

新北市政府家庭教育中心 102年上半年度(1/1~8/31)各項活動預告一覽表

主軸	活動期程	活動名稱	活動內容	實施對象	申請期程	申請方式	承辦人
親子職教育	3-5月	孝親楷模選拔	1.學校於3/15前函報中心，以家庭為楷模選拔對象。 2.中心於3月下旬初審，4月初提報教育部決選。	本市高中職以下學校學生	3月15日前	學校統一報名參加	王健諭 22724881#211
	3-5月	「珍愛家庭·以愛傳家」家庭故事圖文徵選	1.依教育部所訂定之比賽辦法辦理。 2.藉圖文書繪方式展現珍愛家庭的意念，扣緊對家庭關係溫馨有愛的記憶及傳承。	本市各級學校	4月19日前送件(郵戳為憑)	學校統一報名參加	曾韻倫 22724881#204
	4-5月	慈孝真愛一家親·E起傳情表心意	1.鼓勵親子利用相片說家庭故事，內容以相片及80字短文呈現親子間溫馨感人的互動話語，以個人為單位進行徵選。 2.聘請評審進行選拔，獲獎作品將上傳家庭教育中心網頁分享，並製作光碟發送各級學校推廣。	本市市民與各級學校	4月	學校統一報名參加	林秀足 22724881#203
	4-5月	102年度「幸福甜甜圈」親職團體	1.以親職教育為主軸，透過分享、團體支持、經驗交流達到自我成長的目的，每梯次計4次，內容包括： (1)A系列：親子溝通、教養態度、性別教育、同儕人際。 (2)B系列：生活常規、偷竊說謊、頂嘴叛逆、沉迷網路。 (3)C系列：男孩女孩都是寶、孩子成長與溝通、家事分工總動員、零用錢管理技巧。	本市國小學童家長及主要照顧者	3月	學校向中心申請	施惠玲 22724881#202
	4-5月	我愛我家行動GO!	1.「我愛我家行動GO!」優良短片徵選，以家庭為單位用5分鐘以內短片呈現愛家行動。 2.聘請評審進行選拔，獲獎作品將上傳家庭教育中心網頁分享，並製作光碟發送各級學校推廣。	本市市民與各級學校	3月	學校統一報名參加	林秀足 22724881#203
	4-11月	親子共學母語	1.分一般親子母語、外籍配偶親子閩南語(或客語)等2種，由學校自行聘請教師，結合教育部及中心相關教材辦理。 2.需於學期末辦理1場成果觀摩會(靜態、動態)。	本市立各級學校學生、家長	5月	學校統一報名參加	王健諭 22724881#211
	6-11月	「幸福家年華」影展及導讀活動	藉由影片情節探討婚姻、親子職及代間系列教育問題，充實家庭教育內涵。 影片包括：繼承人生、熊熊愛上你、聽見天堂	本市國高中學生及民眾	8月中	學校向中心申請	蔡明雄 22724881#201
婚姻教育	8-9月	「i love粉絲團」高中職婚姻教育講座	與臺灣性教育學會合作辦理提昇青少年正向婚姻觀，學習尊重性別差異。	本市高中學生	7月	學校向中心申請	施惠玲 22724881#202
弱勢族群	4-6月	邁向展新家庭教育支持計劃	1.透過參與增進家人關係與提升家庭功能。 2.課程內容包括影片分析、團康活動、動手操作、成長活動、繪本閱讀等。 3.每單位的課程設計以每場次1項家庭教育議題為主軸，規劃6次活動，邀請親子共同參與。	家有12歲以下子女且家庭功能不足的家長、監護人或實際照顧者及其子女為優先	4月	學校向中心申請	林秀足 22724881#203
代間教育	7-8月	「祖孫來七迷」趣味夏令營	1.暑假期間祖孫共同參加童軍探索教育課程。 2.開放新北市各國民中小學含幼兒園申辦，預計補助10校辦理	祖父母與孫子女	6月初	學校向中心申請	蔡明雄 22724881#201
	8月30日	祖孫情深—攜手上學趣(去)	1.學校規劃創意開學活動。 2.鼓勵父母親陪同阿公阿嬤帶孫子女一起上學。 3.以「感恩」、「傳承」作為活動主軸	祖父母與孫子女	6月初	學校向中心申請	蔡明雄 22724881#201
學校實施家庭教育	3-6月	第1次家庭教育宣導	1.安排本市家庭教育輔導團團員進入校園及社區服務。 2.針對家庭教育課程、學校推動作為、家長親職知能等議題提供服務。	教師、家長	2月	學校向中心申請	蔡明雄 22724881#201
	8月	家庭教育分區輔導座談會	1.強化本市家庭教育承辦人專業知能及彙集本市各校家庭教育實施之問題，俾利本市家庭教育規劃與發展。 2.由各校遴派推動家庭教育承辦人參加。 3.邀請各區代表學校報告學校實施家庭教育課程設計暨活動分享與輔導座談為主。	本市各級學校	7月	必辦工作	王鴻萍 22724881#206
	5-12月	學校實施家庭教育檢核工作	1.請各校將推行家庭教育課程及活動之實施方式、內容與效益作自我檢核，並於102年5月30日前填寫完成「新北市各級學校實施家庭教育自我檢核表」。 2.中心將遴聘訪視委員於每年8至10月進行書面審查。於每年12月底前擇續優學校及輔導學校進行訪視。	本市各級學校	5月30日前函報中心	必辦工作	王鴻萍 22724881#206

備註：1.此表為本中心102年上半年度各項活動預告，有關申請方式及計畫內容仍以正式函文為主。
2.若欲更加了解活動內容，請逕洽承辦人詢問。

家庭教育季刊第29期 徵稿啟事

- 一、投稿地點：新北市平溪區平溪國民小學
- 二、截稿日期：102年9月13日
- 三、電子檔請寄：t089010@pces.ntpc.edu.tw
- 四、聯絡電話：24951038分機202
- 五、本期主題：代間傳承祖孫情
- 六、稿件字數：1000以內(可附照片jpg檔3~5張)

