



# 壽山高中日文實驗班專刊

壽山高中106學年度成立日文實驗班，推動培育學科優、日文強的普通科實驗教育課程。以學生為主體的多元化教學，激發學生學習力(日文檢定通過N3)、溝通力(國際交流)、理解力(文化深解)與表達力(日文簡報、演講比賽)之培養。



發行者：桃園市立壽山高級中等學校  
校址：33352桃園市龜山區大同路23號  
電話：03-3501778  
傳真：03-3297861  
網址：http://www.sssh.tyc.edu.tw  
發行人：黃華彩 校長  
編輯群：呂雅惠、劉得光、陳運欽、李靜芬  
印刷：神才印刷事業股份有限公司



## 壽山高中日文實驗班——

### 融入課程的國際教育

校長 黃華彩

臺灣的國際教育發軔於1999年教育部第四期「高級中學第二雙語教育5年計畫」，繼於2011年成立中小學國際教育指導會推動SIEP及建置資源系統，此時也進入我們熟悉的國際教育1.0世代，接著教育部在2020年發布國際教育2.0政策白皮書，也正式宣布精進學校本位國際教育為國家教育重要目標。

壽山高中在國際教育的推動，一直扮演桃園市高級中等學校中火車頭的角色，從締結日韓姊妹校、國際教育旅行、澳洲語言學習交流、國際扶輪交換生計畫、體育賽事跨國移地訓練、日本宮崎教育交流等均積極推動；壽山高中亦於106學年度配合桃園市政府教育政策設立日文實驗班，落實國際教育精神，讓桃園學子都有機會深度進行日本文化教育的薰陶，首創於全台的日文實驗班，將國際教育的內涵，徹底融入課程，讓壽山學子在語言學習、文化涵養、國際禮儀、日本文學等面向，都在沉浸式的學習環境中輕鬆進行。

壽山高中日文實驗班，整合校內資源，聘任日文專任教師，創建專屬日文學習環境，並引入台日交流協會專任日文教師全年駐派本校，並於課程地圖規劃第二外語學習，鼓勵學生進行日文檢定，並提供完整資訊供學生遊學、留學參考，日文實驗班的學子在導師的帶領下，個個謙恭有禮、敦厚樸實，升學成績亦表現不凡，在壽山高中日文實驗班提供多元豐富的學習機會，讓學生能夠大展長才，歡迎對語文領域及日本教育有興趣的你一起加入！



### 日本志工山本達也先生

私は日語合作夥伴の山本達也です。永遠の25歳です(☺)。去年の9月に壽山高中に来て、7ヶ月が経ちました。台湾に住むのは初めてです。

私は台湾が大好きです。台湾の美しい自然、台湾の美味しい食べ物。そして何といっても1番好きなのは台湾の人々です。とても友好的で、親切で、おおらかで、私とは初対面にも関わらず、ずっと知り合いだったかのようにフレンドリーに接してくださいませ。

生徒の皆さんともこれまでたくさんの交流がありました。日本文化の紹介(茶道やつまみ細工など)以外にも雨の中の陽明山登山や、運動会、淡水・北投への校外学習、年末のクリスマスイベント、そして雨の文化祭などです。たくさん話しかけてくれて感謝しています。

また、学校内ですれ違った時に「はい！」とか「こんにちは」など挨拶をしてくれたり、学校の外で見かけた時に手を振ってくれるのも、とても嬉しです。ありがとう！

日本語などの外国語を学ぶことで、世界がぐっと広がります。そして自分で学んだことは自分の財産になっていきます。受験や成績のためだけでなく、自分のこれからの大きな財産にするための学びを続けたいと思います。

任期は6月下旬で残り少なくなりましたが、日本に関する事なら何でも聞きに来てくださいね。



中文翻譯



## JLPT日本語能力試験N3通過

205班 黃霈詠



高一上學期的12月考完日文檢定N5(初級)之後，我就決定報考日文檢定N4，在報名時因為按錯，不小心報名成日文檢定的N3(中級)，只能硬著頭皮的跟老師說：「我報了N3的日文檢定了。」老師用不可置信的眼神看著我，語重心長的說：「那就只能勇往直前了。」

我每天中午的午休時間幾乎都是在圖書館裡度過，一邊問問題，一邊刷習題練習。後來疫情停課時，在家裡的閒暇時間我就會追星，看自己喜歡的日本偶像他們的團番，也會買日本的偶像雜誌，透過這種方式來練習閱讀能力還有聽力。

檢定考試當天，我反覆地告訴自己「沒事，平常也在看日文的東西，沒問題」的心情，我踏進了考場應試，半天考完之後如釋重負，懸著的心稍微能放下一些。

成績公布當天看到自己通過檢定的畫面，自己都覺得很不可置信，完全是在我意料之外。我覺得不管是報考哪一等級的日文檢定考試，最重要的是多看多聽多寫，畢竟學語言就是這樣，反覆的練習才能有進步的機會。

## JLPT日本語能力試験N2通過

305班 馮采宜



在高三上學期的12月，我參加了日本語N2的檢定考試。雖然以前有考取到N3的證照，我還是對這次的考試充滿擔憂，在決定報考之前時一直猶豫不決，促使我決定考試的原因是因為自己的好奇心。

想要了解自己目前的日語程度到底在哪裡？保持著這個好奇心，我決定參加這一次的考試並全力以赴做足準備。我下載了隨時可以在手機上練習日文的應用程式Nigii JLPT，每天只要一有空就把手機的題目拿起來練習，針對自己之前做錯的題目，把它背熟。

因為自己已有看網路日文原版漫畫、小說的習慣，我把看不懂的單字一一列出，上網去查清楚它的意思，如此一來邊看自己有興趣的原文書，也邊背自己不熟悉的單字。我用適合自己的學習方法每天接觸日文、認識新單字、新文法，很開心最後能順利的考取到JLPT N2的證書。

