

心靈雞湯



這麼多年來，天使信箱載著大大小小煩惱和期待，我們以一封和人云亦云相關的來信（已改編），來談談遇到類似情況可以怎麼處理。

「天使老師您好：我前幾天跟我同學吵架了，因為他覺得我在散播關於他的謠言，好像是在講他壞話，可是那一開始是班上的人說的，我只是聽到後告訴別人而已，但不管我怎麼解釋或是道歉，我同學還是很生氣，想問問天使老師，我該怎麼做才可以跟他和好？」

上面的情境來說，我們可以先退一步想想，你覺得你同學在生氣什麼？除了生氣，他還有什麼感覺？他是生氣你散播的內容嗎？還是生氣你為什麼跟大家一起亂傳這些謠言？冷靜下來想想，你心裡應該會有答案。也許這些他都在意，可是最在意的可能是：「我們明明是朋友，你應該很了解我，

真是太過分了！

這是繪本《真是太過分了！》裡，貫穿全書的一句話，也是天使老師們這次想和同學們聊一聊的主題。

我們每天與人相處的時間很長，常常接收別人的訊息，有時候聽見別人說一件事，你可能會忍不住想要立刻告訴下一個人；還有另外一種情況是，當有人在評論一件事情，你雖然不知道詳細的經過，但你也跟著下結論或發表自己的立場，甚至是選邊站，這些種種的現象，都有可能帶來一些困擾。

在團體中，我們有可能會因為群眾的壓力或其他原因，選擇看起來安全的方式生活著，像是跟身邊的好友或同學做一樣的事情，或是無條件支持對方的想法，這樣好像能證明我們是同一國的。但是，聽到一件事後，能經過思考或是查證再和別人說，是比較適合的，也不會在不知情的狀況下傷害到別人。

特教知能 研習分享

特教組長 / 江雅惠

「道歉是有愛心的行為，當我孩子不小心犯錯，我帶著他去向對方道歉，他不解為何要這麼做時，我會這麼告訴他。」在一個許久不見和煦陽光灑入走廊、涼風尚存著寒意的下午時刻，老師們齊聚聆聽邱雪媚講師在特教實務的分享。

具有幼兒教育背景的雪媚老師，也曾在教育現場擔任教師與園長，現為心路個人成長工作室負責人，養育一位具有雙重特殊需求的孩子，她以教師與家長的角度，分享在教育泛自閉症障礙孩子時，如何朝雙方利益最大化方向前進。自閉症是一種特殊的疾病，會對孩子的社交、語言和行為造成困難。因此，這些孩子的情緒表現就成為了一個很重要的議題。他們可能會經歷各種情緒問題，比如容易生氣、感到焦慮、覺得挫折，甚至會有行為失控的情況發生。

要解決這些問題，首先，我們需要找出導致這些情緒問題的原因。這可能是因為他們對周圍的刺激反應過度、在社交上有困難，或者因為理解問題而感到挫折。舉例來說，有些孩子可能會因為環境太吵而感到不舒服，導致情緒失控；還有一些孩子可能因為不懂得與他人交流而感到孤獨和挫折。其次，我們需要提供適當的支持和幫助來處理這些情緒問題，這可能包括建立一個支持性的環境，教導他們管理情緒的技巧，還有設立明確的規則和結構。同時，我們也應該鼓勵這些孩子尋找適合自己的方法來調節情緒，比如深呼吸、找個安靜的地方，或者學習如何與他人溝通。此外，家長和其他教育專業人員密切合作亦有助於孩子成長；家長方面，在新班級時，主動向老師說明自己孩子的特質，讓老師先了解，便可以有因應與協助方式；教師方面，有立足點的平等，逐步階段性要求，給與時間進步，對於學生的冒犯言語反應，可以語調平和對應，簡要對孩子說明如何正確表達，藉此機會教育。平日亦可適切請教其他相關專業人員建議想法，制定支持計劃，確保孩子在學校和家庭中都能得到所需的支持和理解。

總結來說，要解決這些孩子的情緒問題，我們需要了解他們的需求，並提供適當的支持和幫助，這需要老師、家長和其他專業人員之間的合作，讓孩子都能夠充分發揮自己的潛力，並在情緒上得到適當的支持和理解，孩子便能成為最大受益者。

讀者回饋



101 張唯瀚

一開始覺得是一場有趣的派對，沒想到是一場又一場刺激的闖關活動。在遊戲中，我學到了英文和各國的文化，最後我們一起在聖誕樹上綁上自己的心願卡，好開心的一天！（發想於 2023 頭湖國小英語嘉年華）

