事業的成功是很有幫助的，因為你會無後顧之憂，在人生的旅程當中，享受家庭的溫暖，並充滿了鬥志。

■小成就靠自己的努力，大成就要靠團隊，要建立良好的的人際關係，才會有好的影響力，互助共榮。

■行行出狀元，因為成功屬於有實力的人。

■只會聽好聽的話，成就有限，因為他只會自我感覺良好，忽略了諍言的可貴，過於自信，當然比較容易失敗。

■身段愈低，成就愈大，要有愛心和謙虛的態度。

■「喜歡挫折，發揮潛力」，挫折是激勵自己向上的重要因子，因為人生不如意事十之八九，總是會起起伏伏的，很多事情都會發生，且是無法預期的。

■做好自我管理、自我提升、自我激勵、自我挑戰。

■活在當下，讓每一天都是燦爛快樂的一天，厚植實力，明天必然是光明燦爛的！



畢業感恩詞 邱于庭

在人生裡總是會有離別的時候，就在今天，我們要離開了這些陪著我們六年所有的人、事、物。

這六年裡有許多點點滴滴是我一輩子都無法忘記的，而那一顰一笑是多麼令人懷念的。

在這一天，我想要感謝徐老師，謝謝他讓我們在最後這兩年能夠這麼快樂，要不是他，我根本不可能去面對我所認為的困難；要不是他，我不會有

勇氣去坦承接受那一次不理想的成績；要不是他對我們所做的一切，我根本就不會成為現在的自己。

老師，謝謝你，我永遠都不會忘記你的。



感恩詞 徐佩芝

親愛的蕭老師您好：

老師謝謝您在我一、二、三年級不懂事的時候，每天這麼辛苦的來教導我。在我要去參加客語演說的時候，我有點緊張和害怕，但老師您卻叫我不需要緊張和害怕。老師有您的加油和鼓勵，我才能得到前三名。老師謝謝您！讓我再也不害怕上台、也變得勇敢。

老師謝謝您三年的諄諄教誨，讓我三年學了很多、進步了很多，由不得我越來越喜愛老師您了。我們就要畢業了，不能忘記我們唷！我們一定會回來看看您的，老師我要對您說聲謝謝！



畢業感恩詞 彭群婷

蕭老師，謝謝妳，謝謝妳對我們的照顧，謝謝妳對我們的每關愛，也謝謝妳陪伴我們的每

一天，現在，我已經長大了，懂的比之前多，看的比之前遠，也已經成為了學弟學妹的好榜樣喔！

妳知道嗎？當我生氣的時候，第一個想到的就是妳；當我難過的時候，第一個想到的也是妳；當我開心的時候，第一個想到的還是妳

，好多時候我都想到妳喔，不曉得我們班的其他人是否也是一樣想妳呢！

日子一天天過去，對妳的感謝也一直再增加，我從來都沒有想過

，有一天，我會親口對妳說出我的想法，現在的我，心裡雖然還有好多話想說，但我想保留到以後，如果今天，把全部的話都說光了，那多沒意思啊！不過，我想在最後這一刻告訴妳，老師，謝謝妳。



畢業感恩詞 王弘昱

首先我要感謝的人是蕭老師，謝謝妳一直以來對我們的照顧，雖然我常常讓你生氣，但是我絕對不會忘記您的。

當然我也感謝我們的班導徐老師，雖然你才教我們2年

但您就教我們很多很多的知識，還有教我們如何上籃，怎麼跳箱……，還有很多各式各樣的技巧，最重要的是您教了我們很多做人做事的道理，真的很謝謝你。



感恩詞 羅子雲

親愛的蕭老師您好：

謝謝您！在我這三年不懂事的時候給了我們很多，讓我們一下子就進步得很快，因為有您這三年的諄諄教誨，讓我從您的身上學到了很多，也讓我相對您說：「謝謝您！」當我把一些心事告訴老師您，我的心情就好的不得了，您就像我的母親一樣，能把一些事情告訴你，你也能幫我們解決，讓我的心情好很多，謝謝您。