## 本校日文實驗班學生 JLPT日本語能力試驗通過情形

班級	姓名	通過等級	班級	姓名	通過等級
105	陳昱亘	N5	205	楊恩宇	N5
105	楊甯甯	N5	305	吳承茹	N5
205	王鈺甄	N4	305	林宥均	N5
205	周佩玟	N5	305	林瑄樺	N3
205	柯淑云	N5	305	洪采兒	N4
205	高沛均	N4	305	胡曼鈺	N4
205	黃霈詠	N3	305	涂靜涵	N5
205	廖育萱	N4	305	張岑	N3
205	趙芸霈	N5	305	梁玉琪	N4
205	盧育宸	N5	305	梁新郁	N3
205	錢姿涵	N5	305	馮采宜	N2
205	林恩耐	N5	305	黃緯妮	N4
205	陳漢德	N5	305	劉亞玟	N1
205	曾星閔	N3	305	吳承翰	N5

### 日式茶道文化體驗

105班 王愛綸

日本茶道至今已有一千四百多年的歷史，作為日本傳統文化，重視「清心」和「節欲」的禪道精神，現已成為日本人修身養性，提高文化素養的手段之一。不只在於飲茶及沖茶時的禮儀，連茶室內外的布置都非常講究。

第一次體驗茶道時，內心也不自覺嚴肅起來，要用心去品嚐茶的味道，讓自己心靈放鬆，在品茶前還要先吃和菓子，因為古時候的日本人認為茶是一種「藥」，覺得茶雖好喝卻只能適量而飲。為了避免空腹喝藥傷胃而準備食物。後來發覺和菓子與抹茶最為搭配，所以在品茶之前須將和菓子吃完。

在體驗茶道時，我了解到日本人對於茶道有多麼重視，每個步驟都必須嚴肅看待，不論是沏茶或品茶，都有各自的禮儀，抱著尊敬的心，去完成茶道這項體驗。



非常感謝學校針對非日專班學生也開設日式茶道文化體驗

活動，透過這次的體驗讓我了解日本獨特的茶道文化，也讓我見識到日本端莊、謹慎、細心的地方。為到來的客人奉茶的禮節，以及主客之間對於茶道的細節，讓我覺得很新奇之外，也讓我覺得茶道是個很優美的文化，不只是單純喝一杯茶，喝的是茶道的精神、茶道的美。



101班 吳佩珊



### 日式浴衣文化體驗

105班 陳俞蓓

浴衣穿的時機在夏季、泡溫泉、沐浴後，還有祭典的時候，在還沒實際操作穿著浴衣之前，老師先讓我們看穿浴衣步驟的示範影片及說明注意事項，浴衣穿的衣襟那裡要呈現Y字領，穿反了會變成壽衣的穿法。

實際操作時，我發現穿浴衣確實是不太容易，一不注意就會搞錯了步驟，經過老師多次提醒下才終於穿著成功，頗耗時間，心中充滿了成就感。在浴衣穿著體驗中，我學會了兩件事情，那就是耐心和細心，耐心是因為穿浴衣需要一些時間，細心則是因為浴衣需要弄出蝴蝶結，如果想要綁的好看就必須細心處理，藉由學習穿浴衣這件事情，可以讓我磨練自己的細心和耐心，讓自己更貼近日本的文化。



### 日式飲食文化章魚燒製作

205班 周佩玟



一個已經融入台灣夜市、街口，容易尋覓到蹤影的日式小吃。

日文老師帶著我們日文實驗班同學一同製作章魚燒。首先是備好章魚燒粉和水混合調製成麵糊，再將高麗菜切成細絲和其他食材裝盤，在預熱好的章魚燒鐵盤上開始一個一個的 ゆっくり (慢慢) 的倒下麵糊，鐵盤上滋滋作響，麵糊開始成形後，有同學拿高麗菜絲，有同學拿小たこ (章魚)，大家開始各司其職的將手中的材料井然有序的加入白色的麵糊當中，接下來就要做另一個半圓，竹籤戳起一角接著再倒入麵糊，一邊要等他成形一邊又要轉動章魚丸子，還要倒入麵糊，大家開始手忙腳亂了起來，但也漸漸的把圓形的丸子變了出來。

最後淋上醬汁和海苔，嘴上念著いただきます (開動了)，大家一起品嚐忙了一節課所製作的成果。有些章魚燒看起來要圓不圓的，留著醜醜的縫痕，但內餡卻是溫暖無比，飽滿的餡料滿足了我對章魚燒味香的期待。真的很開心能夠和班上的同學一起製作，假如之後高三畢業前班上同學還能一起製作章魚燒，我想一定會做得更加的圓潤飽滿吧！



### 日式飲食文化花見糰子製作

305班 陳詩諭

高三下學期考完學測之餘，日文老師規畫文化體驗課程讓我們製作花見糰子。據說粉紅色是代表春天、白色代表冬天、綠色代表夏天，而「沒有秋天」的日文為「秋がない」，與代表商貿繁盛的「飽きない/商い」同音，所以就用上這三種顏色。另一個說法是三種顏色都代表春天，粉紅色代表櫻花、白色代表白酒、綠色代表新綠，把糰子吃下去的時候，就像感受到春季的氣息及力量，日本人通常會在賞櫻的時節吃糰子。

這是我第一次製作花見糰子，老師很用心地幫我們準備課程及食材，組員也非常合作，我非常滿意這次的成品。花見糰子的作法並不難，稍微要費點力的是麵糰上色時需要和不同調色的粉揉在一起，這個步驟比較需要一些技巧 (在日本通常使用櫻花花瓣與艾草來製作粉色或綠色糰子，我們則是用草莓粉與抹茶粉代替)。這次的課程讓我體驗到了製作花見糰子的樂趣，淋上蜂蜜吃到自己親手製作糰子的那一刻，真的是讓我成就感滿滿。

人在春天賞櫻時會吃的小點心，從一開始知道我們文化課程有機會製作日式糰子時就非常的期待，課程當天早上老師和我們先測量各組所需要食材的重量，因為材料都是粉末狀的，分裝備料的時候大家都非常的謹慎，深怕食材比重量測錯誤。

