

# 客家天穿日 台灣辦慶紀念女媧補天

【記者沈卓穎報導】農曆正月二十是「天穿日」，而「天穿日」為客家人特有的節日，依習俗這一天必需休息，據說是為了紀念「女媧」煉石補天的典故而流傳下來，客家話有句俗諺說「有做嘸做，聊到天穿過」，意思就是過了天穿日才要開始農忙下田，也有客家民族在天穿日要吃炸年糕，稱為「補天穿」，因為煎炸過的甜黏黏的，象徵把天空補起來。



今年「天穿日」相關的活動慶典由北到南地區相繼舉辦。北部由中壢仁海宮舉行「桃樂飄香慶天穿」活動分為四天舉行，一百零四年三月八日由平鎮區公所舉辦「光樂客家，綠美家莊，哈克麒麟鬧天穿」，一百零四年三月八日由龍潭區公所舉行「樂騎龍潭迎天穿」，一百零四年三月十日由新屋區公所舉行「新屋區全國客家日慶祝活動」，一百零四年三月十一日則由楊梅區公所舉辦「楊梅祭天祈福迎天穿」。中部則位於苗栗銅鑼舉辦的「祭天傳承，熱鬧慶天穿」，活動當天安排祭天儀式，獻詩及DIY等活動與民眾共樂。台中豐原地區

# 紅紅燈籠高高掛 各地慶元宵

【記者李憶瑄報導】台灣雖然已使用西方新曆法，但大多數重要節慶還是以中國舊曆為主，例如傳統新年，還有開學第二週來臨的「元宵節」，可是關於元宵節的由來及各地的慶祝活動，在這片土地上生活的我們究竟了解多少呢？

元宵節的由來最早可以追溯到秦漢時代，另稱為「上元節」，在當時是為了慶祝天官大帝的生辰，農民同時祈求新的一年能夠農作順利大豐收，而傳統認為「火」能夠趨吉避凶，期許光明，演變至今成為元宵不可少的燈籠。

現代台灣更有慶元宵的系列活動，「北天燈、中燈籠、南蜂炮、東寒單」及各地燈會，「新北市平溪天燈節」更是被CNN評選為「世界上五十二件最值得參與的年度新鮮事」，今年在元宵節當晚施放八波天燈，有數千盞天燈冉冉上升，畫面美不勝收。

苗栗縣是客家族群特有的元宵活動，是唯一會使用鞭炮炸龍的習俗。台南鹽水蜂炮推薦給熱愛刺激的民眾們，參加必須全副武裝，安全帽等防護措施必不可少。台東炸寒單爺在近年也吸引許多人前往參觀，和蜂炮不同的是，寒單爺只著紅色短褲和手持一把榕樹葉接受鞭炮洗禮。

假如以上活動都無緣參加也別灰心，還有各地燈會能夠前往觀賞，不想外出擠人的，則可以與家人或者三五好友相聚，一起吃碗熱呼呼的湯圓，共度元宵節準備迎開始新的一年。

苗栗縣是客家族群特有的元宵活動，是唯一會使用鞭炮炸龍的習俗。台南鹽水蜂炮推薦給熱愛刺激的民眾們，參加必須全副武裝，安全帽等防護措施必不可少。台東炸寒單爺在近年也吸引許多人前往參觀，和蜂炮不同的是，寒單爺只著紅色短褲和手持一把榕樹葉接受鞭炮洗禮。

# 全台缺水荒 全民應節約能源



【記者劉之怡報導】正值三月初期，又到了全台灣水荒的季節！為因應全台灣水荒的現況，台灣自來水公司已實施夜間減壓供水限水措施。限水地區主要以新北、桃園、新竹、苗栗等北部縣市為主。

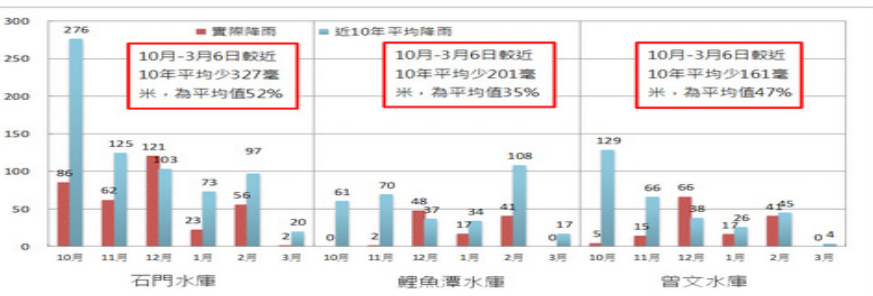
台灣年降雨量豐富，但因狹窄狹窄、山勢陡峻，以及颱風豪雨雨勢急促，大部分的降雨皆迅速流入海洋。因此，台灣的降雨在地域、季節的分佈極不平均，在每年十一月至次年四月容易造成地區性、季節性的乾旱。

