

東山 爆報 62

104年6月

發行人：林校長素滿

編輯群：于美鳳

李嘉嫻

邱婉婷

林怡慧

涂志賢

許瑜庭

洪彰佑

陳緯銘

楊家衛

楊曉雯

葉淑芬

劉黛儀

賴雅玫

謝旻熹

蕭人龍(依筆畫順序排列)



<https://www.facebook.com/dsps26416170>

感謝正統印刷公司協助本刊發行



鳳凰花開・驪歌聲・光影色彩・道別離．．．

六月到，一年的畢業季又來臨了，鳳凰花開、驪歌聲起，同學們也即將離開東山進入另一階段的學習旅程，親愛的同學你們是否有感受到東山老師們及學弟、學妹們的關心與不捨？想一想在東山六年來的生活點點滴滴，會不會捨不得離開東山？回想自己在大門旁翠綠高聳的茄苳樹下乘涼、在操場上打籃球玩遊戲、在東山農場體驗植栽施肥及鬆土、在後花園享受生態、觀察昆蟲、盪鞦韆及捉迷藏、在汐平路上跑步鍛鍊體能，認識山林特色體驗溯溪並考驗勇氣、全校師生一起去校際交流認識體驗其他學校特色、又到汐止火車站展演秀才藝，訓練膽識並肯定自我能力、參加學生創意偶戲比賽一路從新北市、高雄、台南到嘉義參加競賽，一次又一次不斷的練習，同心協力爭取佳績並得到最高榮譽，同學當你日後想起童年時，會記得東山的溫馨、東山的特色，期望東山精神能激勵同學未來展創意、有勇氣去追求理想，將來有朝一日東山以你為榮。



~~恭賀！本校參加 104 年全國創意戲劇比賽 榮獲特優表現優異〈連續 2 年皮影戲競賽全國特優〉，特別感謝指導社團的蕭如訓老師、楊家衛老師及謝旻熹老師。

~~感恩！本校 88 周年校慶安排認識社區健行及溯溪體驗圓滿成功，感謝全校教職員工、家長及校友協助，讓孩子認識社區愛護環境，體驗特色，並訓練學生的勇氣及毅力，體驗不一樣的校慶。

~~預定！本校 6 月 11 日至石門國小進行校際交流，體驗風箏製作及高爾夫打擊練習並參觀海洋教育。

~~本校預定於 104 年 6 月 18 日上午辦理六年級畢業典禮。

~~本校豐富多元的暑期藝文育樂營開始招生囉！ 豐富假期生活。



畢業生 話別離...

天下沒有不散的筵席...畢業不是一個結束...而是一個新的旅途的開始...

感謝楊家衛老師教導我這三年，教導我們國語、數學等等，也帶給我們很多歡樂，也會買東西請我們吃，和煮東西給我們吃，也會教導我們是非對錯，讓我們學習到社會上的原則。

冠霆



我想感謝楊家衛老師，他讓我在這三年中，學到了好多事，而且老師還會買東西給我們吃和煮東西給我們吃，謝謝您，謝謝。

祺緯



首先我要感謝辛苦的家衛老師，還要感謝素滿校長、曉雯主任、志賢主任、婉婷老師、嘉嫻老師以及為我們默默奉獻的人。

羅旭



我要感謝帶我兩年的班導-楊家衛老師。因為他，使我成長不少也讓我悟到了很多人生哲理。

謝謝家衛老師辛苦的帶我們成長，我由衷的感謝老師讓我們有很多的戶外教學。

柏誠



雖然來到東山不到一年，我也有要感謝的人，就是我們班班導-家衛老師。家衛老師教我許多日常生活的事，還教我國語、數學，我很感謝！另外，我還想感謝許瑜庭老師，雖然您不能像導師一樣天天教我，但我也真心誠意的謝謝您。

美嘉



我要感謝的人是校長還有家衛老師，因為他們在這一段的時間陪我、照顧我。

要謝謝您們讓我知道未來應該要走的路。

廉鈞



校慶淨山健行

健行不只是走走路而已，配合環境教育、從做中學，教導孩子愛鄉、愛土、愛家鄉的情懷。



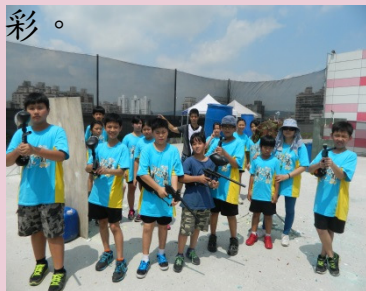
校慶溯溪

東山的學子在畢業前一定會體驗過溯溪的活動，除了是體能的展現，更重要的是合作與永不放棄的精神。每年的溯溪也結合家庭教育日，透過親職的互動，一同穿越岩石堆、涉水、攀岩小瀑布，最後體驗跳水。