下午踏進家政教室後，首先將水和糯米粉、再來米粉混合，麵糰初步成形後我們開始把麵糰上色跟搓圓，染色時是使用較為方便的抹茶粉和草莓粉，日本人在製作糰子時通常會使用天然食材去上色，因為要將糰子搓圓，每個人的手都是紅一片、綠一片的，搓出來的糰子有大有小造型都不一樣非常的可愛。

最後我負責煮糰子，因為課堂時間有限，需要很專注才不會讓糰子黏在鍋底，也要確保糰子都有熟才能食用，煮了約七到八分鐘後將糰子撈起冷卻，和同學一顆一顆串上並淋上蜂蜜，分送給各處室的老師們一起享用，部分糰子也送給認識的朋友，得到了很好的回應讓我更加有成就感。



### 日式手作文化布花細工

305班 張岑

很开心校內有機會可以體驗製作日式髮夾的手工課程，非常感謝校內日本志工伙伴來給我們技術指導。由於髮夾上的配件就大概是一個指節的大小，因此在製作上就顯得困難重重，要用手指將小小的花布對折，調整至合適的弧度，過程中花布也散掉了好幾次，只能再重複一樣的動作，因此即使髮夾上的花瓣只有六瓣也花了我們快一節課的時間才製作完成。

完成時，同學們相互分享觀摩他人的作品，讓我打從心底不得不佩服日本的傳統匠人，不只是手藝精巧可以製作很多細緻的工藝品，還有他們能夠坐在一個地方好幾個小時，就只是為了完成作品的耐心，真的值得我好好的學習。



# 日式茶點文化 和菓子製作

305班 劉若葵



205班 廖育萱

高一升高二的暑假，學校請了唐和家的老師們來教導我們和菓子的製作方法，令我印象深刻。

我們製作了兩種造型的和菓子，分別是櫻花和朝顏（牽牛花），過程中，使用了製作和菓子所需的特殊道具丸棒，來刻出繁複的細枝末節；朝顏則較為簡易，由濕巾包覆起來，利用旋轉將圖案印製其上即可。

在操作過程中，我體認到了細心與耐心的重要性，倘若在包覆內餡的過程中，餡料不小心露出來，就要馬上填補回去，不然和菓子乾掉的話就會很難成形，所以，這是一項是非常講究技巧的日本技藝，不匠心獨運、心靈手巧的話是很難辦到的。

在老師的細心教導下，雖然過程偶有失誤，但當成品用精巧的盒子裝起來時，還是令我感到有成就感，這是一堂十分特別的文化課程。

和菓子是日本的傳統點心，在課程中藉由老師的介紹，瞭解到和菓子的特點不只講究美味，其視覺的美感也是很重要的，而在外觀上，和菓子的設計時常以四季（春、夏、秋、冬）或節日作為主題，隨著時序不同，配合著節慶盛事，以當季食材來製作餡料，反映出日本人的日常生活。

老師也解說了和菓子的種類，像是生糕點、半生糕點、乾糕點，雖然各式各樣種類中不同的和菓子，作法都有著很大的不同，但其實主要可以用保存期限的長短來分類。

和菓子介紹完之後，我們實際體驗了和菓子的製作，此次製作的造型是櫻花和朝顏（牽牛花），由於食材大多為豆沙和糖，要時常注意手不能過分揉搓或觸碰太久，因為在這其中溫度是一大關鍵，還有豆沙的溼度，因為一旦暴露在空氣中太久，豆沙都有可能裂開，這時候我們就要用到一些技巧來補救，比如在裂開的部分塗上些許水撫平。

這次的文化體驗課程，不只了解到了和菓子，也體會了一項技術要做到如此的出神入化，過程中是要付出多大的努力，在這場味覺與視覺的美感饗宴，我看見日本的職人精神。



# 名古屋外國語大學入班交流

205班 黃需詠

3月13日(星期一)，我們接待了來自日本名古屋外國語大學的外賓。當我知道要負責上台介紹日文實驗班的特色時，心裡面非常的緊張，很怕自己的講稿背不起來，也很擔心自己的日文說的不夠流利。所以我花了將近一週的時間在練習我的口語解說能力，還好，最後上台時順利的完成我的簡報內容。

藉由這次的交流機會，了解到日本當地的特色飲食以及祭典文化，比如日本那邊也有像台灣送王船一樣的儀式。其中一位跟我們交流的男大學生，他出生於日本三重縣，他介紹了許多三重縣當地的特色美食，像是將紅豆餡包覆在餅皮外面的「赤福餅」，以及份量十足的大煎餃，據他所說，那是他們學生的營養午餐會出現的菜色。

經過這一次交流，讓我更加認識到日本當地的飲食文化，心裡想著，有朝一日絕對要去日本品嚐赤福餅的滋味。

小補充：「赤福餅」是由「赤心慶福（せきしんけいふく）」（打從心底為他人的幸福而感到喜悅的意思）中的「赤福」兩字作為命名由來，不但是這款和?子的名字，同時也是該店家的名稱。三重縣的伊勢赤福餅是日本國內民衆票選中，被認為是三大必買的茶點伴手禮之一。



# 校際參訪東海大學

105班 謝莘渝

校外教學當天下午，我們從演武場到了東海大學，一進校門的瞬間，感受到了大學自由的風氣，大學端為我們安排了一系列的日本文化課程，我們透過分組輪流上台介紹不同的文化主題，讓我印象最深的是高二的學長姐們所介紹的J-pop文化，同時也感受到了學長姐們對於追星的熱忱。

另一個主題，讓我了解到日本的寶塚歌劇團，其特色是整團團員皆由女性來擔當演出工作，在看到女性演員們飾演的男性角色時，讓我真的理解到何為雌雄莫辨。回程時，吃著東海大學為我們所準備的冰棒，為此次校外參訪畫下完美的句點。

