



復刊號 第 3 期



國立關西高級中學
NATIONAL KUAN HSI SENIOR HIGH SCHOOL

發行人：邱宇捷

編輯委員：吳承珊、易星萍、呂建興
楊智超、陳憶平、楊雪慈
楊淑惠、呂理國

刊頭題字：張秉正老師

校址：新竹縣關西鎮中山東路二號

電話：(03)5872049 #801

網址：www.khsh.hcc.edu.tw

財團法人國立關西高級中學文教基金會贊助刊印

百年傳承，世紀新局；適性揚才，卓越未來

校長 邱宇捷

走過百年歷史長河，關西高中正迎向一個關鍵的轉折。自115學年度起，本校將正式停辦綜合高中學制，並新設電機科、餐飲管理科、商業經營科與普通科，同時持續深耕原設園藝科、畜產保健科、食品加工科與家政科。這意味著，關高將成為竹苗唯一兼具「從土地到產業，從在地到全球」〈普工商餐食農家〉多元學群的完整高中，落實「普技雙軌、適性第一」的教育藍圖，讓每一位孩子都能在最合適的舞台上發揮所長。

每一個新設科別各具獨特定位與「唯一性」：電機科為新竹縣唯一國立設置，鄰近科學園區，銜接ICT與半導體產業鏈，培養具智慧科技應用與永續能源概念的新世代技術人才；餐飲管理科為竹苗唯一國立設置，結合農業與餐飲的跨域實作，推動「從產地到餐桌」的創新教育，並融入客家文

化與永續飲食理念；商業經營科則以「數位行銷 × 品牌經營 × AI商務」為核心特色，結合地方農特產與文創觀光產業，打造竹苗地區唯一的多元商管科別；普通科延續關高扎實的升學傳統，推動國際雙聯課程、學習歷程先修營與小班精緻教學，讓學生兼具升學實力與跨域視野，師生互動更密切、輔導更精準。

這四大新設科別，與原有群科相互呼應，構築出兼具「普技雙軌 × 群科最全 × 跨域整合」的教育生態，使關高成為竹苗地區唯一能從土地走向產業、從生活連結國際的全方位學校。無論選擇升學或就業，學生都能在這片沃土上自信揚帆，邁向卓越。

同時，本校已獲教育部核定新台幣2億3千萬元，新建「騰耀綜合大樓」。這不僅是一棟新大樓，更是關高邁向新世紀的教育承諾。未來，大

樓內將設置專業實習工廠、智慧創客教室與跨域共享空間，讓學習不再侷限於課本，而能連結產業、紮根地方、放眼世界，培育兼具創新力、在地關懷與全球視野的新世代人才。

這場轉型，展現了關西高中「從百年傳承，邁向世紀新局」的決心。我們要讓社會看見：關高不只是歷史悠久的農業學校，也不只是單純的升

學高中，而是一所能跨域整合、攜手在地、共榮共好的典範學校。

教育的選擇，絕不在於外界眼中的高度，而在於能否找到最能滋養你成長的土壤。請勇敢踏上屬於你的舞台，因為你的光芒，正等待在那裡綻放。

在關高，只要努力與用心，每一位孩子必能勇於突破，超越自己，實現適性揚才的勝利人生。「世紀關高群科最全 適性第一 卓越未來」不是口號，而是我們正在一步步實現的承諾。我誠摯邀請每一位懷抱夢想、充滿企圖心的學子，與我們一同紮根竹苗、適性揚才、共榮共好，在關高攜手書寫下一個世紀的榮耀！



