

行政院新聞局出版事業登記證局版台誌字第一六八二號
中華郵政北台第三七六一號執照登記號碼為雜誌交寄

穀保青

復刊第二十期

校刊非賣品

地址：新北市三重區中正北路560巷38號
電話：02-29712343、29813221

• 發行者：嚴英哲 • 主編：邱曉欣、王丁可、謝旻桂 • 美編：徐麗娟 • 策劃：陳素瑜、郭鳳玉

印刷：演色印刷事業有限公司 地址：台北市羅斯福路二段68號12樓 電話：02-23278022

捷報 新北第一 全國技藝競賽 大放異彩

103學年度全國技藝競賽
穀保家商榮獲3金4優勝佳績

〈本刊訊〉103學年度家事類、商業類全國技藝競賽，是全國職校的年度盛事，各方好手無不摩拳擦掌，蓄勢待發，本校在指導老師及選手們長時間的培訓、淬煉，終於在全國競技場上擊敗群雄、大放異彩，其中，家事類美髮組蔡育容同學，在洪采婷老師的指導下榮獲「金手獎」，及新北市排名第一的殊榮，餐飲科的烘焙選手陳輝航同學則由李淑卿老師的指導，而資處科江星誌同學由徐麗娟科主任指導，二職類競賽成績均獲得全國第四名佳績，優異表現，實屬難得，全校師生都為他們的表現感到驕傲！

穀保家商餐飲科近年在各項競賽中屢獲佳績，葉智偉老師參加德國盧森堡2014盧森堡世界盃國際廚藝大賽Villeroy & Boch Culinary World Cup in Luxembourg 亦榮獲果雕組個人賽金牌，不僅是本校師生的榮耀，更是舉國同歡的喜訊。

103 學年度全國技藝競賽-商業類

網頁設計全國第四名金手獎：資三仁 江星誌；指導老師：徐麗娟
烘焙食品全國第四名金手獎：餐三勇 陳輝航；指導老師：李淑卿
中餐烹飪優勝：餐三誠 陳學仕；指導老師：楊淑媛
商業簡報優勝：商三智 吳佩吟；指導老師：阮如暖
商業廣告優勝：多三仁 葉奕呈；指導老師：陳夢華

103 學年度全國技藝競賽-家事類

美髮組金手獎：美三智 蔡育容
指導老師：洪采婷
美顏組優勝：美三勇 呂芳奇
指導老師：許寧佳

技優升學 獎金豐厚

〈本刊訊〉102學年度資料處理科畢業同學，透過技優升學管道，共五位同學考取公立大學資訊管理系，獲頒共十萬元獎學金，成績斐然。

學長姊勉勵學弟妹們在校應把握學習機會，考取各項專業證照、參與各種專業競賽，並熱情支援各項服務工作，累積個人成果，升上公立大學夢想終將得以實現。



國中技藝班直升入學獎學金頒獎

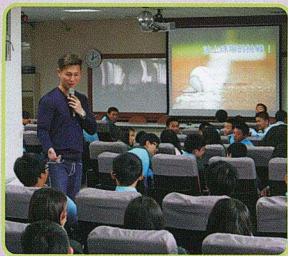


【本刊訊】本校長期與新莊、三重、蘆洲區國中合作辦理國中技藝教育課程，國中同學至本校接受技職教育課程，進行學習興趣探索，做為升學選校選科之參考，為鼓勵國中同學就讀本校，特別設立就讀本校國中技藝課程同學直升入學獎學金，103學年度國中技藝班直升穀保家商的學生共有108位，每位學生可以獲得8000元獎學金。

▲ 校長於朝會時間頒發國技班直升穀保獎學金

運動員職涯講座

〈本刊訊〉為了讓本校體育班學生了解運動職涯脈動，本校特別於12月10日邀請傑出校友統一獅高志綱先生及中信兄弟象投手教練林恩宇先生返校跟學弟妹分享。透過講座與對話，學弟妹收穫滿滿並能思考如何增加自我能力，規劃自己的生涯方向，邁向理想。



穀保盃運動會 大家一起動起來



〈本刊訊〉為了鍛鍊學生健康的體魄，透過運動的過程可以學習互助、合作、尊重、公平競爭的精神，培養品德及促進人際關係，本校於10月24日在三重綜合運動場舉辦穀保盃運動會。

運動會由蘇孜如董事長及嚴英哲校長主持開幕典禮後熱烈展開比賽，當天風和日麗，讓學生都能盡情展現平常練習的成果，個人競賽項目，各個磨拳擦掌的想要突破運動會的最佳成績，200公尺競賽有兩位同學跑出25秒78與25秒87，紛紛打破紀錄。趣味競賽更是歡笑連連，老師們也熱情響應此次運動會，帶領同學一同參與趣味競賽有高一三人四腳、高二跳布袋、高三滾動時代巨輪，讓學生在遊戲中體驗團隊合作的重要性，並培養運動家的精神。

適度的運動也可以提高學生的學習效率，而強健的國民更是國力強盛的基石。運動會在歡樂氣氛中圓滿結束，同學充分展現出豐沛活動力及豐碩成果。成功的背後，苦練是必然的，而人格的培養更是不可或缺，更難能可貴的是此次活動獲得社區民眾極大的好評及迴響。

