

出國報告（出國類別：其他）

臺北市立大同高中

105 年日本關東地區學習之旅實施計畫

服務機關：臺北市立大同高中

姓名職稱：潘姿伶主任及李秋慧老師

派赴國家：日本

出國期間：105 年 03 月 10~14 日

報告日期：105 年 04 月 29 日

內容摘要：

臺北市立大同高中為「臺北市公私立高中職課程與教學領先計畫」推動學校。為達成學校「培育未來領袖、社會菁英」之願景，本校校本特色課程以「文化涵養、創意加值、領導培育」為課程主軸，設計課程與活動以深化學生學習。為達成本校願景，實踐校本特色主軸，因此規劃辦理本次學生學習之旅，期盼透過教師帶領學生交流與體驗日本高中學習環境，培養英語、日語等語言能力及國際禮儀，並體驗日本傳統文化，拓展學生國際視野，培育本校國際人才與未來領袖。

此次學習之旅，由圖書館主任率團帶領 1 名教師及 30 名學生至日本東京都立狛江高校、三田高校以及日本當地文化景點進行參訪交流，另為學生安排 2 天住宿群馬縣寄宿家庭，深度體驗日本家庭生活與文化活動。參訪活動分成四個部分：

1. 第一部分主要藉由本校學生入班上課及深度對話與東京都立狛江高校師生交流互動，實際深入了解與體驗日本學生學習情形以及課程發展現況。兩校師生學習交流活動主要分成兩大項目：(1) 協同東京都立狛江高校學伴入班上課。(2) 交流活動及深度對話。
2. 第二部分主要藉由本校學生入班上課交流與對話及參與社團活動與東京都立三田高校師生交流互動，實際參與該校第二外語課程及國際教育推動現況。兩校師生學習交流活動主要分成兩大項目：(1) 東京都立三田高校第二外語入班上課體驗與交流。(2) 社團課程參與及體驗。
3. 第三部分為參訪日本傳統文化、城市風貌、環境生態以及創新發展，藉此體驗日本文化，拓展師生國際視野，增加國際理解，關心國際議題。本次參訪文化景點包含(1) SONY 科學館(2) 江戶東京博物館(3) 桐生市古街道及織物紀念館(4) 成田山新勝寺，另包含傳統面具製作、烏龍麵製作、壽司製作、著和服等深度文化體驗，藉由異地學習了解日本傳統文化。
4. 第四部分為安排學生兩天住宿於群馬縣寄宿家庭，讓學生參與寄宿家庭日常生活與活動，並與寄宿家庭成員對話與交流，藉此深度了解日本生活方式與文化。

本校自民國 86 年起增加日語為高一學生應修習之第二外語，並積極辦理日方學校來臺交流及參訪各項活動。民國 101 年起，本校與東京都立狛江高校建立友好學校情誼，狛江高校已連續 4 年由校長帶領高二全體師生蒞臨本校互動交流，今年 10 月將第五度來到本校交流互動。另外，由於本校與狛江高校參訪交流建立的友好情誼，吸引東京都另一所優質高中—三田高校亦將於今年 10 月由校長率領高二全體師生蒞臨

參訪，對於本校，將是與東京都另一所優質高中友好情誼建立的開始。狛江高校與三田高校皆為東京都優質高中，學生成績優異、氣質優雅、聲譽卓著，本校學生透過實際上課體驗並與兩校學生交流互動，不僅增加國際理解，更能開闊學生國際視野，培育學生成為優質領袖人才。

本報告除詳細記錄參訪見聞外，更可明確呈現本課程活動規畫之正面效益，以作為日後持續辦理之依據。

目次

一、	計畫緣起	3
二、	參訪目的	3
三、	預期效應	3
四、	參加人員	4
五、	參訪過程	5
	(一)學校簡介	5
	(二)參訪行程	7
	(三)參訪紀錄	9
六、	參訪心得	31
七、	建議事項	33
八、	附錄	34
	附錄一：臺北市立大同高中 105 年日本關東地區學習之旅實施計畫	34
	附錄二：臺北市立大同高中 105 年日本關東地區學習之旅團員甄選要點	37

一、計畫緣起

鼓勵本校學生參與國際教育，藉由參訪日本關東地區學校入班上課，與該校學生交流互動，實際深入了解日本學生學習情形、上課體驗以及課程發展現況，培養語言能力與國際禮儀、並體驗他國文化，拓展學生國際視野，培育本校國際人才與未來領袖。

二、參訪目的

- (一) 鼓勵本校學生參與國際教育，拓展國際視野。
- (二) 藉由參與日本學校入班上課，與日本師生交流互動，實際深入了解日本學生學習情形、上課體驗以及課程發展現況。
- (三) 透過教師帶領學生體驗日語學習環境，培養日語能力與國際禮儀、並體驗日本傳統，拓展學生國際視野，培育本校國際人才與未來領袖。

三、預期效益

- (一) 學生透過海外實際入班上課，與日本師生深入交流，增進英語與日語能力，學習國際禮儀並提升學生國際視野。
- (二) 學生透過寄宿家庭生活，增強學生獨立自主能力。
- (三) 學生參訪他國文化景點，藉此體驗他國文化，拓展國際視野，培育國際人才與未來領袖。教師透過與當地教師交流，提升教師之國際觀，增進帶領擬訂學校未來課程、學生未來學習的規劃能力。

四、參加人員

帶隊教師					
職稱	姓名		職稱	姓名	
圖書館主任	潘姿伶		日文老師	李秋慧	
參加學生					
班級	座號	姓名	班級	座號	姓名
101	27	吳 0 博	110	13	曾 0 軒
101	33	楊 0 霖	110	35	廖 0 廷
101	34	楊 0 透	111	34	廖 0 祥
102	6	季 0	112	4	吳 0 瑜
102	32	黃 0 瀚	112	6	林 0 葦
103	1	王 0 芸	113	3	吳 0 葳
103	5	林 0 均	113	11	劉 0 瑜
104	11	陳 0 瑾	113	14	謝 0 安
105	5	張 0 昀	114	5	李 0 潔
107	5	呂 0	114	10	陳 0 其
107	7	洪 0 安	114	13	詹 0
107	14	劉 0 汧	114	16	謝 0 俞
107	18	李 0 廷	114	37	鄭 0 文
109	1	方 0 安	115	11	何 0 澄
110	5	林 0 羚	115	16	林 0 甫