時間過得很快，轉眼間我們就要畢業了，不能忘記我們喔！我們也會常常回來的，老師我要對您說：「謝謝您！」。

南風輕吹 友誼相隨

來去北得拉曼山 李蜜婉

就在4月24日的前一天晚上，我正準備東西時，姊姊就問我說：「你好像特別喜歡這次

的爬山！」我說：「本來就是啊！這次是我和同學最後一次爬山！」東西準備好了，今天也特別提早睡但是卻因為太開心又有點興奮就睡不著！一直在想明天能不能提早來。

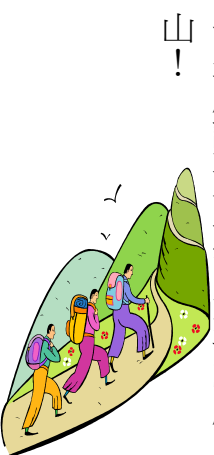
隔天一到五點我就爬了起來

！可是我又躺了下去睡著了，一到六點二十五分我就爬了起來換衣服動作超快的！我換好了衣服馬上打給晨羽跟她約時間到便利商店等她，我去時約群婷一起走，一路上有說有笑的走到學校。

上山時我跟一些人是坐主任的車，一些是坐徐老師的車子慢慢開，我們也慢慢跟。我們爬到登山口以後就一直往上爬，後面的人一直超過我，只有子雲、晨羽等。我老師也在後面推我好多次，我心想我能認識晨羽、子雲他們真好！走到後面有些地是軟軟的、用木做的橋、要用爬的才過得去的石頭，什麼都有但最重要的是我爬過去了。我們往上爬看到了好多神木，下來時走到一半，我踩了一個大石頭結果滑倒，屁股就快要開花了，還有一次滑倒還跪在地上，真可憐啊！快到的時候我拉了一棵枯死的樹，我一用力，樹打到群婷的

腳，如果我更用力，他就跌倒

了。看到石頭路了，登山口終於到了，我就很笨的跟老師說我看到地了，老師就說：「那是地那我們踩到的是甚麼？」我就一直笑，終於走到登山口，我想說：「我竟然辦倒了！」我一生應該不會忘了這次的爬山！



來去北德拉曼 徐暉承

四月二十四日，老師帶我們六年忠班去爬北德拉曼山。大家從停車的地方走到山上就以為已經在爬北德拉曼山了。可是到一個地方 老師說那是北德拉曼山的登山口，我嚇了一跳！怎麼才到登山口，走了那麼久，才到登山口，那等一下真的要爬的話不就……。

從等山口一直走 走到100公尺，感覺上好像已經1000公尺，結果我們才走了100公尺。我們繼續慢慢的往上走，走到1公里的時候，看到一棵巨木，好大好大喔！第一次看到這麼大的巨木。老師跟我們說那還是小朋友，後面還有更大的巨木。聽到老師說那棵巨木是小朋友，我還真有點嚇到。繼

續往後走，走到有一個可以洗手的地方，有個同學被水蛭給吸了血，好噁心喔！不過我也不差，跌倒~3次，也被蚊子叮得很慘。繼續我們在往上走，走到~公里的時候，又看到一棵巨木，還真的是比剛剛那棵巨木大多好多啊！最後我們終於走到終點了。

大家停下來吃東西、喝水。當然要和這裏的主角「巨木」拍照。大家都跟巨木一起拍完照後，就這樣跟北德拉曼山，說再見了。

雖然途中很多跌倒，也很辛苦，但是我們都努力的爬完了。



來去北得拉曼 張霈暉

四月二十四日，我們六年忠班去爬北得拉曼山，北得拉曼山是在新樂水田的一座山，聽說山上有巨木可以看，我很久以前就很想去，但是沒有機會，這次老師要帶我們去，真是太好了！

