



快訊 2016-17

編輯成員：
薛鳳鳴校長
溫衍超副校長
張雪芬老師
尹紹光老師
區潔瑩主席
鍾名嚮編輯

盧景笙副主席
謝寶麟先生

e-mail:pta@bstwlmc.edu.hk

Website:

http://www.bstwlmc.edu.hk/pta/index.html



主席的話

區潔瑩主席

轉眼間，時光匆匆流逝，不知不覺已在沙呂小生活了八個年頭，過去每年的新學年見到小一學弟妹加入，另一面小六的學兄學姊離開校園踏上中學路繼續學習，進進出出好不熱鬧。但今年我也跟我的孩子一樣也「畢業了」，心中難免不捨，沙呂小經歷的點點滴滴為我帶來無限美好回憶，也讓我可以與孩子一起成長，一起學習。

過去，沙呂小上上下下也發揮著沙呂小精神內其中的一句：少為自己，多為人。今在這個「家」成長的孩子更有福，這個「家」到處充滿著愛，師長們對學生關愛有加、諄諄教誨，同窗之間相處打成一片、互相幫助，家長之間互相分享經驗、關係友好，還有很多家長犧牲自己時間回校服務，而在家教會方面，我們認同家庭與學校合作的重要性，我們彼此分享、幫助及配合，協助學校舉辦活動予家長及學生，包括：流感疫苗注射、義賣冬、夏季校服、升中家長分享晚會、小六升中模擬面試、年宵嘉年華、新春盆菜宴、試後敬師日活動等，容許我藉著此機會，感謝校長、師長及家長教師會的伙伴與我並肩同行，發揮團隊合作精神。

新的學年，新的開始，大家即將投入到愉快而又充實的校園生活中，在每一個全新的起點，每個人都會有一點期盼，你們的期盼是什麼呢？我的期盼...各位身為沙呂小的一份子的「你」在不同範疇去支援及支持學校，讓沙呂小這個「家」繼續充滿「愛」。





校長的話 薛鳳鳴校長

大家知道嗎？

世界上其中一種最巨大、樹齡最長的植物—紅杉樹，高達90公尺，重超過110萬公斤，樹齡更可長達3,000年。壯麗的紅杉可以如此雄偉和長壽，應歸功於其根深柢固。地底下的根部盤根交錯，深達3至5公尺，廣逾4,000平方公尺，因此才能負載高聳的樹幹和驚人的重量。

孩子成長同一道理，我們期望他將來成就多大，年幼時期的基礎就要多穩固、多紮實，而家庭就是最原始萌芽植根的起源地。試看，嬰孩張開眼睛，望見的不少璀璨生輝的世界，而是爸媽家人的一顰一笑、一言一語、一個表情、一個反應，這就是他的第一堂課，學習如何發出訊息、表達自己。故此，對每一個孩子而言，家庭比任何的專上學府更為重要。

校長最近讀了一本好書，名為【猶太媽媽—給孩子的3把金鑰匙】。眾所周知，猶太人做生意甚有天份，十分出色，成就斐然，而作者就是一位猶太籍的華人母親，她分享自身的成功經驗，指出培育孩子最關鍵的不是要他擁有多少知識技藝，而是生存力、意志力及解決問題的能力。因此，她的孩子自懂性以來，已學習成為家中一份子，有參與，有付出，有貢獻，方有權利，甚至八歲左右便開始管理自己的財富。孩子從小就在家庭生活中理解並履行權責，從履行權責中建立成就感，從成就感鞏固自尊，孩子會明白單單在家庭中，他已是不可或缺我一員，他是有價值的，孩子的「根」就是這樣生長、伸延出來的。

校長又認識一個韓國雙職家庭，育有兩子一女，年紀雖小，然而，各司其職，連排行最小、年僅四歲的女孩子也要負責鞋櫃的整齊，而十歲的大兒子就要負責每天家居垃圾。他們有責任清理，就有權訂定規矩，提醒眾人，而這些權責的重要遠超於他們自己的學業功課，因為這是眾人的事。但說來也奇怪，孩子沒有因此而疏懶，反而對自己的事更自律，對周遭的事情更在意。這家庭還設有一本家庭日記，是大家發聲的地方，大家可以隨時隨意將自己的感受、意見記下來，於定期的家庭會議中分享、處理及解決。孩子不用入學，就學習如何負責、如何表達、如何處理矛盾、如何解決困難。

