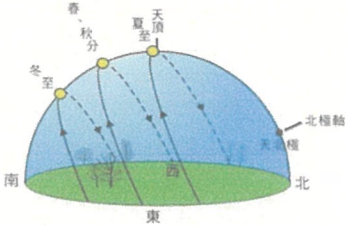
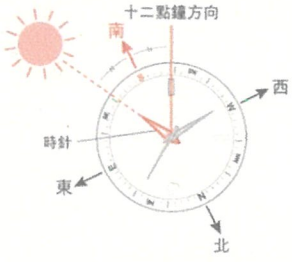


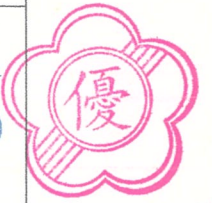
許家維
10優

高愛迪斯～你會報座標嗎？

1. 查閱資料，列舉各種簡易判定方位的方法(使用的器材越少、越簡易愈好)。
答：

Good!




方法	說明
① 太陽	<p>在晴朗的天氣下，太陽在正午時會位於正南方，在上午太陽所指的方向是東方，在下午太陽所指的方向是西方。(參考資料：https://www.cwa.gov.tw/Data/astronomy/season.pdf)</p> 
② 星象	<ul style="list-style-type: none"> 天上的星星可以用來辨識方向，例如找到北極星就可以確認北方的位置。(參考資料：https://starwalk.space/zh-Hant/news/polaris-north-star) 除了北極星外，也可以用其他星座來辨別方位，例如大熊座、仙后座、飛馬座和獵戶座都可用來作為確認北方的方位。(參考資料：https://web.nutn.edu.tw/gac370/teaching/know/know-7.htm)
③ 指北(南)針	<ul style="list-style-type: none"> 指北針是一種利用磁針指向北極來判定方位的工具，所以用指北針就可以找到北方。(參考資料：http://ie011.ez-go.com.tw/ezcatfiles/ie011/img/img/6/102820.pdf) 手錶當指南針(以北半球為例)： 確認手錶表示的是正確時間後，將手錶水平放置，並讓手錶的時針與太陽的方向對齊，時針及太陽的一直線與錶盤上十二點鐘位置間的中點，約略指向南方。上午時南方偏向錶盤的左側，而下午時偏向右側。(參考資料：https://www.citizenwatch-global.com/support/interior/direction_ct.html) 
④ 地址/路名	<ul style="list-style-type: none"> 如果不是在荒郊野外的話，可以找鄰近的建築物上的地址來判斷自己的位置。 有些路名還可以判斷自己東西南北方向，例如忠孝東路、敦化南路。



⑤	地標	<ul style="list-style-type: none"> • 可以透過觀察附近的知名地標來判斷自己所在的方位。 • 觀測 2 處遠方已知的地標，可以利用後方交會法來知道自己所在的位置。(參考資料：http://ie011.ez-go.com.tw/ezcatfiles/ie011/img/img/6/102820.pdf)
⑥	地圖	<p>地圖是可以直接指引我們位置的工具，地圖可以是 Google Map 或是紙本的地圖，有時候我們可以在路上看到政府所設立當地小範圍的地圖，這也可以幫助我們辨識位置。</p>
⑦	電力座標	<p>台電公司為了維修方便，都會幫每一支電線桿和配電箱編號，所以如果在沒有人的地方迷路了，電線桿或配電箱的編號也可以幫助我們找出自己的位置。(參考資料：https://position.taipower.com.tw/tpcemap/)</p>
⑧	路燈路樹座標	<p>台北市行道樹和路燈均有 QR code 身分證，搭配臺北市行道樹路燈資訊網(https://geopkl.gov.taipei)，可查看行道樹和路燈的位置點。</p>
⑨	大眾交通工具站名	<p>不論是城市或是鄉下，台灣大部份的地方都會有大眾交通工具可以到達，所以我們可以找到當地公車站牌、火車站或捷運站等來辨識自己的所在位置。</p>
⑩	地形	<ul style="list-style-type: none"> • 觀察山和海的位置，台灣四面環海，中央是中央山脈，所以如果在台灣西部，海的方向是西邊，中央山脈的方向是東邊。 • 觀察河流水流方向，在台灣西部，水流的方向通常是西邊。
⑪	地物	<ul style="list-style-type: none"> • 台灣的廟宇通常是採座北朝南，不知道方向時，如果有看見廟宇，就可以用門所對的位置確認出南方的位置。 • 觀察知名建築物可以判斷自己的方位，例如中正紀念堂是面朝西方，佛光山佛陀紀念館面朝東方。(參考資料：https://www.storm.mg/lifestyle/860343/ / https://www.fgsbmc.org.tw/tw/visit-attraction.aspx?serno=19)
⑫	GPS	<ul style="list-style-type: none"> • 利用手機等具有 GPS 功能的現代科技產品，查詢所在位置的經緯度