新北市政府家庭教育中心
Family Education Center, New Taipei Government

主題：慈孝家庭 讚出來

家庭教育季刊

http://www.family.ntpc.gov.tw/ 第28期 102年7月15日出刊

發行人：林騰蛟 局長
編輯小組：王明玲、王愛珠、許素梅、許麗伶、蔡明雄、鄭玉疊、陳彥宏、蔡惟中
發行單位：新北市政府家庭教育中心
承辦學校：新北市三重區二重國小
主編：林玉婷 主任
中心電話：(02) 2272-4881



【家庭記憶序】

慈愛家庭

新北市政府家庭教育中心主任 林玉婷

孝思賦中「父母之恩，雲何可報？慈如河海，孝若涓塵。」，父母對於子女的慈愛如同大海一樣的深廣，順著這樣的主軸，教育部為加強倡導家庭價值，推廣家庭教育理念，將102年訂定為「家庭教育年」，按4季推動4項主題活動，今年第2季為「慈孝家庭季」，表揚慈孝家庭，並於5月15日「國際家庭日」舉辦活動，倡導「父母慈、子女孝」的孝道思維，強調良好的親子關係需要靠彼此正向的互動，也就是以親子雙向尊重與關懷為核心，親子情感經營為基礎的互動關係，期望喚起國人重視慈孝、表現孝道的傳統美德，並展現出符應現代社會的具體慈孝行動。

本市呼應「慈愛家庭」的主題，推出活力家庭、學習家庭以及行動家庭等三項主題活動，鼓勵每位家長在忙碌之餘，也能從家庭休閒活動拉近親子之間的關係，親子共學的概念，讓子女與父母之間創造出更多的話題，這樣的系列主題，鼓勵家人的彼此關心，從心意轉換成行動，並能將支持、傾聽、包容、關懷、接納、分享與接納等行動融入在家庭生活中，營造慈孝家庭！



這些活動最重要的目的，仍是促進「父母慈、子女孝」的雙向互動，讓愛家行動遍地開花，歡迎大家一起營造幸福！

本期目錄

- 1 家庭記憶序~慈愛家庭 / 新北市政府家庭教育中心主任 林玉婷
- 2 幸福快樂的家庭靠創造 / 許素梅
- 4 攜手建構孝親學習美樂地 / 太平國小總務主任 吳順發
- 6 三代同堂「桌遊」趣 / 蓬萊國小 林子淳
- 7 慈孝傳家—感念親恩 / 李雪伶
- 9 想念美味的紅燒肉 / 福和國中教師 謝美筠
- 10 人父 / 興毅國小校長 何元亨
- 11 我的家人 / 崇富國小 404張庭瑜
- 11 我的家庭 / 文山國中 林子勳
- 12 尋找家庭故事 / 文山國中 704俞芊卉
- 慈孝家庭季系列活動——
- 13 (一)「我愛我家行動GO!」優良創意短片徵選
- 14 (二)「慈孝一家親 愛家行動Go!」慈孝感恩月記者會
- 15 (三)愛家515, 幸福123~家事料理我最行
- 16 102年度上半年度(1/1-8/31)各項活動預告一覽表

幸福快樂的家庭靠創造



天下雜誌2003年調查指出：59.3%的人覺得「美滿的家庭」會讓我們幸福；另外，還有56.9%的人，覺得「每天與家人相處」可以增加幸福感。講義雜誌「幸福問卷調查」報告中也指出：小朋友幸福感排行榜首要是「溫暖的家」。由此可知，家是富有魅力的，家是令人朝思暮想、魂牽夢繫的所在，而家也如同心理學家Thomas所言，是促進個人健康和幸福感的主要源頭。一個人從一出生，就開始接受家庭教育，直到死亡，終身都受到家庭教育的影響。

人是家庭的主體，因此家庭成員的情感交流關係，決定這個家庭的幸福與否。從有記憶以來，家中的爸媽總是處在為三餐溫飽辛苦工作，卻又彼此常為一點小事爭吵的夫妻，我不禁納悶：難道別人家的爸媽也都跟我一樣嗎？自己組成一個家庭之後，我不斷告訴自己：我不要像我的父母過著那種三天一小吵、五天一大吵的日子。婚後在兩人互相適應的階段，總有許多看不下去的地方，不想用吵



的那就閉嘴不說話。怎料這種相敬如冰的生活，在同一個屋簷下一起進出生活的兩人，竟可以一整個星期不說一句話，這樣的日子比吵一架更苦，總需要有一個人先開口破冰，而這個人總不會是我，因此心中充滿感恩，是自己的個性倔強不肯認錯，苦了自己也苦了他。

因此，婚姻生活並不是如童話故事所描述的：「從此王子與公主過著幸福快樂的日子。」當初為了追求幸福而互相委身的二個人，在組成共同生活的家庭之前，就曾經互相允諾要成為分享情感、資源、決策與價值，一輩子攜手共同成長的另一半，怎麼遇到一點小事就完全忘了當初的承諾呢？甚至忘了給對方「一個在他需要時就會接納他」的地方。而千錯萬錯都是自己的錯，回到初衷吧！開始從觀對方的恩出發，感恩他為我、為這個家所付出的每一分努力，當我轉個念頭看到他的好，過去那種種的不對盤就不存在了，也因而就更有能力面對生活中的各種挑戰。

歸納卅年生活的體驗，以心理學家簡稱RICH的幸福理論跟讀者分享，R代表資源 (Resource)、I代表親密 (Intimate)、C代表能力 (Competence)、H代表健康 (Health)，當一個家庭擁有這四種特性的時候，就比較能擁有幸福。詳細分享如下：

一、提供生活資源：不管是經濟或人脈(力)，相處的兩個人相互分享彼此的需要的時候，也提出自己能為彼此貢獻的資源，而金錢只是其中的一部份。我個人深深的感覺：家庭的溫暖就從

每天的三餐開始。雖然當今外食風氣興盛，而且價廉物美；但是「有媽媽味道」的飲食，不只代表母親的關心，更是可由共用餐食表達對家人的關懷。這種由飲食為全家人的健康提供具體的保障的同時，甚至能創造出全家人的向心力，和讓全家人都依賴與認同的家風。此外，家事也需要全家人一起分擔，一家人相聚在一起做家事、整理環境的感覺，具有家庭的凝聚力，同時也在相互關懷下涵養諸多品德。