語傳系的耿欣如表示，學校的女生宿舍在缺水的季節裡，經常有短暫的停水，有時舍監還會突然廣播，因為供水異常，所以暫時不要去浴室洗澡。文觀系的劉巧柔則說，因為缺水問題，早上打開水龍頭卻沒有水，只能克難的到行政大樓去刷牙，真的讓人覺得很困擾！語傳系的郭昭里也表示，上次宿舍停水時，因為廁所不能沖水，所以臭味真的令人作嘔。

頭份永和山水庫 攝影：鄒志孟



面對缺水問題，除了限水外，全台各地紛紛倡議節約用水。包括洗米水澆花、隨手關水龍頭、洗澡水洗衣等，希望藉由民眾平時節約的行動，能舒緩每年缺水的窘境。



# 諾羅病毒報你知

## 諾羅病毒預防方法

- 勤以肥皂水洗手**  
如廁後、進食或準備食物之前，用肥皂水徹底洗手（酒精性乾洗手無效）
- 徹底煮熟**  
所有食物（尤其是貝類），應徹底清洗及煮熟
- 環境消毒**  
污染衣物、床單立即更換，馬桶、門把、玩具物品用漂白水擦拭（1000ppm）
- 嘔吐、排泄物處理**  
糞便、嘔吐物用漂白水消毒（5000ppm）再沖入下水道，處理時戴手套與口罩
- 生病在家休息**  
有症狀的人停止處理食物，餐飲業員工應於症狀解除48小時後才可上班

詳見疾病管制署「諾羅病毒(Norovirus)感染控制措施指引」

衛生福利部疾病管制署 TAIWAN CDC 1922 疫情通報及關懷專線

【記者郭昭里報導】每年十一月至次年三月期間，是諾羅病毒腸胃炎主要流行季節。今年春節期間，台中武陵富野渡假村爆發諾羅病毒性腸胃炎集體群聚感染事件。

聯合大學衛生保健組組長高淑芳表示，病毒性腸胃炎主要透過糞口途徑傳播，經由攝食受病人排泄物或嘔吐物污染的水或食物而傳染，也可能經由與病人密切接觸或吸入嘔吐所產生的飛沫而感染。個人預防措施應養成勤洗手的衛生習慣，特別是在如廁後、進食前或準備食物時；徹底煮熟食物，落實不生食、不生飲；吃剩食物應放在冰箱中儲存；與他人共食使用公筷母匙；環境清潔維護，門把、桌面和器物表面如被汗染應用0.5%漂白水擦拭。

得到諾羅病毒時主要症狀是水瀉和嘔吐。也可能會

有頭痛、發燒、腹部痙攣、胃痛、噁心、肌肉酸痛等症狀，通常感染後一至三天開始出現腸胃炎症狀，症狀可以持續一至十天，病程的長短取決於所感染的病毒種類及個人的免疫力。

若有同學得到諾羅病毒發病時請盡速就醫，因抗生素的使用對病毒性腸胃炎感染並沒有幫助所以治療病毒性腸胃炎最重要的原則是適度補充水分與電解質，以防止脫水和電解質的流失。並通報本校校安中心（電話：38110）或電本校衛生保健組（電話：381038183），以利校方後續追蹤與掌控疫情。

高組長建議腸胃炎期間飲食應清淡，因為過油或太甜的食物並無法吸收，反易導致腹瀉症狀更加嚴重。除此之外，若發生疑似群聚感染事件，校方會立即通報苗栗縣衛生局，並配合進行檢體採樣及疫情調查。病患的糞便或嘔吐物應使用0.5%的漂白水消毒處理，以去除其傳播力，呼籲學生生病時應請假在家休息，在症狀緩解後四十八小時再返校上課。

校方利用多種管道宣傳諾羅病毒相關訊息，運用學校餐飲人員在職教育、衛生股長研習、衛保組健康促進相關講座等宣導諾羅病毒的防治重點，並將相關防疫資訊公告於本校網頁最新消息、聯大食情網頁等，另以LINE方式將消息傳遞給全校教職員工生。衛保組派有專人追蹤諾羅病毒疫情，以隨時提供最新防疫資訊，並於本校兩個校區各有一位兼任營養師負責校園食品安全與人員衛生管理。