2. 你會報座標嗎？你會用幾種能報出自己正確座標的方法(列出越多項越好)？你的座標方位在哪裡？找出並標示自己生活環境的方位：到仁愛國小校園、班上教室或者家裡、社區中實驗上題的方法(至少 4 種)，證明看看是否實際、好用(拍照時的背景最好能清楚辨認，或者有標準器材在旁比對)能在同一位置測試多種方法來比對更佳。

答：

	觀測點	報座標方法
①.	仁愛國小校門口	<p>我在仁國國小校門口，試著找出可以辨識仁愛國小的方法：</p> <p>① 地址 我想到的第一個方法是學校的地址，學校地址是台北市大安區安和路 60 號，所以可以用地址找到學校。</p>  <p>② 公車站牌 第二個方法是找到附近的公車站牌，仁愛國小附近的公車站牌有不同的站名，分別是仁愛國小站、仁愛國中生站以及仁愛安和站，如果是搭公車的人，就可以尋找這些站名。</p>  <p>③ 捷運站名 學校附近有捷運站，搭捷運的話可以在信義安和站下車，並從 1 號出口出站後，往北方安和路直走就會到達。</p>  <p>④ 電子地圖或 GPS</p>

開啟手機的 google map 或指南針，查到所在位置的經緯度是 $25^{\circ}2'99''N$ $121^{\circ}33'8''E$ 。



②. 仁愛國小操場

我在仁愛國小操場試著辨識時間和方向：

① 人體日晷

我在操場中央找到一個圓形當作日晷，以我自己為中心面向北方，接著找出我的影子尖端，這時候影子尖端指的是北東北的方向，對應的時間大約是下午 1-2 點的樣子，這時候拿出手機對照時間是下午 1 點 17 分。



地標+後方交會法

我在仁愛國小操場，看到台新金控和國泰人壽大樓，我面朝北方，用手機的指南針 APP 測量，台新金控大樓位於西北方，面對台新金控大樓時與北方的夾角是 32° ，國泰人壽大樓位於東北方，面對國泰人壽大樓時與北方的夾角是 56° ，然後我在地圖上先找台新金控大樓和國泰人壽大樓，根據先前測量到與北方的方位夾角，劃出 2 條線，2 條線在地圖上的交叉點就是我在的位置。

OK

Good!



③. 408 教室

我從仁愛國小校門口進入校園後，會經過川堂，過了川堂之後，我使用兩種方式走到教室：

① 步數 + 地標 + 左右方向

經過川堂之後，我用我自己的每一步當作一個單位，走了 136 步之後，向左轉就可以看到廁所 7，從左邊的樓梯向上走到 2 樓之後右轉第 1 間教室就是 408 教室。



② 地標 + 左右方向

經過川堂之後，我立刻左轉直行到底，看到健康中心之後右轉直行，接著右手邊會有每個教室的標示，走到看見樓梯 4 的牌子後，右轉上樓走到 2 樓並右轉第 1 間教室就是 408 教室。





④.

卓越盃考場

我在 11 月 12 日參加一場卓越盃考試，考場在台灣大學，所以我試著用附近的資訊找到考場：

① 地標

考場位於台灣大學，所以我找到辛亥路的台灣大學大門。



② 捷運站 + 路名 + 方向 + 距離

由於我的考場離辛亥路比較近，所以如果要搭捷運的話，要搭到科技大樓站下車會比較近，出捷運站後沿著復興南路往南走 550 公尺就會到。



③ 地圖

有時候當地政府會設置小區域地圖讓路人辨識位置，當天我在台灣大學有看到類似的設置可以讓人知道自已的所在位置或者是找到目的地路線。



④ 路燈

台北市的路燈路樹編號可以用來確認位子，當天我找到路燈後，透過 QR code 和臺北市行道樹路燈資訊網(<https://geopkl.gov.taipei>)查詢到該路燈的座標和所在位置。