兒童月攀岩漆彈體驗

新北市今年的兒童節規劃了六項禮物陪新北兒童歡度兒童月，其中的加碼禮-極限高手派對，最讓學生期待，本校高年級參加的是攀岩和漆彈，這難忘的經驗也為今年兒童節增添不少色彩。



七星區五年級田徑對抗賽

4月27日於汐止區運動場舉辦七星區五年級田徑對抗賽，本校由高子超、何沛澄、林宛姍和邱意淳為代表，參加60公尺和100公尺競賽，瞧瞧他們比賽的英姿，全力以赴為校爭光。



自治市長選舉

一年一度的選舉活動就在五月中熱鬧展開了，從候選人的政見發表、助選員的熱情拉票，到投票日的嚴謹舉辦，在在都可見孩子民主風範的展現。



「體驗幸福好市」兒童繪畫得獎作品

新北市政府市場處舉辦兒童繪畫比賽，本次主題以「幸福好市」為主題，孩子們描繪出自己對傳統市場的印象，本校同學也響應了本次比賽，以下是得獎作品，一塊來欣賞吧！



蘇君卉/市場樂



林歐冠霆/歡樂市場



徐星梅/賣衣服



陳凱恩/彩虹市場

總務園地



廖正良議員關心學童搭乘社區巴士的安全，召集相關人員會勘候車亭的增設地點。



東山國小農食教育的新基地，歡迎親師生大家一起來種菜。



依規定，必須受相關研習並取得證書者，才能修剪樹木。咱們慶洲，可是有牌的！



感謝青河、緯銘、玉珍三位好夥伴，協助清理採光罩上方的落葉及塵土。走在廊道，感覺光亮多了。



感謝青河、緯銘，協助清理停車場上方的落葉與雜草，解決積水問題，使排水更順暢。



炎熱夏天即將來臨，為小禮堂及三樓教室增設立扇，給大家涼一「夏」。

數算親情 無盡感恩

～ 感恩月系列活動精彩回顧



愛的魔法盒 DIY 餅乾卡片愛同在

5/6 這一天，全校的孩子們發揮巧思、運用捏製的翻糖裝飾手作餅乾；也將愛的話語寫在製作不易的手工卡片上帶回去獻給勞苦功高的母親 / 家長～感謝瑪利亞社會福利基金會提供校內每個孩子一份「愛的魔法盒」，讓他們藉此機會表達自己的感恩之心：～



高年級幸福家庭課程 I LOVE YOU 教你說 也教你做

第一次從「我的姓名故事」、「不同的家，特別的我」引導學生從名字了解父母對自己的期待、並且學習用正向態度接納自己。第二次內容「每個家人都不同」、「搭起愛之橋」著重由自我省思出發、學習體會家人用心並鼓勵孩子們嘗試回家後與家人和諧互動。最後一次則以「啟動家庭的愛」、「愛使我茁壯」作結，認識並運用不同「愛之語」表達對家人的愛；期望這群大孩子們化身為一顆顆「愛的種子」、讓家中「愛花朵朵開」、「愛成一團圓」！感謝新北市家庭教育中心張吳映佳老師的用心教導！



515 國際家庭日 閱讀分享休閒樣樣來



頭一晚由青河阿姨教玩兒時遊戲：大伙兒將矇了眼的孩子圍在中間進行「辨聲抓人」；第二晚則開張新落成的「光影書室」由書廷媽媽、婉婷媽媽進行繪本導讀與好書分享，看到孩子們在這兩次動靜分明的活動都樂在其中，也能聆聽、回應進行互動，一直到返家前，流連忘返的表情一直表露無遺、還問著下次是什麼時候…真覺得：如果每個童稚的心靈都能引起共鳴、這個世界將會多麼的美好！



親子關係大解碼 管教衝突化解有譜



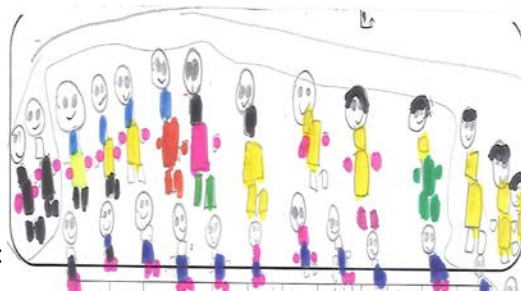
當家長們能做到正面導向的人際關係，那麼您已經讓孩子進入良性循環中，或許孩子因此更能接受日後會進入他生命中、重要人物的影響，甚至因而獲得更大的收穫！感謝七星分區駐校社工師溫文傑先生分兩次與大家探討良好親子關係的五元素，並且回覆大家所提出關於面對管教衝突的疑問～更感謝學校家長們的熱情參與！