可惜的是，過去不少謬誤誤導了我們，一邊廂以為孩子在富裕、順暢、輕鬆的環境中長大，就可以建立愉快人生，自尊自信就會出現，而成就應該接踵而來；又或以為讓他廣泛學習技能才藝，透過比賽考級取資格，恃著一技旁身，自尊自信便垂手可得，而成就同樣可出現。然而，這卻是個美麗誤會，因為這樣的自尊自信沒有根基，經不起考驗，敵不過比較。不少研究告訴我們，在這極端環境中成長我孩子弱不禁風，與自小在家庭中自然參與、共同成長的孩子相比，成就反而遜色。

新的一年正要開展了。校長期盼沙呂家長可成為有洞見的家長，讓孩子從小紮根，在家庭中健康成長。



快訊
2016-17

e-Mail:pta@bctwimc.edu.hk

Website:

<http://www.bctwimc.edu.hk/pa/index.html>



2016-2017年度第十八屆 家長教師會家長委員



浸信會沙田圍呂明才小學家長教師會於1999年成立，目的為推行或參與促進學生福利和利益之活動或項目，促進家長和學校之間的溝通及合作，及維持學校、學生與家長間之緊密聯繫，以協助學校有效運用資源，促使學生在學術、興趣、體育及基督教價值觀各方面均衡發展，並充分照顧處於成長階段的學生。家長教師會的成員，分為榮譽會員、教師會員和家長會員。家長教師會的執行委員會除了榮譽會員和教師會員，每一屆家長委員均於每個新學年由全體教師及家長投票選出，並於會員大會中就職。執行委員會由八位家長委員和七位教師委員組成，而委員會選舉落選名單中最高票數的三位，會成為替代委員。過往每一屆家長教師會籌辦了多項活動，在家長支援、學術提升、關注健康、升中準備、戶外活動和學校發展各領域，促進了家長和校方的合作和了解。此外家長教師會還製作快訊和網頁，為家長提供更多資訊及分享的渠道。家長教師會是本校之家長組織，我們積極參與，加強彼此聯繫，使本會成為家長與學校間的溝通橋樑。

職位	家長委員姓名	子女姓名
主席	區潔瑩女士	6E 黃凱言
副主席	盧景笙先生	6E 盧卓熙 3B 盧希翹
財務	李嘉怡女士	4B 吳俊賢 2B 吳天恩
秘書	梁曉恩女士	3D 曾鏗瑤
秘書	顏寶倫先生	4B 顏謙兒
康樂	鄭偉才先生	3E 鄭鎮朗
康樂	譚綺華女士	6A 鄧呈希
編輯	鍾名嚮先生	3A 鍾意
替代家長委員	李思敏女士	6E 蕭愉庭
替代家長委員	謝寶麟先生	1D 謝瑞翹
替代家長委員	邱林琳女士	1E 陳焯迪



鍾名嚮先生
家長校董



梁曉恩女士
替代家長校董

2016-2017年度第十八屆 家長教師會教師委員

職位	教師委員姓名
副主席	薛鳳鳴校長
財務	文雁菁老師
秘書	陳鳳儀老師
康樂	溫衍超副校長
康樂	張秀儀老師
編輯	張雪芬老師
編輯	尹紹光老師
	陳惠玲老師



家教會最重要的環節不在於委員們如何籌劃活動、或是所籌劃的活動是何等的精彩，而是在一眾家長及學生的支持及參與。沒有家長及學生的支持，家教會是絕對不能發揮應有的功效。故此，謹呼籲各位家長踴躍加入家教會，成為我們的會員，甚至參選新一屆委員，好讓我們能夠攜手為孩子們創造更美好的學習環境。



第十八屆家長教師會會員大會及 2016-2017年度家長校董選舉暨小一成長禮 (5 Oct 2016)

第18屆家長教師會會員大會於2016年10月5日晚上舉行，新一屆家長教師會委員會正式成立。當晚除了有會務報告、財政報告外，同時亦進行了家長教師會委員選舉及點票。分別選出八位家長教師會委員及三位替代委員。此外，當晚即時進行家長校董選舉點票，選出了鍾名嚮先生成為家長校董及梁曉恩女士成為替代家長校董。



流感疫苗注射 (9 Nov 2016)



當日的注射服務是由基督教聯合那打素社康服務提供，共有451位學生參與了流感疫苗注射。注射流程是由學校跟據每班課堂的時間來編排。



義賣冬季校服 (12 Nov 2016)



感謝家長們慷慨的捐助，活動中冬季校服的銷售情況很理想，共得收入HKD\$11,050，為多年來的最高收入，令到這次活動圓滿結束。亦多謝各家長義工幫忙整理校服，令活動順利進行。

升中家長分享晚會 (18 Nov 2016)

