

約定

得獎者：郭倬伸

指導老師：賴宛詩

平時在家中，我和哥哥常開啟「大戰」模式，於是媽媽和我們有個小小的約定：如果能做好份內的工作及遵守生活公約，就可以到外婆家渡歡樂周末。

為了達成目標，我規劃了課表，好讓自己可以按照時間完成作業，也加快了完成的速度，所以現在都不用花太長的時間寫功課。我也常常幫忙做家事，我最喜歡幫忙拖地，把不乾淨的地板變得亮晶晶，心情也跟著開心了起來。

有一天，爸爸突發奇想請我當起了車上的小班長，負責維持車上的秩序。只要哥哥一吵鬧，我就會請他安靜。偶爾我和哥哥也會有吵鬧的時候，這時當小班長的我就會啟動一個遊戲，比賽誰能忍住不說話，先說話的人就輸了，那一次，因為我們表現得太好了，意外的得到爸爸的獎勵，身為小班長的我也覺得很有成就感！

在這個約定中，我學會了如何運用自己的時間及自我管理，與人約定了就要做到，並對自己負責。因為我們遵守了約定，所以這星期要去外婆家渡歡樂周末，真是太棒了！

(東區國小低年級組第一名，作品編號：東-C-0003)

永恆的內在美

得獎者：鄭皓擎

指導老師：陳佩真

今天我們看了一部影片，叫做「時尚的代價」影片裡的莉莉表姊，為了追求時尚，買了許多時尚又新潮的衣服，但是衣服總是容易破。他看了新聞才知道隱藏在時尚背後的殘酷真相：很多衣服都是劣質品，或用化學藥劑製成的。這些藥劑、衣服也是汙染地球的兇手。

我的阿嬤曾經說過：「衣服要適合自己，你就是最美的人。」阿嬤是一位心地善良的人，她曾經救過一隻困在籠子裡，差一點被曬死的小白兔；也曾好幾次搬開路上的大石頭，只為了不讓路上的人車跌倒。阿嬤的行為，讓我深深體會影片中的一句話：「外表的美是一時的，內在的美才是永恆的。」

我也要像阿嬤一樣幫助別人，做個不追求流行，有內在美的人。

(東區國小低年級組第二名，作品編號：東-C-0008)

吃出健康，保護環境

得獎者：吳宇軒

指導老師：許鏗文

「這把白菜很漂亮，買了！」我跟奶奶去市場時，奶奶最常說的就是這句話，不管什麼樣的蔬菜水果，她都挑最漂亮的。

有一天晚上，姐姐吃菜吃到一半，覺得嘴巴麻麻的，不一會兒，爸爸也覺得不對勁兒，奶奶這才驚覺蔬菜可能有農藥殘留，嚇得她好幾天不敢買蔬菜。爸爸於是找了很多關於無毒農業的相關資料給我們看，我們看了才恍然大悟，原來花蓮推行無毒農業非常有成效，而無毒農業生產出來的農漁畜產品，不但能讓消費者吃得健康又安心，也因為不噴灑農藥、不施化學肥料，讓我們的土地能獲得更多喘息的機會，可說是一舉兩得啊！

經過這次的農藥事件，全家人都記取教訓，不再挑選漂亮的蔬果，而是購買「在地、無毒、友善」的蔬果，這樣不但可以支持無毒農業的農戶，也可以為保護地球的環境盡一己之力。

(東區國小低年級組第二名，作品編號：東-C-0009)

當我生氣的時候

得獎者：林子渝

指導老師：劉育沁

有一次，我寫完功課，正想要好好休息的時候，弟弟突然走到我旁邊，並且開始學我講話，我說什麼，他就跟我說什麼，吃飯也學我，洗澡也學我，不管我說什麼，他都要學我，好像一隻討厭的跟屁蟲，讓我越來越生氣。

我對弟弟的行為非常不高興，不知道從那學來的怪行為，我越是生氣，他就越開心，把我氣到連話也不想說，因此我不理他，忿忿不樂的走進房間。

我在房間裡獨自畫畫、看書，直到我的氣漸漸消失了。後來我走出房間，到弟弟面前先開口，向他說對不起，弟弟竟然不學我了，其實我不用氣成這樣，生氣是不好的事，這樣會傷了我的人緣。

當我生氣的時候，我學會先安靜下來，深呼吸，可以的話先道歉，大家又可以開開心心一起玩。

(東區國小低年級組第三名，作品編號：東-C-0002)