星光人文藝術祭 親子攝影放異彩



親子攝影賽展已經進入第二年，本校學生入選作品去年只有 2 件、今年則大幅增加為 11 件！拍攝內容從日常生活、家庭旅遊、學校活動等就地取材，不論是親子間的神韻、捕捉到的笑靨都訴說著同一件事：「愛是家庭最大的寶藏」！6/6 開幕茶會當天，更有踢踏舞表演隊共襄盛舉、上台領獎的孩子們更是個個笑得合不攏嘴！感謝「新北市汐止人文藝術多元發展協會」提供的豐厚獎金與現場棚拍全家福，讓每個家庭都獲得滿滿的祝福、不虛此行！◎輔導室

一年寶貝感恩祭



親愛的 家人：

謝謝你們教我寫功課，還有我愛你們！

祝福你們 快樂又平安

江湧恩 敬上

親愛的媽媽：

謝謝你的照顧，我愛你，我喜歡你。我要送你一台車子，媽媽就可以載我去兜風。

祝福你 快快樂樂

楊牧言 敬上



媽媽：

謝謝你的照顧，我愛你，我喜歡你。送你一幅「黃河入海流」的畫。

祝福你 快快樂樂

王凱元 敬上

爸爸媽媽：

謝謝爸爸賺錢讓我們有東西吃，媽媽謝謝你照顧我們。希望我們 家人可以一起去野餐。

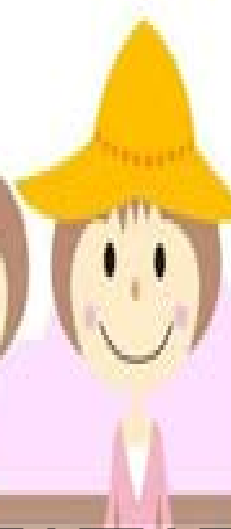
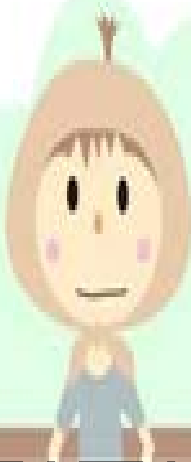
祝福 家人 平平安安