二、增進親密關係：兩人互相關心的話題或嗜好，可以增進彼此的親密感；白天的工作情緒避免帶回家，家中可以放鬆、可以療傷止痛，卻不是情緒任意發洩的地方。工作之外的不同方向學習，可以轉化工作壓力，而追求心靈不斷進步，是人生可以努力的永恆目標。因此，分享學習心得與成長喜悅，以正向的言語分享快樂時光，可以提高生活品質，藉此相依為命朝著共同的幸福目標方向前進。

三、培養各項能力：「家和萬事興」，良好的人際關係與處事能力就從家庭開始，兩人良好的溝通模式、解決問題的方法，常會在不自覺中帶到其他場域。因此，平時養成互相分享生活及工作上的感觸，多傾聽不責備，在意見相左時還要能妥協不堅持，或以幽默化解爭執；在互動中也許不需要過多的言語，卻可以透過身體的擁抱，表示讚許與支持，都是讓兩人更有勇氣與默契，找到彼此可以互補合作之處。

四、追求身心健康：物質享受永遠駟馬難追，但是健康卻是可以期望的！由健康的身心著手，多注意家人的身心狀況，養成全家一起運動、一

起出遊與一起談心的習慣，織就親密的網絡，才能以此種具有適應能力的健康網絡面對危機與壓力，以合理的方式解決問題、克服困難、視危機為挑戰與機會，在危機中與家人一齊成長、一齊改變。

因相愛而結合的婚姻生活不是只有兩個人的事，這其中還有上一代的雙方父母，與兩邊的兄弟姊妹關係，彼此的互動方式都會影響兩人的家庭生活；而有了孩子之後的教養觀，再加上和上一代的關係，這種家庭關係的網狀結構比蜘蛛網還複雜，這是兩人在家庭生活中必須面對與處理的。處理得當可以讓兩人家庭的情感功能堅強，就能在互信與誠實中凝聚默契與許諾，讓彼此可以表達情愛、分享快樂，讓彼此有正面積極的動力繼續發揮生育性、經濟與照顧性、教育性及傳承社會地位的功能，甚至珍惜與相依為命、共享天倫之樂。



攜手建構孝親學習美樂地

吳順發/嘉義縣太平國小總務主任

國立台灣師範大學人類發展與家庭學系博士生

壹、前言

一則「子以花巾背母就醫」的新聞報導，讓這個充斥著許多「子女棄養父母」、「子女爭產父母流淚」等負面報導的社會可以稍喘一口氣，重溫傳統華人社會「百善孝為先」的美德氛圍，或許這滴水珠無法解除近年來隨著社會變遷而來的「孝親旱象」，但也確實在這個大染缸中激起了不小的漣漪！

貳、古今孝道的特性

以往的孝道是在家庭中的倫理教育，學校的教育活動中扮演的角色是在加強觀念與繼續推動，要透過教育活動來引導國人學習孝親行為，首先必須在「傳統孝道」的舊思維上重新做調整，近年來學者與政府法令中（陸洛、高旭繁、陳芬憶，2006；法務部，2012）常使用「新孝道」或「子職」等名詞，來作為轉化與連結傳統思維的立基，究竟古今孝道之間的差異情形為何？透過表1可略窺一二：

表 1 傳統孝道理念與新孝道理念比較表

傳統孝道	新孝道（子職）
強調他律性的道德原則	偏向自律性的道德原則
涉及家族關係	只涉及親子關係（情感性）
重孝輕慈（單益性）	父母慈子女孝（互益性）
依據文化規範而來的孝道內容（文化觀點）	符合時代需求的多元孝道內容（親子觀點）



傳統孝道內容強調在大系統的文化脈絡中，以家族關係為主軸，傳遞由文化規範而來的他律性孝道，在傳統的孝道思維中，子女只能單向遵照與履行孝道所約束之內容，不能對父母慈愛的回報有所要求；然而，從新孝道的內涵之中，吾人可以發現：來自文化約束觀點的他律性孝道，已轉變成在自律性與互益性兼具的原則下，強調親子相互協商對話，以謀求彼此都能接受、實踐者能力範圍能及的多元彈性孝道，這樣的重大改變也意謂著未來在孝親（子職）教育的推動上，除納入傳統孝道觀點

外，更應考量從親子互動觀點而來的子職教育內容，才能真正符合當代的需求。

參、建構親子互動觀點

未來新孝道的子職教育活動，應以建構親子互動觀點為依據，形塑「成人—孩子」雙向觀點為考量的具體元素。

一、減少教條式的內容

過往在推行子職教育的過程中，常會以「弟子規」、「二十四孝」、「倫理」等孝道倫理內容為主要的參考教材，將其中心思想融入課程內涵之中，透過價值澄清法等教學方式來引導孩子做學習與思考，這類型的素材也確實能引導學習者進行古今反思與參照，然而這些教條式內容如佔太大之比例，不僅會讓學習者產生一種由上至下的灌輸感與壓迫感，還可能因為與其生活世界脫節而產生厭倦感，因此，未來在規劃相關活動內涵時應將生活經驗適切融入其中。

二、增添子女觀點的活動內容

來自父母與文化期望的子職內容是孩子長久在這個社會薰陶下所衍生的產物，然這部分的觀點常

引發一種孩子被迫接受教導的負面感受，筆者在2012年所帶領國中生之焦點團體討論過程中，受訪者對子職所下的定義：「父母下令就去做，不做你就知道後果！」，如能同時考量子職觀點，如另一位孩子的子職定義內容：「就！爸媽說的事，做自己認為本分及能力可以做到的地方與程度。」作為建構活動內容的基本信念，據此發展包容多元觀點的活動內容，將更能豐厚子職活動的彈性度。

三、納入生活世界的多元可能

在許多子職活動之規劃歷程中，在既定框架的引導之下，我們常忽略了每個孩子來自不同生活世界帶著不同的生活經驗，一套制式化的課程或活動內涵來進行孝道的活動，實有其困難之處，在未來的子職教育（新孝道）活動規劃與進行過程中，身為父母或老師應以包容的心胸，納入各種多元可能（如：超出預設範圍的子職內涵介紹與討論），透過討論，期能讓學習者在獲得尊重之前提下，激盪出更璀璨耀眼的學習火花。