五、參訪過程

(一) 學校簡介 (三田、狛江高校) 簡介

		東京都立三田高校		東京都立狛江高校	
校長理念		校長：笹 のぶえ (ささ のぶえ) 1. 重視高學術能力→升大學 2. 重視生活常規、自立能力與禮貌 3. 透過社團活動培養領導力 4. 具有使命感，來傳遞日本傳統文化與國際文化的交流與理解		校長：角 順二 (すみ じゅんじ) 1. 重視高學術能力→升大學 2. 重視生活常規、自立能力與禮貌 3. 讀書與社團活動兼備 4. 國際交流教育→Global Leader	
		「Have Wings and Fly High!」 教養・探究・立志前往世界		自主・創造・友愛	
師生數		<ul style="list-style-type: none"> 每一年級約 7-8 班，全校學生數約 890 人。 有 48 位全職、23 位兼職，共 71 位教職員，師生比約 1：13。 		<ul style="list-style-type: none"> 每一年級約 8-9 班，全校學生數約 1040 人。 有 60-70 位教職員，師生比約 1：17。 	
		<ul style="list-style-type: none"> 校慶：白珠祭 (體育祭、文化祭) 合唱比賽、球技大會 服務體驗學習 (奉仕体験学習) 防災住宿體驗學習 國際理解文化演講、訪問大使館與大學 從 1958 年起，成為 UNESCO Associated School：每年舉辦校慶與園遊會時，募集資金捐贈聯合國教科文組織。 		<ul style="list-style-type: none"> 校慶：公孫樹祭 (體育祭、文化祭) 合唱比賽、球技大會 公路接力賽 	
課程規劃	概況	<ul style="list-style-type: none"> 三年都要有的必修科目：國文、英語會話與講演、數學、體育。 高三可依照欲考大學的屬性決定 8 學分的自選科目，每組人數約 10 人，內容包含物理、化學、生物的講座、不同學科的練習課程。 		<ul style="list-style-type: none"> 三年都要有的必修科目：國文、英語會話與講演、數學、體育。 高三可依照欲考大學的屬性決定 6 學分的自選科目，每組人數約 10 人，內容包含物理、化學、生物的講座、不同學科的練習課程。 	
		必修	選修	必修	選修
	高一	地理、歷史、生物、化學各 2 學分；保健 1 學分。		<ul style="list-style-type: none"> 藝術科目 2 學分 (音樂、美術、書法) 三選一。 第二外語 2 學分 (德語、法語、中文) 三選一。 	
		日本史 3 學分、家政 2 學分、保健 1 學分。		<ul style="list-style-type: none"> 地科與物理 3 學分二選一。 世界史與化學 3 學分二選一。 英語與數學課採用熟習程度分組上課。 	
高二	日本史 3 學分、家政 2 學分、保健 1 學分。		日本史 3 學分；世界史、物理、化學、家政各 2 學分；保健 1 學分。		

高三文組	公民與社會、電腦資訊各 2 學分。	地理、日本史、世界史、數學 4 學分四選一。	倫理、政治與經濟各 2 學分。	<ul style="list-style-type: none"> ● 地理、日本史、世界史、政治與經濟 4 學分四選一。 ● 化學、物理、生物 4 學分三選一。 ● 其他科目 2 學分 16 選一。
	公民與社會、電腦資訊各 2 學分；數學 6 學分。	化學、物理、生物 4 學分三選一。		<ul style="list-style-type: none"> ● 化學、物理、生物 8 學分三選一或二。 ● 其他科目 2 學分 16 選一。
偏差值	都立 3 番手校 65		上位校 58	

註：偏差值代表每個人在所有考生中的水準順位，越高越好。

<http://www.geocities.jp/toritsukoukou2/>

- 兩所高中共有的特徵：
 1. 生活上自律、課業上自學、社團活動上合作。
 2. 每周一到五上課時間為 08:30-15:10，週六 08:30-12:10 也要上課。放學後先進行打掃工作，然後就是社團時間，通常高一是強制參加，高二以後不強制參加。
 3. 高三才分文、理組，且為了進入目標大學，可選修特定課程組合來加強考試科目，去課後補習班的同學也較多。
- 參考資料
 1. 東京都立三田高校網站：
<http://www.mita-h.metro.tokyo.jp/cms/html/top/main/index.html>
 2. 東京都立狛江高校網站：
<http://www.komae-h.metro.tokyo.jp/cms/html/top/main/index.html>
 3. 臺北市立大同高中課程與教學領先計畫 104 年日本關東攜手同行邁向專業參訪計畫報告書

(二) 參訪行程

參訪活動分成四個部分：

1. 第一部分主要藉由本校學生入班上課及深度對話與東京都立狛江高校師生交流互動，實際深入了解與體驗日本學生學習情形以及課程發展現況。兩校師生學習交流活動主要分成兩大項目：(1) 協同東京都立狛江高校學伴入班上課。(2) 交流活動及深度對話。
2. 第二部分主要藉由本校學生入班上課交流與對話及參與社團活動與東京都立三田高校師生交流互動，實際參與該校第二外語課程及國際教育推動現況。兩校師生學習交流活動主要分成兩大項目：(1) 東京都立三田高校第二外語入班上課體驗與交流。(2) 社團課程參與及體驗。
3. 第三部分為參訪日本傳統文化、城市風貌、環境生態以及創新發展，藉此體驗日本文化，拓展師生國際視野，增加國際理解，關心國際議題。本次參訪文化景點包含(1) SONY 科學館(2) 江戶東京博物館(3) 桐生市古街道及織物紀念館(4) 成田山新勝寺，另包含傳統面具製作、烏龍麵製作、壽司製作、著和服等深度文化體驗，藉由異地學習了解日本傳統文化。
4. 第四部分為安排學生兩天住宿於群馬縣寄宿家庭，讓學生參與寄宿家庭日常生活與活動，並與寄宿家庭成員對話與交流，藉此深度了解日本生活方式與文化。

天數	日期	參訪行程	活動剪影
一	3/10 (四)	搭機前往日本 ◆科技參訪: SONY 科學館	

二	3/11 (五)	<p>★課程學習：狛江高校入班學習，三田高校入班學習及社團體驗</p>	
三	3/12 (六)	<p>◆文化參訪：江戶東京博物館 ★日本生活體驗：住宿家庭相見歡</p>	
四	3/13 (日)	<p>◆文化體驗：面具製作、烏龍麵製作、和服體驗 ★日本生活體驗：住宿家庭</p>	
五	3/14 (一)	<p>★日本生活體驗：住宿家庭離別式 ◆文化參訪：成田山新勝寺</p>	

(三)參訪記錄

第一天 2016.03.10 (四)