丁冠銘 敬上



媽媽謝謝你！

簡沂臻 敬上



課程活動花絮



東山農場採收囉



最愛數學課操作教具



綜合課-練習折衣服



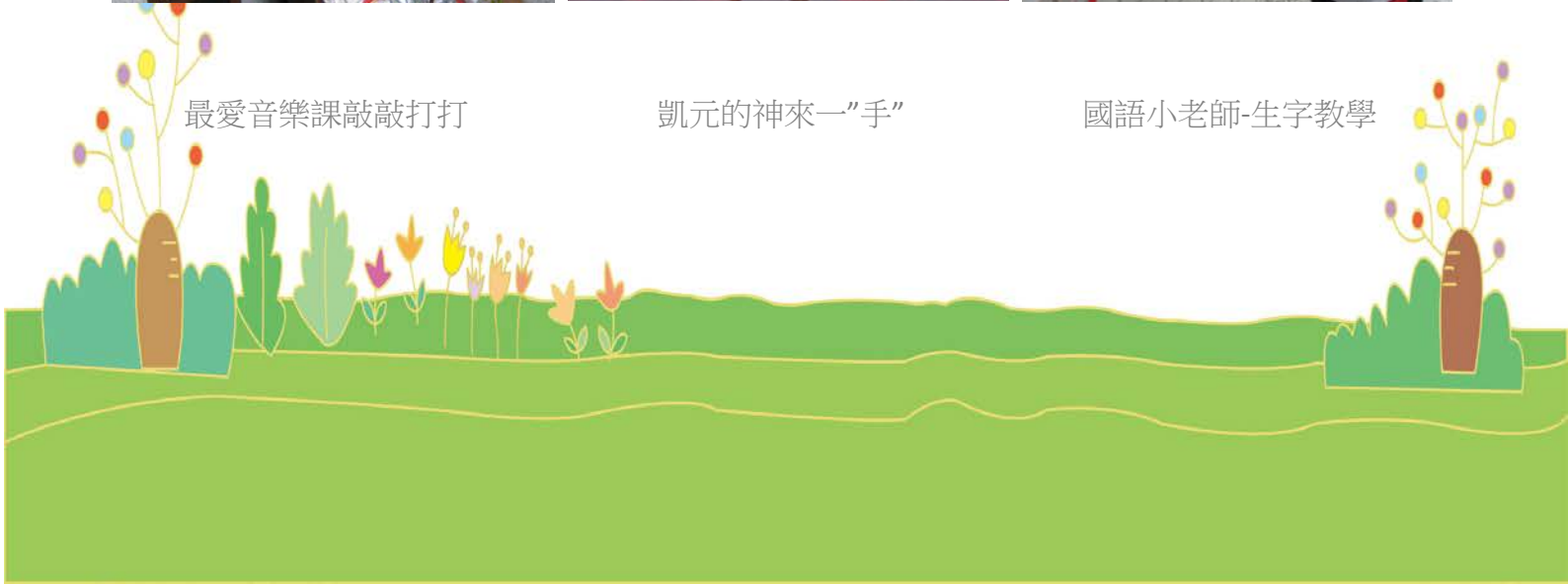
最愛音樂課敲敲打打



凱元的神來一“手”



國語小老師-生字教學



二甲 玩水去...

去溯溪 意 撞

校慶第二天，我、媽媽跟姐姐一起，去溯溪，我們聽了溯溪團隊的安全宣導，就回到教室換安全設備，準備做健身操，然後從同學家附近下水。一到河裡面，我感覺到了冰涼的水，也看到了一些小魚和小蝦在裡面，而且水還滲到了我的鞋子裡面，感覺很冰涼又很舒服，還看到水裡面的石頭，及一大堆的瀑布，真是好玩極了。

校慶活動 重 建

校慶第二天，我、弟弟、欣儀和雅玫老師一起走路去仁愛橋玩水，我、弟弟、欣儀一起用腳打水，最後，我和弟弟一起玩水遊戲，之後，我們三個一起在水面上自由自在的玩耍，我覺得好好玩。



校慶活動 重 璋

校慶第一天，今天我我們跟老師一起，去仁愛橋玩水，我們先到我家對面有通往河流的入口，我們就下去玩水，然後，繼續走到仁愛橋，最後，我們就可以玩水了，玩水的時候，我和哥哥在潑水，我差一點就溺水了，我、欣儀和哥哥在玩轉圈潑水的遊戲，我覺得好開心。



校慶活動 安 倍

校慶第二天，我去石碇仔溪溯溪，一開始，我走在溪中覺得我的腳冰冰涼涼的，很舒服，高高低低的石頭在水裡面被我踩著，我用一條繩子爬上大石頭，因為水流湍急，一個不小心就被沖到水裡面了，我的腳癢癢的，我看我的腳，結果有小蝦在腳上，我好喜歡溯溪，因為可以觀察水中的動物。



校慶活動 行 一

校慶第一天，我在健行時，我跟沛儒一邊走路一邊撿垃圾，只不過，何沛儒走不到一公里就回去了，因為大前天扭傷了，不過我也跌倒，所以，隔天沒辦法去溯溪，我好生氣。

校慶活動 沛 儒

校慶第一天，我們要健行，還淨山，但是我的腳在前兩天扭到了，所以我硬要去，結果老師和媽媽很擔心，所以就叫護士阿姨騎機車帶我回學校休息，我覺得好無聊。

二甲猜謎去...



