

國立頭城家商 109 學年度第 2 學期

第 8 週班會宣導資料(110.04.14)

一、班會討論：

1. 主題：環境教育
2. 說明：詳後附資料
3. 討論題綱：詳後附資料



二、主席宣佈事項：(請主席在會議中宣佈)

1、訓育組宣導事項：

- (1) 今日第 6、7 節進行環境教育講座，請全校同學(含高三各班)完成班級打掃工作後，儘速前往勤毅樓三樓就位。
- (2) 請一、二年級各班及三年級有報名園遊會擺攤的班級，於 4/15(四)12:30 至學務處旁穿堂進行攤位位置抽籤，逾時或未到之班級將由訓育組代抽。
- (3) 入選頭家好聲音決賽的同學請於今日放學前將決賽報名表繳回訓育組，以利後續與廠商聯繫確認歌曲。
- (4) 5/3(一)將進行本學期高三週記抽查，抽查篇數為 3 篇，請各班學藝股長於導師批閱後收齊，於時間內交至訓育組。
- (5) 請各班持續宣導鼓勵同學們預先自備環保餐具帶至學校，以利園遊會當日使用，感謝大家配合，一起愛地球!!
- (6) 2021 年暑期「伊甸服務學習營隊」共七梯次，歡迎同學參與實體說明會或是線上說明會，通過面談後即可報名各梯隊活動！營隊資訊可至以下網站查詢：
<https://forms.gle/9eNxB1yuLRnV8H3eA>(伊甸服務學習營隊 line@ ID：@rch0717a；IG：Eden_volunteer_program)。

2、衛生組宣導事項：

- (1) 因水情日趨嚴峻，許多縣市已開始輪流供水，宜蘭目前雖非限水區域，但仍請同學節約用水。
- (2) 校慶即將來臨，請同學加強環境清潔並保持，讓外賓及返校校友、師長留下良好印象。

3、生輔組宣導事項(含教官室)：

- (1) 第 7 週生活競賽評比績優班級：

整潔：第一名：201 班	第二名：302 班	第三名：209 班
秩序：第一名：203 班	第二名：302 班	第三名：208 班
服儀：第一名：302 班	第二名：103 班	第三名：102、203 班

生活競賽前三名班級，可至生輔組申請星期四、五、一、二穿著班服來校。
- (2) 上學期間切勿在學校周邊或早餐店逗留，以免造成曠課並請養成準時到校之良好習慣。
- (3) 今日下午 2 時於行政大樓三樓召開獎懲會議，請班長協助將與會同學帶至場地就位。

4、體育組宣導事項：

- (1) 班際羽球賽得獎名單如下：

高男組：第一名－209	第二名－213	第三名－305	第四名－115
高女組：第一名－202B	第二名－207	第三名－202A	第四名－203

(2) 班際桌球賽報名表已隨班會資料發放，請欲參加本項比賽的班級，務必於 110/04/19(一) 中午 12:30 前完成紙本與線上報名手續，才可參加比賽。

5、營養師宣導事項：



#蘋果 #酵素性褐變

❗ 蘋果生鏽了？蘋果切開接觸空氣後，會出現變黃褐色的情況，鐵質會因此流失嗎？其實，蘋果鐵質含量並不豐富，每百公克的蘋果僅含有 0.1 毫克，切開後變黃褐色的原因，並非鐵質氧化，而是發生「酵素性褐變」，雖然會流失一些多酚類物質，

但不影響蘋果的主要營養價值喔！❤️ 褐變的蘋果，或許賣相不是那麼好，但醣類、膳食纖維等營養成分並不受影響。雖然多酚類物質會容易被酵素性氧化而失去些許抗氧化力，但不是全部的多酚都會被氧化，蘋果除了多酚類的營養，還有豐富膳食纖維、礦物質，所以褐變後的蘋果，還是有許多營養價值❤️

資料來源：國民健康署

6、健康中心宣導事項：

(1) 除了 315 班，全校各班皆已完成定期健康檢查，提醒尚未健檢的同學務必自行至健康中心補檢，由於測量完的數值需上傳至教育部，全校每 1 個人皆須測量，請勿拖延、盡速補量，以下為截至 4/13(二) 止未檢名單以供參考。

班級	姓名	班級	姓名	班級	姓名	班級	姓名
101-16	陳佑華	207-20	游新震	306-3	何諾亞	314-13	黃柏華
104-5	吳宜諺	209-31	張育誌	307-4	張芯柔	314-17	楊琇敏
105-14	廖邑華	213-7	李岳廷	308-10	盧丞恩	314-22	魏士凱
109-24	游欣玲	213-9	阮彥淮	309-3	張仁愷		
109-26	游嘉靜	302-3	吳雅筑	309-14	賴昱瑋		
109-27	黃偉綸	302-13	偕斯涵	309-17	簡煜瑋		
201-12	林昀蓉	304-22	柳宜宏	309-20	吳誌家		
201-23	黃嗣堯	305-9	林巧欣	309-32	林宏彥		
205-3	李信賢	305-13	林婷蓉	309-33	張博勝		
206-12	林睿紘	305-23	游于璇	314-3	吳佩蓉		

◎ 班會宣導資料，請於班會後張貼至班級公佈欄！ ◎

班會主題：環境教育宣導

520 世界蜜蜂日，關於蜜蜂的 10 個小知識



愛因斯坦曾說過：「如果蜜蜂從地表上消失，那麼人類 4 年後也將隨之滅亡。沒有蜜蜂就沒有授粉，進而沒有動植物，最終將沒有人類。」這渺小且生命周期短暫的生物，身兼許多繁重工作，以維繫地球上的生態平衡。而今，蜜蜂在生態環境中遭遇了困難，我們絕不能棄之不顧。

