



鷺江書蟲報

Luhjiang Bookworm

2025 年 4 月 第 66 期

發行單位 / 新北市立鷺江國民中學

地址 / 新北市蘆洲區長樂路 235 號

發行人 / 張俊峰

企劃 / 黃瑞華

編輯 / 陳重光 顏士雲

主題書展-圖文書



圖文書觀展**打卡活動**已開跑~

請師生發揮創意，將觀展心得繪製在 FB 或 IG 模擬打卡單上，就有機會參加「世界閱讀日投壺快閃活動」，趕快行動吧!!

歡迎至書苑二樓共襄盛舉!!



★ 3-4 月主題書展★

【圖文書】

閱

讀

活

動

★ 4/23 世界閱讀日★

【投壺快閃活動】

★讀報有獎徵答★

中學生報：每周公告於悅讀之鷺 FB 及校網

好讀周報：圖擊隊投稿



教師組

學生組

1-3 月

個人借閱排行



陳怡德	1	815林星伊
李佳玲	2	801李威廷
蔡季霖	3	810鄂鈞晟
羅麗君	4	818蕭翊陽
施慶芳	5	817丁健丰
陳俞百	6	810謝念祖
朱涵聿	7	820陳泓均
許雀	8	802楊登修
吳明璋	9	901許宇辰
李淑玲	10	816楊東霖