104 劉冠樂家長

想像著孩子到了國高中仍然無法和爺爺奶奶用閩南語交談的畫面，心裡確實是會感到失落的。很高興看到學校重視這塊土地最珍貴的文化基礎，懇切希望孩子在不久的將來，能用台語說出他如何的愛台灣。（發想於本土語、有意義、有趣味、有福利）



201 張家芝家長

記得上次聽到「五到」是在上作文課的時候，在這次頭湖報中看到老師又將五到提列一次，讓我加深原來還可用在朗讀之上，而中國的文字又很有趣，有的文字用唸的又會有不一樣的感受，也期待藉由「六何卡」讓小孩練習，掌握文章的思想。（發想於朗讀成就學習之美）

202 張家棋家長

忙碌的社會，部份小孩上學大都由爺爺或奶奶接送。由頭湖國小舉辦的大手牽小手，老幼攜手上學活動，讓祖孫增加親情互動，由阿公阿嬤分享以前年代上課不容易及學習經驗的傳承，再留下難得的合影，是多麼溫馨的畫面。（發想於大手牽小手、祖孫上學趣）

301 徐吳詳家長

三年級第一次參加大隊接力，無論上場參賽與否，看到孩子們的團隊合作，場上的同學奮力奔跑，場下同學為自己班賣力加油。運動會不只是追求榮譽心，也是要學習參與活動團結心。班級榮耀是靠每一位同學一起爭取的。（發想於健康頭湖 Keep Going）

頭湖國小 天使老師團隊 謠言止於智者——默默守護的天使信箱

但你聽到這些話之後，不但不問我，還跟著別人一起亂傳！」生氣背後的感觉也許是對你的傷心跟失望，雖然很多人都有講，但他最在意你的行為。人云亦云有時是會闖禍的，甚至還會傷害你們的關係。

不管你們是不是好朋友，甚至是不相關的人，聽到一件事情最好先弄清楚內容，而不是隨意散佈，這樣才不會造成難以收拾的局面。

繪本裡的動物，聽見大家在傳的話，立刻就下結論並傳出去，這樣不但加強了貓咪的負面行為，也沒有機會讓貓咪知道自己做錯什麼。其實書中的女主人、母雞、貓以及其他動物，都可能存在很過分的點，所以把事情弄清楚再做評論，是非常重要的事情。

獨立思考與判斷是非，是每個人都需要的能力，在不了解全貌的狀況下，我們不要直接批判某件事或某個人，這可能會造成誤會，傷害情誼，也會顯露自己的無知。當你聽見謠言時，記得冷靜下來判斷、觀察。擁有明辨是非的能力，會帶給你安全感和自信。

如果因為類似的事情和朋友吵架了，記得真心地向對方道歉，了解他生氣的點，保證下次不會再發生，相信你們的友情會越來越穩定。

最後，天使老師團隊祝福你們擁有智慧，交得益友！

一個動作 撐住他的全世界

簡單認識 關懷 e 起來

輔導主任 / 葉力肇

一個原本美滿的家庭可能因變故或遭遇急難而破碎，反而成為家庭成員的沉重負擔，進而衍生出問題。因此，衛福部建議，若發現有人遭受身體、性及精神暴力、家庭功能受損、被疏忽照顧等情事，可透過「關懷。起來」網站進行通報，以給予協助。

哪些人可以進行通報呢？除了責任通報人員外，一般民眾也能進行此項作業。通報人的隱私受到法律保護，不必擔心身份外洩，相反，透過主動關心身邊的人和事，我們可以給予處於弱勢處境的人最及時的幫助，甚至可能改變他們的人生。

誰是「責任通報人員」呢？如醫師、護理師、社工、警察、學校老師等。當這些人接觸到兒童及少年保護事件、脆弱家庭、性別平等相關事件時，必須在規定期限內進行通報，否則會受到法律究責、處罰。因此，如果家長成為被通報的關係人時，應先冷靜思考，相關人不能透露通報者的訊息，並有「疑似、知悉」就得進行通報的責任。

曾有家長感到委屈，表示「我只是在管教小孩，打了一下而已，這樣也要被通報？」依現今社會氛圍與法律規定，確實是如此，但請不要過度擔心，通報並不是最終結果。相關社政單位會派員與關係人聯繫、查證，最後給予最合理的結果判定，在合情理的情況下，絕不會僅因被通報就讓家長「有案在身」。