3. 除了辨認方向之外，請想一想、找看看其他簡易辨別時間、季節的妙方。

答：

辨別時間的方法

	方法	說明
①.	鐘錶	<ul style="list-style-type: none">查看手錶、牆上的時鐘或公共場所懸掛的時鐘，可以知道當前的時間。查看手機、電腦或其他電子設備上的時間顯示。
②.	媒體	透過報紙、電視或廣播等媒體，可以知道當前的日期和時間。
③.	電話	撥打電話號碼「117」，可以聽到目前的時間
④.	環境聲音	某些地方的環境聲音可以知道當前大約的時間，如學校的鐘聲、寺廟或教堂的鐘聲、車站的廣播、百貨公司節束營業前的音樂等。
⑤.	太陽	<ul style="list-style-type: none">根據太陽的位置和高度，可以大致估算出白天的時間。太陽從東方升起，再從西方下山，而太陽的高度在一天中不斷變化。利用日晷來觀測太陽位置的投影，可以知道目前的時間點。
⑥.	月亮	月亮形狀會隨著時間而改變，會逐漸變圓，然後逐漸變小，最後消失，這一過程每個月都會重複，可以用來辨別農曆的月初、月中和月末。

辨別季節的方法：

	方法	說明
①.	天空	<ul style="list-style-type: none">白天：季節變化會影響天空的顏色和陽光的強度。冬季的天空通常較灰暗，而夏季的陽光較為明亮。晚上：天上的星星也可以用來辨識季節，例如夏天及秋天可以在天空中看到夏季大三角，冬季則可以看到冬季大三角。
②.	氣候	<ul style="list-style-type: none">觀察氣溫，春季氣溫逐漸回升，夏季氣溫最高，秋季氣溫逐漸下降，冬季氣溫最低。觀察風向，台灣冬季吹東北季風，夏季吹西南季風，颱風則大多發生在夏季和秋季。觀察日照時間，春季日照時間逐漸增加，夏季日照時間最長，秋季日照時間逐漸減少，冬季日照時間最短。觀察降雨，台灣雷陣雨大多發生在春季和夏季，台灣中南部冬季不太會下雨，北部及東北部冬季則經

		常下雨。
③.	植物	<p>觀察植物生長情形和花卉，春季時樹木開始生出新芽，秋季時樹木開始落葉，台灣4季常見的花卉和樹木特徵如下</p> <ul style="list-style-type: none"> • 春季：常見的有櫻花、海芋、木棉花、油桐花、百合花和阿勃勒。 • 夏季常見的有蓮花、荷花、向日葵和牽牛花。 • 秋季常見的有金針花、韭菜花、菊花、芒花和變紅的楓葉。 • 冬天常見的有梅花、鬱金香和落雨松變黃紅色。
④.	動物	<p>動物和昆蟲的活動受到季節的影響，春季和夏季是動物和昆蟲活躍的季節，在台灣春季和夏季常見的動物和昆蟲有螢火蟲、蝴蝶、蜜蜂、蟬、蜻蜓、青蛙、燕子、鍬形蟲、獨角仙、金龜子。秋季和冬季動物和昆蟲的活動逐漸減少，台灣秋季常見的動物和昆蟲有蟋蟀、蚱蜢、螳螂和南飛的過境候鳥。</p>
⑤.	節日與活動	<p>節日與活動的舉辦，有很多都有固定的日期或時間點，因此可以利用節日或活動的舉辦來辨別季節。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 觀察節日，春季的節日有清明節、端午節，夏季的節日有七夕、中元節，秋季的節日有中秋節、重陽節，冬季的節日有冬至、聖誕節、春節。 • 觀察活動，元宵節有燈會，端午節有龍舟競賽，百貨公司周年慶大部分在秋季和冬季，職業棒球賽季的時間大部分在夏季和秋季，職業籃球賽季的時間大部分的時間在冬季和春季，夏季奧運在夏季舉辦，冬季奧運在冬季舉辦。
⑥.	日(月)曆	<p>查看日曆或月曆或農民曆</p> <ul style="list-style-type: none"> • 依據月份，春季是陽曆2-4月，農曆1-3月，夏季是陽曆5-7月，農曆4-6月，秋季是陽曆8-10月，農曆7-9月，冬季是陽曆11-1月，農曆10-12月。 • 依據節氣，每個季節都有對應的節氣，春季的節氣是立春、雨水、驚蟄、春分、清明、穀雨，夏季的節氣是立夏、小滿、芒種、夏至、小暑、大暑，秋季的節氣是立秋、處暑、白露、秋分、寒露、霜降，冬季的節氣是立冬、小雪、大雪、冬至、小寒、大寒。

