

景文高中106學年度 人間福報讀報心得

班級：處三 1

導師：葉映伶

擺脫被科技役使的人生

我們生在科技發達的世代，想要什麼資訊上網搜尋就會出現許多答案，我們變得不再自己摸索這個世界，利用網路傳遞更多的知識，固然更迅速方便，但是卻缺少了許多真實的接觸。

工作或者學習時，憑藉網路可以更快速的得到想要的知識，但是在休閒的時刻，不管去哪裡，帶上手機也變成必要的事情，不帶在身上彷彿缺少了一塊肉，非常依賴的使用網路搜尋所有知識、尋找樂趣，忘記了沒有手機時的人們，多麼實在的感受生活，而不是看著虛擬世界取樂。

也許我們忽略了親情友情，卻不自知，大家都忙著低頭看手機，對於身旁的人事物，不再特別關心，重要的人在身旁，卻不與他互動，但是其實自己真實感受的事情，都會更深刻，也許網路上有許多感人的故事，卻忘了自己也能是主角。



捐玩具？還是倒垃圾？

玩具銀行對偏遠地區的孩童無疑是一大福音，不過在這些美好的背後又藏有甚麼事情呢？根據報導指出，收到的十五公噸的二手玩具，其中有二成三公噸的量都是垃圾，不僅對那些義工造成更大的負擔，也讓人對台灣人的公德心起了很大的疑問。

希望大家都能捫心自問想一想他們是在幫助社會幫助那些弱勢孩童，發揮公德心讓他們不要那麼辛苦，除了分類之餘，還要幫忙清出那些缺乏公德心的人所製造出來的垃圾，更可以一起加入幫忙發揮愛心，大家常說台灣人很有愛心，最美的風景也是人，那就不要破壞世界對我們的印象，好好地保持下去，不管在什麼方面都會是一件好事情。

剩菜的去處

國小三年級時，班導拿了一張申請單給我，那是張免費校外課後照顧班的單子，由長老教會所成立的。而那時候的我沒有想那麼多就直接參加了，沒想到那將成為我人生中的一個轉捩點。

小時候的我總靜不下心來念書，只要有熟悉的人在旁邊，我就開始機哩瓜啦的講個不停，因此我在學校常常因為愛講話這件事情被老師罵。到了教會，因為沒有熟悉的人在旁邊我安靜了不少，但也沒有心思在書上面，常常很隨便的去完成它，後來是裡面的老師一步一步的帶我去完成它，我才開始學習如何靜下心來坐在椅子上完成作業。

在裡頭最讓我期待的時光，就是完成作業的時候會給我們的點心，那些點心有的時候是教會自掏腰包買的，有的時候是善心人士拿來的。現在想想真的非常感謝那些人。

處三一 11號 蘇靜琦



騎單車上學 先考駕照

對於在中小學騎單車要先通過測驗這點，我挺贊同，不僅對於學生在交通安全上有更大的了解，也可以幫助學生提早認識到考駕照所需具備的知識及相關經驗，讓之後他們成年後考取駕照更加容易，現在的馬路三寶之所以這麼多就是因為從小對交通安全的知識不夠了解健全，此方法有助於改善現在的狀況。

胖了！ 2/3人不常運動

現在的人民體重過重的比例不只在中老年人身上，逐漸降到青少年人口，根據調查顯示現在學童缺少運動的原因是因為時間不足、場地不便及缺少運動同伴；一般民眾則是因為時間不族占最大比例，第二是懶的運動再來就是工作後疲憊無法運動。

而肥胖真的會早成很多連帶出來的問題，例如乳癌、大腸癌、糖尿病、高血壓等等的問題都是因為身體活動不足而早成的。所以現在教育部有推動SH150也就是學生『每周在學校運動必須滿150分鐘』。

為了就是讓學生不只是讀書以外還可以讓身體活動活動，也不會因為在教室坐太久而導致一些疾病出現所以學校推出的政策是對學生也有好的幫助，我們不該埋怨為什麼要這樣因為這樣是對我們身體有益健康肥胖遠離，但是假日的時候也必須要多多運動不要因為放假所以都躺在床上這樣也不好，所以我們必須要多運動才有健康的的身體精神才會好。



環保抬頭 柴燒美食被迫熄火

越來越多的傳統習俗、美食受到環保問題的阻礙，之前也出現過廟宇燒香、燒金紙遭罰款，甚至有「宮廟減香」的政策，這類還有平溪放天燈的習俗也同樣遭到環保問題纏身。

愛護地球的確是不得忽視的議題，但傳統習俗也不是能夠輕易捨去的，沒有一定誰是對的，現階段並沒有能夠兼顧這類習俗還能完全兼顧環保的方法，僅能稍微取捨，難以抉擇。



107學測增7千人 大學搶生備戰

今年的1月就要迎來高中生考學測的日子，十分快速，雖然我們是高職生，但是也是可以去考看看學測，運氣好的話，可以上一間還不錯的大學，也就不用準備5月的統測了，可以不用多讀4個月的書，但是我沒有去考，我覺得我沒有那麼幸運，還是等5月考就好，只能繼續加油了，也希望大家都可以考好。

這次的學測總共有十三點六萬人報考，比前一年的十二點八萬人增加七千七百零五人，呈現逆勢成長，打破近五年來考生人數屢次下滑紀錄，原因為龍年考生登場，但是各大學招生依然還是會競爭激烈，紛紛祭出獎學金、免學費等措施，甚至是雙聯雙學位計畫、繳台灣學費，讀美國大學。

考生人數增加，對於學生不一定是好事，或是各大學，各校若想趁龍年搶學生，恐不利永續經營，落實提升辦學品質才是長遠之計。



李思基 從童星到企業家

李思基他是一位美國的企業家，出生後六個月因為媽媽的工作關西就拍下了一支尿布廣告，之後更是拍了上百支廣告，13歲時成為廣告明星，接著成為演員，一開始表現不錯，可惜好景不常，在拍攝一部戲時，收視率不樂觀，李思基也跟著沒落，但他的努力讓非常多的人看見了他，即使他看不見世界的色彩，他也讓自己的人生充滿了色彩。

其實從12歲開始他的眼睛就出了狀況，視力開始退化，直到25歲的時候已經到了接近失明的地步，帶著正在退化的雙眼勇闖演藝圈的他，那時還只是個孩子，雖然曾經風光但最後卻也是重重的摔了一跤，他不因此想放棄，他卻是更努力改變自己的想法，他樂觀的心靈帶領他成為美國唯一眼盲的法官助理，最後成為厲害的企業家，現在的他是一名執行長，他的樂觀非常值得我們學習。



空汙 恐增血壓上升、糖尿病風險

近年來，空氣污染的問題是愈來愈嚴重，人類長期處在這種環境下會導致心血管疾病、損害肺功能之外，最近研究還發現與血壓上升有關，尤其是孕婦可能還會罹患妊娠糖尿病，導致生產風險。

在這科技愈來愈發達的時代，雖然使人們的生活愈加方便，但是也造成了許許多多的問題，最近汙染的問題又是特別嚴重，空氣、海洋、河流、土地等，這些都是隨著科技的改變，汙染的愈來愈嚴重，而政府想要想辦法解決這些問題卻又無法對症下藥，拼命想著如何改善空氣的汙染。

一件事總是有正反兩面，壞事總是伴隨著好事而來，事間很少有事情是能夠兩全其美的，科技進步的美好帶來了環境的破壞，人們總是希望事情都往好的方向發展，但結果卻無法控制導致現在的種種問題。



THE END
謝謝指教