世界各地蜜蜂總數正快速地減少之中，殺蟲劑不斷殘害著蜜蜂；棲息地與野花消失，也使蜜蜂缺乏食物而死。絨毛

小蜜蜂是傳花授粉的迷人昆蟲，在維持地球生命平衡上扮演植物生態系統蜂鳴器警報的角色，也是全球三分之一營養成份食物的媒介。如：橘子、巧克力、蘋果、朝鮮薊、胡蘿蔔、蕃茄、腰果、大蒜、櫻桃等，這些都是靠著蜜蜂授粉成長與繁衍。

看似健康的蜜蜂捨棄了蜂巢群聚的生活，大量工蜂消失後再也沒有回到蜂巢，這種現象稱之為蜂群崩潰症候群(CCD, Colony Collapse Disorder)。蜜蜂數量銳減而瀕臨滅絕危機的結果將嚴重影響到人類食物鏈的平衡，這對人類生存形成了巨大的威脅。



如今，蜜蜂數量日益減少，我們該如何幫助蜜蜂生存呢？其中最簡單、最有效幫助蜜蜂的方式是在你的住宅裡創造授粉空間。這聽起來比實際執行複雜，這裡有一個簡單的方法來幫你記憶：S. H. A. R. E. Simply Have Areas Reserved for the Environment (為我們的生態環境保留可呼吸的空間)。一些在地的花卉種子、一把鏟子和一點點體力，便能將一塊平淡無奇的草皮改造成多元蜜蜂生態園地。即便只有 30X30 公分空間，就足以創造一個蓬勃生機的蜜蜂棲息地。

關於【蜜蜂】的 10 個小知識：

- 1 蜜蜂是世上唯一可生產人類食品的昆蟲。
- 2 一公斤蜂蜜產量，蜜蜂需採集一百萬朵鮮花的花粉才得生產。
- 3 一隻蜜蜂一生採集到的蜜量，只有僅僅一茶匙。
- 4 全球有兩萬種不同的野生蜜蜂，而法國境內則有一千種。
- 5 每日努力採集花蜜的工蜂，其壽命大約只有短短 40 天。
- 6 世界上不到一半的蜜蜂、且只有雌蜂會螫人。
- 7 覓食中的蜜蜂是在採集花粉和花蜜來餵養幼蜂和自己。而不是飛來飛去來螫人！
- 8 看著蜜蜂在花叢間飛舞是非常安全的。
- 9 大多數蜜蜂只有當你捏、踩踏、或被夾在衣縫間才會螫人。
- 10 蜜蜂會在距離蜂巢 3 到 6 公尺的範圍間做防禦，請保持安全距離。

享受孤獨的獨居蜂 授粉效率奇高 幫吃田間害蟲

「其實全世界有八成以上的蜂類都是『獨居』的喲！」甫從台大昆蟲研究所獲得碩士學位的張又文認真地解釋，以往大眾對於蜜蜂的「惡劣」印象，就是來自於社會性的群聚現象、銳利蜂針和疼痛不已的螫人行為，但事實上以群體行動築巢禦敵的蜜蜂，僅佔全球蜂種的一至兩成，更多是獨自生活的



「獨居蜂」，牠們低調、害羞且較為溫馴，但都市中卻沒有適宜的棲身之所，在城市養蜂蔚為風潮之下，「獨居蜂」絕對是需要被重視的關鍵角色。

「獨居蜂」行為各異，國際研究漸開 台灣緩慢起步，雖然行為各異、長相也天差地遠，但牠們都是「獨居蜂」的一員，基本上「獨居蜂」是一個統稱，裡頭囊括的成員幾乎個個都有自己的故事，更是除卻東方蜂跟西方蜂之外，認識蜜蜂的另一種方式，在近年來蜜蜂消逝的現象發生後，國際上逐漸有人開始研究這群神秘的嬌客，但台灣相對關注較少，也僅可辨認一百多種獨居蜂。

獨居蜂的存在對社會大眾來說重要性何在？獨居蜂雖不屬於經濟昆蟲，但其授粉效率其實相當高，一般果園需要兩至三箱的蜜蜂可完成授粉，同樣工作量三、四百隻獨居蜂就可達標，且獨居蜂比較「害羞」，為生存遇人通常會先逃跑，不像社會性的蜂有領域性，比較會「出手攻擊」，獨居蜂的存在對人類來說相對友善。



根據統計，光一個旅館內的獨居蜂就可消耗上百隻害蟲，張又文和王庭碩兩人正努力讓社會大眾從認識獨居蜂開始，進一步參與蜜蜂友善生態的建構，「因此歡迎想要加入的人，可以從擁有一棟友善的獨居蜂旅館開始！」

➤ 討論題綱：

1. 蜜蜂消失的原因？
2. 你住家附近是否有蜜蜂？
3. 如何避免蜜蜂螫人？遇到蜜蜂該如何處理？
4. 日常生活中我們該如何保護蜜蜂？
5. 是否有注意過生活周遭的獨居蜂

資料來源：

VOGUE：<https://www.vogue.com.tw/lifestyle/article/bee-day-520-2020>

BBC 中文網：<https://www.cw.com.tw/article/5100832>

上下游：<https://www.newsmarket.com.tw/blog/98320/>