學生園地　每週六、日刊出

言語的兩面

文：中山國中　王渝捷

有時我們會說出一些違心的話，不是爲了欺騙對方，而是有一些考量：有些時候是爲了不讓場面尷尬；有時是害怕引起紛爭；有時是爲了不讓對方感到自卑；有時是爲了避免說出內心的真實想法會讓他人受傷……，而隱藏內心的真實想法。

還記得我還在讀幼兒園時，班上有一位過重的女同學，她常常因爲自己的體重而感到自卑，班上的男生爲她取了一個很不好的綽號：小胖豬，班上的男生都對她非常不友好，時常欺負她。然而，包括我在內的女生們害怕成爲下一個被欺負的對象，因此都對她沒什麼好感，所以她基本都是一個人玩。有一次，班上同學都去表演了，剩下我和一兩個男生以及那個女生。

由於沒有人可以陪我玩，加上看到男生在叫她小胖豬，我就跑過去，把男生罵了一頓。罵完之後，看到她一臉難過的樣子，我問：「你要不要和我一起玩？」她沒有回覆我，然而，過了半晌，她問我：「我真的很胖嗎？」我看著她足足比我大兩倍的身軀，慢慢吞吞地回覆：「沒有啊？」她的臉色一下子明亮了起來，嘴角微微牽起，她笑起來很好看，像是夏日溫暖的陽光，心情也跟著好了不少。

其實現在回想起來，她真的很胖，但想到她一臉難過，又觸及到她透著一點期待的眼神時，剛到嘴邊的「其實有點」又被我吞了回去。一來是怕她受傷；二來是怕失去唯一一個可以陪我玩的人。鬼使神差的，我轉而說了一句慢吞吞又帶著些不確定的「沒有啊？」

我們有時會說出一些違心的話，爲了一些原因把自己內心深處最真實的想法隱藏起來。有時可能是害怕失去朋友；有時是害怕說出的想法會使他人感到受傷；也有時是爲了不要讓場面尷尬……而這些善意的謊言，也將會填補現實生活中的缺口，成就一個充滿溫馨與善意的人際生活圈。