希望透過此文能讓家長簡單了解「關懷。起來」平台通報機制，多點關懷就能減少傷害。

401 周峻佐家長

對文中「放對位置，人人都是天才」很有感觸，每位小孩生來獨特，一樣的環境及教育方式，但卻造就不同差異，但差異並無好與壞之分，只要適性發展，每個小孩都會在自己領域發光發熱。（發想於「選所愛、好閱讀、有前途」教師適性研習參訪記）

403 鄭詠甯

狗是人類最好的朋友，也是高壓生活的好夥伴。寵物店裡俏皮可愛的柯基、帥氣的黃金獵犬、呆萌的柴犬等，真的好想擁有一隻！但我若想養狗我不會去寵物店，我會去有愛心的巴克幫，帶可愛呆萌的流浪回家，做個有愛心的人！（發想於生命教育宣導-巴克幫）

503 張心語

其實仔細看，會發現每位選手真的都是經過艱辛的「關卡」，才成功得到第一名的。大家的感言中，是不是都有一個共同字呢？沒錯，那就是「練習」。相信大家也是堅毅不拔、努力地走下去，才能為班爭光！（發想於破紀錄感言）



頭湖報

發行人：陳承賢 策畫：葉力肇 主編：劉人萍 編輯群：陳佳薇、江雅惠、盧宛君 校址：24462 新北市林口區民權路 101 號 電話：02-26080766 發行單位：頭湖國小



頭湖國小自創校時期起就實施「雙語課程」，為了配合國家發展委員會所公告的《2030 雙語國家政策發展藍圖》所強調「兼顧雙語政策及母語文化」之訴求，學校著重「國語及英語併行於課程教學，兼融知識學習與跨文化理解」的「學科內容與語言整合教學」雙語課程教學。「學科內容與語言整合教學」不僅同時重視「兩種語言的交互併用」，也同時考量到「文化理解的體驗學習」。學校目前六年級吳昕蔚老師及陳淑純老師正與美國姐妹校進行筆友交流，除以外，學校也正積極與日本及澳洲學校洽談姐妹校合作事宜，期望下學年度可以進行視訊交流以及互訪活動，希望孩子可以從小就培養國際觀，認識世界，從台灣出發，放眼全球。

校長 / 陳承賢



講母語，了不起 對日常生活來開始



主任 / 柯棟山

每一個人都要有自信，我們常常套用一個句型：我是臺灣人我驕傲；我在頭湖，我驕傲；我是合唱團，我驕傲。就是在向別人宣示自己的自信，同時也在告訴別人，我熱愛這個團體，另一方面也告訴自己，能夠做到某件事是值得驕傲的，也許是別人做不到的，也許是別人沒有勇氣做的，而這件事是應該做的，而且是值得做的，就像說母語一樣，傳承母語是一件偉大的工程，但也可以用很平凡的方式來進行，那就是天天說母語，逢人便說：我說母語，我驕傲。但是如果用閩南語，要說：講母語，了不起。

講母語，了不起，對日常生活來開始，上次請問大家一件事：你的母語“彩虹、鳥窩、番茄、海豚、鯨魚、百合花、毬子、青椒”怎麼說呢？如果不會的，你是否上網查辭典了呢？閩南語可以查教育部的“臺灣閩南語常用詞辭典”或是“愛台語”網站，你就知道以上這些的閩南語是：虹 khing、鳥仔岫 tsiaú-á-siū、柑仔蜜 kam-á-bit、海豬 hâi-ti/hâi-tu、海翁 hái-ang、司公鉸仔花 sai-kong-giang-á-hue、毬子 kiàn-tsi、大同仔 tã-tong-á”，而且網站上可以點播音檔，你就可以聽到這些語詞的唸法了。

我們查辭典的時間，還可以在辭典網站上面學習到不同地方有不同的說法，例如濕鞞鞞這個詞，可以找到以下幾種說法，教育部的辭典還會列出各地方不同的說法，所以，有時候聽別人說話，也可以大概猜出對方是在哪裡長大的喲！是不是很有趣呢？

你如果查詢客家語辭典，你也可以知道這些語詞的唸法，而且有六種腔調、不同的唸法，“一舉六得”喔！是不是很棒呢？如果你查詢原民語辭典，你甚至可以了解原住民十六族，四十二種語別的語言，你會說：“哇！一舉四十二得”！是不是更厲害呀？