運動競技誰與爭輝—體育班 鋒芒畢露

棒球隊：

103年金龍盃全國青棒錦標賽-第四名
第11屆東高盃全國青棒錦標賽-第三名
2014年巨人盃全國青棒錦標賽-第三名
2014市長盃青棒錦標賽鋁棒組第一名
2014市長盃青棒錦標賽木棒組第一名
2014年東高盃全國青棒錦標賽-第三名
2014第一屆立德盃青棒錦標賽-第三名
103學年度高中棒球聯賽鋁棒組晉級16強

籃球隊：

103年台北市全國中正盃籃球錦標賽-第六名
103年全國中正盃大學暨中學校際籃球賽-第二名

田徑隊：

103年臺北市秋季全國田徑公開賽
鄭淇鴻-110公尺跨欄第四名，400公尺跨欄第一名

103年全國中等學校田徑錦標賽

鄭淇鴻-110公尺跨欄第五名，400公尺跨欄第五名

103年台北市中正盃田徑賽

林明杰-鐵餅第四名

新北市103學年度第1次中學田徑錦標賽

謝瀚儀-跳遠第六名，陳偉謙-110公尺跨欄第六名，林明杰-鐵餅第七名、鉛球第七名、標槍第八名

新北市103學年度田徑基訓訓練站區域性對抗賽暨

第2次中學田徑錦標賽

林明杰-標槍第五名，鄭淇鴻-110公尺跨欄第一名，400公尺跨欄第一名，陳偉謙-110公尺跨欄第六名

高爾夫

渣打全國業餘高爾夫2014十月份北區分區月賽
施柔羽-女A組第二名

其他體育班競賽成績資訊請上校網體育班專區查詢。

日本富里高校 國際教育旅行交流



球等，獲得日方學生熱烈的迴響。感謝策略聯盟學校城市科大會場展覽學程的學生當日支援翻譯工作，讓課程及活動進行得更流暢。

美麗的校園、有趣的課程與親切熱情的接待，是我校多次接待日本交流團體的優勢。每次接待日本高等學校，除了課程及技術的交流之外，更期望透過多元化的校際接觸，拓展本校師生的國際視野，開闊學生胸襟，以達全人教育之目標。

校園職涯講座—國際扶輪社無私傳承



傳承與分享，讓所有參與活動的師生們印象深刻且充滿感謝；亦期盼高三的學長姐在聽完這場諮詢講座後，在未來的職場就業能更加順暢！

傳承--103學年家長會長交接



副會長—陳莉鈴小姐、方正莉小姐、李雅鈴小姐、江素妃小姐、李青峰先生、黃芳玲小姐、王淑瑩小姐、王家盛先生、但唐婷小姐。

〈本刊訊〉103學年家長會長代表選舉大會於10月17日（五）晚上召開，今年家長出席踴躍，討論議題及提問均十分關切食安問題，校長也回應家長，孩子在學校用餐請家長放心，學校會做好嚴格把關，讓孩子吃的開心，家長也能放心。新舊任家長交接典禮並於11月06（四）假三重京樺國際宴會廳舉行。

會長—施錫發先生

迎向陽光、活力進學 高二活力健康操比賽



〈本刊訊〉為展現學生活力健康的身、心、靈，凝聚團隊向心力，本校高二學生利用基本健康操的要領與技巧，巧妙編舞，將創意美感融入其中，各班學生運用空檔時間揣摩練習，設計出精湛富創意的活力健康體操。

比賽評選出優秀隊伍、最佳創意、最佳造型及精神總錦標，並頒發錦旗、獎金作為獎勵。校長嚴英哲勉勵青年學子透過課外活動，紓解課業壓力，發揮創意，讓學習更有特色，生活更加充實。蒞校的家長委員及貴賓們看見年輕學子喊著熱情的口號，青春的臉龐洋溢著自信與光采，活力進學的精神十足展現，都給予高度的肯定。獲獎班級請參考穀保網站

敬師活動—溫馨奉茶 感恩、尊重、愛



〈本刊訊〉9月27日敬師禮讚活動由慈濟三重區秀盆師姐等七位師姊，引導學生代表端著茶盤肅穆地走到嘉賓及師長面前，行奉茶之禮。師姐並開示請師長細細品嚐，要輕飲三口：第一口心發好願，第二口口說好話，第三口身行好事。以「感恩、尊重、愛」為主軸的敬師活動及奉茶禮，希望孩子能在人生的旅途上，更懂得感恩尊重，並留給師生一個溫馨且感動的回憶。

夜來夜有活力 進校體育週 各顯神通

〈本刊訊〉10月16~30日為進修學校之體育週。本學期比賽項目有：大隊接力、三對三籃球及趣味競賽。大隊接力比賽各班充份發揮團隊精神，各個無不卯足全力，爭取最高榮譽，其精神可佩；趣味競賽有大籠球、闖關活動，考驗著學生的跳躍能力與耐力。運動場上同學們不計形象，奮力闖關的各種姿態，讓夜晚的校園更是笑聲不斷，增添不少趣味。