到了登山口，看到了登山的路，一切的美好都不見了，因為那登山的路那是人走的啊！一路上要爬過大石頭，還要

拉繩子上大斜坡，還要下大斜坡。有時一不小心還會跌倒，唉！一路上大家有好幾次都想放棄呢！

大約爬了二個鐘頭的山路，終於到了神木區。在看到了高大又雄偉的巨木之後，一路上的辛苦和疲倦都消失了，大夥在這兒拍照和吃完午餐後，就下山了！

下山的路不比上山輕鬆，但是大家在有了上山的經驗後，下山走得快多了，不一會兒（也走了一個多小時），就到了登了口了。

今天這一趟北得拉曼之旅很辛苦，但是卻覺得很值得，因為大家都看到了一棵巨木，而且大家都完成了一件原本以為自己辦不到的事！



來去北得拉曼 彭俞凡

從小就沒爬過山，總覺得爬山是件吃力不討好的事；當老師告訴我們畢業活動有一項是爬北得拉曼山時，覺得很無聊！

四月二十四日，無聊的日子終於來了，和大家一起花了

珍重再見，勿忘我

好大的力氣才走到登山口，果然證明我的想法沒錯，這真是一個無聊的活動。

在登山口拍完照片之後，開始往巨木群走，一路上的路況都很不好走，要不是有同學和老師幫忙，我可能沒法走下去，還真謝謝老師和同學。一路上有很多很大棵的樹，還有很多以前沒見過的小動物，可是聽見老師說：「這些樹還不算什麼，待會兒會看到更大棵的哦！」。半信半疑的繼續走上

去。走著走著老師停下腳步，告訴我們已經到了目的地了，只見前方有幾片牆……不！那不是牆，那是樹耶！真不敢相信自己的眼睛，原來樹竟然可以長成這麼大，老師接著告訴我們這些樹可能有上千年的年紀了！哇！這麼老啊，它們竟然在這兒「站」了這麼久，真了不起！趕緊和它拍幾張照片！

回程時還在想著先前看見的美景，走著走著我竟然迷路了，只好在原路等，終於等到老師和幾個同學下來，真是好險！

山，好美！樹，好綠！真希望以後還有機會可以爬山！

來去龜山島 溫晨羽

五月十八，我們期待以久的五月十八終於到來了，這天是獨一無二的畢業旅行。

畢旅前一天我高興的回家與媽媽討論明天的行程，晚上既高興又害怕都失眠了，早上照鏡就好像看到熊貓，7:00了大家都興高采烈的上學，有人換裝有人打掃，在車上大家有說有笑。我有去很多地方哟！具有代表性的地點——蘭陽博物館、伯朗咖啡會館、美食區、烏石港、還有這次的主角「龜山島」，雖然這次的主角是龜山島，但我印象最深刻的卻是伯朗咖啡會館，因為我看到一望無際的沙灘興奮不已，所以就衝衝衝衝衝到狗吃「沙」，已經很高興了老師說要拍下來做紀念，還有大家看到我的臉就笑得合不攏嘴，真是氣死了！

好險有子雲陪我去化妝室沖洗 My face，要不然我真不知道要怎麼去才好。這件事真讓我難以忘懷，雖然我印象最深刻的是狗吃「沙」，但我還是要跟大家介紹龜山島。

龜山島有許多名子，例如：烟斗嶼、龜山島、五隻獅子，我現在來為你們詳細解釋，會

叫烟斗嶼的原因是早期的原住民在山上往現在的龜山島看，竟只看到尾巴和山跟一些煙而沒癩到頭，看起來很像

所稱稱為

；會稱作龜山島是因為從蘇澳往龜山島看好像看到烏龜，所以叫龜山島；

那你知道五隻獅子是從哪裡看到的嗎？答案是：上面，大家坐飛機時往下俯瞰，看到龜山島似乎就好像看到五隻獅子，所以有些人也有可能叫他五隻獅子，可是現在大家都通稱他為龜山島，當我知道龜山島有這麼有趣的名子時，我訝異不已突然覺得自己收穫好多，如果你們有機會可以去，你們會知道更多有趣的事，也會喜歡上那裡，就算你們不能去那裡，去別的地方也可以知道許多事情，重點是要「認真」。