鷺江書苑借閱書籍排行榜

第一名

解憂雜貨店
/東野圭吾



第二名

我是傑克
霸凌終結者
/安德魯.克萊門斯



第三名

練出好英文
/神林莎莉



←每一期書蟲報都會放上校網「成果專區-閱讀專區」



無論是對自己或他人，在對待人性時，永遠不可只將之視為工具，而要同時當成目的來對待。

/馬克士·威克斯 《尼采會怎麼做？》

P26



907 楊承叡



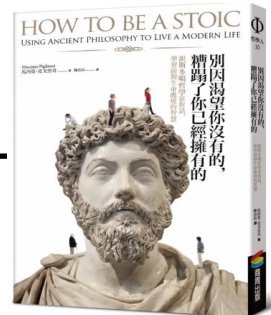
尼采透視

人之所以恐懼是因為我們有能力思考，但知識無法改變目標的本質，只能改變我們面對它的態度。

/馬西莫·皮戈里奇

《別因為渴望你沒有的，糟蹋了你已經擁有的》

P266



907 張嘉玟

尼采不像馬克斯那樣認為工人——資本家的對立是截然的，在他看來，工人所追求的目標不過就是資本家已然達到的目標而已。

/黃國鉅 《尼采透視》 P135

723 張晨新

現代人大多長期處在壓力下，往往靠著物質滿足欲望，來作為暫時舒緩的方法。然而，這種治標不治本的方式，有時卻帶來更多身心的不協調，成為「厭世」的心理狀態。

/熊仁謙 《別讓世界的單薄，奪去你生命的厚度》 P2

723 王嘉甫

放過自己對「只要得，不要失」的追求；放過自己對維護現有事物的徒勞；放過自己只是為了擁有而擁有的追求。

/熊仁謙 《別讓世界的單薄，奪去你生命的厚度》 P76~77

819 陳俞均



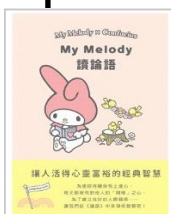


不管什麼事情，總有一天會派上用場，在生命旅途中增加妳的知識吧。

/朝日文庫編輯部 《My Melody 讀論語》

P72

708 鄭歆霓

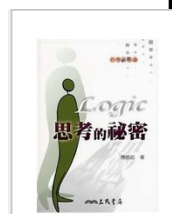


917 陳家揚

在生活的每個領域中，激發人們努力向上的動力之一，就是體會到自己的限制。

/傅皓政 《思考的祕密》

P130



科技的進展，也可能對人權的保護形成重大的挑戰。這並不是遙遠的未來式，而是實現之中的進行式。

/陳瑞麟 《科幻世界的哲學》 P39

723 李泱峻



蘇格拉底領悟到「裝懂是無法明白真理的」，因為若不懂還裝懂，就無法進一步得知更新的知識。

/小川仁志 《人生，有趣300倍的方法》 P15

720 許芮薰

將來會發生什麼事情，沒有人會知道。正因如此，不要去在意他人的言語，拚盡全力做好自己眼前的事情吧！

/朝日文庫編輯部

《KiKi&Lala 讀幸福論》 P37

911 范家睿



人的靈魂是不朽的。有時走到盡頭，有時會重生，但是絕不會趨於幻滅。

/傅佩榮 《柏拉圖》 P20

709 黃令妤





哲思小卡

那些哲學書教會我的一句話



承認一個人是自己的同類，首先意味著從他的內心去理解他的可能性，意味著在某個時刻站在他的視角去看置身的這個世界。

/費南多·薩巴特 《對與錯的人生邏輯課》 P148

917 吳苡璇



閱讀經典教人明白：所有不受教之人都有一個特色——就是不具備反省能力，怎麼看都錯在別人，自己絲毫沒有問題。

/蔡璧名 《勇於不敢，愛而無傷》 P254

901 戴定蓉



事物的秩序既不是上帝制定，也不是人制定，過去、現在、未來，一直是永遠運動的火，根據這個確定的準則燃燒和熄滅。

/賈辰陽 《哲學家，很有事?》 P80

720 鍾子晴



寬恕，其實是放過自己，不是為了別人。

/張德芬 《遇見自在優雅的自己》

P15

911 陳詩涵





書寫真實

讀報心得



《新聞故事》

自 1936 年起，印度發起名為「世界無肉日」的運動，呼籲人們要尊重動物的生命，隨著越來越多人為了愛護地球，健康養生發展出以蔬食取代葷食的飲食習慣，「彈性蔬食」一詞漸漸成為潮流。這個新鮮概念逐漸吸引不少年輕族群響應，主打蔬食理念的餐飲品牌接連出現，運用蔬食製作各式各樣的創意料理，吃素一樣可以很健康與均衡。

《閱讀心得》



809 陳品妍

當我讀完這篇文章後，我覺得「保持尊重」真的很重要。像我超愛吃肉的，根本不太喜歡吃蔬菜，可是這樣子蔬菜會剩下很多很多，我們家會把剩的食物分著吃完，不會留下廚餘。之前我聽過創意料理，但對於「未來肉」其實不知道什麼意思。從文章中才知道，「未來肉」是一種用植物製成的食品，可以取代動物性產品，可說是一種新興的飲食文化。無肉的飲食能夠減少碳的排放量，為環境出一份力。我想，如果未來能在零食的包裝上，標示出可能的危險因素，讓糖尿病和高血壓的人提前有警覺，這樣能幫助他們減少攝取這類食物，這是我讀完這篇文章後希望能夠實現的改變。

《閱讀心得》

809 李岱祐

在我國小的時候，學校就開始推廣蔬食，每個月都有一天的午餐是沒有肉的，會用其他的蛋白質來替代。其實，蔬食和素食這些概念已經存在很久了，目的不只是宗教和信仰，而是為了提高自己的健康和減少碳排放，這樣可以拯救我們的地球。

從這篇文章中我學到，牛肉是許多食物中的碳排榜首。彈性蔬食者會以大量的蔬菜和水果來取代肉類，但必要時也會攝取一些肉類或蛋奶來補充蛋白質的營養。我覺得偶爾吃點素食或蔬食，不僅健康還很環保，可以一個禮拜或一個月一次。說不定以後政府也會鼓勵大家多體驗彈性蔬食，讓人民生活變得更健康，有更好的生活環境！



《閱讀心得》

809 林聖詠

我從小就喜歡吃蔬菜，這對身體健康非常有幫助，而且還能改善環境。我也特別喜歡豆類，通常不會挑食，除非有特別的選擇。但我們現在這個年紀還在生長期，所以還是要適當地攝取一些肉類比較好。

從這篇文章中，我瞭解到多吃蔬菜其實有很多好處，之前我只知道這樣對健康有益，沒想到它還能減少「碳排放量」。而且，我發現紅肉的碳排放量是最高的，這讓我大開眼界。未來我會努力多攝取蔬菜和豆類食物，盡量少吃紅肉，慢慢調整我的飲食習慣，以蔬果為主，而肉類最好選擇雞肉或魚肉等白肉，這樣就能在不知不覺中對環保做出貢獻。



讓等待成為一種美學，讓公車亭成為屏東的名片

好讀周報 113/04/05



書寫真實

讀報心得



《新聞故事》 屏東縣政府自 2018 年起，先後完成近 40 座公車亭改造，包括屏東高中灌籃高手「屏中魂」、萬丹國中「牛奶盒」、里港鄉公所「天堂紙盒」等。

《閱讀心得》

808 黃訢

在這篇文章裡，我對創意公車亭的印象非常深刻！如果我們在這樣的公車亭裡等車，肯定會非常有趣。這些公車亭結合了許多在地的特色，增添了很多創意。等待公車的時候，不再是無聊的時間，反而變成一種期待！我覺得如果在那裡等車，也會很想知道下一個公車亭會是怎麼樣的設計呢！

寵物石頭

好讀周報 113/05/03



《新聞故事》 南韓和美國興起一股養寵物石頭的風潮，

替石頭打扮、佈置小窩，甚至透過向石頭傾訴、交流來排解工作壓力，藉此療癒自己的身心靈。

《閱讀心得》

818 江悅綺

我真心覺得這些寵物石頭好可愛！我們可以給它們貼上眼睛、穿上衣服，還能為它們打造一個舒適的小家。和它們聊天、一起出去玩，讓人感覺特別開心。很多人因為養了這樣的石頭而放鬆了心情，減輕了壓力，這真的是一個好東西，我也好想擁有一顆我的寵物石頭！