各項比賽成績如下：

3對3籃球比賽(男子組)：冠軍：型一智A組、亞軍：資三智B組、季軍：餐二仁組、殿軍：餐三仁A組(女子組)：冠軍：型一智、亞軍：資三智

全校大隊接力(混合組)：第一名：資三智、第二名：餐三仁、第三名：餐一智

(女生組)：第一名：型一智、第二名：資三智

趣味競賽大籠球(男子組)：第一名：餐一仁、第二名：餐一智、第三名：餐三仁

(女子組)：第一名：觀二三智合班、第二名：型一智

趣味競賽闖關活動(男子組)：第一名：餐二智、第二名：餐一仁、第三名：餐三仁、第四名：資三智

(女子組)：第一名：型一智、第二名：美二智

乒出勝利 班際高三桌球比賽



〈本刊訊〉桌球的特性在於在短距離的球桌上，小球來來往往，眼睛的焦距也就這麼跟著遠遠近近，對於視力有極大的幫助。其次，也由於球桌距離短，打球所需要的反應也較其他運動要快一點，所以在反應上的訓練也頗有助益。本學年度高三班際桌球比賽，經過一段時間激烈廝殺，勝出的隊伍是：

男生組：第一名：多三仁、第二名：餐三禮、第三名：商三仁

女生組：第一名：商三仁、第二名：餐三仁、第三名：觀三勇

團結力量大 高一拔河比賽

〈本刊訊〉拔河比賽為新生班級展現向心力的重要活動，利用開學至今短短一個月的時間，大家努力適應學校環境，培養和同學、老師之間相處的默契，漸漸凝聚起班上的信任感，有部分班級更報名2-3組，越接近決賽，賽程更為緊湊，形成今日晉級，明日再戰狀況，無法充分休息，但導師都能帶領各班積極配合，且學生各個全力以赴，準決賽可說是勢均力敵，四強實力均在伯仲之間，今年混合組及男生組均由餐飲科囊括前三名，餐一義更包辦混合組及男生組的一、二名。

103學年度高一班際拔河比賽優勝班級

混合組：第一名：餐一實、第二名：餐一義、第三名：餐一勇

男生組：第一名：餐一義、第二名：餐一誠、第三名：餐一仁

女生組：第一名：型一智、第二名：型一勇(7隊取2名)



寫給夢

美二智 王雅萱

多麼眷戀在你的世界，多麼希望你不會離去，多麼渴望將你緊緊抓住；早已過了與你相伴的年紀，也未曾珍惜擁有你的時光，驀然回首，才發現沒有你的夜晚，是如此的艱難。午夜難眠、心煩意亂，寂靜的世界酣然入夢，我卻秉燭夜讀，奮筆疾書，才發現，究竟有多久，未曾有你相伴；過去，在你的擁抱中入眠，而今，望著漆黑的世界了無睡意；過去，滿腔繁雜的情緒在你的擁抱中消散，而今，只能雙手緊扣瑟瑟發抖；過去，與你同遊異界奇境，拋卻凡塵煙囂，而今，千頭萬緒皆在筆墨，曾經的天真幻想，已然消散。年歲漸增，夢想漸減，猶如行屍走肉般，過著周而復始的日子。

日漸長，夜漸短，真正入眠的時辰也不過一、二，但即使闔眼，面對的也只是更加寂靜的黑暗。多想再花點時間將你尋回。沒有你的日子，一切如同修羅戰場，只有黑與白交織的世界，吞噬了曾經逐夢的腳步，那日日盼著你的清澈雙眸，曾幾何時，也已混濁？

眸中的世界染上黑暗、心中的夢想蕩然無存，已不敢繼續奢望；身上的枷鎖日漸繁重，向前的腳步赫然停止；世俗的眼光如此多餘繁雜，卻又如此犀利重要；緊皺的眉心、破碎的呼吸，仍掙不開這影子般的束縛；在這緩慢崩塌的世界，我只奢望，也只敢奢望，片刻的安眠，僅此而已。

最特別的客人之一

餐三禮乙 陳琮仁

我的店家在遠東百貨的美食街，總能在廚房聽聞外場人員閒談傳奇的客人，像是外國人的語言糾葛、因宗教信仰的傳教衝突……。但再怎麼特別，也比不上那位傳奇人物，人稱：朱記粉絲。

有這麼一位老先生，從朱記寶慶店開幕的第一天，他就來吃牛肉餡餅。重點是他只點牛肉餡餅，其餘免談，而且特定的日子一定出現，那就是我們店的開幕日。最初我聽了只是半信半疑，沒料到真的被我遇見。

那天已經快要下班了，外場菜口突然喊道：「還有一位客人喔！」這意外的突襲讓內場慌了起來，我們連瓦斯都關了啊，現在再開，無論做什麼都得等好久。我望向主管等候指示，只見主管凝視著菜口外的客人道：「立刻把瓦斯開啓，對方可是朱記的粉絲，一定要做出牛肉餡餅才行。」「噢？老先生還沒點餐，怎麼立馬就能斷定他要牛肉餡餅呢？」我懷疑著。平常煎一個餡餅要十五分鐘，現在再加熱煎起碼要二十五分鐘啊！更無言的是，內場老師傅此時從菜口放話：「吃什麼吃啊？還點什麼餐呢？我要下班了。」語畢立刻轉身不見蹤影，這時換外頭的老先生放話了：「老師傅下班了？我的牛肉餡餅怎麼吃啊？」當時店裡主管已經站在煎爐前，言下之意，主管的技術直接被考官看扁……。於是外場傳來一陣爆笑，唯獨主管不動聲色專心看著煎爐上滋滋作響的餅。