活動名稱

搭機前往日本

◆科技參訪：SONY 科學館

參訪記錄

一、 搭機前往日本

二、 抵達日本後，即驅車前往東京台場 SONY 科學館進行科技參訪與體驗。

(1)台場 Sony 科學館簡介

營業時間:11:00~19:00,

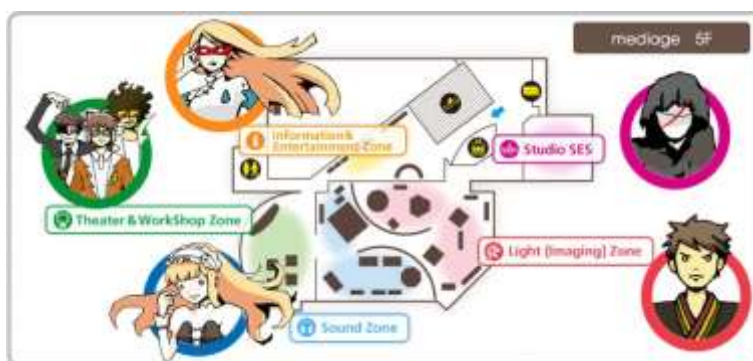
最後入場:18:30

地址:東京都港區台場 1-7-1

交通:百合鷗線「台場站」步行 2 分鐘



(2)展場地圖



(3)展場各分區簡介

A. 聲區



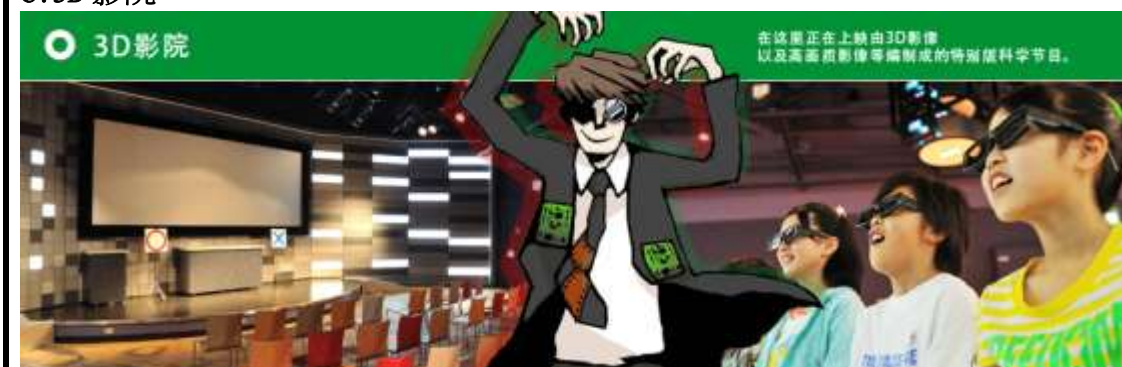
以聲音做為主題的區域。在這裡可以將自己的聲音加工,還能聽到各種各樣的聲音,體驗它給我們帶來的樂趣。

B. 光區



此區可看到以「光影」、「聲音」、「娛樂」為主題的影像，並體驗 SONY 最新研發的 App。

C.3D 影院



此區播放以 3D 影像及高畫質製作的獨創科學節目，亦時常舉辦有獎徵答及講習研究會。

(4) 學生參訪心得

台場 SONY 科學館是本次日本交流的第一個景點。在出發前，同學們就已經對這個參訪地點有極大之期待。因為 3C 科技影響現代人之生活型態，因此極具知名度的 SONY 科學館正是同學們參訪學習的好機會。抵達展覽館入口，大大的 SONY 標誌極具科技感，同學們對這個地方產生更多好奇與興奮之感。一進入展覽館，首先映入眼簾的是一個巨大螢幕，它為站在螢幕前的每一位同學或參觀者以模擬的方式穿戴上各式各樣的頭飾或服裝，並透過互動，引發參觀者的注意與興趣！接著便是有趣的「笑臉機」。操作方法就是以個人最燦爛的笑容面對著鏡頭，照相後便會自動評分。Sony 科學館透過互動有趣的模式，拉近參觀者與科技的距離，讓科技不再有距離！各式的體驗中，最令學生印象深刻的是光區的紅綠眼鏡以及手影桌子。紅綠眼鏡這個設施的使用方法很簡單，首先雙眼注視一邊紅光一邊綠光的眼鏡 30 秒，接著輪流閉上左右眼並觀察周遭的事物。當左眼閉上時，即看見所有東西都是綠的；但是闔上右眼後，卻看到紅色的世界，這令學生們嘖嘖稱奇。而手影桌子則讓學生的幻想成真！小時候常常看到卡通裡的主角比一些手勢就能變出很多怪獸，這個

機器彷彿讓學生們成為變成卡通人物，只需比出手勢，螢幕便會出現相對應的動物！

SONY 科館裡面的每一項設施都極具有體驗的價值，來 Sony 科學館，絕對不能只是走馬看花，必須親自體驗看看這裡的高科技設備，一定會感到很興奮，很驚奇。而每一設施皆有其原理在其中，寓教於樂，更能啟發學生學習的動機與探究的動力。教學不該僅有理論的說明，融入於生活與遊戲之中，理論對於學生學習就不再是遙遠的距離。

參訪剪影



◆於桃園機場準備搭機出發。

◆Sony 科學館參觀合影紀念。



一入展場之大型互動螢幕吸引學生注意

林O甫同學微笑機體驗

第二天 2016.03.11 (五)

活動名稱

★課程學習：狛江高校入班學習，三田高校入班學習及社團體驗

參訪記錄

一、 狛江高校參訪活動

春寒料峭，來自南方溫暖國度之臺北市立大同高中師生教育參訪團，到達東京都立狛江高校，揭開此次交流參訪的重要任務—拜訪友好學校，維繫良好情誼。

東京都立狛江高校自民國 101 年 10 月首次來訪後，與大同高中建立良好互動關係，102-104 年持續來訪。而本校至狛江高校交流則始於民國 103 年，由學務主任帶領 38 位學生參訪團至狛江高校交流參訪，為本校與狛江高校友好互動，邁入新的里程碑。此次，則是本校第二次至狛江高校參訪，參訪方式，著重於本校學生入班體驗課程，並透過午餐交流會，使兩學生能有更多交流

互動機

會。

時間	活動內容
9:00-9:25	相見歡，紀念品交換
9:25-11:05	交流活動—入班課程體驗
11:15-12:00	交流活動—午餐交流會
12:00-12:15	玄關集合，合影，道別

(一)相見歡

一早抵達狛江高校後，該校本次負責聯絡老師—英文老師會坂一馬先生於校門口迎接，所有同學換穿室內鞋後，即帶領至會議室，稍作休息片刻，並做第 2 節及第 3 節入班上課準備，狛江高校負責接待同學依照本校學生入班上課分組，依序帶領本校同學至上課教室。