謝謝老給我們去搭船和登島，也讓我們知道超多有趣的事，最重要的是老天爺也讓我們如願沒下雨，前兩天都下大雨，我們也很感謝老天爺，這次能去是一個難得的經驗，希望我們以後還有機會可以去那些地方，也希望大家以後能像現在一樣，我們以後一定會回來充滿無限回憶的地方。



來去龜山島 劉易儒

5月18日是我們六年級的畢旅，前幾個禮拜老師跟我們說畢旅要去龜山島，當我們聽到時打家都大吃一驚，我們都很好奇龜山島在哪裡，也很好奇龜山島上有什麼，大家都很期待這次的畢旅。

到了這天5月18日，我們最期待的畢旅終於到來了，剛到學校時大家幾乎都到了，也看到大家很開心的在討論著等

一下的行程，大家聊一聊就八點了，我們就集合上車，上車時我們就開始聊天，護姨和老師有時也會跟我們一起聊天，聊著聊著就到了宜蘭縣蘭陽博物館，然後就進去參觀一下，裡面都是一些宜蘭縣著名地點的小模型，我們看了一下時間也差不多要中午了，吃飯時間到了我們就去吃午飯，吃完之後還有一點時間老師就帶我們去伯朗咖啡館後面的沙灘，我們看到沙灘時候好開心，然後我們就很開心的玩，玩一玩時間到了我們就去坐船準備去登龜山島，後來我們就去烏石港坐船。

在坐船的過程中我們還看

到三、五隻的飛魚飛來飛去，坐船坐很久終於到了龜山島，剛下船就有導遊帶我們去繞龜山島的小圈，導遊還有跟我們說龜山島是屬於活火山，還有說一些龜山島的由來和故事，我們也有看到以前龜山島的房子，龜山國小，以前打仗的砲彈，繞完了一個圈就四點了，我們就要坐船回烏石港然後回家，我想玩了一整天大家都累了，在回家的路上也有些人漸漸的睡著了，回到家就七點多了就這樣一整天，一下下就過去了。

這趟畢旅又看了很多以前沒看過的東西，也充實了自己。雖然畢旅只有一天但我覺得這一天過得很充實，也讓我開擴了新的視野，而我們很幸運，這一整天都是晴天等到我們要回家時才下雨，真是天助我也，這次畢旅有點累，但很值得。

來去北得拉曼山 劉夢娟



4月24日我們今天要去爬北得拉曼山，無奈的我只能跟老師同學們去爬山，走到登山口大家拍了幾張照，然後我們就上山了，一路上我們充滿著緊張與不安，深怕一個不小心

沒踩好滑了下去，這樣一來我就再也見不到我的同學以及家人，一想到就皮皮挫。

山路果然如我想像的不是那麼的好走，害我差一點跌倒幸好我的同學及時扶助我，不然我就跌倒了，你知道是誰嗎？那就是群婷、晨羽，如果沒有他們我就沒有那個勇氣走下去。

今天爬山很高興，我的同學我的老師也都露出了欣慰的笑容，因為我們有看到很大的巨木，真不白費我這麼辛苦的爬完全程。



來去龜山島 謝嘉威

今天是五月十八日，是我們要去龜山島的日子，也是我們的畢業旅行，一大早我們帶著開心又快樂的心情，準備畢業旅行。上了車在看完旅行社公司的安全影片之後就開始開心的唱歌。我唱了同手同腳，又唱了天使，還有在車上吃了一些點心。吃得好飽。不一會兒，就到蘭陽博物館了，拍了一些照片，旁邊有兩隻小鴨子，好可愛。午餐時在頭城用餐，用完餐後就到港口等船。

上船後，發現今天海上的

風浪不大，還可以看到幾隻小小的飛魚，還有一隻河豚呢，運氣真好！登島後就開始往龜山國小等地走，還看到了幾座高射砲台。

今天真是開心，這是我第一次坐船，當然也是第一次看而跳躍的飛魚還有第一次去龜山島，真是快樂又充實的一天啊！



來去龜山島 姜皓倫

今天早上一起床，我就已經開始興奮得不行，到了學校，在做完打掃工作之後我們就到中操場集合，老師說今天的行程有點更動，要趕快和家人連絡，因為今天有可能比較慢回家，所以要趕快打電話回家。