原本以為事情就這麼結束了，我們又關了瓦斯。不料「朱記粉絲」竟又追加了一顆，這下至少要再耗掉三十分鐘。這不是正港「朱記粉絲」是什麼？而且還是「牛肉餡餅」的忠實粉絲呢！

之二

餐三禮乙 黃士恆

做服務業，一定會遇到許多特別的客人！他們的類型如下：沉默淡定內斂火爆個性型、外向喇賽大嬌型、專門製造神回覆型、根本來亂連錢都沒帶就想白吃型……。為什麼說這些客人「特別」呢？接下來讓我一一介紹。

所謂「沉默淡定內斂火爆個性型」呢？那是一位每次吃飯都很淡定不說話的客人，我們都以為他個性超好！結果有一次他跟師傅講話，我在旁邊聽都覺得講話超噏的！沒想到他那麼斯文淡定的臉孔，竟能說出那麼傷人的話！另外「大嬌」呢，其實就是很會跟我們喇賽而已，特別之處是她竟然是穀保畢業的，聽說她才知道原來穀保是高中，在她畢業後才改成家商，說實話，還真有種莫名的親切感。「神回覆型」呢？其實就是講一些令人匪夷所思的答案，總能讓我們思考很久。例如有一次，結帳時我問：「請問今天的餐點您還滿意嗎？」他竟回：「還可以！不錯滿意。」客人走了，我還在想：所以他的意思是好還是不好啊？...「白吃型」就不用多解釋了，那是一位大嬌，吃完才說沒帶錢！當然是叫警察來把她帶走，那是整整19盤啊！事後家人再來幫她付錢，之後她還是會來店裡消費，最高紀錄一天來七次。

所以，在服務業真的不用擔心會太無聊，總是有稀奇古怪的客人上門來找你！

餐一誠，一個都不能少！

餐一誠 張哲瑜

秋高氣爽的好天氣裡，此起彼落的腳步聲及歌聲，充滿在整個校園之中，高一的愛國歌曲比賽練習，悄悄地進行著，汗水灑落，操場上的班級各個都投入練習，也包括我們餐一誠班。在此時，團結，很重要，不時會聽到許多班級的爭吵與玩鬧，但愛國歌曲的練習是艱辛的，團結合作的默契，在一個班級裡，是最重要的地位，嚴肅，剛直，安靜……充滿精神抖擻的答數聲，震撼了整個校園，只有努力，才會擁有成果。

回想起那段團結的日子，每一個人的力量都不能缺少，因為我們是一個團體，少了誰都不可以，過程中，辛苦的是每一個人，但，在練習的過程中卻發生了意外的插曲，自私在其中拉扯，只顧著自我。沒有一個人的汗水是可以白費的，可是，卻有人想要放棄。必須以認真的態度，看待這些事情，過程的爭吵，是必然的，也可能說是，我們還不懂事，玩心逗引著我們，有時總是把愛國歌曲當成一場遊戲，但這不是遊戲，做任何事就該做好自己的本分，看著時尚造型科，每天都淌著汗水練習再練習，再看著我們自己，到底付出了多少？可能我們付出的時間不夠多，但，我告訴過自己，我們不能輸，要向遠方看，繼續往前衝，可以不要覬覦任何名次，但我們一定要盡力。

這一次，可能是一生一次的愛國歌曲，之後可能無法再像這樣子，大家一起團結，一起做同一件事情，歡笑淚水，一起度過，謝謝有你們，沒有大家的努力，也不會有今天愛國歌曲的成果，餐一誠，加油，我們會更好！

想念的季節

資一仁 陳麗婷

我把手機輕輕關上，心情突然覺得好低落，一種惆悵的感覺湧上心頭。淡淡的，卻又揮之不去。

還記得我們從相遇、相知、相依到相守，我們有過無數的故事。有過歡笑；有過悲傷；有過爭吵；還一起幹過無數的蠢事……。

不記得從什麼時候開始，我們無話不談，有了共同的愛好，我們會一起裝病逃課，一起看帥哥美女，一起聊八卦、想未來。我們都愛看小說，我喜歡悲劇，你喜歡虐心。其實可以說是半斤八兩，但你總是會說「你這個可怕的女人」，那我一定會回嗆「你這個狠心的女人」。

你在別人眼中一直是很好、很乖的好孩子，我知道你不是，但我不知道你會為了我而去破壞那個形象。那一次，你為了袒護我不被別人欺負，你大發雷霆的跟別人吵架。「好孩子」你知道嗎？那時的我多麼想哭。多想上前緊緊的抱住，不放開，一定不放開。可是，我沒有。

我以為我們可以在一起一輩子，可是現實半路殺出個程咬金，把我們活活的拆散，如今我們的交流只是冰涼涼的3C產品，冷清清的文字，幾乎一個月一次的交流，這就是我們之間現在的感情嗎？過去，我們一個眼神就可以知道對方的想法，而現在開口只是「最近怎麼樣？過得如何？」