(二)表達謝意及交換紀念品

由數學老師帶領至校長室，狛江高校校長角順二先生熱情歡迎與接待，向本校表達隆重歡迎之意，並貼心詢問本校參訪行程。本校則由圖書館主任潘姿伶代表王意蘭校長，送上紀念獎座、本校 80 周年紀念光碟及筆記本等紀念品，向角順二校長表達感謝之意。

(三)入班觀課

本校 30 位學生分為 8 組，於第 2 節及第 3 節時間分別至高一各班參與課程，參與課程表列如下：

1st year		DaTong Students List		DaTong Students List
period	2 (9/25-10/10)	2 (9/25-10/10)	3 (10/20-11/05)	3 (10/20-11/05)
1	Math I 數	115-11 115-16 105-05	Music: Art: Calligraphy 美術	Music: 105-05 101-33 110-35 Art: 115-11 101-34 111-34 Calligraphy: 115-16 101-27 112-04 112-06
2	English Expression I 英語	Group1 101-27 101-33 101-34 Group2 112-04 112-06	Music Art: Calligraphy 美術	
3	Music Art Calligraphy 美術	Music: 107-18 104-11 Art: 102-06	Health Studies 保健	
4	Music Art Calligraphy 美術	102-32 Calligraphy: 103-01 103-05	Chemistry 化學	103-01 103-05 104-11
5	Geography 地理	107-05 107-05 107-07	Math I 數	107-05 107-05 107-07
6	English Expression I 英語	Group1 114-37 110-05 110-13 Group2 110-35 111-34	Class 6, Math I 數	114-37 110-05 110-13
8	Computer 情報	109-01 113-03 113-11 113-14	Class 6 English Expression I 英語	Group1; 109-01 113-11 102-06 102-32 Group2: 113-03 113-14 107-18
9	Math I 數	114-05 114-10 114-13 114-16	Computer 情報	114-05 114-10 114-13 114-16

由於狛江高校於 3 月 8 日完成本學期期末考試，因此各班上課內容，有部分班級進行期末考考卷檢討，如化學課；部分班級則持續課程進度授課，如數學課；另外，英文課則分組並邀請本校同學介紹大同及臺灣特色，促進彼此認識與交流。狛江高校藝術課程相當具有特色，在同一課程時段，兩個班級學生可依照其個人興趣，選擇上音樂、美術或書法課程。

(四)午餐交流會

為使學生能於入班觀課體驗後，與狛江高校學生有更多時間交流互動，更深入了解日本學生學習生活，因此安排於第 4 節課時間，狛江高校共有 35 名學生與本校 30 名學生以共進午餐方式，在輕鬆愉快的氣氛中交流互動。

交流會開始前，先進行歡迎式，由狛江 2 位學生代表以中文表達歡迎之意；

另外，狛江 35 名學生一同演唱校歌，在優美和諧的歌聲中，讓本校學生感受狛江優雅美好的學校氛圍。

本校則由劉 0 瑜同學以日文演說，表達對狛江高校師生熱情接待感謝之意，劉同學日語演說發音優美，狛江師生同感驚喜。接下來，本校 30 位同學自彈自唱(自備長笛、口琴、直笛等樂器)，演唱「臺灣的心跳聲」，透過音樂，展現本校學生多才多藝的一面。

在熱絡的氛圍中，開始午餐交流會。兩方學生紛紛以英語、日語交流，並互贈自備之紀念品，為這次的參訪交流畫下完美的句點。

(五)互道珍重，十月再見

此次狛江參訪交流尾聲，能感受雙方學生依依不捨之心情，交流會後，共同拍下這次參訪紀念照，互道珍重，並相約今年 10 月狛江高校至臺灣來訪再見。

參訪剪影



◆會議室歡迎本校參訪佈置



◆致贈參訪紀念--「友誼永固」，由狛江高校角順二校長代表接受



◆入班體驗--本校學生廖 0 祥於英文表達課程，以英語介紹臺灣特色



◆入班體驗--本校學生黃 0 瀚及季 0 入班體驗美術課程

	
<p>入班體驗--本校學生林0均、王0芸體驗書法課程</p>	<p>歡迎式—狛江高校代表以中文歡迎本校來訪</p>
	
<p>歡迎式--本校劉0瑜同學以日文感謝狛江高校師生熱情接待</p>	<p>歡迎式—本校學生歌曲表演</p>
	
<p>午餐交流會</p>	<p>合影留念，相約 10 月再見</p>
<p>二、 三田高校參訪活動</p> <p>午後陰霾，但本校同學以最好的精神、認真的態度，準備下午三田高校參訪。與三田高校情誼的建立，是源自於 104 年 4 月，王意蘭校長所帶領本校教師教育參訪團首次到三田高校參訪。104 年底，王校長與三田高校約定了學生互</p>	

訪時間，此次去訪即是當時所約定下來的學生參訪機會，因此，每位同學皆以用心的態度準備，希望帶給三田高校師生對本校有積極正面的觀感與態度。

時間	活動內容
13:30	抵達，準備進入歡迎式會場
13:40-14:05	歡迎式
14:15-14:55	交流活動-第二外語中文課體驗交流
15:05-16:00	交流活動-社團體驗(動畫、劍道、吉他、弓道)
16:00-16:20	玄關集合，合影，道別

(一) 歡迎式

本校於 13:15 到達後，三田高校校長笹 のぶえ、國際部主任藤村由夏老師、國際部歷史老師川口直弘老師及英文老師吉見浩子熱忱歡迎及接待。13:30，本校師生進入歡迎式會場，由該校學生以隆重儀式歡迎本校首次到訪。

歡迎式一開始，由該校學生代表以中英文表達歡迎之意，緊接著，該校學生以優美動聽之合唱歌曲表演歡迎本校師生到訪。本校學生則由林 0 甫代表致詞，感謝三田高校熱情接待與熱心安排。本校學生另安排歌曲「臺灣的心跳聲」自彈自唱，接著以活潑可愛的妖怪手錶舞蹈，讓三田高校師生感受本校動靜皆宜的精神與態度。

由於此次為本校首次正式到訪三田高校，三田高校隆重歡迎式的安排，令我們深深感受到三田高校重視本校到訪的態度與情誼，圖書館主任代表校長以英文致詞並致贈本校到訪紀念品與 80 周年校慶相關紀念品給三田高校笹 のぶえ校長，表達本校感謝之意。

(二) 交流活動-第二外語中文課體驗交流

三田高校已推動國際教育多年，除英語外，開設多種第二外語課程供學生選修。因此，本次三田高校安排本校學生體驗該校第二外語中文課程，透過分組方式，讓三田高校修習第二外語中文課學生能有練習中文機會。由於三田高校學生中文學習時日未久，因此，與本校學生是以中文、日文或英文等語言交流互動，十分有趣。