會說母語，是一件了不起的事，因為你可能比別人更厲害，也更愛你的祖先，也正在做一件偉大的事，這麼偉大的事，從日常生活開始就可以了，試試看，從一早起來接觸到的穿衣服（長袖、短袖）、褲子、牙膏、牙刷、漱口杯、鏡子，早餐吃的麵包、牛奶、三明治還有燒餅、油條和豆漿，再想想，夏天到了，很多不同的昆蟲都出現了，例如：蚊子、蒼蠅、螞蟻、蟑螂、蜻蜓、炸蟻、蟋蟀、螳螂、竹節蟲；還有可愛的锹形蟲和獨角仙，你都知道牠們的閩南語怎麼說嗎？客家語和原民語又是怎麼說呢？不知道的趕快去查辭典或問老師喔！

新北市 112 年度 學校資深優良志工



志工 / 胡為連

時間飛逝，加入頭湖國小擔任導護志工已九年餘，做導護志工雖只是早上的半小時站在路口，引導小朋友過馬路，那可是我一天快樂的開始。站在馬路上，看到小朋友天真可愛的樣子，非常開心，內心也溫暖無比，同時也讓我忘了自己的年齡，未來我仍願繼續在頭湖學子上學的路上引導小朋友平安、快樂的到學校上課。

精采回顧



506 英語讀者劇場區特優

新莊分區五年級田徑交流賽成績優異

弦樂團全國賽特優

科展市賽優等



- ★林昕儀副會長（財團法人桃園市威綫社會福利基金會），捐款壹萬貳仟元整。（贊助弱勢家庭慰問金經費）
- ★林昕儀副會長（財團法人桃園市威綫社會福利基金會），捐款壹萬元整。（贊助「才藝之夜」活動）
- ★盧慈恩女士，捐款參萬元整。（贊助圖書館使用經費）
- ★徐沛清副會長，捐款參萬元整。（贊助英語讀者劇場比賽暨英語相關活動經費）
- ★林昕儀副會長（財團法人桃園市威綫社會福利基金會），捐款參萬元整。（贊助弱勢家庭慰問金經費）
- ★徐沛清副會長，捐款參萬元整。（贊助英語嘉年華暨英語相關活動經費）
- ★林昕儀副會長，捐款貳萬元整。（贊助本校教師相關活動經費）
- ★林昕儀副會長，捐款參萬元整。（贊助學校活動及設備）



第六屆 自治市幹部 服務回顧與傳承

文化局長 / 601 王晨鑫

想想當初選舉前幾個禮拜的下課，走廊上都是自治市長候選人的拉票聲，兒童朝會時校長還親手為我們帶上候選人的肩帶，在選舉過程中，我們個個都很緊張，一邊緊張的在想自己能不能選上自治市市長，一邊緊張的想著自己如果當上市長後要做什么，直到開票結果公布時，有些人慶幸，有些人沮喪。等到上任服務後，才知道之前的自治市幹部有多辛苦，不但平常要討論、要撰稿，也要努力背稿，還要面對台下的同學。我擔任文化局長的職務，主要負責宣導許多事情，例如：入班宣導讓大家認識毒品的危害，以及如何遠離毒品。我想要告訴下一屆自治市幹部，不管最後的結果是擔任哪個職務，每個職務都有不同的工作和責任，只要有機會，大家提出的政見，就有可能實現！



環保局長 / 606 嚴翊維

在今年的兒童節活動中，我們實踐了當年許下的兩個政見——上下課翻轉以及跳蚤市場。當天，自治市幹部先在模範生表揚大會上進行活動說明，讓大家知道相關的規則及注意事項。其實我不喜歡唸台詞，雖然看起來很容易，可是我上臺時不知道為什麼就是會緊張，但為了活動能順利，也只能盡力做。上下課翻轉就是我們只要短短的上課十分鐘，之後就有四十分鐘的下課，大家可以在這時間進行戶外活動或參與標語彩繪。活動的高潮是跳蚤市場，看到大家開心的進行買賣與分享的樣子，自己還蠻開心的，這應該就是「成就感」吧。這一年讓我學會了負責，從競選時做海報到現在的兒童朝會，我抱持著既然當了自治市幹部，就要把自己的工作做好。這一年讓我學到很多，也希望下一屆能超越我們！

體育局長 / 602 張志揚

「班球借用活動」發起的動機主要是我發現有些班級或學生家裡可能沒有球，而體育器材室的球又那麼多，那為什麼不把一些球給那些沒有班球的班級呢？我（體育局長）是這次政見的代表幹部，劇本是由我寫，如何執行也是由我和體育組長（何老師）策劃的，演戲是六位幹部一起演的，完成宣導後還要再找兩位幹部在午休時把球發到班上，這些流程大概進行了一個多月左右，在這期間遇到了一些困難，比如想不出劇本的內容、排演的動作等困難，為了順利完成，花了我非常多的時間和心力，也不只這樣，還要有上台的勇氣。我深刻體會到準備一項政見、一項活動真的不是那麼容易！