畫筆延續記憶，藝術典藏青春！感謝校友陳盈孜學姐致贈母校獲獎畫作〈文明與真象〉一幅。



榮耀關高

本校榮膺 2025 IASE 教育影響力獎
【教學創新組】入圍殊榮！

台灣的教育，世界的解方。

當全球人類共同面對氣候變遷、能源短缺、人口老化、數位落差、環境污染、社會不平等、教育資源分配不均等問題時，我們需要的是什麼？是教育！是教育！是教育！



本校關西製茶所 TEA Factory 榮獲日本
Good Design Award 2025 Best 100 殊榮！



項目	姓名	班級	等第	指導老師	備註
國語演說	劉品儀	高二乙	優等	李孟毓老師	
	蘇奎宇	高三乙	優等	陳若耶老師	
國語朗讀	呂沛儒	高三乙	優等	陳若耶老師	
	陳盈姍	加工三	優等	翁閔瑋老師	
臺灣台語朗讀	徐佳瑜	家政三	特優	歐鳳珍老師	
	詹閔薰	高二甲	特優	歐鳳珍老師	縣代表參加全國賽
臺灣客語朗讀	余儀珊	高三甲	優等	歐鳳珍老師	
	官紫苓	加工三	特優	自強國中賴慧珠老師	
國語字音字形	葉珈汝	加工三	甲等	宋華敏老師	
	劉岑歆	畜保二	甲等	宋華敏老師	
作文	范恩沛	家政二	甲等	張琬貽老師	
	徐子芸	高二甲	甲等	黃子玟老師	
寫字	邱琬云	加工三	甲等	翁閔瑋老師	
	傅薇榕	高二乙	特優	李孟毓老師	
臺灣台語情境式演說	劉薰涵	高三甲	特優	陳若耶老師	
	范語庭	高二乙	優等	黃子玟老師	
臺灣客語情境式演說	張伶暄	高三甲	優等	陳若耶老師	
	鍾芸欣	畜保三	優等	宋華敏老師	
臺灣台語情境式演說	黃于芮	高二乙	甲等	李孟毓老師	
	戴毓	家政三	甲等	宋華敏老師	
臺灣客語情境式演說	劉俊辰	高二乙	特優	歐鳳珍老師	
	姜瑋芊	家政三	優等	歐鳳珍老師	
臺灣客語情境式演說	林思辰	加工三	特優	宋華敏老師	縣代表參加全國賽

行政主管共識營 X 永續取經



一個人走得快，但一群人才走得遠。

開學前夕，當多數人還在享受暑假的尾聲時，邱宇捷校長帶領行政主管團隊，走進歐萊德綠建築總部，向企業取經，深化永續行動力的視野與實踐。

歐萊德，一棟滿身綠意的清水模建築，靜靜矗立街頭。沒有醒目的招牌，卻自成標誌。因為，真正的品牌，不在於外在符號，而是核心價值的內化與實踐。歐萊德以「內外兼綠」為核心，把「綠」融入企業文化、行動與日常，從建築、產品，到管理，皆展現了對環境與社會的責任，朝向永續願景穩健邁進。

永續，不僅是環保行動，更是一種生活態度。

品牌，不僅是形象建構，更是價值落實。

這樣的精神，正是關西高中追求的方向。

事實上，關西高中在永續教育的推動上，早已不斷累積能量。在2025年4月22日世界地球日，本校

榮獲《2025永續教育行動評選》「學校教育永續同行學校」肯定，以「善山盛用—教育 X 產業 X 社會循環經濟創新」行動方案，榮獲教育部長鄭英耀頒發「2025永續教科書SELECT」標章！藉此機會，我們跨出校園持續參與《永續教科書》產學行動，期望開啟更多資源與合作的契機，創造更多的可能，帶動學校轉型發展。

作為「永續學校」，關西高中正持續打造屬於學校的教育品牌——超越僅以成績為衡量的單一價值，培養公民責任與永續行動力，讓每一位師生都能在這片土地上播下希望的種子。教育是一場耐力賽，永續更是需要代代接力的馬拉松。唯有行政團隊攜手合作、師生共同參與、社會資源一同挹注，才能走向更遠更好的未來。

易星萍 秘書

新進教師座談會

我校於開學初期舉辦了一場溫馨而充實的新進教師座談會，為新學期注入一股嶄新的活力。這場座談，旨在迎接加入本校的優秀新進教師及代理教師，為他們鋪設一條通往教育專業之路的起點，也傳遞本校深厚的人文精神與教育使命。