(三) 交流活動-社團體驗(動畫、劍道、吉他、弓道)

三田高校當日下午 15:00 後為社團活動時間，該校特地安排動畫、劍道、吉他、

弓道等四個社團，讓本校學生擇一參與體驗。對本校參訪學生而言，劍道及弓道屬於日本特有之社團活動，選擇參與之學生人數眾多，選擇參與動畫及吉他社團同學，則是希望了解臺灣與日本社團活動實行方式做比較。

該校川口老師帶領老師們到四個社團了解學生參與情形，並同時進行校園巡禮與介紹。

由於三田高校位於東京精華地段，校園腹地不大，分東館和西館，依校園地勢興建，為7層樓高校舍，東館為班級普通教室和教職員辦公室，西館則為專科教室和圖書館。校園腹地不大，部分社團場地為多個社團共同運用，各社團間需彼此協調社團時間。另外，部分社團進行時，因相隔較近，亦會受到干擾。然而，場地雖小，但同學踴躍參與社團活動，校園充滿青春活力。

(五) 互道珍重，十月再見

此次三田高校參訪交流尾聲，雙方學生紛紛表達依依不捨之心情，交流會後，不僅拍下這次參訪紀念照，並相約今年10月三田高校至臺灣來訪再見。



三田高校校長熱情迎接與接待



三田高校辦理隆重歡迎式，歡迎本校參訪團到來，校長並表達歡迎之意



三田高校學生代表以中文表歡迎之意



三田高校同學合唱歌曲迎接本校到訪



本校林0甫同學以日文表達感謝接待之意



本校同學音樂舞蹈表演



致贈本校相關紀念品表達感謝之意



入班體驗—第二外語中文課



入班體驗—第二外語中文課分組討論

社團體驗—吉他社

	
<p>社團體驗—動畫社</p>	<p>社團體驗—劍道社</p>
	
<p>社團體驗—弓道社</p>	<p>合影留念，相約 10 月再見</p>
<p>第三天 2016.03.12 (六)</p>	
<p>活動名稱</p>	
<p>◆文化參訪：江戶東京博物館 ★日本生活體驗：住宿家庭相見歡</p>	
<p>參訪記錄</p>	
<p>一、 文化參訪：江戶東京博物館</p> <p>參訪第三天，來到位於日本東京墨田區橫網的江戶東京博物館（えどとうきょうはくぶつかん）參訪。這是一棟地上 7 層、地下 1 層的鋼筋建造結構。為了與周邊之國技館調和，興建成高床式的特別構造建築物。(註 1)</p> <p>我們在服務員指引下，自 3 樓搭長長的一條手扶梯進入 6 樓常設展覽館入口。上樓的過程中，由手扶梯兩側通道壁上的人形繪，便能深深體會日本畫風演變。進入博物館後，同學們便被其建築之氣勢磅礴感到驚奇。等比的模擬街道，甚是華美！另外還有各式精緻古物，不論是真品還是偽物，都讓人為之</p>	

驚嘆。

東京都江戶東京博物館為回顧江戶東京之歷史與文化，思考未來誠實與生活的平台，於 1993 年 3 月開幕。常設展使用實物資料與復原模型等，以德川家康進入江戶後約 400 年間為主，介紹相關歷史、文化。此外，除了每年在 1 樓展覽廳舉辦的 5~6 次特展外，還舉辦江戶東京文化、歷史相關講座與體驗教室等各類活動。

江戶東京博物館的營運基本方針是力求推展符合江戶特有審美意識——

“粹”的各種高水準事業，作為城市歷史專業博物館，打造能吸引眾多參觀者而“繁盛”的文化設施，並從當下角度重新審視“粹與繁盛”的意義。

透過博物館的基礎業務—資料收集、展示及保存高達約 59 萬件收藏品，傳承江戶東京的歷史與文化。(註 2)

常設展廳的入口就是展區按照實物大小復原的日本橋，置身其中，想像江戶城的繁華與宏偉，從江戶城的建築與規劃，到町區生活、商業活動、藝術、戲劇等，隨著時代的更迭，見識到江戶城的轉變。隨著時間流逝，看到江戶城轉變為東京都的現代化，但仍能感受到其尊重傳統文化的精神與態度。

* 註 1：

<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%B1%9F%E6%88%B6%E6%9D%B1%E4%BA%AC%E5%8D%9A%E7%89%A9%E9%A4%A8>

* 註 2：<https://www.edo-tokyo-museum.or.jp/zh-tw/>

二、日本生活體驗：住宿家庭相見歡

此次關東學習之旅參訪重點，除了東京都立狛江及三田高校參訪與入班體驗外，另一學習重點即是安排學生兩天住宿於日本寄宿家庭，實際感受日本家庭生活。

寄宿家庭體驗安排於距離東京都約 3.5 小時車程之群馬縣水上町。我們於當日下午約 4 點鐘左右到達，共有 8 戶負責接待之寄宿家庭家長，已經引頸期盼學生們的來訪。

為了感謝寄宿家庭的熱情接待與安排，由吳 0 歲同學以日文致詞，讓每一住宿家庭 home 爸、home 媽能感受本校學生隆重的感謝之意。

當日學生晚餐是在寄宿家庭用餐，由於每一寄宿家庭，蔬菜種植為其重要經

濟來源，因此每一位學生都能享用豐盛健康的晚餐，感受 home 爸 home 媽熱情接待。

三、特別祭典：Candle Night(燭光之夜)

Candle Night 是群馬縣一個相當具有特色的慶典。在黑暗的雪地中點上數百盞蠟燭，是一個漂亮且值得一看的活動。當我們搭乘遊覽車抵達時，映入眼簾的是滿地的白雪，沒有路燈，沒有光害的影響，照在白雪上的是一盞盞蠟燭，綻放出橘紅色的光芒。一旁的雪丘上，有著以蠟燭燭光照射排列出的”群馬縣 第 10 屆”的字樣。而在雪地的中央，則是精彩的火舞表演，表演者在流星垂的兩端點火，拿在他們手上彷彿是身體的一部分，無論是高拋或是地板動作都輕鬆自在，為慶典增添更多驚喜。慶典最後，煙火的施放，伴隨著點點白雪落下，照亮夜空也照亮了整個雪地，為燭光之夜畫下完美的句點。