4. 你會看農民曆嗎？請你研究它，然後說明它的功效與運用方法。

答：

農民曆，也稱為農曆或陰曆，是一種傳統的日曆系統，主要用於農業和日常生活，日期與我們現在常用的陽曆不同。

	內容	說明
①.	日期	<ul style="list-style-type: none">農民曆的年份以天干和地支組成，60年一個循環，例如今年2023年是癸卯年，癸是天干，卯是地支。農民曆的月份是根據月亮的盈虧來計算，平年有12個月，閏年有13個月，每個月可能有29日或30日，29日是小月，30日是大月。農民曆的日期用年月日來表示，例如2023年11月20日在農民曆日期為農曆癸卯年十月初八，有時日期會用干支表示，例如甲子日、乙丑日等。
②.	節氣	<p>農民曆將1年分成24個節氣，每個節氣相隔約15天，用來標誌一年中特定的時節和氣候變化，例如春季開始是立春，夏季開始是立夏，秋季開始是立秋，冬季開始是立冬。</p> <p>功效與運用</p> <ul style="list-style-type: none">農民曆最主要的功能就是讓農民可以根據節氣的變化來安排播種、除草和收割等時間。我們可以根據節氣來預測氣候並安排活動，例如知道什麼時候天氣炎熱要注意中暑的問題，什麼時候天氣開始變冷要注意保暖。
③.	吉凶宜忌	我們可以運用農民曆上每天都對吉凶禍福的預測，來作為日常活動的參考依據，例如挑選結婚、旅遊、搬家、開工、祭祀等的日期和活動進行的時間。
④.	農漁產	我們每日飲食可以參考農民曆上提供的當季蔬菜水果和漁獲的資訊來購買。
⑤.	十二生肖運勢	農民曆中有提供十二生肖每個月的運勢，我們可以根據自己的生肖，來預測自己未來的財運、健康、感情、事業等。
⑥.	神佛誕辰	農民曆中記載了各路神佛的誕辰，可提供有宗教信仰的人安排祭祀或參與寺廟活動。
⑦.	其他	農民曆可能還有提供祭拜方法、各種小常識、民間傳說、和算命等資訊，我們如果有需要時也可以參考。

(斗指西北維為立冬，冬之始也，故曰立冬。)

(斗指己巳為霜降，寒未深而雪未大，故名小雪也。)

歲德	三元二	咸豐	鳳天	西時	歲德	勿探	歲德	月德	天地	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
時辰	五福	乾	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福
日期	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	星期一	星期二	星期三
時辰	子時	丑時	寅時	卯時	辰時	巳時	午時	未時	申時	酉時	戌時	亥時	子時	丑時	寅時	卯時	辰時	巳時	午時	未時	申時	酉時	戌時	亥時
節氣	立冬	小雪	大雪	冬至	小寒	大寒	立春	雨水	驚蟄	清明	穀雨	立夏	芒種	夏至	小暑	大暑	立秋	處暑	白露	秋分	寒露	霜降	小雪	大雪
宜	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭
忌	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁

冬立

台灣早子：06時05分
台灣正子：07時05分
台灣正刻：06時41分
台灣正刻：06時41分

天蠶

225

在同我漁

東港：馬鯪、沙魚、鱸仔
高雄：草蝦、沙魚

歲德	三元二	咸豐	鳳天	西時	歲德	勿探	歲德	月德	天地	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
時辰	五福	乾	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福	五福
日期	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	星期一	星期二	星期三
時辰	子時	丑時	寅時	卯時	辰時	巳時	午時	未時	申時	酉時	戌時	亥時	子時	丑時	寅時	卯時	辰時	巳時	午時	未時	申時	酉時	戌時	亥時
節氣	小雪	大雪	冬至	小寒	大寒	立春	雨水	驚蟄	清明	穀雨	立夏	芒種	夏至	小暑	大暑	立秋	處暑	白露	秋分	寒露	霜降	小雪	大雪	
宜	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	祭	
忌	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	嫁	