「學高為師，身正為範」，座談會在校長充滿睿智與熱情的開場中拉開序幕。校長首先歡迎新同仁的加入，並強調教師在學生生命中所扮演的關鍵角色，勉勵教師不僅傳道授業，更應以身作則，引導學生向善向上。隨後，校長一一介紹在場的各處室一級主管，讓新進教師對未來的行政夥伴與資源管道有初步認識，為校內協作開啟良好開端。

隨後由教務主任主講教學與課務重點，強調教學不僅是知識的傳遞，更是價值的播種。他鼓勵教師們結合理性與熱情，設計活潑有效的課

程，讓學生在知識與思辨中成長，並介紹教學評量、課表編排、學習歷程等重要事項，讓教師迅速掌握教學脈絡。

緊接著，學務主任則提醒教師面對學生的行為問題時，要以尊重與理解為出發點，透過正向管教，引導學生內化良好行為為教育需要耐心、關懷與智慧。他以實例分享如何面對學生問題行為、如何與家長溝通、如何建立班級向心力，並強調安全與輔導機制在校園的重要角色。

座談會在溫馨互動與誠懇勉勵中圓滿結束。新進教師們不僅獲得實用的教學與行政資訊，更感受到學校的凝聚力與支持。願所有教師皆能秉持「春風化雨、潤物無聲」的精神，在教壇上播下希望的種子，陪伴每一位學生綻放屬於自己的光彩。

人事室 呂理國 主任



關西高中 X 台灣多元教育公益協會 X 起駛簡報表達教育團隊

攜手打造「學習歷程簡報力與表達力工作坊」

114年9月17日，關西高中迎來一場別具意義的學習饗宴。由台灣多元教育公益協會蘇哲生理事長、曾文和執行長帶領，並結合「起駛簡報表達教育團隊」的專業講師與助教們，為學生精心設計的「投影片設計與表達技巧工作坊」在校內展開。這場工作坊不僅是技巧的傳授，更是台大EMBA校友基金會所延續的公益協會對年輕世代的鼓勵與支持。

台灣多元教育公益協會長期深耕於教育公平與多元學習，致力縮短城鄉教育資源差距；而起駛團隊則專注於簡報設計與溝通表達的培訓，期望協助學生勇敢、自信地展現自我。兩方攜手，為關高學子帶來了一次充實且啟發性的學習經驗。

・從技巧到自信

活動當天，學生們透過分組的實作與互動，逐步學會簡報設計美編、排版與色彩應用。二丁餐徐俊益分享：「以前我的簡報都是黑白紅，沒有想過顏色有專屬的色號。這次才知道原來運用相近色或對比色，可以讓畫面更生動。」來自園二培根則表示學習到「排版要合理，像是人的視覺動線是NFZ，要照著動線排版才不會讓人覺得找不到重點。」

除了上午的視覺設計，下午的課程則著重於表達技巧的培養。不少同學表示自己在報告時容易緊張，透過這次的演練，學會了如何放鬆並找到自信。「很多互動的遊戲都很有趣，這些讓自己報告時的緊張心態減緩許多」畜三的勒克萊爾說。

・不一樣的課堂

參與的同學們普遍認為，這樣的工作坊形式與平時課程截然不同。除了講師的細心引導，助教們也會走到身旁給予即時回饋，讓學習更有參與感。

「有小遊戲的設計，可以讓我們在過程中檢視自己是否真正理解內容。」工三阿米巴原蟲說。



「有一個抽牌猜音量的活動，就是同時由五個人在台上輪流依據抽到的數字，發出自己認為那個數字所代表的音量，數字越大音量也就越高，之後開始排列大小順序，真是超有趣也很特別！」一甲蕭喻馨和二丁徐俊益同時這麼認為。這些設計，讓學習不再只是聽講，而是透過「做中學」去吸收新知。