剛上車沒多久，有人建議大家來唱歌，而老師也答應了，不過要上了高速公路之後才可以，不然有人可能會暈車。上了高速公路之後，我們就開始高歌了。

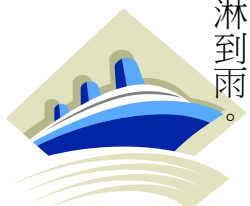
這次畢旅的第一站是蘭陽博物館，在裡頭我們看到了許多有關於宜蘭的模型和一些文件及照片。第二站是在頭城吃午餐，吃完後，我們就去「伯

朗咖啡館」的沙灘玩沙。那兒的沙很溫暖，還不時可以看到飛行傘在空中飛翔，遠方的海面上還可以看到我們今天的目的地「龜山島」。

告別了沙灘之後，我們一行人就到「烏石港」搭船，上船前，一位小姐說我們有可以看到海豚，聽到這個消息，大家都很興奮與期待。雖然上船後我們沒有看見海豚，但是每個人都看到了飛魚和河豚，也算是稍微安慰一下大家的失望。

登島後聽解說員解說龜山島的形成及歷史，然後就由領隊帶著我們去參觀昔日的軍事設施以及舊港口的遺址。我們參觀完就上船回程了！回程途中突然下起了大雨，但是我們到了內灣就在我們要下車的時候，雨又停了下來，真是幸運。我們就開心的回家了。

我本來以為龜山島沒什麼好玩的，但是去的感覺好像到了遊樂園一樣，最後，我覺得最神奇的是我們去搭船和參觀，看到烏雲密佈卻都沒有下雨，只有在回程時在高速公路上有下雨，大家都沒有淋到雨。



來去龜山島 李永昱

今天我們要去畢業旅行了，我們要去龜山島。

今天我一大早就起來了，我早上抱著既興奮又期待的心情去學校，一開始到學校我就發現所有的同學幾乎都到學校了，而且我還看到許許多多的同學都議論紛紛的在討論我們今天去畢業旅行的行程。接下來我們就上車了！

上了車，我們就開始點歌、唱歌，和七嘴八舌的聊天。時間過得非常快。接著我們就先去了「蘭陽博物館」，我們一進去蘭陽博物館就看到了許許多多蘭陽博物館的設計模型和整個蘭陽平原的著名景點。

到了中午，我們吃飯的時候，老師就問我們說要不要吃冰，而且老師還說這裏的冰很好吃哦！之後我們又說回來再買，後來我們就上了車到下一個行程，我們的下一個行程是「伯朗咖啡館」。

「伯朗咖啡館」很靠海，而且前方還有一大片沙灘，老師讓我們大家去沙灘上玩，不過快樂的時光總是短暫的。不一會兒老師就叫我們上船，因為登島的時間到了。

上了船，我覺得很新奇，因為這是我這輩子第一次搭船

，不僅如此，我還看到好幾隻飛魚和河豚。不一會兒，大夥都聞到一股臭味，當下大家都面面相覷，以為有人放屁，原來是硫磺的味道。到了龜山島，在聽完解說員簡單介紹完龜山島後，我們就開始去走環湖步道。一路大家看到了許多野生動物，例如綠頭鴨、烏龜等等，還看到了以前打仗用的高射砲呢！

下午四點了，要接我們回去的船來了，大家帶著充實的心情回航！這真是一個快樂又充滿驚奇的旅程啊！



校長引言，擔任希望幸福列車的列車長已屆滿四年，每年的畢業生都會收到一張「內灣成功」的火車票，有效期限：永永久久；售價：永保安康。

這張希望幸福列車票有著師長們濃濃的愛！「感恩。希望。內灣情」祝福在這裡畢業的孩子們邁向幸福成功之路！