一粒咖啡豆，
喜歡吃食物，
身體圓圈圈，
每天團結合作找東西，
像是一小戰士。
(猜一種動物) 沛儒

毛絨絨的小東西，
臉上掛著黑眼圈，
圓圓尾巴像毛線，
常在竹林啃竹子。
(猜一種動物) 柏豪



黑色老獵人，
愛打獵，又靈活又兇猛，
好像吸血鬼，
常常出門找食物，
跑來跑去，真可怕。
(猜一種動物) 行一



身穿黃色金絲，
咬一口動物就沒命，
住在炎熱的草地，
像是一個霸王。
(猜一種動物) 重健

毛絨絨的精靈，
晚上時眼睛變成水晶，
手脚長了尖尖的牙籤，
敵人靠近時，
手脚變成感應機，
以免被敵人攻擊。
(猜一種動物) 安倍



黑色小圓球，
身上有一對薄翅，
摸牠屁股就會跑，
生氣兩根棍子來找你，
有些大有些小，
感覺真有趣。
(猜一種動物) 意潼



灰色小東西，
動物飛快的，
跑得像短跑選手一樣快，
每天鑽來鑽去找食物，
真累！
(猜一種動物) 環仁



黑白大絨球，
就愛咬東西，
住在竹林吃東西，
吃完東西就要玩。
(猜一種動物) 欣儀

灰色大皮衣，
晚上常出現，
人們很討厭，
撒下天羅地網捕捉牠。
(猜一種動物) 沛儒



黑黑小小的小東西，
喜歡吃紅紅的蘋果，
彎彎的剪刀讓人覺得很可怕，
小朋友看到它就抓它。
(猜一種動物) 重緯

二甲 學習活動

花格格到校帶領孩子們進行閱讀相關活動



校慶活動



玩具魔法列車



三年甲班

四

春

季

四季在哪裡？

徐星梅

春天在哪裡？

看到了！

在美麗的櫻花裡。

夏天在哪裡？

吃到了！

在美味的冰棒裡。

秋天在哪裡？

檢到了！

掉在地上的楓葉裡。

冬天在哪裡？

摸到了！

在冰冷的水裡。

四季在哪裡？

林歐冠霆

春天在哪裡？

看到了！

小鳥在天空上飛。

夏天在哪裡？

吃到了！

在冰涼的水果裡。

秋天在哪裡？

摸到了！

在乾枯的葉子裡。

冬天在哪裡？

拿到了！

在過年的壓歲錢裡。

四季在哪裡？

陳凱恩

春天在哪裡？

看到了！

在樹葉穿上了橘色的新衣裡。

夏天在哪裡？

吃到了！

在好吃的芒果冰裡。

秋天在哪裡？

摸到了！

在冰冰冷冷的水裡。

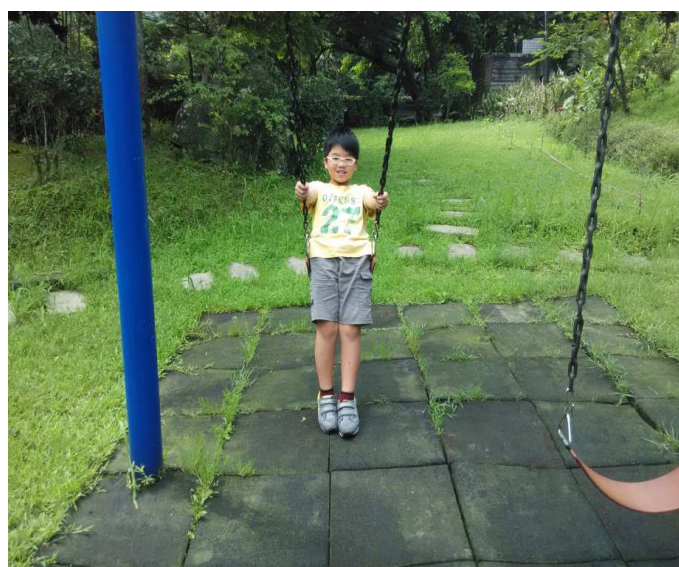
冬天在哪裡？

找到了！

在暖呼呼的溫泉裡。

鳳凰花開時

畢業囉!!



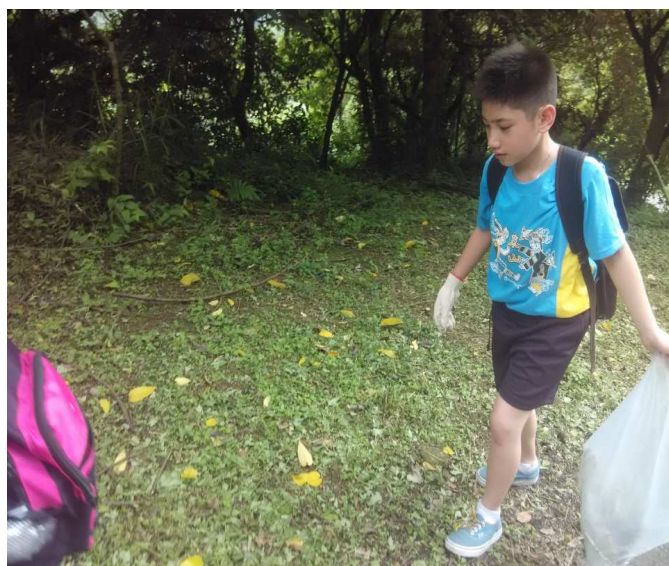
大哥哥及大姐姐好：
謝謝你們幫大家打菜、幫全校做資源回收，每天還要幫忙清理操場，真辛苦啊！
廉鈞，謝謝你陪我上洪老師的課，要不然，我會很孤單的。