也許時間可以沖淡一切，但是我依舊無法忘記你。

想你，總是在一個又一個寂寞的深夜。我一直在等待，等待著我們重逢的那一天，親愛的「好孩子」你是我最美的相遇。

想你，在想念的季節；等你，在每一個平凡的日子裡。

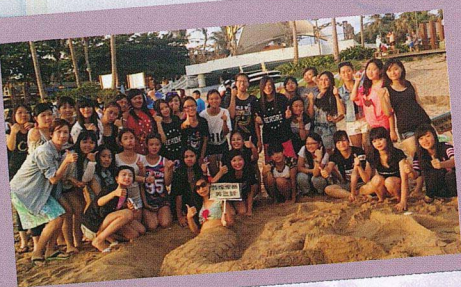
想你，就在剛剛，我又想你了。

思慕

多一仁 陳玟吟

眩目的陽光，瀰漫著令人窒息的空氣，聲嘶力竭的蟬鳴，回憶讓畫面重疊。記憶慢慢地流逝，一點痕跡都不留，回首往事，只剩自己還傻傻的去在乎。那段純粹且快樂的時光，心裡那份單純的情感，只期盼再次與你相遇。我重拾回憶，揹起行囊繼續走下去。蟬聲依舊刺耳，炫目的太陽高掛天空，視線耀眼模糊，只因眼中泛著光的淚水。

畢旅精彩花絮



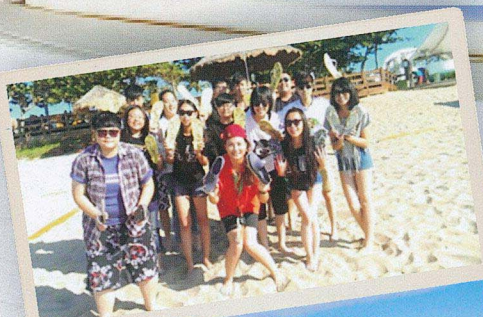
驚艷連連的這趟畢旅不只是一趟旅行，更是一趟屬於我們生命過程中永久的共同記憶。
——商三智



夏都的海邊，讓我們戰勝躲避球的廝殺，水槍的射擊，還有人魚的沙雕，贏得一場漂亮的勝利，連彩虹也為我們祝賀。
——美三智



那些年一起追男孩的兔兔們。
——美三仁



充滿回憶的畢旅，保有那年純真的我們，美好的回憶，祝福大家友誼長存。
——餐三仁

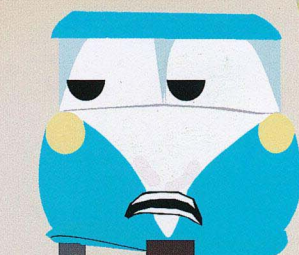
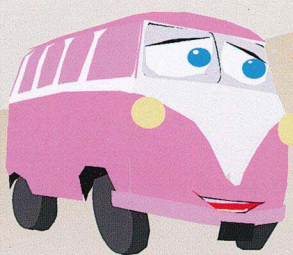


我們這一班一青春！無敵！花美男！
——美三禮

小胖卡命名活動

每天早上一踏進穀保校園，迎面而來的就是一對璧人似的小胖卡。他們是餐飲科的兩部餐車，平日在校園為大家服務，一有活動又在各大校園巡迴演出，是最受歡迎的主角。但是，我們始終未予他們正式的稱號。於是，我們發起了小胖卡「命名」活動，即日起至104年1月1日，只要有好的意見，請填寫各班的命名單，並註明班級、姓名、座號，我們將由班聯會代表票選出最適合他們的名字。結果揭曉，將於結業式公開頒發感謝狀及精美禮品一份。請大家踴躍提供意見給他們倆最合適的名字喔！

圖片繪製 多三仁 吳有嫻



親愛的！
你一定要給人家
一個名份啦！

畢業的前奏

餐三仁 李定達

「讀萬卷書，行萬里路」，讀書生涯中必然需要文武雙全，高職生涯即將結束，最後令人期待的活動「畢業旅行」也隨著日子一天天近了，到了當天每個人抱著雀躍不已的到了集合地點，準備展開四天三夜精彩的旅程。

台灣很大、很美，但平時我們有多少時間及機會欣賞？可能也只有此趟旅行可以，這四天我們走了南台灣，包括最美麗的港都——高雄，台灣最南端——墾丁鵝鑾鼻，以及位於中部的劍湖山世界。

在高雄，擁有人情味和港灣，那高掛的太陽，如同此刻的心情，無比熱血，興致高昂的氛圍中，讓彼此如家人般歡樂。在墾丁，無垠的海岸，廣闊的山岩，屹立不搖的聳立在岸邊，彷彿走入夢幻世界中，壯麗的氣勢，讓心靈不再狹小，晚會中看見全場的熱情，忘卻了所有疲勞及煩惱，盡情的為大家加油，最後一天的劍湖山世界，和大家快樂的遊玩，所有的不愉快都拋在腦後。

光陰似箭，歲月如梭，四天三夜的行程在歡笑中畫下句點，雖然不長但已經足夠讓回憶在高職生涯中增添更多色彩，有了畢旅燦爛的尾聲，也表示著即將迎接我們的是另一階段的開始，在那之前，天下無不散的筵席，畢業典禮將是我們分開的時候，讓我們更珍惜這僅存的兩百多個日子，用像鵝鑾鼻燈塔，屹立不搖的為討海人引路那樣——照亮身邊的人。讓你我在畢業前，看見更多的美好。