肆、結語

近年來，隨著家庭結構的改變，很多孩子已無法如往昔般浸濡於三代同堂與大家族下之孝親氛圍中，期盼父母與長輩能直接在家庭之中敏覺孝親的重要性，並給予經驗交流與引導，似乎已成為一種奢求，因此，當前的子職教育活動之推展，仍希冀以學校場域為其發射平台，進而向家庭與社會做延伸與連結，學校如能透過子職相關活動的規劃與推展，融入傳統與現代、成人與孩子觀點兼具的想法，相信成就「子女孝父母慈」的互益式孝親美樂地將不再只是一個夢想，那美妙的孝親旋律將重新揚起，這樂聲亦將溫暖家庭、學校與社會的每一個角落！



三代同堂「桌遊」趣

蓬萊國小 林子淳

一年多前在教師研習中接觸到何謂「桌上遊戲 (Board Game)」後，我一頭栽進了這個充滿魅力和歡樂的領域。對很多人來說「桌上遊戲」聽起來有些陌生，其實只要有可供放置的場地就能進行的遊戲，都可以稱作「桌上遊戲」；我們小時候玩的大富翁、跳棋、撲克牌…等等，都可以涵蓋在桌上遊戲的範圍內。幾次與朋友相聚帶了數套桌上遊戲介紹給大家，都玩得意猶未盡，還屢屢問我哪邊可以買得到，讓我也開始思考如何帶領自己的家人一同領略桌上遊戲的樂趣。

每次週末假日回到家裡，看到辛苦的公公、婆婆鎮日忙進忙出，我和外子在幫忙家務之餘，總想著能用什麼方式為長輩分憂解勞，紓解忙碌的生活壓力。一日夜裡，婆婆處理家務告一段落正在客廳小憩，我和外子帶著「拉密牌 (Rummikub)」走進客廳，打算找婆婆一起同樂。拉密牌是一種適合二至四人的桌上遊戲，在1930年由以色列人發明，因為拉密牌組合的方式有點類似中國的麻將，所以又被稱為「以色列麻將」。本來婆婆一開始擔心遊戲規則太難不會玩，在我們再三保證之下終於點頭願意嘗試；想不到婆婆就這麼「一試成主顧」，學會之後簡直欲罷不能，當天夜裡連玩了好幾場，直到深夜就寢時分才「恩准」我們收工。後來週末返家，婆婆還會主動向我們「揪團」，待晚上家裡老小安頓好

以後，三人好好鏖戰一番。

在這歡樂的家庭時光裡，最讓我們驚奇的是就讀幼稚園大班、現年才六歲的姪子。他總愛在我們遊玩時探頭探腦湊熱鬧，甚至吵著要跟我們一起玩，婆婆基於疼愛的心理便答應讓他加入。一開始姪子只會幫忙取牌，不料參與的次數多了，他逐漸理解出牌的順序與排列組合規則，幾次讓他照自己的想法打出數字組合，沒想到還真的打對了！在我們的驚呼聲中，我看到了姪子歡欣的表情與眼裡閃爍的成就感。從此之後我們和婆婆的「拉密大戰」又多了一個小成員，三代同堂其樂無窮！

今年春節過年期間，家族親戚紛紛返鄉同聚，大夥兒夜裡聚在家中客廳閒聊喝茶，婆婆提起她常常和我們玩桌遊，「數字麻將金簡單啦，連阮孫嘛也會玩，還可以動動腦筋，卡無老人痴呆症…」，講得口沫橫飛，也讓在場眾人聽得興味盎然。我和外子靈機一動：何不直接拿一款桌上遊戲現場教大家玩，讓大家共同體驗桌上遊戲的樂趣？但在場有



七個人，已經超過「拉密牌」的上限人數，最後決定玩「種豆」。「種豆」是一款競標類型的紙牌遊戲，玩家需要扮演豆農兼豆商，種豆收成變賣為金幣，最後以金幣多寡決定勝負。「種豆」最有趣的地方是和其他玩家交易豆子的過程，有的豆子種類很搶手，假如有玩家要讓出該種熱門豆子，會造成好幾個人同時搶著要跟他交換；此時人人各出奇招，為了搶到目標豆子紛紛使出三寸不爛之舌，企圖說服對方和自己交易。某一回合我和婆婆種了相同種類的豆子，兩人要同時搶標堂妹手上的豆子牌，「婆媳大戰」立刻上演，頓時唇槍舌戰好不熱鬧；未料婆婆發揮「歐巴桑」講價無敵的功力，硬是把手上的籌碼奉送到堂妹的手上直接搶標成功，讓我只能甘拜下風、自嘆不如。旁人們看我們婆媳如此認真激戰，早就已經笑到前俯後仰、樂不可支了。

想要與家人共享一段充滿歡笑與親密互動的時光嗎？桌上遊戲老少咸宜，對家庭來說是再適宜不過的休閒娛樂。桌上遊戲的種類繁多，內容各異其趣，相信每個家庭都能找到適合的遊戲種類，家家一同「桌遊」趣！

即使已經過了四分之一世紀了，那份飯菜香依然常常出現在我的記憶裡，令人懷念，而香味的來源是一個充滿愛的飯盒，那是爸爸媽媽為午間在辦公室值班，無法趕回家吃飯的我送來的愛心午餐。



慈孝傳家

—感念親恩

李雪伶

父親出生在一個手足眾多的家庭，是弟妹們的長兄，因祖父有兩房妻室，縱然祖母身為正室，但在複雜的大家庭中並未受到良好的對待，因而父親成人獨立後，就帶著祖母、叔叔另行居住，而後與母親組成家庭，生下我們兄弟姊妹4人，或許因為父親兒時的不愉快記憶，讓他深覺遺憾未享受父愛，在他自己有了子女後，對兒女呵護有加。

而母親雖是出生於中部的望族，但因外祖父有聽障，導致母親她們這一房無法像堂兄弟姊妹一樣衣食無憂，為了幫助家裡，母親甚至在12歲時就必須在親戚店裡工作，賺取微薄薪資幫助家計。幸而與父親婚後，有祖母一位好婆婆，共同照顧家中幼兒長大成人，母親從我和姊姊小時後就希望我們姊