民政局長 / 604 魏詩芸

各位一定有在中午吃飯時間聽到耳熟能詳的音樂吧？沒錯，這就是自治市幹部實現「點歌活動」的政見。你知道為什麼會有這項活動以及這些音樂是如何播放出來的嗎？當初提出這政見的原因，主要是當我們還是低年級生的時候，我們曾在午餐時間聽到好聽的歌曲，雖然沒有幾次，但依然印象深刻。自治市的幹部有六位，我們都是兩兩分組來分配每一次的活動。過程中有很多經驗可以學習，如：在朝會宣布點播活動的時間點、做新的點歌單，在你們點完歌後，我們就要開始選歌，然後再把歌打到 excel 檔，最後就要錄音並剪輯。當你們聽到音樂時，我們也如釋重負，但我們也是開心的，畢竟這種難能可貴的經驗又有多少人可以體驗到。

新聞局長 / 603 吳炳輝

教師節是為了感謝辛苦的老師們，而自治市幹部當然就是負責這些活動的主要人物。今年教師節活動規劃了「認識師長有獎徵答」、「聲聲傳師情~按讚點唱機」、「感恩大聲說」及「奉茶」等活動。其中我印象最深刻的就是當初為了要宣導這些活動，我們用類似於「小短劇」的方式進行，而這樣的方式最大的缺點就是太費時了！光是打稿就花了兩個星期，排練也練了一星期，這還只是宣導教師節活動而已，同時還要進行「聲聲傳師情」的活動，我們是在午餐時，現場麥克風接學校的廣播即時放送的，這代表不能有一點失誤，其中我覺得最難唸的就是名字，有一些字比較不常見，或者很特別，所以在平時要常練習練習，不然會一直卡到。在這籌備與執行的過程中，佔滿我在學校的早自習和午休，雖然如此，但經驗寶貴。舉辦一個活動是真的很辛苦，當自治市幹部也好累……

自治市長 / 605 詹智涵

擔任小市長這一年以來，我將我的政見一一付諸實行，也在兒童朝會上付出了許多新血，擔任自治市讓我自己更加忙碌也變得自律。今天就來和大家分享在兒童朝會上，我們做了什麼。自治市的六位幹部們，會輪流擔任每次朝會的主席，也負責協助頒獎，如果有政見要向大家宣布時，會寫稿，再用類似舞台劇的方式呈現，期間需不斷練習及排演，才能呈現最好的效果，讓小朋友充分理解政見內容和行動。我覺得最麻煩且尷尬的事，就是必須在全校師生前演出，這是需要勇氣的，我覺得大家都做的不錯。過不久，我們就要卸任了，我相信下一屆的自治市及司儀能做的比我們更好，帶給大家更好的兒童朝會！

幼兒園

親師生樂郊遊

頭湖附幼教師群

今天是個值得期待的日子，因為孩子期盼已久的校外教學終於來臨了！連太陽公公也被孩子們的热情召喚出來，久違的露臉了，孩子們個個帶著興奮的心情，跟著老師一起出發！

今天的目的地是準園休閒農場，在導覽員的專業解說下，我們了解了竹節蟲的習性，觀察竹節蟲的樣貌，還讓孩子們體驗竹節蟲爬在手上的感覺，雖然感覺癢癢的，但是能夠近距離接觸到竹節蟲，大家都覺得好有趣呢！我們還有做彩繪甲蟲撲滿，孩子們自由發揮想像，塗上繽紛的色彩，最後完成自己獨一無二的作品。孩子們也有體驗吹泡泡，隨著風吹出的大泡泡，在陽光下顯得更夢幻了！



揪你童在一起 之 彩繪頭湖童樂會

訓育組長 / 陳慧雲

兒童節一直是學生最期待也最樂在其中的一個節日，除了配合新北市教育局今年的主題「揪健康、揪同樂、揪創意、揪 FUN 心」，學校也尊重兒童表意權，兌現自治市所提出的政見——「上下課大翻轉」及「創意市集」，提供同樂空間及活動，陪伴兒童共享「自主、歡樂、創意、永續」的幸福學習旅程。