影響生活的一項發明

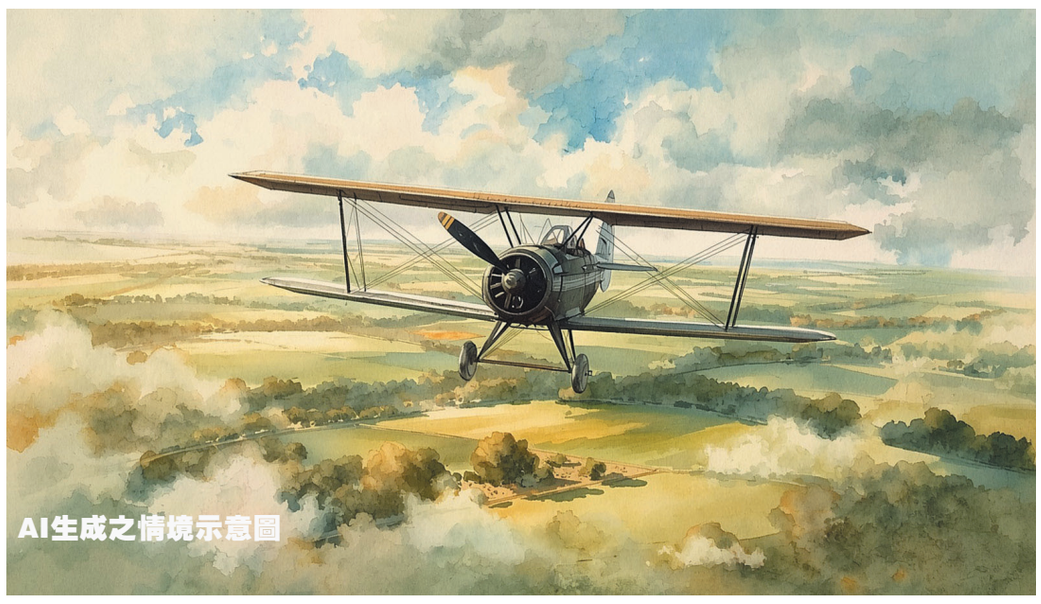
文：中山國中　王若喬

每個人認爲影響生活的發明都不同：有人覺得是資訊設備，因爲能讓人快速溝通；也有人覺得是藥物，因爲能延長生命並改善健康。而我認爲，影響生活最深的一項發明是「飛機」，因爲它徹底改變了移動的方式，讓旅行變得更簡單、更便捷。

在飛機發明之前，人們出國大多只能搭船，但搭船往往會耗費非常多的時間，長途航行甚至可能要花上數週才能抵達目的地。而且船在海上晃動，容易讓人感到不舒服，暈船更是一種折磨。因此，過去的人常覺得出遠門是件既累人又浪費時間的事。

雖然船上的設施可能比飛機多，但飛機這項發明大大縮短了到達異國的時間。自從有了飛機，出門旅遊變得更加輕鬆快樂，也能增加在國外遊玩的時間。以前的人出國需要耗費數日，現在只需要幾個小時就可以到達目的地。飛機不但節省了時間，我們還可以透過機窗欣賞窗外的雲海風景，感受到天空的美麗。

我覺得飛機的發明對人類生活有很大的幫助，它不僅縮短了國與國之間的距離，也讓人們有更多機會走出國門，看見不同的世界。對我來說，飛機的快速讓旅行變得更快樂，所以我認爲飛機真的是影響生活最偉大的發明之一。



不要被短影音掌控

文：中山國中　楊泫藝

人類似乎極易陷入被掌控的境地：從3C產品的依賴、傳統觀念的束縛，到各種意識形態的灌輸。因此，保有獨立判斷的能力顯得尤爲重要。當一個人失去自主權，便如同木偶一般，任由背後的絲線牽動，活在操縱者的節奏裡。而在現代生活中，那根隱形的絲線，往往就是讓我們欲罷不能的「短影音」。

短影音確實能提供即時的樂趣與放鬆，但其背後的成癮機制卻不容小覷。許多人起初只是想「稍微看一下」，沒想到一晃眼便是半小時、一小時，進而耽誤了原本的計畫。雖然我個人沒有觀看短影音的習慣，但觀察身邊的同學，我發現許多原本成績優異的朋友，開始出現作業無法如期完成、到校後才匆忙補寫的情況。我推測，這與深夜沉溺於短影音導致的效率降低、精神不濟有著直接的關係。

長此以往，沉迷於片段資訊會使人的注意力嚴重渙散。當大腦習慣了快速的感官刺激，我們便難以進入深度思考，進而侵蝕了專注力。這些看似輕鬆的娛樂，實則如溫水煮青蛙般，慢慢磨損我們的耐心。此外，大多數短影音內容空洞，長期接觸容易讓人對現實生活中需要緩慢累積的事物失去興趣，使思考變得淺薄。

雖然有人提倡減少使用時間，但我認爲，若無法克制欲望，不如展現決心，主動與短影音「絕交」。將那些被碎片化資訊佔據的時間，拿來閱讀一本好書或從事戶外運動，這些活動帶來的回饋遠比短暫的感官刺激更有意義。我們必須奪回「選擇」的主動權，不被演算法牽著鼻子走，才能親手扯斷那根操縱生活的絲線，重新掌握人生的節奏。

馬祖日報 MA TSU DAILY NEWS　生活情報站

05/25~05/31 天氣概況

Matsu Weather Station

連江縣	05/25 星期一	05/26 星期二	05/27 星期三	05/28 星期四	05/29 星期五	05/30 星期六	05/31 星期日
白天	26 - 28°C	26 - 29°C	26 - 29°C	26 - 28°C	25 - 27°C	24 - 26°C	23 - 25°C
晚上	25 - 27°C	26 - 27°C	25 - 27°C	25 - 26°C	24 - 25°C	23 - 24°C	22 - 24°C
體感溫度	23 - 26°C	23 - 27°C	23 - 27°C	24 - 30°C	19 - 27°C	19 - 22°C	19 - 23°C