雪小

台灣亥時：06時16分
台灣正初刻：03分48秒
台灣正刻：04分

人馬

240

在同我漁

蘇澳：鯧魚
基隆：鱸魚、虱目
淡水：鱸魚、鱸魚、加刺魚
澎湖：鱸魚、加刺魚

準為字八命本以勢運際實，考參供權主為釋應以肖生本



【牛】屬牛人今年 03 15 27 39 51 63 75 87 99 歲運勢

今年行運吉星皆乏，不能招財進益庇蔭身體安康，只能自求多福。凶星有天狗災煞吊客...

Table with 12 rows (months) and 2 columns (运势 and 吉凶). Contains monthly forecasts for the Ox zodiac sign.

準為字八命本以勢運際實，考參供權主為釋應以肖生本



【虎】屬虎人今年 02 14 26 38 50 62 74 86 98 歲運勢

今年行運吉星虛缺，只可守分安命暫時保守切勿進取，行事腳踏實地，靜觀其變並等待時機...

Table with 12 rows (months) and 2 columns (运势 and 吉凶). Contains monthly forecasts for the Tiger zodiac sign.



艋舺龍山寺 佛神聖誕紀念日 (農曆)

- | | |
|------------------|--------------------|
| 正月十三日 · 關聖帝君飛昇 | 六月初三日 · 韋馱尊者聖誕 |
| 正月十五日 · 上元天官大帝千秋 | 六月十九日 · 觀世音菩薩成道 |
| 正月二十日 · 池頭夫人千秋 | 六月廿四日 · 關聖帝君千秋 |
| 二月初二日 · 福德正神千秋 | 七月初七日 · 大魁星君千秋 |
| 二月初三日 · 文昌帝君千秋 | 七月十五日 · 中元地官大帝千秋 |
| 二月初八日 · 釋迦牟尼佛出家 | 七月(廿九)卅日 · 地藏王菩薩聖誕 |
| 二月十九日 · 觀世音菩薩聖誕 | 八月十五日 · 太陰娘娘千秋 |
| 二月廿一日 · 普賢菩薩聖誕 | 八月十五日 · 月老神君千秋 |
| 三月十九日 · 太陽星君千秋 | 九月十五日 · 紫陽夫子千秋 |
| 三月二十日 · 註生娘娘千秋 | 九月十九日 · 觀世音菩薩出家 |
| 三月廿三日 · 天上聖母千秋 | 九月(廿九)卅日 · 藥師如來佛聖誕 |
| 四月初四日 · 文殊菩薩聖誕 | 十月初十日 · 水仙尊王千秋 |
| 四月初八日 · 釋迦牟尼佛聖誕 | 十月十五日 · 下元水官大帝千秋 |
| 四月十八日 · 華佗仙師千秋 | 十一月十七日 · 阿彌陀佛聖誕 |
| 五月十三日 · 城隍爺千秋 | 十二月初八日 · 釋迦牟尼佛成道 |