凱恩



親愛的大哥哥、大姊姊，謝謝你們幫我和大家打菜，也希望你們考試順利、平平安安、快快樂樂的。還有，謝謝你們五年級的時候，幫我們打掃廁所，你們辛苦了！

星梅



大哥哥、大姊姊你們好：
謝謝你們每周五都會幫學校做資源回收及收垃圾，也謝謝你們把操場打掃得很乾淨。

冠霆



夏天的爆報

東山的新圖書室

沛辰

日記

君卉

新學期一早，老師熱情的問好，同學們也都回到教室上課，一切如常。但是，有一個地方不一樣了！那就是學校的新圖書室已經完工了！

從走廊經過，可以看見圖書館外面張貼著皮影戲偶，讓我忍不住停下腳步，走進去一探究竟。新圖書室哩，燈光不再像以前那麼昏暗，地板也鋪上了潔白的磁磚，書櫃則集中在兩側和中間，也比較不會撞到，樓梯也不向之前那麼多而容易跌倒。看書看累了，也可以往後山看，可以看到許多植物映入眼簾。圖書室變得真方便！

如果圖書室開放了，我最想看的書有：自然類、科學類與歷史類的書籍。因為，閱讀自然類書籍，可以讓我們發現地球的奧秘；閱讀科學類的書籍，可以讓我們發現未來無限的可能；而閱讀歷史類的書籍則可以讓我們知道，過去發生甚麼重大的事情。所以無論甚麼類型的書籍，都可以讓我們增長知識，所以我覺得大家有空就應該到圖書室看看書！

圖書室真是個好地方，可以讓我們看書，又可以讓我們冷靜下來，所以我們要好好愛護她，不要破壞她，你說是嗎？

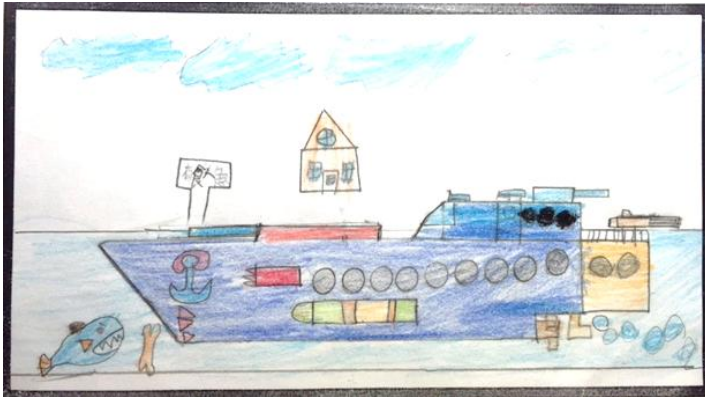
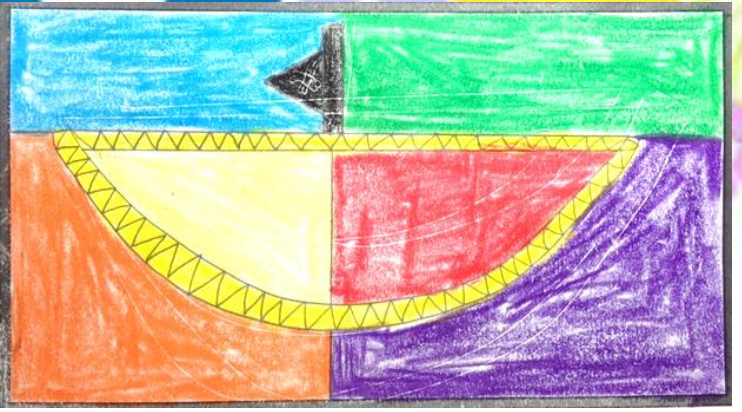
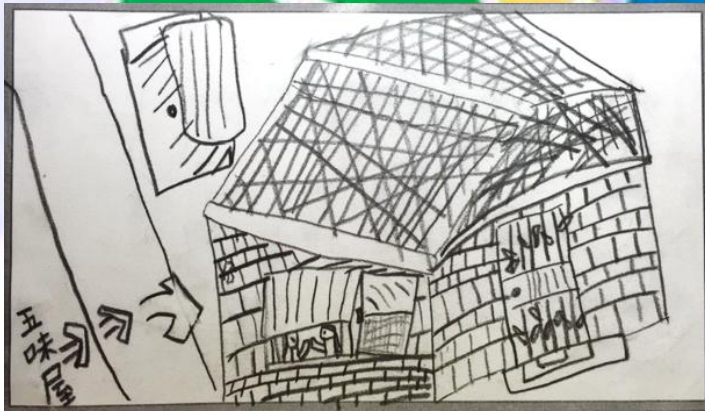
一年一度的校慶終於到來！今天的慶祝活動是會走得很累很累的健行，外加淨山！