妹都是文文靜靜的小淑女，姊姊初中時開始學習鋼琴，課業與各方表現都很傑出。而我在國中時愛玩、不認真念書，又有些叛逆，應該讓母親很傷神吧！



父親年輕時

母親年輕時

父親與母親奮發進取，皆服務於公職，早期公務人員薪資是很微薄的，父母奉養祖母，養育我們兄弟姊妹4人，在我國小四年級之前，與祖母、叔



春節團聚與叔叔、嬸嬸、堂弟妹們合影留念



外甥導演的全家福團圓照

叔、嬸嬸、堂弟妹3人，一家12口人住在一起，但印象中沒見過母親與祖母、嬸嬸有過爭執，大家和睦相處，其樂融融，與堂弟妹之間的感情更似親生兄弟姐妹一般，直到今天，大家皆已步入中年了，情感依舊熱絡。我很珍惜這一段與堂弟妹之間的情緣，是上天恩賜的珍貴禮物。母親總是與人為善，在家鄉衛生機構任職的她，人緣極好，而她常常笑臉迎人且又樂於助人，因此在家鄉有好多認識她的鄉親，今日我能常常對人以笑臉，受母親影響很大。記得當時家中有一位幫忙洗衣的「歐巴桑」，因為住在祖母家的對面，所以與我們很熟稔，歐巴桑的先生過世得早，唯一的女兒又嫁得遠，因此母親常常去探望她，歐巴桑老年時患有氣喘，經常發作，每次發病時，鄰居會打電話通知通知家裡，媽媽就會趕去處理照顧，一直到歐巴桑辭世，此外，不論同事、街坊鄰居或是親友，只要有事找她幫忙，她也都會盡力協助，讓大家順利解決事情，為我們子女樹立了助人為樂的好榜樣。

父親、母親從小重視我們的教育，在家中，要重倫理，孝順長輩，友愛兄弟姊妹，對師長要有禮貌，平日不可口出惡言，罵髒話，這些家庭教育，在自己長大懂事後才知是多可貴的教導，培養了我們基本的個人修為與人格。課業上，父母盡力栽培

我們子女，只要我們想唸書，就全力供給，希望子女都能培養出一技之長，在社會上正正當當的做人做事。兄、姊皆畢業於國立大學，弟弟畢業於國立工專，而我是表現最不佳的，僅畢業於私立護專，但幸而在國家辦理的證照考試中都順利通過了，取得專業資格，踏入職場後，參加普考也錄取了，有一份安穩的工作。這一切都要感謝父母從小的教導與栽培，他們的身教、言教深深的影響了我們的一生，而我們也要將這些教誨與精神再傳承給我們的下一代。

童年時期的
兒童節父母
親為我們留
下這張珍貴
的留影

想念美味的紅燒肉

福和國中教師 謝美筠

營養。

這樣一鍋紅燒肉，因為我高中時參加社團，妹妹後來唸夜校，白天打工，很少在家開伙，往往可以吃到下一週，爸爸再補充一些食材進去，就成了一鍋永遠也吃不完的紅燒肉。爸爸是湖南人，口味比較重，我們姊妹並不喜歡這麼油膩的一鍋食物，但當爸爸放假，我們總被迫要陪爸爸一起分享他的作品，心裡其實是有些不悅的，甚至以後，我有機會去吃自助餐，一定不會點紅燒肉這道菜。

後來我才知道，爸爸其實喜歡吃三層的五花肉，為了配合我們姊妹，那一鍋紅燒肉全都是瘦肉，爸爸愛吃辣，也因為我們，爸爸沒有加辣，我一直都知道，紅燒肉旁的滷蛋，通常到很後面，已經攪到蛋都碎掉了，爸爸才會吃掉，凡是最有營養的，當然是留給我們姊妹。在海霸王工作時，休假其實並不多，爸爸卻都拿來上市場和在家煮菜了。

從小，在我的印象裡，爸爸就是個沉默的男子，不論是對媽媽或我們三個女兒，他都不曾說過甚麼太肉麻的話，包括我在高中考上第一志願，打電話通知爸爸，之後妹妹告訴我，爸爸當場就高興得流下眼淚，可是當我回到家，他卻只是淡淡地提醒我仍然要好好用功，一付沒有甚麼了不得的神情，當時的我還覺得有點受傷，埋怨爸爸不夠鼓勵我，哪裡知道，爸爸把所有的愛，都化作一些細微的動作，例如那一鍋紅燒肉，讓我們姊妹能夠受益，這是我親愛爸爸的父愛傳達。

國小二年級開始，我成為單親家庭的小孩，一直到國小畢業，我都和媽媽住在一起，國一開學兩個月左右，媽媽出了點狀況，我和大妹妹搬回去和爸爸住，我心裡是有些嘀咕的，嚴父慈母在我們家是非常貼切的用語。

爸爸那時候自己開了家鐵工廠，每天在家自己開伙，我其實記不太清楚，那段時間吃過爸爸煮的甚麼菜。國三那年，因為住得離學校太遠，我又要拚升學，爸爸頂掉了鐵工廠，搬回離學校較近的自宅住，那一年為了陪我讀書，爸爸沒有上班，我依然不記得，爸爸煮了些甚麼給我們吃，連便當是不是爸爸準備的，我都印象模糊。

升高一的暑假，爸爸在海霸王找到一份酒樓管理的工作，如果家裡要開伙，通常是我在家附近的黃昏市場買些煮好的菜，再洗米煮飯配著，但是機會並不多。爸爸大約每星期會有一天可以休假，那時候爸爸就會煮一鍋紅燒肉，配合我們家都是女孩的口味，全都是瘦肉，爸爸通常還會加上滷蛋和豆乾，豆乾是大妹妹的最愛，滷蛋則是爸爸替還在發育的我們補充



發育的我們補充



人父



新北市三重區興毅國民小學校長 何元亨

原本以為當父親是一件簡單的事，等我真正當了父親後，才知道原來「父親」不僅僅只是賦予新生命的角色而已。

從妻子懷孕開始，便盼望著早日看到屬於自己的複製品。幻想著孩子的長相，與自己有幾分的神似，猜測孩子的性別；即便是在超音波的掃描下，已經可以確認是個男孩。其實，我對生男孩或女孩倒不在意，在意的是鄉下的父母，他們期盼是個男孩，甚至在妻子懷孕時，要求我帶著妻子到註生娘娘跟前做好「紅花換白花」的手續。父母親傳宗接代的觀念與壓力，讓我覺得非生個男孩不可。