參訪剪影



本校師生在江戶東京博物館常設展日本橋前合影留念。



日本橋實體呈現。



江戶城模型，一窺江戶城町區分區及繁榮



同學們體驗江戶城時期交通工具

生活



江戸城庶民生活體驗

20世紀初東京交通工具體驗



寄宿家庭見面會

吳0葳同學以日文致詞感謝寄宿家庭接待



Candle Night 慶典表演

Candle Night-雪洞裡的燭光



本校學生於 Candle Night 參與慶典並觀賞雪洞

慶典結束後大雪紛飛中合影留念

第四天 2016.03.13 (日)

活動名稱

◆文化體驗：面具製作、烏龍麵製作、和服體驗

★日本生活體驗：住宿家庭

參訪記錄

一、 文化體驗：面具製作

面具體驗是由其中一家寄宿家庭的 home 媽帶領同學們彩繪製作。

一進入做面具的教室時，即被那一整面掛滿五彩繽紛面具的牆面所吸引，從傳統的達摩、小偷和天狗到卡通造型的面具應有盡有，令人目不暇給。同學們一開始以為彩繪面具並不難，但實際操作後，才發現原來光要利用有限的顏色調出自己要的顏色，就是一門學問，更不用說要在凹凸不平的表面上塗上均勻的顏色了。

雖然因為時間關係，同學們無法畫得太仔細，但透過繪畫，同學們似乎跟日本文化更接近，透過面具彩繪與認識日本神話，又能將完成作品帶回臺灣，對同學們來說，是極具紀念價值的體驗。

二、 文化體驗：烏龍麵製作

烏龍麵，一個耳熟能詳的日本食物，在台灣也有不少人為此而迷戀，而這次的日本之旅也讓同學們有機會去體驗這個看似簡單卻內含許多功夫的美食。看著老師傅認真的態度，用心的對待麵團，便知道他們是多麼認真的看待這道功夫。每一次的搓揉，每次的桿麵，同學們都用心的去感受，試著去體會

他們對食物的尊敬，感受麵團的觸感，這次的活動，同學們實際見識到他們對食物的尊重。

看著師傅一步驟一步驟的仔細教學，同學們也跟著按部就班的學習，從揉到桿到最後切麵團，看似普通的烏龍麵，其實是師傅耗費心力，努力製作後的結晶，每個步驟都是一門關卡，只有一一通過才能獲得美味的成果，經過這次的體驗，每當吃到食物就會想起製作的辛苦，不再浪費，正是這次體驗最珍貴的收穫。

三、文化體驗：和服體驗暨桐生古街道漫步及桐生織物博物館

(一)和服體驗暨桐生古街道漫步

同學們的和服體驗，安排在群馬縣以生產織品聞名的桐生市。桐生市（日語：桐生市／きりゅうし）是群馬縣東部的一座城市，從江戶時代起便是繁華的織品一大產地，以生產桐生織而聞名。該市歷史悠久，擁有眾多文化遺產，有「東部小京都」之稱。（註1）

位於桐生站北側的桐生本町一丁目及二丁目は大約400年前的江戶時代就存在的城鎮，以天滿宮為起點的地區，現在還保留著許鋸式屋頂工廠以及與織物有關的庫房、商鋪等歷史韻味濃厚的建築和街景。（註2）

換穿好和服的同學們，腳踩著木屐，走進天滿宮，仿效日本人參拜學問之神菅原道真，走在歷史韻味濃厚的桐生市街道，化身為江戶時期的日本人，想像桐生市過往的繁華，感受桐生市現在的寧靜幽雅。

*註1：<https://zh.wikipedia.org/wiki/桐生市>

註2：<http://www.city.kiryu.lg.jp>

(二)桐生織物紀念館

來到桐生市，除了身著和服悠遊其古街道外，桐生市以其織品聞名，因此我們來到桐生織物紀念館，了解桐生市的織品發展。

取名為「桐生織」，主要源自於桐生市有一條桐生河，非常適合紡織品的洗和染，於是桐生市逐漸發展成為紡織織物的集散市場。所謂的「桐生織」，是將蠶蛹抽絲後，將一般人當作廢棄的蠶繭殼提煉出蛋白質成份，並運用到布料的外層，形成保護布料的一層膜。由於具有蛋白質成份，接觸到人體皮膚相當柔軟及舒適。「日本群馬縣自古即是活絡的紡織小鎮，奈良時期桐生市就將

絲綢進貢給朝廷，成為供應日本皇室服裝的主要布料」，因此桐生市贏得「織都」之美譽。

桐生織物紀念館面積約 330 平方公尺，建於昭和 9 年（1934 年），是棟古色古香的建築。我們先進入紀念館二樓，展場內有桐生織完整介紹，亦展示以往所使用的緹花機等器具，同學們紛紛體驗，感受早期紡織技術，了解各類織法，包括：召織、緯錦織、經錦織、風通織、浮經織、經緋紋織及振織等七種織法，透過實際的布料展示，展示精美華麗的紡織工藝。

*資料來源：紡織月刊第 222 期

http://monthly.textiles.org.tw/01-hotnews-1.aspx?pk_no=1279

四、日本生活體驗：住宿家庭第二日

這一天各類體驗活動結束後，寄宿家庭家長即來到集合地點將各組同學接回。經過第一天晚上彼此摸索與熟識，且正好第二天為週日，各家 home 爸、home 媽安排外出聚餐，泡湯等不同的活動，讓同學們體驗日本假日家庭生活與活動。我們也利用今晚到各寄宿家庭，了解學生狀況，並感謝 home 爸、home 媽的熱情接待。

多數寄宿家庭家長都已是兒孫滿堂的年紀，但他們的熱情令人感動。準備豐盛道地的日式餐點，讓同學們大飽口福。另外，由於同學們的日文學習時日不久，無法流利的和 home 爸、home 媽交流，但有經驗的 home 爸、home 媽們早已備好中日英字典，想盡辦法和同學們交流，有的 home 爸、home 媽主動學習中文，有的 home 爸、home 媽透過音樂或歌曲拉近和同學們的距離。我們感受到每一家寄宿家庭的用心準備與接待，讓同學們拋下緊張與不安，放心體驗與感受日本家庭生活。

參訪剪影



面具製作體驗，同學們認真彩繪



呂0 開心展示完成作品



烏龍麵製作體驗，同學們依照師傅指導用心揉製



本校至桐生市進行烏龍麵製作體驗，桐生市觀光課安排新聞報導與採訪本校來訪



著和服體驗



天滿宮參拜



古街道巡禮--許鋸式屋頂工廠



桐生織物紀念館紡織機體驗



Home Stay 家庭活動—搗麻糬體驗



至Home Stay 寄宿家庭拜訪與致謝



學生們正享用寄宿家庭準備的可口晚餐



Home Stay 寄宿家庭準備的豐盛早餐

第五天 2016.03.14 (一)