205班 鄭嘉升

東海大學日文系為我們校外參訪準備了一系列的文化課程，我們那組文化課程主題是日本古代的審美觀，探討當時女子如何才算是美女？其中提到了小野小町，她是最讓我印象深刻的人物，因為我曾經在手遊的角色裡看過她，但讓我意想不到的的是古代美女的定義竟然與我們現代的定義截然不同，我們現在所謂的美女是前凸後翹、腰細腿長、瓜子臉，但古時候卻是以豐滿圓潤、小眼睛、大餅臉為主。了解了今昔審美觀的差異後讓我震驚了好一會兒，經由講師的解釋說明後，對於以前日本古代的審美觀我才能慢慢釋懷。



# JENESYS2022 亞洲國際兒童電影節

# Movie

205班 周佩甄

特別感謝學校提供這個機會讓我們成為亞洲國際兒童電影節的台灣代表(台灣高中生只有5位)，參加如此盛大的國際交流活動，這個活動真的是令我大開眼界，除了從主辦方日本學習到非常多的旅遊知識，在跟其他國家學生交流時也認識到不少國家的當地文化，甚至以某部電影為媒介和柬埔寨的學生產生了共鳴，我還蠻羨慕柬埔寨的孩子下午三點多就放學了，相較下我們的課業壓力比較重。

有些參與視訊交流孩子的年紀只有國中、國小，他們製作的微电影卻都有獨特的風格和體悟，能完成一部電影作品，還很自信的向這麼多人介紹自己的作品，看得出來這群孩子是真的熱愛影視製作的明日之星。

很感謝日文老師指派我參加日本台灣交流協會所舉辦的JENESYS 2022亞洲國際兒童電影節活動，雖然只是透過小小的視訊螢幕，卻也代表了在疫情之下，想要持續交流的熱切。

第一天的活動看了日本小朋友製作的電影小短片，感到非常的佩服，從影片拍攝到後製剪輯大都是由同學們自己完成的，影片的題材與主題都很有趣及多元，本身就是電影愛好者的我認為，能夠使用網路多媒體向他人傳達訊息是件很浪漫的事，影片裡不精熟的剪輯卻也吐露出最真誠的情感。

當我們和泰國的參與者一同討論分享了自己喜愛的電影，我覺得十分的驚訝，雖然兩個語言不通的國家裡也能夠有共同的話題，這大概就是電影為我們搭建出來的橋樑吧！

第二天的活動，看到日本的同學介紹了南淡路市(位於日本兵庫縣南部淡路島上最南端的城市)和北見市(位於日本北海道鄂霍次克綜合振興局的市，面向鄂霍次克海)的特色，最有印象的莫過於視訊分享時，南淡路市當地活潑可愛的吉祥物人偶也入鏡，他們搖擺的身影在畫面後頭從未停歇。北見市也介紹了他們很有名的烤肉節，二月零下的溫度，在戶外辦烤肉，充分體會到他們對於烤肉的熱愛，真想去體驗一次，即使是連肉都無法退冰，依舊堅持烤肉的歡樂氛圍。

QA時間時，我發現各國的學生都積極的參與，他們所提出的問題有些是我沒有想到的，也讓我能夠以不同角度去思考問題，當北見市的視訊畫面移至窗外外的景象時，大家都驚呼一聲，外頭的雪景也太漂亮了吧。



照片來源：公益財團法人日本台灣交流協會

<https://www.koryu.or.jp/tw/news/?itemid=3165&dispid=4266>

### 校外參訪 - 台中演武場 205班 柯淑云

校外教學抵達台中演武場後，首先導覽人員和我們講解這裡以前其實是日本警察練武的地方，然後帶我們參觀了周遭的環境。

讓我印象最深刻的地方有兩個：第一是劍道的體驗，講師跟我們講解日本劍道是以日本刀為核心，以刀劍的使用技術為載體，以日本民族歷史文化傳承為靈魂的武道，以及劍道的基本規則，例如：劍尖對準對手面部或喉部，是攻守兼具的姿勢。當對打時，刺到對方的喉部與胸部不予計分，講師也教導我們如何安全的善加利用護具，並且讓我們觸摸真正的日本刀，第一次的劍道初體驗讓我情緒也變得亢奮起來了。

第二是弓道的體驗，在這之前，我一直覺得動漫裡的角色很輕鬆地就能將箭射出去，等到我實際操作時才發現原來弓並不好操作，沒有用力扣好很容易就會滑掉，要調整角度然後拉滿弓才能將箭射出，想要習得一身好武術的確是非常的不簡單。



台中刑務所演武場是日治時期司獄官、警察訓練武術之場所，園區內到處充滿了日式風格的建築，其中提倡的六藝區：茶道、古琴、弓道、劍道、書法、圍棋...等，我們在校外教學時體驗了劍道與弓道的相關課程。

劍道在日本是一項很具特色的武術，老師介紹了劍道的相關護具和禮儀，例如：進入場館前需行禮和脫掉鞋子跟襪子，在對打之前和對打之後都要相互行禮，可看得出這項運動非常莊重與注意禮節。實際操作劍道的相關動作時，我覺得這項活動對初學者來說並不簡單，需要透過不斷的反覆練習，精神上要非常的專注也非常耗費體力。正式上場比賽時需要將動作練得非常熟練，不管是打擊的力量，亦或是打擊的位置，都是比賽中的關鍵之處。對我而言，這是一個很難得的體驗機會。

弓道的課程也是我第一次體驗，我學會了如何正確拉弓和施力，使箭在釋放時能夠更加穩定。園內的日式建築造景和日本文化體驗課程，讓我收穫滿滿，對於日本文化有更深一層的了解和體悟。