算命

按左表將農曆出生的年、月、日、時之重量合計，總共有多少兩、錢、然後對照下列說明，可查自身之榮枯。

出生年的重量		出生月的重量		出生日的重量		出生時的重量	
甲子	一兩二錢	正月	六錢	初一日	一兩五錢	子時	一兩六錢
乙丑	一兩九錢	二月	七錢	初二日	一兩〇錢	丑時	一兩六錢
丙寅	一兩六錢	三月	八錢	初三日	一兩八錢	寅時	一兩七錢
丁卯	一兩七錢	四月	九錢	初四日	一兩五錢	卯時	一兩〇錢
戊辰	一兩五錢	五月	五錢	初五日	一兩五錢	辰時	一兩八錢
己巳	一兩二錢	六月	六錢	初六日	一兩八錢	巳時	一兩六錢
庚午	一兩九錢	七月	七錢	初七日	一兩六錢	午時	一兩〇錢
辛未	一兩八錢	八月	八錢	初八日	一兩八錢	未時	一兩八錢
壬申	一兩七錢	九月	九錢	初九日	一兩八錢	申時	一兩六錢
癸酉	一兩八錢	十月	八錢	初十日	一兩六錢	酉時	一兩〇錢
甲戌	一兩五錢	十一月	九錢	十一日	一兩七錢	戌時	一兩〇錢
乙亥	一兩九錢	十二月	五錢	十二日	一兩七錢	亥時	一兩六錢
丙子	一兩六錢						
丁丑	一兩八錢						
戊寅	一兩九錢						
庚辰	一兩二錢						
辛巳	一兩九錢						
壬午	一兩八錢						
癸未	一兩七錢						
甲申	一兩五錢						
乙酉	一兩九錢						
丙戌	一兩六錢						
丁亥	一兩五錢						
戊子	一兩七錢						
庚丑	一兩九錢						
辛寅	一兩二錢						
壬辰	一兩〇錢						
癸巳	一兩七錢						

一兩一	衣食奔波出外手藝	短命非業窮大凶	平生災難事重重
一兩二	幼平勞碌中年清泰	凶禍頻臨陷境	終世困窮事不成
一兩三	先難後易出外技人	身寒骨冷苦無度日	此命推來行乞人
一兩四	之命難移	碌碌巴巴無陰德	終年打劫遇平生
一兩五	之智巧多能出家求	此命推來骨自輕	求謀做事難成
一兩六	之智巧多能出家求	妻兒兄弟應難許	別處他鄉作故人
一兩七	之智巧多能出家求	此命推來福祿無	門庭困苦難榮
一兩八	之智巧多能出家求	六親骨肉皆無靠	流落他鄉作去翁
一兩九	之智巧多能出家求	此命推來祖業微	門庭常度以積奇
二兩	之智巧多能出家求	六親骨肉如冰炭	一世勤勞自把持
二兩一	之智巧多能出家求	平生衣襟苦中求	獨自營謀事不休
二兩二	之智巧多能出家求	難祖出門宜早計	晚來衣被自無憂
二兩三	之智巧多能出家求	一生做事少商量	難靠祖宗作主張
二兩四	之智巧多能出家求	獨自單槍空壁去	早年晚歲總無長
二兩五	之智巧多能出家求	一生作事似飄蓬	祖宗產業在夢中
二兩六	之智巧多能出家求	若不遇虞併改姓	也當移徙二三通
二兩七	之智巧多能出家求	初年運限未曾亨	縱有功名在後成
二兩八	之智巧多能出家求	常遇四白才可上	移居改姓始為良
二兩九	之智巧多能出家求	衣食有餘獨自單立	勞勞碌碌苦中求
三兩	之智巧多能出家求	成家之命	若使終身勤儉
三兩一	之智巧多能出家求	先貧後富近貴藝術	忙忙碌碌苦中求
三兩二	之智巧多能出家求	衣食足用之人	何日雲開見日出
三兩三	之智巧多能出家求	性巧過人衣食到老	初年運限事難謀
三兩四	之智巧多能出家求	近貴之人	到得中年衣食旺
三兩五	之智巧多能出家求	衣食豐滿富貴巧藝	早年做事難成
三兩六	之智巧多能出家求	術之人	半世自流水去
三兩七	之智巧多能出家求	財賦有餘主得內助	此命福氣果如何
三兩八	之智巧多能出家求	爵祿富貴之人	難祖出家方得妙
三兩九	之智巧多能出家求	有福無先難後易過	生平福星不圓全
四兩	之智巧多能出家求	房入貧近富之人	營生生涯宜守舊
四兩一	之智巧多能出家求	聰明報謝乖巧智慧	不須勞碌過平生
四兩二	之智巧多能出家求	衣祿厚重之人	早有福星常照命
四兩三	之智巧多能出家求	聰明富貴才能厚事	此命報報事不成
四兩四	之智巧多能出家求	有福壽之人	雖然祖業是微有