「飲水思源，薪火相傳」感謝畢業生、義工家長、老師和家教會的支持和協助，使這活動得以順利進行。當晚共邀請了60多位校友參與分享。校友們的積極參與、充份預備和清晰解說，令師弟妹們對中學有更深入的认识，對將要選校的同學們提供不少資訊。



小六升中模擬面試 (26 Nov 2016)

家教會邀請了18位現職中學老師的本校家長義務協助，為準備升中的六年級同學進行模擬升中面試。這次共有154位同學出席。感謝家長義工們百忙之中抽空為同學做準備，讓小六同學藉此機會好好學習，為真正面試增強信心。





沙呂新春盤菜宴 (17 Feb 2017)



新春是大家一起團聚共歡的好時節，這首次舉辦的「沙呂新春盆菜宴」活動，讓沙呂小各家庭能聚首一堂。活動包括了盆菜宴、抽獎和聯誼活動。當晚大家都食得開心，玩得盡興。





浸聯會步行籌款同樂日 (12 Jan 2016)



浸聯會步行籌款同樂日活動已於2016年11月12日下午順利進行。當日參與的人數為 898人，活動籌到的款項為HK\$156,300多。

活. 品格嘉年華 (21 Jan 2017)



本年度嘉年華會的主題為「活. 品格嘉年華」。一如以往有「年宵義賣」與「美食坊」活動，得到家長捐獻當日義賣。本年的「親子正向小子扮演大賽」，由同學揀選扮演二十四位其中一位，分享如何在日常生活發揮和運用該品格的正向能量。活動在當日下午順利完成，並由薛校長與家教會主席作評判。參賽者的造型維肖維妙。家教會對支持是次活動的家長深表謝意。



義賣夏季校服 (22 Apr 2017)



家教會「義賣夏季校服」活動於4月22日當日家長日進行，雖然當日曾經下雨，但是最終順利完成，感謝各位家長委員及義工當日回校協助。

結業禮敬師日 (10 Jul 2017)

今年度的「家長學生齊敬師」，學生的表演節目多元化，有動有靜，有文有武，十分精彩！同學們向老師獻上感謝的燭光，校長代表老師從家教會主席手上接過家長們對一班老師的一份小小心意。



家庭醫學健康資訊分享

鼻敏感噴「類固醇」，有害？

相信不少沙呂小同學都深受「鼻敏感」的困擾，常常要與紙巾親密接觸。鼻敏感在香港實在相當普遍，有調查發現高達30%的學童患有鼻敏感！鼻敏感雖然不會致命，但嚴重的鼻敏感卻長期困擾著同學，學習與日常生活都會受到影響。

治療鼻敏感首先要避免接觸致敏原，並按需要服用一些抗敏感藥物；嚴重的鼻敏感，就需要使用「噴鼻式類固醇劑」來控制病情。「噴鼻類固醇」需要持續使用，是治療鼻敏感的關鍵步驟，絕大部份兒童在定時噴鼻後，病情都得以大大改善。

但是，很奇怪地，我們的家長們往往聽到「類固醇」這三個字就十分擔心，會說：「嘩！類固醇！我不要我的孩子用啊！」家長們都非常擔憂使用類固醇的副作用，最常見的擔憂，就是類固醇會「影響兒童內分泌系統」、「影響兒童的正常發育」、「影響兒童的骨骼發展」、「影響兒童的視力發展」、「影響兒童的抵抗力」、「停用後會令病情加劇」、「長期使用會『上癮』」等。

假若長期「口服」或「注射」類固醇，實在可以出現影響全身的副作用；但對局部使用噴鼻類固醇來說，以上的擔憂卻全部都是誤解！噴鼻類固醇只會在鼻腔內產生抗敏感與消炎的功效；經血液循環進入身體的劑量實在是微乎其微，也真的不會出現以上的副作用。



顏寶倫醫生

2016-17年度家教會委員

香港家庭醫學學院公眾教育委員會主席

另外，噴鼻類固醇的總份量，也僅是口服份量的千份之一，故此兩者的副作用也不可以相提並論。若果家長們因為對噴鼻類固醇的誤會，而錯過了使用這藥物去為孩子控制好鼻敏感的益處，那就是大大的不值！

最後要一提，就是經常在電視廣告聽到某些「即時通鼻」、「不含類固醇」的噴鼻藥，就真的千萬要小心使用！這些噴鼻的成份是「收縮血管藥」，雖然即時見效，但長期使用真的會「上癮」，在停用後鼻敏感的病情反而會更加嚴重！這種噴鼻藥千萬不可持續使用超過一個禮拜！若果對鼻敏感有疑問，就要找你的家庭醫生問清楚。