### 校外參訪 - 淡水、北投 105班 朱昱玟

這次的校外參訪讓我重新認識了淡水和北投，以前去的時候都不知道原來那裡有那麼多日治時期的建築，而且都保存的很好，每一棟建築都很漂亮，走進去彷彿真的置身在日本。

早上我們到了淡水，參訪多田榮吉的故居，小小的房子，卻充滿著日式的氛圍，榻榻米的地板我超喜歡的，屋外的樹很大棵，如果是豔陽晴天，那絕對是最舒服的納涼處，而且那裡超安靜的，感覺可以不在乎外面的紛擾。後來參訪日本警官宿舍，因為經過多個時代背景，所以有日式、西式、中式的建築特色，但不會感覺到衝突，非常漂亮，我很喜歡那間房子。

下午我們到北投溫泉博物館，2樓有一個超大的榻榻米大廳，坐在上面拍照真的很有日式意境，館內有很多很有特色的拍照點，還有互動遊戲，外觀也很漂亮，不愧是米其林評比三星的旅遊景點。最後到了地熱谷，還沒走進去就先聞到了濃濃的硫磺味，超嗆的，外面還有賣溫泉蛋，很特別。進到地熱谷感受到了滿滿的熱氣，很有人間仙境的氛圍，非常的夢幻，也為我們此次參訪畫下完美句點。



### 服務學習 辦理日本文化兒童營隊

4月29日(星期六)本校日文實驗班學生與服務志工共40多人，於壽山高中校內辦理龜山國小3至6年級小朋友日本文化體驗營隊活動，當天共45位小朋友參與。活動內容結合本校日文實驗班學生所學，包括花見糰子製作、日式茶道文化體驗、探索日本忍者文化大解密與製作手裡劍、團康遊戲、團關活動...等等，讓學生發揮所學，能夠回饋與服務社區小兒童，建立良好社區關係。

105班 許廷璋

205班 趙芸霏

很开心能參與到這次的營隊活動，雖然我是行政組的工作，可是收穫還是滿滿，第一次打電話給家長詢問小孩怎麼還沒到學校、第一次幫受傷小朋友擦藥，當下真的很緊張，幸好這個妹妹很勇敢沒有哭，不然我肯定會更慌張。

行政主要工作就是前置作業，還有活動當天的簽到，結束時的場復，活動中看哪裡有需要幫忙的。這場兒童營隊後，我發現自己處理事情的能力變更好了，在活動中也有很多突發狀況，讓我更懂得如何去冷靜應對處理，希望日後還有機會能參與！

因緣際會上與同學一起參與了111學年度的兒童營隊，我擔任的職務是攝影組。在此次活動中，我學習到團隊合作，包括事前各個組別的準備工作及協調；與人溝通的技巧，要和同年紀的隊輔、關主溝通協調，也要和參加營隊的小朋友們互動、幫助他們留下回憶的相片與影片；更多資訊相關技能，包括上傳照片、檔案整合等等。

印象最深刻的是在最後問卷當中，詢問了小朋友最有印象的工作人員是誰，有小朋友寫了我的名字，雖然我只是在旁幫他們拍照的攝影師，但他們也記得我和他們的互動，令我感到意外和感動。若是往後有類似機會，還是會再次參與協助活動。



### 校外參訪 - 大溪老茶廠 305班林秀妍

這次到大溪老茶廠校外參訪，除了了解製作茶葉的方法，透過導覽人員的講解，更加深入了解這裡的歷史，原來早期台灣茶業興盛外銷歐美時，將茶奉為「黑金」的賺取外匯。茶場內外部空間，融合了台、日、英式風格的建築樣貌，機器擺設與生產流程極具巧思，讓這座快要滿百年的老茶場更加充滿生機。

下午參訪龍潭手信霧隱城，園區內到處充滿日本江戶時代的風貌，處處都有忍者武士的身影，讓我覺得一秒就馬上置身日本。搭上當時剛好是哆啦A夢的主題活動，我們親手體驗了兩個手作課程，DIY的製作出銅鑼燒與黑羽燒的成品。

透過這次校外參訪活動，我發現原來在台灣，許多地方還有著日式建築，也了解日治時期在台灣的歷史，一天的參訪，收穫滿滿。



### 服務學習 愛心洗車公益募款活動

11月12日(星期六)，本校與真善美社會福利基金會合作舉辦「用愛洗車」公益募款。90多位學生志工參與此次活動，藉由此活動讓學生懂得關懷社會弱勢族群及付出愛心。

本活動亦結合聯合國SDGs永續發展的概念如下：目標3: Good Health and Well-Being，學生利用假日休閒時間從事服務學習活動，培養正確價值觀。目標6: Clean Water and Sanitation，鼓勵同學用少量的水來完成洗車的工作，讓我們更加了解水資源的珍貴。目標10: Reduced inequalities，認識社會中仍有一些弱勢群體需要幫助，有些人受限先天的體能條件不利，我們應該持正向的態度看待身障者而非投以歧視或異樣的眼光。目標17: Partnerships for the Goals，學校跟第三部門的社福團體(基金會)共同辦理活動，結合成夥伴關係，為公益/弱勢群體發聲，建構友善社會環境。

205班 蘇子傑

假日時參加學校與真善美基金會所共同辦理的公益洗車活動，我上午參與了洗車組而下午參與了招車組的工作，中午片刻休息時有麥當勞午餐可以吃，讓我立即恢復了鬥志。

洗車時大家都盡忠職守，完成自己崗位的工作，雖然整天下來腳底早已承受不住我龐大的身軀，最後宣布清洗車輛達301台的那一刻，終於放下了一心想要超越歷史紀錄的重擔，造就了歷史新高。這次公益洗車活動中獲得了豐富的經驗及成就感，不但幫助了社會中的弱勢群體，還可以和車主進行交流，讓他們了解到真善美基金會的工作和使命，幫助弱勢者獲得溫暖，讓社會更加祥和。

205班 莊勝閱

這次參加本校志願服務社與真善美基金會所合作的公益洗車活動，這個活動並不算太輕鬆，活動當天豔陽高照，說實話其實挺熱的，但還是不影響我和朋友們興奮的心情。這次的任務分組分為招車、泡沫、沖水、擦車、擦車、募款等等，早上我分配到的工作是擦車組，主要就是把車子身上的水擦乾，工作不算困難也有很多樂趣在其中，感受的到車主們都很有愛心，其中有一些是特斯拉的電動車，真的有一番不同的體驗。