就如父親對我未來職業的期望，最好是當老師，公務員也不錯，如果都做不到，至少不要跟他一樣：一輩子只能做個看天吃飯的農夫。他也沒識幾個大字，小學讀了一年，便因家庭經濟不允許，幫人看牛賺點綿薄的工資，為阿公撐住家庭的生計。不過，他倒有一個很好的觀念：不論再窮困潦倒，都要讓我有機會受高等教育。

兒時印象中，每隔好長一段時間才能見到父親一面，問他去那裡？他只會簡單的說：去賺錢。有時候他會背著一大包的枇杷回家，有時是葡萄，有時是他做水泥工的工具。他總在晚餐後回家，母親臉上也沒有特別喜悅的表情，大概是早已習慣丈夫外出工作賺錢的生活模式，我總會看到父親從褲袋裡掏出一把錢交給母親，然後笑著說：拿去繳會錢吧。剩下的銅板則給我們兄弟買糖果，也只是這樣，我對父親的印象好極了，常盼望父親早日回家，至少還有糖果吃的機會。不過，他也不會和我兄弟說什麼話，大概也只是要乖啊，要聽話啊等

等為人父親最喜歡說的幾句話而已！

儘管每天被孩子吵得睡眠不足，下班後，我還是習慣先衝進房裡看孩子，只要他沒睡，我必定抱起他來玩一玩。只要他一哭，我也必定抱起他安撫。每天深夜，孩子埋在我的懷裡依偎直到熟睡為止。就因為對孩子的一份好奇與責任，我享受被孩子折磨的甜蜜的負擔。孩子大概也習慣我的味道，就算有人抱他，但他仍哭不停時，只要我接手抱過來，他就會慢慢的靜下來，這便是我辛苦的代價，也有一種莫名的成就感。其實，像我下班後先進房間看孩子的習慣，還是遺傳自我的父親。記得母親曾說過：當我還是嬰兒的時候，父親經常為家計遠赴外地工作，新竹段和台南段的中山高速公路和石門水庫的工程，曾經有父親的足跡，縱使他僅僅是出賣勞力的工人，但也成就的許多人的便利，更擔負起我家的生計。每隔一陣子，父親在外地的工作告一段落後，便會返家，把賺的錢拿回家，順便看看久未謀面的家人。

孩子第一次會坐，第一次會爬，第一次叫爸爸、媽媽，第一次會走路，都是他生命歷程中的第一次經驗。也是我與妻體會孩子成長的親身體驗，也只有自己的孩子，才會如此認真的觀察他的成長過程，才能真實的去享受孩子成長的一切。我怎能不為自己驕傲呢！從孩子嗷嗷待哺的那一刻起，就急著想看會爬、會走路的樣子，更期待聽到他叫一聲「爸爸」，這一聲爸爸，可把我辛苦的過程完全轉化為歡笑。我所有的付出與勞累都因這一聲爸爸完全獲得紓解，這無可言喻的喜悅，沒有認真做過爸爸的人是永遠無法體會的。



我的家人

新莊區榮富國小404班張庭瑜

「我的家庭真可愛，整潔美滿又安康……」，這是大家耳熟能詳的曲子，也正是我家中最佳的寫照。我家中成員共有六位，分別是認真工作的爸爸、終日忙碌的媽媽、沉醉於繪畫世界的姊姊、我、熱衷於電玩界的弟弟和一隻備受寵愛的台灣長尾龜一小綠。

我的爸爸是一位上班族，工作內容是專門製作彈簧相關的物品。提到他啊！每天準時上班不打緊，下班之後，還常常把辦公室搬回家，在家中整理起彈簧相關的資料，可說是相當的辛苦。

我的媽媽則是一位標準的家庭主婦，每天都從早忙到晚，負責打理家中瑣碎大小事，幾乎沒有閒暇時間，讓身為家中成員的我，看了相當心疼。因此我只要一有空，便會主動協助媽媽，例如：洗洗碗、拖拖地，甚至於幫忙跑市場，買一些菜、水果等等，以減輕媽媽的負擔。

而姊姊現在已經是一位國一的學生，課業壓力也漸漸出現了。但是姊姊並不是非常喜歡讀書，因此學業表現只是差強人意而已，她比較擅長畫畫，常常拿著畫筆，隨心所欲的彩繪出令人驚豔的畫作。儘管如此，我在她的心中仍然是最重要的，為什麼呢？每當我功課遇到疑問時，她會毫不猶豫地放下她的最愛——畫筆，細心的教導我。但是常常是她傾囊相授，講得口沫橫飛，而我卻是表面上點頭如搗蒜；腦海中，卻是一頭霧水。我不禁想問自己：到底是我的理解力太差，還是姊姊的表達能力

有問題呢？真是一個不好的想法，姊姊用心幫我，我仍然要心存感激才是。

我的寶貝弟弟是電玩世界中的武林高手，每當我電動關卡破不了或玩具解不開時，不恥下問的向他請教就對了，原本對我難如登天的事情，他都可以四兩撥千金、輕輕鬆鬆的解決，因此，在我心中暗自讚嘆：你真是我最佳的幫手。

最後是小綠—全家捧在手心上的寶，她是一隻小小的陸龜。平時牠都會被放在一個小小的盒子裡，每天我都會撥空去拜訪牠，牠也都會不吝嗇地使出拿手絕活逗我開心。牠的絕技有兩項—鬥雞眼和盯人。鬥雞眼大家的知道，那盯人是什麼呢？就是牠的眼球會隨時跟著你轉動，你往左，牠絕不向右，緊迫的盯著你，常常逗得大家樂不可支。

我的家人各具特色，當我全家聚在一起時，真可說是熱鬧非凡，而熱鬧之中，總帶著一份和氣，所以身在這個家中，令我忍不住的想大聲說出：「福氣啦！」



2013/03/27

尋找家庭故事

新北市立文山國中704俞芊卉

「家庭」是每個人從小到大最早接觸的場所，而我的家人們給了我一個溫馨的家，讓我在一個充滿溫暖的家庭中長大。

去年，爸爸、媽媽因為我要上國中，他們希望給我一個整潔又安靜的地方唸書，所以決定要買一間房子，好讓我能有個舒適的環境看書，但又怕會買到凶宅，因此最後決定買一間預售屋，也讓全家人都能安心。