・從學習到感動

活動結束後，學生們對起駛團隊及輔導處表達了滿滿的感謝。園二Lana說：「這次參加簡報工作坊，讓我更清楚知道簡報的架構與準備方法。透過老師的講解和分組練習，學到很多實用的技巧。謝謝夥伴們在討論時分享不同的想法，也謝謝助教們耐心指導，讓我們更容易掌握重點。最後，也很感謝輔導處用心安排這樣



的活動，讓我們在輕鬆氛圍中成長和學習！」。

也有同學特別提到，很感謝課老師當初鼓勵我們參加，這不只是一次技巧課程，更是提升自信的契機。

高三的同學們一致認為，這次所學對未來的專題製作、學習歷程檔案，甚至面試表達都會帶來幫助。

・在自信中開創未來

這場工作坊不僅帶給學生寶貴的专业知識，更注入了勇敢表達與自我肯定的能量。這場活動展現了教育合作的力量，也為關高學子開啟了更寬廣的未來想像。

在台灣多元教育公益協會與起駛團隊的支持下，關西高中學生正學習如何將所見所學，化為未來自我展現與開創可能的重要力量。

輔導處 楊淑惠 主任

優秀校友介紹

大學畢業即回鄉經營「無負擔農場」的劉奕校友，他結合有機耕作以減少環境負擔，並以稻鴨共生的有機栽培方式導入循環經濟，從農藝施作到產品加工，甚或到通路行銷全都一把抓，並協助農村做企劃、開發觀光來傳遞農村的價值，讓更多人知道農村的美好存在。

劉奕校友於繁忙之餘，也不忘回饋母校，將無機稻米推廣給校內人員，並親自送至每個訂購人手上，同時亦提倡環保購物，絲毫不嫌舟車勞頓。每次來校都秉持著恭遜謙讓的態度，猶如當時在校的大男孩一般。



吳嘉豐校友，同時也是我校校友會理事長，在關西鎮上經營「OK大排骨」便當店，為在地數十年來物美價廉的美食代表。眾所周知，餐飲生意的運營一向極為忙碌且消耗體力，即便如此，嘉豐校友仍義不容辭地接下吃力不討好的理事長位置，在校內積極參加各項活動，在校外盡心與各方校友接觸，讓平時疏於聯絡的各界校友有機會為學校事務出錢出力。

尤其是百年校慶，理事長更是大力張羅，邀請校友們回娘家鼎力贊助、共襄盛舉。此外，平時也很積極聯絡校友推動學校各項活動，例如近期關西高中校友會及關西國中校友會聯合募款捐贈八人座客貨兩用車予關西食物銀行，協助擴大服務範圍，將愛與關懷送達更多弱勢家庭與團體。

實習處



校友會情義相挺 食物銀行更有力



關高&關中齊心協力，募得十萬元，捐贈八人座小客車一輛，協助關西食物銀行送愛到社區，照顧弱勢長輩與孩子。

國立關西高級中學校友會



好康報報～獎勵高中生從農方案



農業部為加速農業新生代人才培育，建構友善青年從農環境、全方位培育優質青年，特核定「新農民培育計畫」，依計畫辦理「獎勵高級中等學校學生從農輔導方案」(簡稱獎勵高中生從農方案)，提供就讀高級中等學校特定科別優秀學生獎學金與農業職涯探索獎勵金，加速人才培育，以利未來投入相關領域。

向來「民以食為天」，只是有意願從事農事類工作的人越來越少。凡

是園藝、畜牧、養殖、漁業、造林...等農業相關科系，農業部希冀藉由實際體驗本從農方案，除了能學習踐行學校實習課的專業知識，也能提早訂定未來方向，規劃職涯目標；而持有參與證書者更能在選填農業部補助大學公費專班時，予以加分。在實習期間，農業部亦提供職涯探索獎勵金激勵學生參與意願，另在校成績優異者，更有獎學金加碼領取，每年度最高可領取共計三萬元。