今天是個大晴天，全校師生帶著愉快的心情出發，沿途風景很漂亮，可以看到山下的房子。那幾間縮得小小的房子，看起來就像是一隻隻可愛的小瓢蟲。我們還看到了許多棵開滿了雪白花朵的油桐樹，那潔白的花朵真是美麗！一邊走著，我們還可以聽到溪水流動的聲音。

我們在淨山的時候，我的同伴沛辰一直走一直撿，可是都撿不到什麼垃圾。可是不知道為什麼，陳致唯和周書庭他們那組，卻已經用掉四個垃圾袋了。後來老師才告訴我們，是因為他們一直把垃圾袋弄破，我以後會有那麼多個垃圾袋，所以是誤會一場！就這麼撿阿撿，樹林也變乾淨了。

一路上，嘉嫻老師和我一直聊天，我們聊了小狗愛吃的東西、愛玩的遊戲，我們還看到一隻蜥蜴，牠靜止讓我們拍照，真聽話。我雖然落後了，但是嘉嫻老師陪著我走到第一跟第二座土地公廟。中午休息時，我吃了麵包、小籠包配波蜜。可惜最後我還是走不到學校，所以讓瑜庭老師載我回去。

我覺得今天好累，因為一下子上坡，一下子又要下坡，很容易跌倒受傷，而且有些地方沒有圍欄很危險。最後，我希望大家要好好愛惜山林，不要亂丟垃圾，讓我們有好山好水可以欣賞。





我們這一班



五年甲班

漆彈

作者：蘇婉婷

要去打漆彈，我 HAPPY 的不得了。

以為漆彈硬硬的，沒想到我摸了才知道漆彈是軟的。

我覺得漆彈臭臭的，我不喜歡，可是打下去時有快感。



兒童節 作者：鄭芯羽

我最喜歡兒童節，因為有許多的禮物可以拿，今年我拿到的禮物是 1500 元，好開心。

兒童節是為兒童們所特定的節日，目的在鼓舞兒童，並喚起社會注意兒童教育，以培養健全的孩子。

一九二五年的八月，來自世界五十四個不同國家共同發起愛護兒童。

我最愛兒童節了，希望下次再過兒童節。



旅遊景點

作者：周建成

每到暑假或過年長假時，姑姑們都會安排全家旅遊，帶我去很多地方玩，我去彰化姨媽家、寶山水庫、羅東林場、新竹司馬庫斯、龍泉小木屋、泰安樹屋、高雄旗津、阿里山奮起湖、福隆海水浴場、……等等美麗景點。

去過那麼多地方，最讓我印象最深刻的是泰安樹屋，樹屋裡的樓層很高，主人是順著樹的高度，蓋了二層房間，小孩在一樓，大人住二樓，頂樓是種一些小植物，在屋子裡可以爬樹，我覺得好玩又有趣，睡在樹木旁，我非常難忘，要離開時，我們還爬了樹才肯離開，當時好像處於木星，全都是木頭的用具，有：木桌、木椅、木櫃、木框。

最後老闆還讓我們在木桌椅上吃完早餐才離開，整間都是檜木，木頭的香氣很濃，好像沉浸在森林裡，如果有機會，我會再想去那裏再住一次。



旅遊心得

作者：蕭文欣

星期六媽媽帶我和姊姊一起去淡水玩。

去到淡水時人非常多，當時我很想打退堂鼓回到家裡：玩電腦、吃零食，但是車上也是人擠人，所以我決定不回家，等到下午再回家。

我的心得是：「很不想再去人擠人的地方了！」



旅遊心得寫作

作者：邱意淳

上個星期天，我們全家一起去大尖山爬山，現在，就讓我來介紹一下大尖山的地理環境還有特色吧！

山巔高聳尖挺，標高四百六十公尺，因而得名大尖山，景致秀麗，所以又有秀峰雅名。如果說，陽明山是台北市的後花園，那麼山明水秀的大尖山不就是汐止的私房後花園了嗎？

青山綠水環抱的汐止，到處到處名山古剎，其中大尖山就是最熱門的登山健行旅遊風景區，在天色未明時，便可看見附近居民在爬山、做運動。要探訪大尖山美景，可以走寬廣的柏油馬路，慢慢前進，或是走林間時竟尋幽訪勝。