此外，我們也加入了「頭湖樂彩繪」的活動，彩繪的主題搭配各種的教育議題，如：「性別平等」、「交通安全」、「健康衛生」等等，讓兒童在學校的角落畫下他們的想法和創意。這是一個極具意義和實踐價值的做法，不僅可以豐富校園的氛圍，還可以讓他們感受到自己的參與和貢獻。

當天，頭湖一路及頭湖二路上聚集了一群熱愛畫圖的同學們，他們以小組合作方式將想法激盪出的畫面，分工完成標語繪製的任務。現場到處都充滿著歡笑聲，在促進兒童藝術表現力的同時，更能讓他們在創作中表達自己的想法和情感。希望透過這樣的活動，學校也可以成為兒童回憶中的一個美好場所，讓他們對學校有更多的歸屬感和自豪感，為學校帶來更多歡樂和色彩！



母親節 感謝您 愛的大放送



親職組長 / 劉人萍

母親節在現今多元社會，已可延伸為廣義的節日，提醒大家感謝平日主要照顧我們的人。各年級的頭湖學子用不同的方式來傳達送滿滿的謝意和暖愛的愛意，就是要讓您知道「愛無價」這一份巧思和心意，希望讓主要照顧者感到幸福與專屬感，也希望透過節慶活動，提醒小朋友們「愛即時」，在平日生活中落實尊重有禮、貼心負責的好行為，就是對照顧者最大的回報啊！此外，今年學校更規劃「時光膠捲——母親與我」的活動，期望透過長輩的故事，讓孩子超越時空的限制，瞭解世代間真摯的親情，增進親子情感交融與互動學習機會，養成孩子感恩之心。感謝家長們的共襄盛舉，讓我們一起進入感動的生命故事吧！

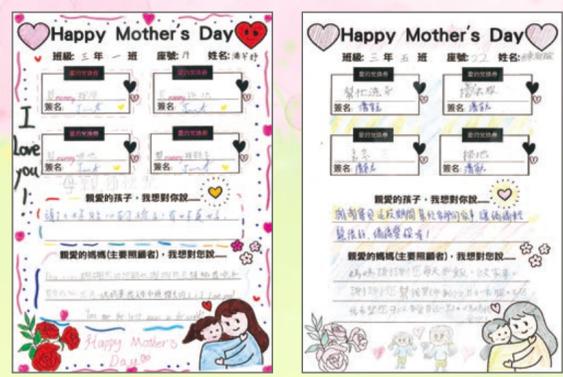
【一年級】溫馨暖屋



【二年級】繽紛花束



【三年級】愛的兌換券



【四年級】媽咪印相



【五年級】特派小記者



【六年級】珍愛家人 照片PK 經典重現

603 張會嘉

我覺得這個活動真有趣，可以重現以前，回憶過去，我們要珍惜家人，一起快樂的過生活，不留遺憾，感謝這次學校辦這個活動。

605 鄭坤旭

看到照片讓我想起了小時候的母親節，我送給媽媽一根棒棒糖，媽媽好開心，我好懷念。現在我長大了，有了些零用錢，可以送媽媽更好的禮物。謝謝媽媽讓我來到這世界上，擁有美好的生活環境！

606 黃幸如

經過這次的活動，我能重新回味自己的小時候。小的時候還依偎在媽媽身旁，如今，已經比媽媽還要高，短短的幾年，卻又滿滿的回憶，這也讓我更珍惜與媽媽相處的時光。



時光膠捲 母親與我



401 張兆融媽媽

我小時候非常的好動，如果生活在現代，大概就是那種會被診斷為注意力缺陷過動症的孩子，但我的母親從來沒有放棄，而是儘可能地找資源幫助我。我在四歲那年開始學鋼琴，和別的孩子不同，因為坐不住，所以我的第一堂鋼琴課就只有五分鐘，母親也沒有說什麼，就這樣讓我慢慢地延長鋼琴課的時間，一直到我國小三年級考上了音樂班，那時已經可以坐上完一小時的鋼琴課。感謝我的母親，不強調我的缺點，總能看見我的優點，讓我相信自己會成為一個更好的人。

501 王瑜晴媽媽

幼時我主要的照顧者是「阿嬤」，阿嬤個性為人善，並與鄰居們擁有良好的關係。當阿嬤用巾巾擦著我，哄我睡覺時，我最愛耳朵貼緊阿嬤的背，聽到阿嬤開朗的笑聲，和鄰居說著抑揚頓挫且流利的閩南語，聽著阿嬤心跳的節奏，多麼令人感到安穩與幸福。