115 年 5 月連江縣立醫院門診時間表

科　別	星期一			星期二			星期三			星期四			星期五			星期六	
	上午	下午	急診	上午	下午	夜診	上午	下午	急診	上午	下午	夜診	上午	下午	急診	上午	急診
家醫科	陳紹宇	曹玉舲		王格	陳紹宇		陳君鼎	謝春福		劉增應	張志華		陳君鼎	王格		排班醫師	
外科一診	陳行鑫	劉瑞文		陳行鑫	劉瑞文		陳行鑫	許智凱		許智凱	劉瑞文		許智凱	許智凱		排班醫師	
婦產科					林璟容			林璟容						林璟容			
小兒科		劉雅之					劉雅之						劉雅之				
骨科	陳俊諱			陳俊諱	潘韋綱		陳俊諱	潘韋綱		潘韋綱			潘韋綱			潘韋綱	
復健科		陳志嘉			併超音波(限約診)						陳志嘉						
疼痛科				劉瑞軒							劉瑞軒(限約診)						
皮膚科	馬軍	馬軍			馬軍												
腸胃內科	(併家醫科)				(併家醫科)												
新陳代謝科				(併家醫科)										(併家醫科)			
泌尿科		(併外科)			(併外科)						(併外科)						
眼科		林文智						林文智		林文智							
新冠疫苗							(併小兒科)										
牙科一診	牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師(身心障礙門診)		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師(身心障礙門診)		牙科醫師	牙科醫師(身心障礙門診)		牙科醫師	
牙科二診	支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師			
戒煙門診	(併家醫)			(併糖尿病)	(併家醫)			(併家醫科)		(併糖尿病)	(併家醫)						
糖尿病				謝春福						陳紹宇	王格						
超音波	陳君鼎			陳紹宇	陳志嘉		支援醫師	王格		陳君鼎	劉增應		謝春福				
腸胃內視鏡	陳君鼎			劉雅之						陳君鼎			陳紹宇				
體檢門診							陳志嘉	曹玉舲									
國際旅遊醫學門診							併體檢門診	併體檢門診									
急診一線	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	值班醫師
急診病房二線	林文智	劉瑞軒		曹玉舲	陳俊諱		王格	陳行鑫		劉雅之	陳君鼎		劉瑞文	陳紹宇		值班醫師	

*家醫科門診接受一般內科醫療諮詢及超音波預約。 *婦產科門診可實施子宮頸抹片檢查，並接受乳房X光攝影預約。 *小兒科門診可實施小兒預防注射及小兒預防保健。
網路掛號：連江縣立醫院首頁（網址為：http://www.matsuh.gov.tw/）。 門診當日當診次掛號時間內不接受預約掛號(包括電話預約)，僅接受現場掛號。
各項超音波與胃腸鏡等檢查請親至門診預約。
牙科門診預約專線：23995 轉 1218(於上班時間內皆可預約)。
掛號時間：週一至週六上午 8 時至 11 時 30 分。週一至週五下午 13 時 20 分至 17 時。
門診時間：週一至週六上午 8 時 40 分至 12 時，(掛號病患最遲於 11 時 40 分前需到診間)。週一至週五下午 14 時至 17 時 30 分，(掛號病患最遲於五時十分前需到診間)。
本院自 111 年 1 月起推廣高齡友善照護環境，若您或您的家人符合 85 歲以上敬老對象，請於看診時先向診間護理人員報到，以便安排優先看診(需本人親自在場)。
本院宗旨：便捷貼心，優質醫療，關懷社區，促進健康。　申訴專線：23995 分機 1300