活動名稱

★日本生活體驗：住宿家庭離別式

◆文化參訪：成田山新勝寺

參訪記錄

一、 日本生活體驗：住宿家庭離別式

兩天寄宿家庭體驗結束，水上町觀光課安排離別式，為兩天的寄宿體驗劃下完美句點。寄宿家庭代表致詞，對本校學生讚譽有加。越接近離別時刻，同學們和寄宿家庭 home 爸、home 媽一一話別。同學們不斷表示感謝之意，感謝與不捨的淚水奪眶而出。藉由此次寄宿家庭體驗，同學們學習到獨立，體會到放開心胸才能與寄宿家庭成員交流，真正了解日本家庭生活，同時懂得感恩，珍惜人與人之間緣分。

二、 文化參訪：成田山新勝寺

大雨滂沱，澆不熄參訪的意念。成田山新勝寺是位在日本千葉縣成田市的寺院、真言宗智山派大本山。940 年開山，供奉著弘法大師開光的不動明王。寬大的寺院內並立著各種新舊建築，江戶時代中期～末期的建築仁王門、三重塔、釋迦堂、額堂、光明堂共 5 棟已被指定為重要文化遺產。2007 年還新建了山門（註 1）。成田山新勝寺聲名遠播，是日本僅次於明治神宮的第二大寺廟，是日本人新年必來參拜之處，更是馳名中外，每年接受上千萬人次的參訪的著名古蹟景點。（註 2）

也許正值週間，參觀的旅客遠多於參拜的香客，卻沒有吵雜的喧鬧聲。莊嚴肅穆的氣氛，有一種特殊的氛圍，讓人相信祈求平安必能成真。成田山新勝寺雖有悠久歷史，但每一棟建築物皆保存良好。同學們漫步其中，除讚嘆建築之宏偉，更感受到日本對於古蹟及文化的重視。另外其周邊綠樹如蔭，舉目望遠，心曠神怡。

*註 1：<https://zh.wikipedia.org/wiki/成田山新勝寺>

註 2：http://www.liviatravel.com/2011/10/blog-post_4878.html

參訪剪影



日本生活體驗：住宿家庭離別式寄宿家庭代表致詞



合影留念，珍重再見



話別時刻，離情依依



再唱一首歌曲作為我們的紀念



大雨滂沱下於成田山新勝寺合影留念



雨中漫步感受日本寺廟建築之美

六、參訪心得

本次日本關東學習之旅，參訪已與本校建立友好情誼，已四度來訪過本校之狛江高校以及即將於 105 年 10 月首次來訪的三田高校，透過入班課程體驗與交流，學生受益匪淺，收穫滿滿。

首先，為使狛江高校及三田高校師生能感受大同學子的活力與熱情，參訪團學生共同籌備歡迎式之才藝表演。自備樂器演奏表演歌曲，自行安排時間集合練習，積極構思搭配之舞蹈，用心準備的精神與態度，在兩校表演結束時，皆獲得極高評價與肯定，同學們領導與協調能力在這一次的準備中獲得更多的信心與能力的提升。

另外，狛江高校安排之入班體驗課程 English Express，邀請本校參與課程同學，以英文介紹本校以及臺灣的特色，讓即將於 105 年 10 月來訪的同學，能對大同與臺灣有更深入的認識與了解。由於收到邀請的時間距離參訪出發時間不遠，同學們僅有 1~2 週的時間準備，不僅需準備介紹的文稿，也需呈現介紹地點圖片。入班體驗時，老師們透過分組方式，讓本校同學向該組同學自我介紹並介紹市立大同高中與臺灣，同學們以個人準備的英文講稿搭配自行繪製或拍攝的圖片介紹，表現穩定與亮眼，展現大同高中學生語文方面學習的成果。另外，雖然本校同學學習日文時間僅有一學期時間，但在交流互動時，將英文與日文交互運用，很快就打破初見面的害羞隔閡，熱絡的交流學習生活與所見所聞。這些體驗，對於學生未來語文方面的學習運用，以及國際觀的拓展，皆有正面之影響。

另外，此次參訪中，透過校園巡禮以及與兩校師生交流，獲得值得我們學習之處：

(一)守規勤學

不論在狛江高校或三田高校，同學們上學態度認真用心，秩序良好，雖然可帶手機到校，但不會在上課時出現滑手機現象，僅有下課時才會拿出手機使用。嚴謹守規，勤學認真，這樣的學習態度值得本校同學仿效與學習。

	
<p>每位同學專注聆聽數學課程</p>	<p>英文表達課程，每位同學專注聆聽本校同學分享</p>





(二)學生風紀委員會的宣導與管理，強化學生遵守學校規定

在日本高校中，風紀委員會是由學生組成，負責管理學生在校行為。在狛江高校校園裡，處處皆可看到風紀委員會辦理的宣導海報競賽作品，透過學生繪製的宣導海報，以最貼近學生生活方式，宣導學校各項規定及安全教育。

	
<p>這張海報提醒同學，準時到校的重要性</p>	<p>這張小海報獲得校長最高獎勵，提醒同學不好的手機使用習慣影響的是另一個人的生命安全。</p>
	
<p>校園佈告欄張貼各類與校規相關之宣導海報</p>	<p>校服穿著規定也在宣導之列</p>

(三)多元社團，展現學生多元學習表現

三田高校雖然校地腹地狹小，影響社團課程場地運用，但學生課後社團活動多樣而精彩，社團蓬勃發展，有限的場地與時間，但學生活力無限，除了動態活動有傑出的競賽表現之外，靜態的音樂活動與競賽亦是出類拔萃。

	
桌球社旁即為音樂性社團吉他社與管弦樂社，伴著管弦樂聲的練習更有氣質	吉他社後方牆面為管弦樂社，練習吉他時搭配管弦樂悠揚音樂
	
管弦樂社後方牆面為吉他社	弓道社為三田高校指標社

七、建議事項

1. 狛江及三田高校皆十分重視學生國際教育，兩校學生於高二時，皆安排高二所有學生出國參訪，拓展國際視野。而本校透過 104 年 7 月德明政府中學學習之旅以及本次關東地區學習之旅後，感受到出國參訪對於拓展學生國際觀有極大助益，但礙於國家預算，無法提供經費讓每位學生都有出國參訪機會，未來也許可透過鼓勵學生自行積攢教育基金，走出校園出國參訪，方能實質拓展學生國際視野。
2. 此行已和狛江高校及三田高校建立相當友好的關係，建議未來持續辦理，成為大同高中的國際教育交流之傳統。