我們家很少有機會能這樣出去爬山，這次爬山的經驗不只讓我運動，也讓我學到有關大尖山的知識，可說是收穫滿滿。離開時，我腦中還不時地浮現大尖山的一草一木。

旅遊心得

作者：謝佩庭

旅遊是讓人放鬆心情、吃喝玩樂，我很喜歡跟家人出去旅遊，跟家人出遊是促進我們的感情。

旅遊前非常興奮，但時間過得很快，咻！一下子就旅遊玩了，人說：「歡樂的時光總是過得特別快。」這句話的意思是，玩就會忘記時間，等到你玩了之後，你才發現原來已經過那麼久了，每次連休時我都會跟家人出去玩。

我會希望在我死之前，每個地方都要玩一遍。

攀岩打漆彈

作者：林宛姍

5月15日星期五，我們五、六年級去攀岩和打漆彈，我們先去攀岩，一開始我以為很難爬，結果很簡單，我爬了還想再爬，我等大家都爬完後，再去爬一次。

怡慧老師爬一半、婉婷老師全部爬完，我兩次也都全部爬完，我想在玩第三次，結果沒時間。

我們走去漆彈場，看到別所學校正在打漆彈，他們打完後換我們打，我們先進去拍照再玩，我們是在打東西，很好玩。

我們玩得很開心，希望以後可以再來玩一次。

旅遊心得

作者：高子超

我的媽媽常常帶我去很多地方玩。

有一次，我媽媽帶我去外島玩，我們去那兒抓魚、釣魚和釣小管，還有去潮間帶和看煙火。

六甲生活園地



精彩活動回顧



近視防治

眼睛是靈魂之窗，是與外界溝通的重要橋樑，更是重要的學習器官，因此如何做好視力保健是每一個人都關心的課題，台灣地區近視之主要原因為近距離、長時間、不當使用眼所引起，所以作好近視防治應由幼兒開始培養健康行為。

如何提早預防近視？

護眼行動第一招：讀書環境要注意

書桌檯燈燈光要由左前方射來，以 60 燭光適宜，左撇子則相反方向。

◎書桌高度以到腹部附近高度為原則，看電視或看書時，室內燈光要打開。

◎看電視要距離三公尺以上〈畫面對角線 6 ~ 8 倍〉，畫面高低比兩眼平視時略低 15 度。

護眼行動第二招：閱讀習慣要養成

◎每閱讀 30 分鐘休息 10 分鐘〈3010〉且不在行進中搖晃的車上閱讀。

◎看書或寫作業，應保持 35 公分以上的閱讀距離。

護眼行動第三招：執筆、坐姿要正確

護眼行動第四招：眼睛休息不忘記

◎看電視時間不可過長，一天不超過 1 小時。

◎睡眠要充足，多到戶外活動。

護眼行動第五招：均衡飲食要做到

◎飲食方面，注意均衡營養以維護眼睛健康，可多攝取深海魚、黃綠色蔬菜、紅色果實等食物。另外，也可針對葉黃素、花青素、綜合 B 群、維生素 C、E、A 等保健品保養。

護眼行動第六招：定期檢查要知道

◎每年定期 1-2 次常規檢查，並且讓眼科醫師正確檢查後再配鏡。

*** 保健三部曲：

第一步：幼兒若有下列視力不良症狀，應立即找眼科醫師檢查。

第二步：無視力不良症狀，於三、四歲時找眼科醫師檢查。

第三步：配合政府視力篩檢政策，於幼托園所進行斜弱視篩檢。

東山自然生態

黃瓜也稱胡瓜、青瓜、刺瓜，

屬葫蘆科植物。

廣泛分布台灣中國各地，

為主要的溫室產品之一。

黃瓜原產印度，

由西漢時期張騫出使西域帶回中原，為胡瓜，

因隋煬帝忌諱胡人，將其改為「黃瓜」。



營養成份包含大部分

人體每日所需維他命 B1,B2,B3,B5,B6,C 葉酸,鈣,鐵,鎂,磷,鉀,鋅



五角狀心形葉子互生
跟棒球本壘板很像...

莖蔓生，卷鬚不分歧。

莖和葉都長有細毛。



通常有刺，

刺基常有瘤狀突起，

閩南語又稱胡瓜為「刺瓜仔」

果實圓柱形，

但也有人工的星形和愛心形。



花朵剛凋萎

尚未完全脫落時

就被採收下來

這種帶枯花的小胡瓜叫花胡瓜或花瓜

常將它製成一般早餐佐稀飯吃的醬瓜