對不起我錯了

得獎者：陳定達

指導老師：沈梅玲

記得三歲的時候，我很喜歡看巧連智的影片。所以，爸爸將它最寶貝的光碟機讓我使用，媽媽還叮嚀我不能自己按開關。但好奇心重的我，卻一次把三片光碟塞進機器裡，導致光碟機壞了。爸爸知道了後感到很難過，而我也在一旁氣呼呼。

後來看了「認錯的勇氣」影片之後，讓我好好的反省。內容大概是這樣：小偉和小天是好朋友，有一天他們一起合買一臺模擬飛行器，小偉帶飛行器到公園玩，這時候小乖騎著單車過來一看見，就堅持叫小偉借他飛行器，小乖一再拜託，小偉只好借他玩十分鐘，但是.....小乖一直控制不好，結果飛行器撞到樹幹上而四分五裂，小乖不但沒有說對不起，還拍拍屁股就走了。小偉為了存錢還小天飛行器，已經好多天沒吃早餐，小乖看到就感到不好意思，對他們說：「對不起我錯了。」

聖嚴法師說：「做事時多為別人想一想，犯錯多對自己看一看。」以後，我要多注意自己的行為了。

(東區國小低年級組第三名，作品編號：東-C-0001)

《時尚的代價》觀後感

得獎者：廖姮寧

指導老師：賴宛詩

我的感想是，她表姊之前買太多衣服，但是她從來沒有想過衣服賣得這麼便宜，會有什麼不好的結果。後來她看新聞之後，她才知道真相。因為設計師熬夜設計衣服，和低價工資他們犧牲自己的健康和自由，換來所謂的時尚產業。還有產量快又大，賣不出去的衣服造成汙染。

我想到我和弟妹每年都在長大，所以要常常買新衣服，我覺得這樣很浪費。所以不要的衣服可以給妹妹穿，或丟到舊衣物回收箱，還可以送到育幼院。而且不要追求所謂的流行，也不要買過多的衣服造成浪費。

如果我們都不追求流行的話，不但節省空間，還可以省錢和減少垃圾，地球也會更美麗喔。

(東區國小低年級組第三名，作品編號：東-C-0004)

蔬果的內在美

得獎者：黃睿琪

指導老師：陳佩真

美麗跟媽媽去市場買菜，看到賣相不好的蔬菜，一開始很不想買。但是蔡阿姨很有耐心的為美麗說明，美麗才知道：這些長相不好的蔬菜，都是在地、無毒、友善的農作物，是農夫用心種植的成果。

我的阿公是一位友善的農夫，種了很多有機的蔬果，例如：芭樂、香蕉、火龍果、小白菜、黃金果和蔥。每次我吃到阿公種的蔬菜或水果時，都覺得特別香甜、好吃，因為我知道這是最健康、無毒的美食。

希望大家能透過買「在地、無毒、友善」的蔬果，吃出健康，也保護環境喔！

(東區國小低年級組優選獎，作品編號：東-C-0005)

永恆的內在美

得獎者：吳欣靜

指導老師：陳佩真

今天老師給我們看了一段影片，叫做「時尚的代價」。影片中的莉莉表姐，因為愛漂亮而買了很多衣服，最後因為衣櫥塞不下又丟掉，真的很浪費。

我也很愛漂亮，但是我覺得只要穿得乾乾淨淨，對人有禮貌，時常面帶微笑，就會很漂亮，不用一直買衣服，不但造成浪費，也沒將錢用在需要的地方。

「外表的美是一時的，內在的美才是永恆的。」媽媽常教我們不要追求名牌，要會節儉，把錢用在對的地方，或是拿去幫助需要幫助的人。我希望自己可以當一個外在、內在都漂亮的女生。

(東區國小低年級組優選獎，作品編號：東-C-0007)

威利的眼淚

得獎者：李新捷

指導老師：陳佩真

影片裡的美麗和爸爸、媽媽到海洋世界看海豚表演秀。

她來海洋劇場，看一隻叫威利的海豚，威利竟然會說話，牠告訴美麗，牠小的時候常常和人一起玩。有一天，有人把牠抓到海洋世界，開始訓練牠，讓牠表演給人類看，牠覺得不自由、不開心。

我家也曾到海洋公園看海豚表演秀。但看完這個影片，我覺得要看海豚，可坐船到真正的海洋去看呀！

利用動物賺錢是不對的，大自然才是牠們的家，希望人類不要再隨便抓牠們了。

(東區國小低年級組佳作獎，作品編號：東-C-0006)