下午的工作我被分配到招車組，工作算輕鬆，但會有些挫折感，因為有意願繞進來洗車的車輛比想像中的少，整天下來，喉嚨喊到快要沙啞了。這次的活動讓我受益良多，不但讓我交到了許多新朋友，也意識到了這種公益活動的不容易，希望下次還有機會參加這種服務性的工作。



# 日本國際教育參訪活動



## 305班 高宜翎

參訪日本的第三天，我們前往和歌山縣日高高校進行交流。他們學生很熱情的歡迎我們，歡迎會時也準備了古箏的演奏，我們則是準備唱歌與舞蹈的表演。午餐時跟學伴一起享用便當，一起聊天分享氣氛很歡樂。有一節在國中入班交流，日方學生都努力用著英文跟我們介紹他們的文化，我們也努力用日文摻雜英文跟他們交流。

另一節課我們這組到他們的圖書館，和高中部的學生一起交流文化議題、搶答，高中部的學生都很熱情，還邀請我們一起拍影片、照片，幾乎每個同學都會跟我們互換IG (instansta他們都這樣喊)，大概加了20幾個人吧！

社團交流時我被分配到書法社團，他們也很大方，讓我們嘗試了很多毛筆、顏料，讓我們寫出自己的名字，一起用超大毛筆寫字、作畫真的非常有趣。



# Welcome to Japan!

這次的日本教育參訪，令我驚豔的是日高高校參訪的那一天，一開始踏入和歌山高校的時候並沒有太多的感覺，就覺得就是一所日本高校而已，但後來他們接待我們到禮堂後我真的有被震驚到，被那個畫面震驚到說不出話，彷彿自己真的走到了電影裡面一樣，體育館、學生的穿著、日本的老師……都是電影裡才會出現的，當時真的很慶幸自己能參加這次的教育參訪團，能在自己十八歲的時候就有機會體驗到日本高中生的校園生活。

用心的部分不用多說，日本人總是做到最足最滿，在體育館當下的有快落淚的感覺……社團體驗我是參加弓道社，還沒完全平復的心情又再一次的被弓道社震驚了，穿著正式的服裝，從拉弓到放箭一氣呵成的動作真的帥到不能在帥了，社團老師也有教我們如何射箭，當自己體驗放箭時身體重心真的在被箭拉走的感覺，心中無間斷的一直讚嘆著，在進入高校前原本以為日文不是很流利的我會很難與當地的學生溝通，但一進到學校後我發現我錯了，他們一個比一個熱情，也不會有那種很難親近的感覺，可能因為年紀相似喜歡的東西常常能有共鳴，在交流的過程中沒有遇到甚麼困難，最大的困難應該就是時間不夠，沒能再更深入的交流！



## 301班 郭祿

日高高校交流當天，進到歡迎式會場我滿緊張的，畢竟他們學生人滿多的，當下完全是靠著腦袋不斷回放表演的練習影片在緩解緊張感。後來表演的時候看到台下學生也跟著我們一起跳，在表演完回到座位後也有學生用手勢跟我互動，真的很開心喔！

午餐交流的時候是りんかちゃん來到我們這桌，一開始感覺她是個很內向安靜的女生，但後來也不知道為什麼，我們突然就聊起來了。她看到我的手機桌布是我推的日本偶像就問我是他們的粉絲嗎，我說對，就把我帶的小卡跟立牌也拿出來了。然後也因此認識隔壁桌のりんかちゃん，因為她也是追星。後來聊天的時候又發現りんかちゃん跟我同個社團，喜歡的事物也一樣，感覺還真有緣份。

社團交流時我是到箏曲部，負責教我彈日本箏的是葵依ちゃん，她是個很熱情又非常熱愛箏曲的人，而且當她知道我在台灣也有學古箏的時候，她超激動的。我們後來交換了LINE，還選好下次如果她來台灣，換我教她彈古箏。社團老師也稱讚我彈日本箏彈得很好！這次能彈到日本箏，我有種懷念的感覺，因為在台灣，升上國高中之後就沒有古箏社或國樂社，所以我已經很久沒有接觸到箏類樂器了。

## 205班 黃霈詠

日高高校交流當天，進到歡迎式會場我滿緊張的，畢竟他們學生人滿多的，當下完全是靠著腦袋不斷回放表演的練習影片在緩解緊張感。後來表演的時候看到台下學生也跟著我們一起跳，在表演完回到座位後也有學生用手勢跟我互動，真的很開心喔！

午餐交流的時候是りんかちゃん來到我們這桌，一開始感覺她是個很內向安靜的女生，但後來也不知道為什麼，我們突然就聊起來了。她看到我的手機桌布是我推的日本偶像就問我是他們的粉絲嗎，我說對，就把我帶的小卡跟立牌也拿出來了。然後也因此認識隔壁桌のりんかちゃん，因為她也是追星。後來聊天的時候又發現りんかちゃん跟我同個社團，喜歡的事物也一樣，感覺還真有緣份。



# Homestay與日高高校交流

## 305班 吳承茹

日本教育參訪中，Homestay的體驗跟日高高校的參訪讓我深入了解了日本的文化和教育體制。

Homestay 讓我有機會體驗當地的生活文化。我住在一個傳統的日本家庭，與他們一起吃飯、聊天，並參加了當地的活動。他們讓我感受到日本家庭的溫馨和友善，並且讓我體驗到當地的傳統風俗和文化。

日高高校交流是一個非常有意義的經驗。我有機會參觀日本高校的校園，見識了他們的教育體制和學生的生活。我發現日高高校的學生非常自律和優秀，並且校園環境非常優美。我還參加了一些語言課程和文化體驗活動，讓我更深入了解了日本的文化和教育體制。

這次參訪讓我意識到，參觀當地學校和 Homestay 體驗是了解當地文化和生活方式的好方法。這讓我更好地理解日本人的價值觀和生活方式，並且讓我更好地欣賞他們的文化。