萬聖節 之大家一起來搞鬼

時尚造型科萬聖節深秋藝術饗宴 特效化粧暨各科變裝秀

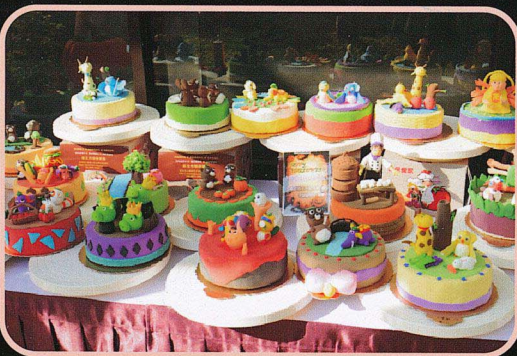


時尚造型科於10月29日在校內擴大舉辦萬聖節特效化粧比賽。今年除了時尚造型科三年級參與外，另由時尚造型科一、二年級及其他科同學共襄盛舉展現變裝秀，並邀請各科參與盛會，規模驚悚更勝往年。時尚造型科三年級學生將平日所學「人體彩繪」特殊化粧技術具體應用於模特兒身上，學生為此活動全力以赴。校長嚴英哲表示：時尚造型科舉辦此萬聖節特效化粧及變裝秀活動，是希望藉此讓學生了解中西「神鬼文化」之差異，並藉特效化粧技巧，鼓勵學生勇於創新求變、靈活運用各種彩妝素材於造型設計上，培養學生團隊精神，體現為一種「藝術創作」之美。

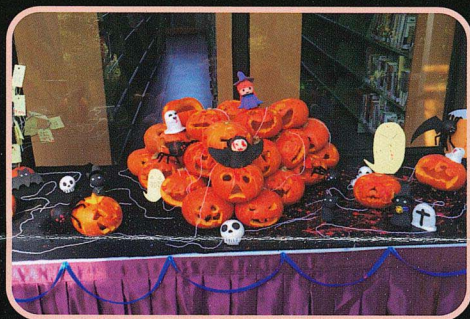
今年的主題「深秋藝術饗宴」延續往年受到熱烈迴響的校園踩街，由出神入化的化粧技術使原本寧謐無聲的校園頓時尖聲此起彼落，深具舞台效果，讓現場浸淫在驚悚恐怖的氛圍中；在座評審與觀眾無不瞠目結舌、驚駭如臨鬼域！比賽進入最高潮時，從空中灑下繽紛七彩糖，為整個活動製造意外驚喜，也暖化了凝結許久的顫慄氣氛。

為鼓勵學生的熱烈參與，今年除了專業評審外，更開放科時尚造型一、二年級同學、各科科聯會及老師們投票，票選出最具創意效果的前五名模特兒及佳作，各頒發獎狀與獎勵金，本活動於歡聲雷動的頒獎儀式中畫下完美句點。

餐飲科參與萬聖節盛會



餐飲科參與萬聖節盛會。一年級學生，將其果雕作品展示於本校圖書館步道，設計成金色南瓜步道，展現出果雕作品的新風貌，此外，二年級學生彩繪蛋糕作品亦一同展示，充分表現出餐飲科時尚美學之藝。



餐飲科魔手雕果充分展現時尚餐飲

暗夜一觀光科出動

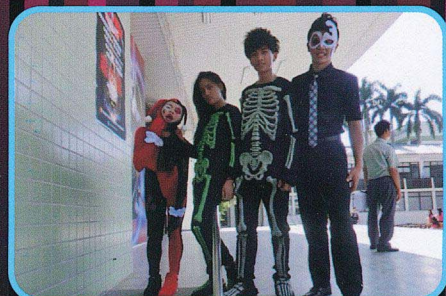
華麗吸血女管家 & Happy Party

恐怖的色彩潛藏於人們心中，觀光科的同學們以華麗的女管家及一連串的狼嚎開場，並以一齣花式調酒和俏皮的舞蹈揭開萬聖節活動序幕，共創Happy Party的盛會。



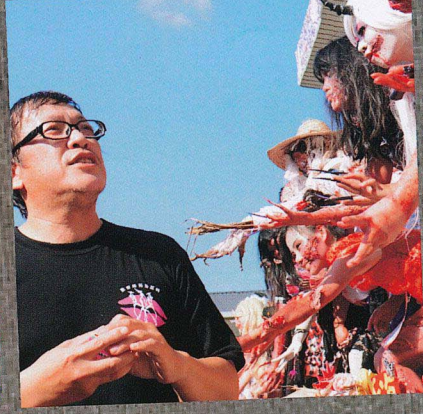
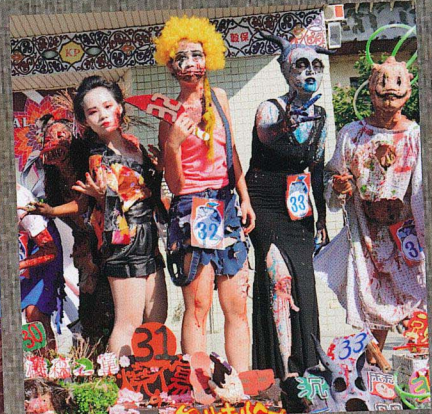
資處恐怖電影院—嚇不停

資料處理科首度參與萬聖節系列活動，推出「恐怖電影院」，由三年級同學負責播放，展現多媒體設計課程剪輯恐怖影片成果，並將圖書閱覽室改造成「恐怖電影院」，資處科聯會服務同學並化妝成厲鬼引導參觀，現場心跳指數一百，驚聲連連。