從小到大，爸爸、媽媽就一直告訴我：做人要誠實、不能說謊的道理，它不但使我自己的心中踏實，更造就了我現在的性格：凡事都要以誠實優先——絕對——不可以說謊。一開始，我覺得這樣會影響到自己的成績，沒有實地的去做，不過我只要聽到別人因為自己的誠實，所以從心底發出的讚美、讚嘆，心中就會有一股喜悅的感覺，因此我愈來愈誠實，我也希望我身邊的同學、朋友們都能做到這點。這個家訓，使我得到了許多的誇獎，再也不覺得麻煩；並且也常告誡別人要誠實，因為誠實對自己而言只有好處，不會有壞處的啊！

對於父母為了我而決定要買房子的事，令我感到十分地感動，其實他們也有一部份原因是因為：我和妹妹都大了，而外公、外婆也一天天的在變老，為了不讓他們老人家再為我們一家四口操心，因此決定自己搬出去住，決定要買房子。

從小，我就覺得爸爸、媽媽偏心，為什麼對妹妹比較好；在功課上，對我也比較嚴格。但我長大之後發現，他們是因為對我的期望比較高，希望我能把每件事都做好，希望能改掉我的壞習慣，希望我的成績能更好……這時，我才了解他們的苦心、期待，也才發現原來他們是這麼的關心我。

有首兒歌裡唱道：「我的家庭真可愛，整潔美滿又安康。」在我的心中，這個家給了我許多的溫暖、許多的愛，給了我父母、給了我家庭，光是父母，就遠比許多的單親家庭或沒有父母的小孩們來得幸運了！因此我更應該珍惜我現在所擁有的，不抱怨自己沒有的，因為我比很多的小孩都來得幸福了！



新北市立文山國中704林子勛

人生，就如故事一般，有幸福、有美好、有挫折、有悲傷，卻不一定都像童話故事般，有個快樂美滿的結局。也不必然以「大家從此過著幸福的日子」作為結局，亦有可能是主角遭遇瓶頸後，至此一蹶不振，而這樣的故事情節卻在我的家中日日上演。

我的家庭，像是狂風暴雨中的避風港，雖然看似安然無恙，但只要一不留意，這個家就岌岌可危，因為全家人的中心——母親，得了癌症。我的母親雖已在逼不得已的情況下，動了第一次手術，但情況並未好轉，直到全家人把陪同母親抗癌，當成共同努力的目標，大家才重新點燃希望。我的家人也期待能陪同母親走過這段幽暗期，不管時間持續多久。

希望，在我們使出千方百計之後，它燃燒的更加旺盛；回憶，在全家燈燭熒煌時，它漸漸累積。不論是在小溪邊捉魚兒，還是在遊樂園遺留的尖叫声，都可以使我霎時忘卻煩惱，但一想到母親那疲憊的軀體，隨即而來的就是大浪般的內疚感充斥著整個家，其中「未曾報答」的感覺，像烏雲般，籠罩了我的心房。

報答，有無窮無盡的方式，或許是物質上的供奉，例如：金錢、禮物等。也能是更加具體的行動，像是陪伴、聊天等方式，而我也做過許多諸如此類的事。有時，趁著大家尚未離開夢鄉時，替他們親手做一份愛的早餐；又或者在節慶當天遞給他們一張親手做的卡片；最積極的行動莫過於把握時間：在母親耳邊輕聲說：「我愛你。」接著再給她個熱烈又溫暖的擁抱，來感謝她那無私的奉獻。

時間，稍縱即逝，就算是燦爛的太陽，也會有西沉的一刻，但這些報答的心思與行為，將永遠在她心中保存著，難以忘懷。所以，與其讓自己留下後悔，還不如用這篇故事留下最完美的句點。

看啊！母親的臉，笑了。

慈孝家庭季系列活動(一)

「我愛我家行動GO！」 優良創意短片徵選

配合新北市政府教育局將102年訂為「學習行動年」，並響應教育部訂為「家庭教育年」，在第二季(4-6月)溫馨的慈孝家庭季裡，家庭教育中心因應母親節與5月15日國際家庭日的到來，以學習、行動及活力家庭為主軸規劃系列活動，積極倡導每個人的愛家責任，具體落實家庭功能提升，鼓勵家人間相互關懷與付出。

「我愛我家行動GO！」優良創意短片徵選活動自3月展開，以家庭為單位，紀錄家庭成員間的愛家行動生活故事，拍下彼此的美好回憶短片。本次的優良創意短片響應熱烈，經評選結果共有11件優良作品入選，特優作品「我的媽媽來自越南」由五年級的李同學紀錄媽媽回家鄉過年的情景，因媽媽從小教導他說越南語、唱越南歌謠，讓他在回越南時可以跟阿嬤溝通，也使異地的家人間多一份親情維繫與中越血統認同感；另一特優作品「幸福歡



樂！我們這一家！」則巧妙的將近年來家庭的生活點滴及互動插曲，用短片串出一段段家庭珍藏的記憶，從2個寶貝出生時驚天動地大哭時的感動，到看著孩子成長的天真記錄與酸甜甜，還利用家庭聚會幫忙親戚、阿公阿嬤採收水果、做水煎包的各種和樂幸福畫面，讓我們真實感受到全家人的心緊緊扣在一起的家庭力量。

為擴大分享宣導，特優短片作品放置於家庭教育中心活動網站並依序輪播 (<http://maylove.tw>)，歡迎至本中心網站觀賞。同時鼓勵更多市民於生活中運用眼、耳、口、手、心5到愛家行動，將心意轉換成及時行動，人人重視及愛護家庭，「父母慈愛溫暖晚輩、子女敬重孝順長輩」，需要靠彼此正向互動，親子雙向互惠，做為經營親子情感的基礎，讓對方感受到對彼此的愛護、關懷和感恩，為親情不斷加溫，讓親子都能無距離相互關愛，營造慈孝一家親的新北心家庭。