當然，這些體驗也有一些挑戰。例如，我必須適應當地的文化和生活方式，並且克服語言障礙。但是，通過這些挑戰，我學到了如何在異文化環境中適應和學習，這對我未來的旅行和學習都非常有幫助。這是一個非常有價值和難忘的經驗，我希望未來還有機會再次體驗。



## 305班 林秀妍

在和歌山有一晚Homestay的住宿體驗，Home 媽接我們回家的車上，沿路熱情的跟我們介紹許多日本道路的東西，Home 媽雖然不大，但有著溫馨的感覺，而且是自己建的Home 媽帶著我們一起做晚餐，在這個過程我們也增進許多感情，Home 媽怕我們吃不夠，一直做很多東西，甚至還有飯後甜點跟飲料，我們也跟他女兒聊了許多工作上的事情，這是在一般旅行所體驗不到的。

隔天一早六點多就起床了，到樓下時早餐就已經準備好了，在吃早餐時也看了電視的新聞台，後來不小心被轉到幼幼台，這種跟日本人一起生活的經驗很難得，讓我非常珍惜這一次的國際教育參訪活動。

離村式時，因為想要挑戰自己，所以擔任了離村式的學生代表發表演言，透過這次機會，學習到不要害怕目標多難多遠，只要勇敢一試，就有機會成功，機會是掌握在自己手裡的。

日高高校交流當天，從一開始入校就是由他們校長親自來接待，進入體育館歡迎會時，日高高校學生從一進去到站定位都是拍手歡迎，看得出來是很重視這次的學校交流，甚至在表演的時候，音樂一播下去，他們就跟著旋律一起拍手，到了第二遍也有同學跟著一起跳，歡迎會結束要離開體育館時，他們也是用熱情的掌聲跟揮手送我們離開。

入班體驗，先是去國中進行交流，他們的學生非常的乖，而且英文也不錯，很可惜，他們沒有手機不能直接交換聯絡方式。而高中部入班交流時，他們的學生活潑熱情許多，上課時都是歡笑聲，也因為有手機，可以拍抖音、拍照、交換聯絡方式。最後的社團體驗，我選擇的是漫畫社，雖然不是我最喜歡的，但他們的熱情跟小禮物讓我體驗到畫畫的樂趣。



# Homestay 交流

## 高二 周思好

第一晚的home stay我們的home 爸home 媽都是三十幾歲的人，家裡還有一隻狗，剛見到我們就看到他們一直翻閱著我們的資料，可以感受到他們的認真，離開活動中心後他們帶我們去了日高町的山谷大塚【Yaho】的地點，兩秒鐘就可聽到回音！到他們家時我發現日本都是透天房，格局幾乎都長得一樣，晚餐和home 爸home 媽一起做了章魚燒、大阪燒和炒麵，早餐吃了他們做的玉子燒、煎魚、白飯、雞塊配上味噌湯超級好吃的！

吃飯過程我們一起看日本電視節目，用一些日文和翻譯APP和他們聊天，和他們在一起的時光感覺我們真的像家人一樣，真的好幸福，能夠深入日本人家真的，是非常特別的美好體驗！



Home stay入村式

三斷壁

大阪天滿宮

大阪城

和歌山城

黑潮市場

橋杭岩

關西大學

# 日本教育參訪心得感想

高二 許亦佳

我很幸運能參加這次活動，這趟旅程讓我有許多與日本人互動的機會。儘管我的日文不是很好，他們都很有耐心地聽我說完，並用簡單的詞彙與我對話。這樣的深度交流是其他旅行中難以得到的收穫。我還參觀了許多歷史古蹟和景點，讓我更深入地了解日本這個國家的文化和美麗的傳統。

我在這趟旅程最期待的是第五天的城市探索，但旅程結束後，我最喜歡的是在HOME家度過的時光。我們像家人一樣聚在餐桌旁聊天、用餐、打撲克牌。HOME一家人的熱情招待和照顧讓我倍感溫馨，離開時實在有些捨不得。

第三天到和歌山日高高校的校園參訪是讓我印象深刻的體驗。在校園內，我們到處可以看到熱情的同學向我們打招呼，也有些活潑的同學主動提出合照或交換聯絡方式。回到飯店後，更收到他們的訊息，讓我感到非常親切。其中教我古箏的學伴非常喜愛藝妓，她不僅介紹藝妓的衣服，還向我展示她自己化妝成藝妓的照片。我深深感受到她對藝妓文化的熱情和喜愛，她讓我了解到更多有關藝妓的知識和普及，也讓我欣賞到藝妓文化的美麗。



當初會想參加教育參訪的初衷就是衝著行程擁有許多與日本人接觸的交流活動，果然沒讓我期待落空。這一整趟的旅程對我來說就像是一場夢一般。旅程中親眼的見識到日本特有的人情味、筆直又平坦且整齊的街道與路邊綠植甚至是各人家多樣式的房子，整體使人感受到舒適且平靜的環境，都讓我覺得日本就是一個充滿靈性的國度。

第一天homestay活動體驗，令我感受到在異國他鄉擁有第二個家的感覺，寄宿home家的整家人待我們如親家人，和我們相處好像認識好幾年，雖然語言不是很精通，但憑著我們比手畫腳與勉強的日語，好像完全忘記語言隔閡的問題。未來一定會再去找他們的！

第三天的日本高校交流，一天時間根本不夠啊！好希望再多一天和他們交流，踏入他們校園的第一步我簡直身入動漫場景般，一切都好像夢一樣啊！青春、活力、女高校生、還有一種難以言喻得戀愛氣氛，這才是我所認知高中應該要有的樣子！日高高校的學生都非常熱情，最令我印象深刻就是午餐時間快接近尾聲時，突然湧入多個高校生，大家開始瘋狂交換社交軟體，非常誇張。