多媒體設計科魔界幻影

多媒體設計科，首次參與萬聖節活動即推出影像合成海報幻影。躍動於海報上的萬聖節氣息，來自魔界的群魔亂舞，會怕，就離遠一點……



階梯式建教班 V.S 餐飲界龍頭

〈本刊訊〉本校自104學年度起新招收餐飲科階梯式建教合作班，高一、高二在校修讀課程、高三在職場實習專業技能，並與餐飲業界知名集團—「三井餐飲事業集團」簽約合作，高職畢業後可銜接大學學程並繼續於三井集團實習，訓練內容扎實，可說是七年一貫職場技術精煉的好選擇，歡迎國中畢業有志青年報名就讀。

為遠行提前準備，讓夢想升空

〈本刊訊〉進修學校每年都在高三下學期進行的大專院校參訪活動，預計這學年將提前至上學期第二次期中考後進行，目的就是要讓即將畢業的學生能夠提早認識大專院校的環境及學程，到三年級下學期畢業考之後，再安排就業升學輔導講座及大專院校入班宣導，讓學生可以更深入的了解各校的招生現況，以確定自己的方向及目標，避免高三學生到下學期報名選填志願時不知所措和迷惘，也讓高三學生可以提前立定志向，在確定升學或就業之後，能更定心定性的完成學業，順利畢業。

親職教育日 創造愛與希望



〈本刊訊〉103學年度「親職教育日」於9月28日星期日舉行。當天上午由輔導志工在校門口以親切燦爛的笑容迎接家長，帶領家長至各科座談會場，家長聽取各科簡報後，再由各班協助同學引導至班級教室收看校長以及家長會會長歡迎致詞，並進行親師座談。一年級各班，共計有264位家長參與本年度親職教育日活動，對學校有更進一步的瞭解，並達成良好的溝通與交流，整個活動在親師溫馨融洽的互動中圓滿結束。

「生命教育週」讓生命因為「愛」而有所不同

〈本刊訊〉輔導室於10月16~22日展開「生命教育週」系列活動，活動內容包含「傳愛點唱機」歌曲點播、「生命教育影片欣賞暨座談會」、「Henna身體彩繪—探索自我工作坊」、「玩牌卡談談心—情緒覺察工作坊」以及「身障守護天使—志工訓練營」等，感謝校長、各處室主任以及全校師生的支持與踴躍參與，讓午餐時間的傳愛歌曲點播為校園帶來溫馨的氛圍，也讓參與各項活動的同學，對自己的生命有更深的覺察、體會、愛與接納。

輔導志工社注入新血 新進志工甄選



〈本刊訊〉輔導志工社招募新血囉！這學期輔導志工社員們不但進入高一各班進行招生宣導活動，也利用了三天中午時間分組進行新志工面試甄選作業，輔導室感謝高一導師及輔導股長踴躍推薦同學參加甄選，本學期總共有82位同學報名，最後選出22位新進志工加入輔導室的行列，希望未來的日子裡，透過輔導志工們的訓練及努力自我成長，可以協助輔導室的老師們將更棒的活動推廣到校園裡。

實習處104年度即測即評辦理時程

梯次	受理報名時程	學術科測試及發證時程(起)	辦理職類項目
1	01/05~01/09	02/13	1.丙級_烘焙食品：麵包 2.丙級_會計事務：資訊 3.丙級_網頁設計
2	03/02~03/06	04/11	1.乙級_電腦軟體應用 2.丙級_中餐烹調：葷 3.丙級_電腦軟體應用 4.丙級_西餐烹調 5.丙級_飲料調製
3	05/18~05/22	07/01	1.丙級_電腦軟體應用 2.丙級_網頁設計 3.丙級_視覺傳達設計 4.丙級_飲料調製
4	06/17~06/21	08/01	1.丙級_中餐烹調：葷 2.丙級_烘焙食品：麵包 3.丙級_飲料調製
5	10/26~10/30	11/28	1.乙級_電腦軟體應用(150人) 2.丙級_烘焙食品：麵包 3.丙級_飲料調製

電話：02-29712343#610、602 報名時間：09:00-12:00、13:30-16:30【例假日及國定假日不受理報名】

高一愛國歌曲比賽

〈本刊訊〉為傳頌愛國歌曲，提昇班級向心，呈現本校活潑高昂之士氣，特於11月11日舉辦愛國歌曲比賽。全程比賽非常激烈，第一名及第二名相差不到3分，比賽結果由型一仁班得到第一名，第二名及第三名分別為型一智班及餐一智班，精神總錦標獎亦由造型特殊又用心、充滿活力的型一仁班獲得。評審一再表示，每個班級都展現精神抖擻、充滿活力與創意，但不得不評定些許的差異，有名次的差別，然同學的表現依舊是瑕不掩瑜。

從比賽中可看出同學平日訓練辛勞，彰顯出同學達成任務的決心及精神。當然比賽總有輸贏，比賽的目的不只是為了爭名次，而是希望透過比賽的過程中，訓練同學的儀態、養成良好紀律、凝聚班級向心、強化班級經營等等，對於學生管理及自我成長將有大的助益。最後，校長勉勵同學做任何事都要像今天一樣全力以赴，共同為穀保家商爭取最高榮譽。