慈孝家庭季系列活動(二)



「慈孝一家親 愛家行動Go!」

慈孝感恩月記者會

家庭是社會最基本的單位，而家庭教育則是個人社會化最重要的基礎。近年來我國家庭結構急遽改變，為喚起國人對家庭承諾的重視與認識，新北市政府教育局將5月份訂為「慈孝感恩月」，響應教育部102年「家庭教育年」及新北市「2013學習行動年」，結合市府各局處與學校及民間機構共同擴大辦理慈孝感恩月系列活動，以彰顯家庭價值的重要性，鼓勵大家珍愛家庭。

慈孝感恩月記者會於5月7日在新北市政府6樓媒體發布室敲起了系列活動的響鑼，首先由洪中明校長帶領的新泰國小「小狼童軍合唱團」揭開活動序幕，新泰國小上月初才剛成立童軍合唱團，這次記者會上初次獻唱，搭配親子舞蹈，演出家庭教育年的主題曲「愛我們的家」，接著由故事團演出迷你短劇「讓愛傳下去」，鼓勵大家踴躍參加「慈孝家庭讚出來」網路徵稿票選活動，寫下想和家人表達的情感，如「我愛你、謝謝你、對不起、請原諒我」等，或寫下想和家人一起完成的事，愛要及時，就趁現在！

另外，在記者會中，也邀請到朱立倫市長為16組新北市慈孝家庭楷模頒獎表揚，分享每個家庭溫馨互動的故事，其中就讀正義國小王孟秦，個性貼心懂事，主動帶著3個弟弟到父母的店裡幫忙，減輕父母辛勞，父母也很重視與孩子的互動和品德教育，家庭充滿樂觀與慈愛；泰山國中蔣雅雯知道父親一肩擔起養育3名子女的辛苦，孝順的她常主動



協助家事，指導弟弟課業，父親雖然忙碌，但接送或參與孩子成長活動從不缺席；貢寮國中栗敏，自幼就得到IDDM(第一型糖尿病)，住院期間家人不停地打氣和陪伴，讓她感激地說：「我很感謝家人的照顧，尤其是媽媽，以前她總是半夜兩點起來幫我量血糖，後來我也慢慢學會了自己量血糖，現在我已經可以照顧自己了！」孝順的栗敏不僅懂得照顧自己，因為爸爸辛苦工作導致身上常有傷痕，栗敏還會主動幫爸爸上藥，她說：家人是我很重要的精神支柱，我的家庭真的很幸福。「慈孝家庭楷模」強調打破以往悲情及權威的刻板迷思，能在艱困的家庭環境中展現大孝行為，固然值得推崇，但在一般家庭中能展現「父母慈、子女孝」的平凡行為，也值得肯定。因此，為鼓勵及時行孝，我們提倡無論身處在任何家庭處境，都必須能做到慈孝愛家行為。

在溫馨的5月慈孝感恩月裡，朱立倫市長肯定這16組家庭，他相信在社會各個角落，還有更多不為人知的孝親故事提倡家庭教育，並強調成長過程中，家庭是重要的基礎，願意愛家、重視家庭的孩子，能夠將愛延續，將來會是很棒的社會一份子。邀請大家承諾在生活中落實學習、行動及活力家庭，建立親子共學與家人共享、感恩關懷與心心相繫、健康動能與休閒樂活的新北心家庭，冀望每個家庭響應慈孝愛家的觀念。

慈孝家庭季系列活動(三)

愛家515，幸福123

~家事料理我最行



聯合國在1989年12月9日宣佈1994年為「國際家庭元年」(International Year of the Family, 簡稱IYF)，並於1993年宣佈從1994年起，每年5月15日為「國際家庭日」(International Day of Families, 簡稱IDF)，提倡工作與家庭平衡，期待人們用生命和愛心去建立家庭。新北市政府家庭教育中心102年配合教育部「家庭教育年」及教育局「學習行動年」，在5月15日國際家庭日這個家庭意義加乘的好日子裡落實「愛家515-幸福123」理念：即每1天至少20分鐘陪伴家人閱讀、分享、遊戲或休閒運動。另外，也鼓勵各級學校於當日課後開放學校室內樂活教室、圖書室、玩具工作坊等設(施)備，舉辦親子活動、講座、分享或成果發表會等活動，鼓勵親師生的每個家庭成員踴躍參與陪伴，以增進家人間情感。

為擴大響應「515國際家庭日」，家庭教育中心和積穗國小合作舉辦「愛家515，幸福123~家事料理我最行」活動，由學校一到六年級、特教班、幼兒園學生及學生家長共同參與，由親子共同製作發揮創意完成幸福便當，再由學生親手獻給爸媽，說出心中的愛與感恩。當天也邀請到教育局林騰蛟



局長到場與100對親子家庭一起DIY製作幸福便當，食材不僅講究營養均衡，也很注重美觀，運用綠花椰菜、香菇、紅蘿蔔球、雞腿肉卷、青豆仁、玉米粒等豐富的材料，做出一個個美味又可口的餐盒，再由學童親自獻給平日用心呵護照顧他們的父母或主要照顧者，向家人表達內心最深的感恩與感謝，過程充滿感恩及慈孝。

另外，學校也同時舉行感恩奉茶活動，讓學童小心翼翼地將手中那杯感恩的茶端到母親前，表達感恩之意，當現場的學童們對媽媽說出「媽媽請喝茶」那一剎那，在場許多媽媽感動得頻頻拭淚，學童們也緊緊抱著媽媽。

「被愛過的孩子，會更懂得如何愛人，長大後也會有愛人的能力；吃過家人煮過飯菜的孩子，永遠記得家的味道，長大後也會再傳承家的記憶！」，在515「國際家庭日」這天，我們共同見證了100對家庭一起製作「愛的料理」、彼此分享「家的味道」、創造獨一無二的「幸福的滋味」，家庭教育中心在未來的第三季「代間傳承季」和第四季「幸福婚姻季」也會持續推動多元化家庭活動，鼓勵每個家庭在忙碌之餘，安排親子共同休閒或運動，拉近家人之間的距離，讓全家人一起運動樂活GO！希望大家能於日常生活中「珍愛-家庭優良傳統與美德，創造-家庭幸福與分享機會」。