40°C不用冷氣

好讀周報 第八版 113/03/01

911 康家菱

《新聞故事》 西非國家布吉納法索建築師，結合傳統工藝和現代技術，利用當地的黏土形成具調節熱氣的磚塊，寬闊的懸空高架屋頂排出熱氣，這樣蓋出的房子在攝氏 40 度高溫下，不靠空調和冷氣，就能維持學校和孤兒院的室內涼爽宜人。

《閱讀心得》



這個技術如果可以廣泛用在一些資源資金缺乏的貧窮國家，不用買昂貴的冷氣機、混凝土的同時，又能節能減碳，讓大家不用一直忍受 40 度高溫的夏天，真是一舉兩得。希望我們以後可以廣泛使用節能減碳又環保的屋子，來為地球降溫，拯救北極熊的家園。



七年級 閱讀心得比賽 金獎



書名：《別哭了!30 號同學》 /陳三義 著

703 楊昕珩

閱讀可以享受樂趣、可以吸收知識；閱讀也可以促進思考、增加想像力。每本書都有自己的特色，有的寫動物，有的寫愛情，也有的寫童話，而這本書寫的是同時失去六位朋友的小學生，如何不再害怕面對傷痛。

在一場土石流中淹沒了潘曉偉美麗且溫暖的家園-楓林村，曾經的摯友同學已不在。轉學後，他的座號從七號變成三十號，雖然多了很多同學，他卻不覺得開心，只覺得自己像是被丟到外太空，沒人能理解和安慰他，在新同學的邀約下，孤單的他加入合唱團，歌聲的力量和同學陪伴，讓他走出以前的傷痛，變成開朗愛笑的男孩。

我最喜歡的一個章節是有一位同學在唱歌時，被其他合唱團同學嘲笑聲音像鴨子，這時潘曉偉立刻站出來說：「他唱得很棒，你們唱的有比較好聽嗎？」，他幫助了同學，也讓自己被同學感謝，我自己也有相同的經驗，因為我以前是留短髮，像男生一樣的長度，所以在小學很常被嘲笑，但是有一次我去上廁所時，別班的幾個女生就用嘲笑的口吻說：「你不是男生嗎？怎麼進來女廁？好噁心哦！」，說完她們就大聲的笑了起來。我原本想要直接離開，這時廁所門口突然傳來了一個男生的聲音，他說：「她只是留短髮比較帥而已，她還是個女生」，他一說完，那些女生狠狠瞪了我一眼就走了，她們走的時候，還往我身上撞，我後來才知道那個男生是我的朋友，我們從小就玩在一起，我很感謝他。

這本書讓我覺得主角很堅強，他在失去了六位朋友後，還可以很快的釋懷，並積極樂觀的面對新的小學生活，也將昔日的摯友放在心中，繼續過著用笑容堆疊出的生活。



評語：以自身的經驗感通書中的事例，情真意摯，文筆流暢



七年級 閱讀心得比賽 金獎



書名：《午餐錢大計畫》 /安得魯·克萊門斯 著

713 李宇喬

你喜歡閱讀嗎？不論喜歡還是不喜歡，我都相信在未來的某一天一定會有你感興趣的書被創作出來，等到那時你就會發現原來閱讀是這麼有趣的一件事，不僅要會——「閱讀」還要能「悅讀」，從中吸收知識還能得到快樂，真是一舉兩得。

這是我最近看的一本書，它叫做：「午餐錢大計畫」，內容大致在說一位名叫葛雷的小男孩和一名叫毛拉的小女孩的創業之路。他們從原本競爭對手變成懂得分工合作、一起工作的好朋友，他們也透過自己的努力，說服禁止在學校賣漫畫書的校長，最終，獲得大家的支持與鼓勵，大家都喜歡他們的漫畫，是個好結局。

「現在的美妙經驗，就像是一個禮物，用真心給予的禮物。」這是這本書中，令我印象最深刻的一段話，因為它說得沒錯，現在你所經歷的，不論是順遂還是挫折，都要繼續往前走，不要只嚮往順遂的人生，遇到挫折，也請勇敢的站起來去面對它，這只是暫時的，只要等到它離開的那一天，你就會發現，其實真的沒有那麼糟，它會給你更多別人領悟不到道理，所以下次遇到挫折時，就把它當作生活送給你的禮物，好好收下來吧！

我覺得這本書很有趣也很好看，它把每一個人物都描繪得很具體，從小寫到大，把每天的生活點滴都寫出來，讓讀者能更好的了解發什麼事，也能讓人有種身歷其境的感覺。在這本書中我學到：「有時，只靠自己的力量做事不但效率不高，還很費力，找別人一起會快很多。」、「生活的挫折和經歷都是生活送給我們的禮物，要好好珍惜。」

評語：簡明扼要的寫出書中的主旨，

領悟珍惜生活中的美好，引導正確積極的人生觀