全國技能競賽參賽心得分享



一、家政科二年級 曾馨慧同學：

在參加服裝技藝競賽的準備過程中，我利用寒假到職訓局接受密集訓練，從完全不懂打版開始，到能在一天內完成一件衣服。過程中我遇到許多挑戰，例如第一次學習衣襯領時，尖角處總是無法拉出漂亮的線條，還有在縫製隱形拉鍊時經常出現機器「吃針」的狀況。但透過不斷練習，我逐漸克服了這些困難，也培養了時間管理與抗壓能力。雖然訓練常常伴隨疲累與挫折，但能看到自己一步步的進步，讓我對服裝製作有了更深的理解與熱情。

在比賽當天，我抽到自己最擔心的題型，但仍努力完成作品。當我把隱形拉鍊順利車好時，內心充滿成就感。回顧整個過程，從不會到熟練，都是辛苦換來的成果。雖然比賽過程緊張又充滿壓力，但能獲得獎項讓我覺得一切努力都值得。這不只是對技術的肯定，也是對自己堅持與努力的最佳回報。未來我希望能繼續挑戰更多作品，讓自己的專業能力更上一層樓。

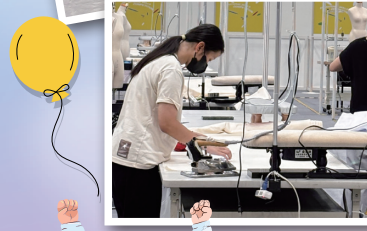
二、家政科二年級 何蓉欣同學：

在餐服技能競賽的訓練過程中，我學到了細節很重要。每天重複

練習水果切割、口布折疊、飲調，不只增加了專業技巧，也培養了細心度跟專心度，在各種交流賽讓我學會在計時與壓力下需要保持冷靜，才可以應對突發狀況。比賽當天，看著觀眾、裁判要表現自然的服務態。我知道了服務業的核心不只是技巧，還有用心與熱情。這次比賽的經驗，不僅增進了專業能力，也讓我更堅定未來持續精進的決心。

三、家政科三年級 歐珉臻同學：

這是我第二次參加全國技能競賽。還在高一時，我對車縫與服裝製作幾乎一無所知，但在職訓局老師的專業培訓下，我的服裝製作能力有了顯著的進步。雖然在一年級的分區賽中未能取得理想成績，但在二年級時，透過先前的比賽經驗與網路上的服裝設計研究，我找出了能在有限時間內完成又具設計感的作品，最終獲得第三名的佳績，成功晉級全國賽。由於是第一次進入全國賽，我對立裁幾乎沒有概念。為了補足不足，我在短短三個月內練習了十幾到二十套服裝。雖然最終未能拿到理想名次，但我從中學到了許多實戰經驗，也更加確定自己要在未來持續努力，深入學習服裝設計相關的知識。



國中職涯試探

國中職涯試探是讓學生認識不同職業的世界，透過實際體驗探索自身興趣和能力，進而啟發學習動機，並為未來的生涯規劃奠定基礎。旨在幫助學生了解自己的潛能，建立正確的職業價值觀，並為升學與職涯方向的選擇提供參考。其主要目的：

- 一、輔助學生的自我探索與了解：
 1. 協助學生探索自己的興趣、能力和價值觀。
 2. 透過實際動手操作，讓學生了解自己適合哪種職業。
- 二、增進學生對職業世界的認識：
 1. 透過職業體驗活動，讓學生了解不同職場的工作內容和環境。
 2. 從不同職群（如食品、餐飲、家政、資訊、農業等）的課程中，認識各行各業的樣態。
- 三、奠定學生的生涯規劃的基礎：
 1. 啟發學生的學習動機，讓他們對未來的職業發展有方向感。

2. 幫助學生建立正確的職業價值觀，並為未來的升學和就業選擇打下基礎。

四、協力學生的適性發展的推動：

1. 透過「適性輔導」理念，引導學生多元、適性地發展，以「適性揚才」。
2. 將技職教育向下扎根，讓學生從小就能接觸並認識技職教育的多元性。

實習處