三兩八	財帛豐厚宜稱之人	一生骨內最清高	早入衙門姓名顯	五兩五	八品官職財祿豐盛	走馬揚鞭爭利名	少年做事會籌
三兩九	之利上近貴有福有祿	待看年將三十六	彩衫脫去換紅袍	五兩六	七品官職長享榮華	一朝福祿源源至	富貴榮華顯六親
四兩	富貴近貴生涯鼎盛	苦心竭力成家計	勞勞做事盡營營	五兩七	六品官職文章歷歷	此格難求慮慮過	一生福祿用無窮
四兩一	稅戶近貴專才為人	苦心中求最長	件件心中自主張	五兩八	精進之人	福祿盈盈萬事全	一生榮耀顯雙親
四兩二	衣祿之人	前而風霜多受過	後來必定享安康	五兩九	官祿旺相才能性直	福祿盈盈萬事全	感世道運似遇春
四兩三	之財祿厚自才成家	此命推來是不同	為人能幹具凡庸	六兩	富貴之人	平生福祿自然來	名利俱全福壽齊
四兩四	富貴近貴巧財財祿	中年還有進進福	不比前年運未通	六兩一	五品官職財祿厚重	雁塔題名為貴客	紫冠金帶走金指
四兩五	富貴近貴巧財財祿	若使中年命運濟	何用雙眉獨不開	六兩二	財祿之人	細推此格妙且清	必定財高禮義通
四兩六	富貴近貴巧財財祿	得寬懷感且寬懷	那時名利一齊來	六兩三	法身官職風雷報稱	朝中之中應有分	功勳走馬顯威聲
四兩七	富貴近貴巧財財祿	為人心性最聰明	作事軒昂近貴人	六兩四	三品官職有權柄之	一朝金榜題名	顯祖榮宗立大功
四兩八	富貴近貴巧財財祿	衣祿一生天數定	不須勞碌走營營	六兩五	之命	衣食定然原裕足	田園財帛更豐盈
四兩九	富貴近貴巧財財祿	萬事由天莫苦求	須知福祿前前途	六兩六	之命	不作朝中金餘客	定為世上財翁
五兩	富貴近貴巧財財祿	當年財帛難如意	晚景欣然復不憂	六兩七	之命	聰明天賦經書熟	名顯高科自是榮
五兩一	富貴近貴巧財財祿	名利推來克若何	前途幸苦復奔波	六兩八	之命	此命生來福不窮	讀書必定顯親家
五兩二	富貴近貴巧財財祿	命難難養男與女	骨肉扶持也不多	六兩九	之命	紫衣金帶為卿相	富貴榮華皆可同
五兩三	富貴近貴巧財財祿	東西南北盡皆通	出姓移名更慶隆	七兩	之命	命主為官福祿長	得來富貴定非常
五兩四	富貴近貴巧財財祿	衣祿無虧天數定	中年晚景一般同	七兩一	之命	名題金榜傳金長	定中高科天下揚
五兩五	富貴近貴巧財財祿	此命推來旺末年	妻榮子貴自然然			命主富貴誰能及	紫冠金帶坐高堂
五兩六	富貴近貴巧財財祿	平生原有滔滔福	可有財源如水源			細推此命福不輕	定國安邦極品人
五兩七	富貴近貴巧財財祿	幼年運通未留亨	若是蹉跎再不興			文繡難羅微富貴	庇蔭照耀四方關
五兩八	富貴近貴巧財財祿	兄弟六親皆無靠	一身事業晚年成			此格人問一福人	堆金積玉滿堂
五兩九	富貴近貴巧財財祿	從來富貴人親近	傳將差奴過一生			此命生來福自宏	田園家業最高隆
六兩	富貴近貴巧財財祿	為利為名終日勞	中年福祿也多遭			平生衣襟豐足	一世榮華萬事通
六兩一	富貴近貴巧財財祿	老來是有財星照	不比前番目下高			富貴由天不須求	祖業根基水自舟
六兩二	富貴近貴巧財財祿	弟兄叔姪皆如意	家業成時福祿通			十年不日不須求	富貴榮華極品人
六兩三	富貴近貴巧財財祿	一世享通事事能	不須勞碌自享通			富貴由天不須求	富貴榮華極品人
六兩四	富貴近貴巧財財祿	宗族欣然心皆好	家業豐亨自稱心			富貴由天不須求	富貴榮華極品人
六兩五	富貴近貴巧財財祿	此格推來氣象真	家業成時在其中			富貴由天不須求	富貴榮華極品人
六兩六	富貴近貴巧財財祿	一生福祿天排定	定是人間一富翁			富貴由天不須求	富貴榮華極品人
六兩七	富貴近貴巧財財祿	此命推來厚且清	詩書滿腹有功成			富貴由天不須求	富貴榮華極品人
六兩八	富貴近貴巧財財祿	豐衣足食自然穩	正是人間有福人			富貴由天不須求	富貴榮華極品人
六兩九	富貴近貴巧財財祿						
七兩	富貴近貴巧財財祿						
七兩一	富貴近貴巧財財祿						