八、附錄

【附錄一】

臺北市立大同高中 105 年日本關東地區學習之旅實施計畫

- 一、 依據：
 - (一) 本校 103-105 年度課程與教學領先計畫
 - (二) 本校 105 年國際參訪計畫
- 二、 目的：鼓勵本校學生參與國際教育，藉由參訪日本關東地區學校入班上課，與該校學生交流互動，實際深入了解日本學生學習情形、上課體驗以及課程發展現況，培養語言能力與國際禮儀、並體驗他國文化，拓展學生國際視野，培育本校國際人才與未來領袖。
- 三、 參訪時間：民國 105 年 03 月 10 日(四)~14 日(一)(5 天 4 夜)。
- 四、 活動地點：日本關東地區友好學校及當地文教機構與文化景點。
- 五、 住宿方式：當地旅館以及寄宿家庭。
- 六、 工作期程：
 - (一) 宣導說明會及報名
 1. 活動宣傳：12/28(一)~01/08(五)利用本校網頁、朝會、班長集合、廣播、印製海報、通知單等方式宣傳。
 2. 報名：申請學生檢具家長同意書，向學校報名國際教育旅行活動。
 3. 說明會：01 月 05 日(二) 12:00 於五樓階梯教室。
 - (二) 甄選方式
 1. 甄選名額：本校高一男生 12 人，女生 12 人，共 24 人，若超出名額將另行甄審。
 2. 評分標準：
 - (1) 第一次英文段考成績：20%。
 - (2) 第二次英文段考成績：20%。
 - (3) 第二次日文段考成績：20%。
 - (4) 甄選面試、才藝表演：40%。
- 七、 費用：每人約 30,000-40,000 元（以實際採購之招標金額為準，多退少補），不含護照費用、加保新台幣四佰萬旅遊平安險之保險費、個人交換禮物之紀念品費用、成果報告之印刷費用。

八、 報名日期：預定於 105 年 01 月 05 日（二）至 105 年 01 月 08 日（五）12:30 報名截止，並同時至總務處出納組繳交保證金 1 萬元。

九、 校內工作職掌：

職稱	姓名	職掌	備註
校長	王意蘭	綜理督導本計畫各項工作	
學務主任	陳昫姮	1. 規畫統籌本計畫各項工作 2. 聯繫姐妹校交流業務	
日文老師	李秋慧	執行本計畫各項工作	
國際教育委員會 總幹事	方毓聖	1. 執行本計畫相關業務 2. 學生甄試 3. 準備本校文宣、紀念禮品	
總務主任	吳榮達	負責採購與招標事宜	
會計主任	錢欽嫻	審核相關收費與核銷事宜	
活動組長	姚雅文	協助執行本計畫行政業務	
出納組長	林素惠	承辦各項收費與掣據事宜	
會計組員	洪碧珍	概算之籌畫、擬編及核銷業務	
幹事	李璐	協助本計畫行政業務、核銷事宜與 成果彙編	

十、 紀念品：落實交流親善訪問，請同學自行準備足夠數量的紀念品與訪問學校之接待學生互換，紀念品內容以代表臺灣文化為主，樸實、特色為原則，價格適中，費用由個人負責。(註：團體互贈之紀念品由學校準備)

十一、 預期效益

- (一) 透過海外入班上課，提升學生國際視野。
- (二) 透過海外寄宿家庭生活，增強學生獨立自主能力。
- (三) 體驗他國文化，增廣見聞，拓展國際視野及未來領袖培育。

十二、 本計畫陳 校長核可後實施，修正時亦同。

【附錄二】

臺北市立大同高中 105 年日本關東地區學習之旅

團員甄選要點暨報名表

- 一、 依據：
 - (一) 本校 103-105 年度課程與教學領先計畫
 - (二) 本校 105 年國際參訪計畫
- 二、 目的：鼓勵本校學生參與國際教育，藉由參訪日本關東地區學校入班上課，與該校學生交流互動，實際深入了解日本學生學習情形、上課體驗以及課程發展現況，培養語言能力與國際禮儀、並體驗他國文化，拓展學生國際視野，培育本校國際人才與未來領袖。
- 三、 參訪時間：民國 105 年 03 月 10 日(四)~14 日(一)(5 天 4 夜)。
- 四、 活動地點：日本關東地區友好學校及當地文教機構與文化景點。
- 五、 住宿方式：當地旅館及寄宿家庭。
- 六、 費用：每人約 30,000-40,000 元（以實際採購之招標金額為準，多退少補），不含護照費用、加保新台幣四佰萬旅遊平安險之保險費、個人交換禮物之紀念品費用、成果報告之印刷費用。
- 七、 報名日期：預定於 105 年 01 月 05 日（二）至 105 年 01 月 08 日（五）12:30 報名截止，並同時繳交保證金 1 萬元。
- 八、 團員資格：
 - (一) 品學兼優、身心健康，並具有正確國際觀念及學習精神者。
 - (二) 通曉日語/英語及具才藝者優先錄取。
 - (三) 能符合服儀規定：髮式、服裝以清新簡單、適合學生為原則，頭髮不染、燙，不留鬢角、蓄鬍或蓄髮，不得有奇特怪異之造型。
 - (四) 104.09.01~迄今未受小過以上之處分，出發前犯過即取消資格。
- 九、 甄選名額：本校高一男生 15 人，女生 15 人，共 30 人，若超出名額將另行甄審。
- 十、 甄選方式
 - (一) 01/05 (二)12:00 於本校五樓階梯教室舉行說明會。
 - (二) 01/05 (二)~ 01/08 (五) 12:30 前至學務處活動組繳交下列報

名資料：

1. 團員基本資料表（附件 1）
2. 團員成績檢核表（附件 2）
3. 團員甄選切結書（附件 3）。
4. 團員甄選家長同意書（附件 4）。

（三）至總務處出納組繳交保證金 10,000 元，01/08（五）12:30 報名截止。

（四）甄選日期：01/12(二)~01/15(五)

（五）甄選事宜及時間由學務處邀請甄選委員共同辦理。

十一、 評分標準

- （1）第一次英文段考成績：20%。
- （2）第二次英文段考成績：20%。
- （3）第二次日文段考成績：20%。
- （4）甄選面試、才藝表演：40%。

十二、 參加義務：

（一） 每位團員須積極參與各項交流活動，並協助參訪活動攝影及紀錄。

（二） 回臺後須繳交心得寫作一份 1000~1500 字之電子檔，於 105 年 3 月 31 日前繳交予臺北市立大同高級中學的帶隊師長。

十三、 經錄取之學生出國前均需參加相關國際禮儀及安全講習。參訪及接待表現優異之學生發予證明書，若違反校規或有損國家形象者將加重處分。

十四、 若有任何問題，請洽學務處學生活動組方毓聖老師，電話：2505-4269 #121。

十五、 本要點陳 校長核可後實施，修正時亦同。