第五天的城市探索，在旅程前我們就多次修整過城市探索當天的行程表，當天可說是在驚險中渡過啊！因為日本鐵道有非常多路線，很怕搭錯車或是做錯站！那天也學到很多，也去了很多很想去的，人生到目前為止已經無悔啦！



## 桃園市&宮崎縣兩國高校生 友好交流

112年3月初，本校師生受邀前往日本宮崎縣進行教育參訪交流活動，Covid-19疫情期間，本校與宮崎縣高校的交流透過視訊交流維持一定的情誼。本次「日本宮崎縣高中生交流活動」背景為桃園市與日本宮崎縣締結姊妹城市5周年的友好交流活動。

回顧最初2017年暑假時，本校師生接待宮崎縣高校生入班交流、社團體驗、Homestay接待與安排桃園市知名景點實地踏查與參訪。2018年暑假，本校師生受邀回訪日本宮崎縣參加其暑期英語夏令營隊，體驗Homestay住宿與參訪宮崎著名景點。2019年暑假，本校持續辦理接待宮崎高校生事宜。

今年3月本校師生再度受邀回訪日本宮崎縣，拜訪日本宮崎縣廳，與當地兩所高校學生進行課程交流、社團見學、文化參訪、當地知名景點實地踏查與參訪...等行程，加強本校學生對日本文化的認識，讓兩國高校生攜手並進，桃園市與宮崎縣兩市友誼永存。



105班 陳昱巨

很開心有機會參加宮崎縣商工觀光勞動部觀光經濟交流局主辦的學術交流活動，與宮崎縣立日南振德高等學校和高千穗高等學校的同學們進行了友好的互動和學習。在這次交流中，我不僅拓展了視野，也深刻體驗了日本的文化和風土人情。

在宮崎的期間參觀了許多名勝古蹟和自然景觀，例如宮崎鶴戶神宮、青島神社、天岩戶神社、高千穗峽等。我印象深刻的是欣賞高千穗特有無形民俗文化財「神樂」，這是一種以舞蹈、音樂和口頭敘事來表達對神明的敬拜和感謝的表演藝術。我被神樂表演者們所展現出來的氣勢和技巧所震撼，也對日本的信仰和傳統產生了更深的理解。

高校交流部分，我們和日南振德高校的學生一起體驗和服和參觀饅頭肥城、鶴戶神宮以及青島神社，他們細心的和我們講解關於這些建築的故事和歷史。高千穗高校的學生則是為我們表演了神樂舞，和我們分享他們的信仰故事，還有帶領我們前往天岩戶神社，為我們講解天照大神的故事。

我發現日本高中生們非常認真地學習和生活，他們不僅成績優秀，也有各自喜愛的興趣專長。他們對台灣也很好奇，問了我們很多關於台灣文化、食物、歷史等方面的問題。我們大多使用日文溝通，遇到不會的詞彙就使用翻譯軟體，有時會遇到一些困難或誤會，但都能及時解決並增進彼此之間的友誼。

宮崎縣政廳拜會時，和這次邀請我們的長官們分享了這幾天的心得和回憶，這是我第一次在這麼正式的場合交流，心裡有些興奮也有些緊張，最後一起在縣政廳門口合照完後就與他們道別了。

回想起這次交流活動，在宮崎縣留下了許多美好而難忘的回憶，而且有許多練習日語口說的機會，能夠自由的使用日文和日本人交流非常方便，也更有親切感，更加能拉近彼此的距離。我非常感謝宮崎縣政府這次的邀約讓我在稍微緩解學習壓力之餘還能增廣見聞，拓展國際視野。

105班 程寓薰

很感謝學校師長給我這次機會，能去日本宮崎市交流，讓我借此機會拓展視野。在第一天的晚宴，宮崎市就帶給了我們優質的接待服務，食物很豐盛而且很好吃，而且還有宮崎的吉祥物的表演，讓我對此次交流充滿了期待。

第二天和日南振德高校學生一起交流，進校門口時，學生們熱情的歡迎我們，除了交流典禮中看了宮崎市的介紹影片外，我們也去體驗了弓道和穿和服，弓道雖然很難但是很有趣，是很難得的體驗。穿完和服後和日本的高中生們一起享用了宮崎當地有名的南蠻雞。午飯後，有兩個振德高校的學生帶著我們漫步饅頭肥城，努力的用簡單的日文和英文來聊天，可感覺的出來他們的用心招待，讓我在這短暫的時光裡過的非常快樂。

第三天到高千穗，欣賞了高千穗高校的神樂舞表演，神樂舞非常精彩，是我整趟旅程中印象最深刻的事物，也讓我更想了解日本的神話。抵達了高千穗峽，瀑布的景色如同來到了仙境，我們在如此山清水秀之地交換名片和拍了照片，還去餵了魚，到了午餐時間，一起享用了美味的便當和起司饅頭。我教導日本學伴一些簡單的中文，一起拍照，送他台灣的小泡芙，告別時離情依依。

這趟旅程獲得了非常多的回憶，就算已經回到臺灣兩個禮拜了還是會很想念兩間學校的學生們，最後雖然語言不通就像一道牆隔著我們彼此，但是要用自己的能力打破那道牆去表達自己。如果下次還有機會，還是想用自己的方式去和日本人交流，讓他們多認識台灣。



抵達宮崎機場迎接會



第一天歡迎餐會留影



第一天歡迎餐會致詞



與日本高校生弓道交流體驗



與日本高校生穿著和服交流體驗



與日本高校生參訪鶴戶神宮

### 交流快報

- 112年10月26日北海道蘭越高中來訪交流接待
- 112年12月本校辦理日本教育出訪活動

### 有獎徵答活動

- 1、本校112年4月辦理日本國際教育參訪交流的日高高校位於日本的哪一個都道府縣？
- 2、本校112年10月預計交流接待的日本高校是哪一所？
- 3、本校日文實驗班安排的文化體驗課程有哪些？



- 請掃描QR code作答(內附選項)，將於112年6月2日進行抽獎。
- 抽獎結果將於本校網頁公告與個別通知。