美學紮根，文創種子—多媒體設計科，未來設計師搖籃

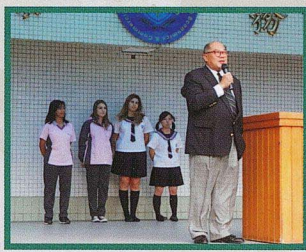


多媒科素養水墨畫：歡樂叢林

多媒科素養水墨畫：水鄉寄意

〈本刊訊〉多媒體設計科二年仁班素養，參加新北市103學年度北區學生美術比賽榮獲美術組別類，水墨畫類及版畫類兩項佳作，指導老師陳夢華老師。得獎作品水墨畫類：水鄉寄意；版畫類：歡樂叢林，從國中技藝學程即參與設計群的素養同學，進入本校多媒科就讀後，連續兩年皆積極參與全國美展比賽，未來這一年的學習，絕對可以累積更多美學能量，也希望帶動學弟妹，共同營造多媒科更豐厚的文創氣息。

校園英語情境 外籍生實境演出



〈本刊訊〉外語學習的風氣是本校極力推動的目標之一，除了基本學科的加強外，增進學習氛圍以融入生活是努力的方向，故自102學年度起，陸續進行相關活動，原已實施之校園英語情境上台背誦活動，今年適逢四位國際交換學生的加入，於是利用10月23日朝會，邀請高國益師現場指導，由老師以英文發問，外籍生則以中文回答，現場氣氛熱絡。期盼外籍生主動積極的學習態度，能感染本校學生學習外語的熱情！

大手拉小手~原鄉服務之旅



〈本刊訊〉10月25日、26日本校與博幼社會福利基金會合作辦理為期兩天的宜蘭縣大同鄉服務之旅。同學們設計各項職探課程(美容、飲調、多媒體設計等)，帶領著原鄉部落的孩子學習體驗，提供孩子試探學習的機會。藉由服務過程，不僅從中自我成長，培養人文關懷、感恩的心，也建立了正確人生觀及價值觀。

綜職科知性增能之旅 手信坊、糕菲膳

〈本刊訊〉綜合職能科於103年10月15日舉辦校外教學，實地參觀土城手信坊文化館，不僅讓同學們瞭解其觀光工廠的作業環境、發展歷史及精緻文化，更體驗日式和菓子DIY的創意與樂趣，再加上外觀打造極具巧思的日式建築、道地場景擺設，讓同學們流連忘返外，也拍下許多照片留念。中午則至土城糕菲膳庇護工場用餐及參訪，店內氣氛優雅，是一個結合社區將愛延續的工作坊，大夥與店內的工作人員互動融洽，尤其分享受輔人員在店內、外的付出及其認真努力的服務態度，更是值得同學們學習的好榜樣。



綜合職能科師生於土城糕菲膳庇護工場

領團解說一把罩 第二屆 KP 解說隊訓練營開跑



〈本刊訊〉三年前集訓了KP解說隊後，今年又再振旗鼓，重出江湖。本次解說隊活動僅辦理一天，雖小巧而扎實，課程中更添活動的多元化，由各班推選活潑進取的菁英隊，訓練活動在10月4日辦理完成，課程以校園環境進行解說訓練，以室內模擬靜態及戶外的團康設計，學生無不展現高度學習熱忱，收穫滿溢。同學們滿心期待下一個於寒假辦理的集訓日程，希望能充實自我內涵，畢業後成為獨領風騷的專業領團人員。



廚藝美學 時尚餐飲



▲王品盃托盤大賽，表現優異 2014年參加高雄易牙美食節活動，承繼易牙祖師廚藝之香火。而為推廣地方傳統美食，餐飲科教師帶領學子參加2014年桃園客家菜包比賽，榮獲第三名。第八屆王品盃托盤賽，甄選一年級新秀出賽，表現亦相當出色，獲得各界好評。

餐飲科目目標為高級餐飲市場，故積極培育優質人才提供市場所需。104年度推出餐飲科特色招生，廣招對餐飲有興趣的優秀學子。未來三年餐飲科將不斷翻轉，將以成為北台灣餐飲學校之最為指標。



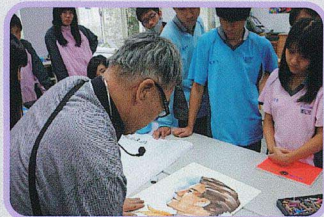
▲餐三誠-陳學仕、餐三勇-陳輝航及汪裕倫參與桃園菜包比賽榮獲第三名

大師傳承，彩繪希望 手繪麥克筆專家現場示範教學



王健副教授與黃俊良助教以及與會師生合影

〈本刊訊〉多媒體設計科舉辦「手繪麥克筆專家諮詢活動」，講師為任教於北科大工設系王健副教授，有「臺灣麥克筆海報之父」的王健老師，首先進行現場示範教學，並贈予本科才剛出版的《麥克筆、點金術》一書，與會同學全神貫注於老師示範的三個手繪麥克筆絕招，獲益良多，下半場進行商業廣告選手作品評圖與新一代設計展評審等經驗分享，希望經由大師的傳承，彩繪多媒科更璀璨的無限未來。



王健副教授現場示範麥克筆，學生專注認真



商業廣告選手及電腦繪圖選手打氣加油！