用藥小常識

藥，該在什麼時候吃效果最好？

影響吃藥時間的因素很多，有時候是為了讓藥品能順利從腸胃道吸收，或是為了讓藥品足量進入血液，抑或是掌握最佳藥效的表現時間。

飯前吃還是飯後吃？

「飯後」是指肚子裡有食物，相當於「隨餐服藥」；「飯前」是指肚子是空的，相當於「空腹服藥」。所以，隨餐服藥的時間點可以是用餐開始到一小時內；空腹服藥的時間應該是餐前兩小時。有些藥品如指定確實的用藥時間，例如飯前30分鐘，包括止吐藥、降三酸甘油脂或是抗腸胃蠕動劑等；某些藥品最好隨食物服用，例如消化酵素與減肥藥；胃藥（制酸劑）則是飯後一小時內吃效果最久。

部分藥品最好搭配全脂牛奶或脂肪性食物一起服用吸收會更好，例如魚肝油、維他命A、D、E與多數抗黴菌藥。但是牛奶中的鈣質，則是某些藥品必須避開的，例如四環素與某些常用瀉劑。如果藥品真的會讓病人覺得腸胃很不舒服，只好改成隨食物一起服用。

是「睡前服用」還是「避開夜晚吃藥」？

具有催眠或鎮靜作用的藥品通常建議睡前服用。需要了解藥品生效快慢做為服藥時間參考的包括安眠藥、暈車暈船藥等。有些藥品具有興奮作用，反而應當在下午以前把每日的藥吃完，以免干擾睡眠。每天吃一次的利尿劑，應該避免夜晚吃藥，如果是為了降血壓，因為一天當中血壓最高的時間在黃昏，所以可以在下午吃藥。人體胃酸分泌最多的時間是深夜到清晨，因此治療消化性潰瘍的胃酸分泌抑制劑，適合在睡前服用。

以上這些例子說明服藥時間的設計，通常有科學依據，因此最好遵從醫師、藥師指示用藥，如果有疑問或有困難，可以再進一步了解是否有其他替代建議。



節能減碳小知識

什麼是「節能減碳」？

「節能」指的是節約能源、「減碳」指的是減少二氧化碳的排放量。

節能減碳10步驟

- 冷氣控溫不外洩：少開冷氣，多開窗；非特定場合不穿西裝領帶；冷氣控溫在26、28度且不外洩。
- 隨手關燈拔插頭：隨手關燈關機、拔插頭；檢討採光需求，提升照明績效，減少多餘燈管數。
- 省電燈具更省錢：將傳統鎢絲燈泡逐步改為省電燈泡，一樣亮度更省電、壽命更長、更省錢。
- 節能省水看標章：選購環保標章、節能標章、省水標章及EPR值高的商品，節能減碳又環保。
- 鐵馬步行兼保健：多走樓梯，少坐電梯，上班外出常騎鐵馬，多走路，增加運動健身的時間。
- 每週一天不開車：多搭乘公共運輸工具；減少一人開車將機車次數；每週至少一天不開車。
- 選車用車助減碳：選用油氣雙燃料、油電混合或電動車輛與動力機具，養成停車就熄火習慣。
- 多吃蔬食少吃肉：愛用當地食材；每週一天或一日一餐蔬食；吃多少點多少，減少碳排量。
- 自備杯筷帕與袋：自備隨身杯、環保筷、手帕及購物袋；少喝瓶裝水；少用一次即丟商品。
- 惜用資源顧地球：雙面用紙；選用再生紙、省水龍頭及馬桶；不用過度包裝商品；回收資源。



資料來源
 1.行政院衛生署「健康達人125：民眾自我照護手冊」
 2.新竹縣政府環境保護局