



# 天主教曉明女子高級中學

STELLA MATUTINA GIRLS' HIGH SCHOOL

英國公立高中體驗&瑪麗皇后大學英語研習營  
+義大利深度旅遊

交流日期：6/18-7/14

## CONTENTS



# 目錄

- 01. 目錄
- 02. 活動行程表
- 03. 參與人員名單
- 04. 帶隊老師心得
- 07. 學生旅遊日記
- 31. 活動照片



# 活動行程表

| WK1 | 日 期   | 星 期 | 上 午                                                           | 下 午         | 晚 上     |
|-----|-------|-----|---------------------------------------------------------------|-------------|---------|
| 1   | 6月18日 | 四   | 出發前往英國倫敦囉！                                                    |             |         |
| 2   | 6月19日 | 五   | 抵達倫敦 校園周遭環境認識，超市採買趣                                           |             |         |
| 3   | 6月20日 | 六   | 【全日活動】倫敦哈利波特國王十字車站、肯頓鎮、諾丁丘彩虹屋、波多貝羅市集                          |             |         |
| 4   | 6月21日 | 日   | 【全日活動】倫敦市區觀光：格林威治市集 & 海事博物館 & 本初子午經線                          |             |         |
| 5   | 6月22日 | 一   | 參與當地學生正規課程                                                    | 參與當地學生正規課程  | 宿舍休息    |
| 6   | 6月23日 | 二   | 參與當地學生正規課程                                                    | 大學客座講習      | 入住大學宿舍  |
| WK2 | 日 期   | 星 期 | 上 午                                                           | 下 午         | 晚 上     |
| 7   | 6月24日 | 三   | 分班測試/校園導覽                                                     | 大笨鐘、西敏寺     | 國外安排之活動 |
| 8   | 6月25日 | 四   | 英文課程                                                          | 國家藝廊、特拉法加廣場 |         |
| 9   | 6月26日 | 五   | 英文課程                                                          | 攝政街、皮卡迪里廣場  |         |
| 10  | 6月27日 | 六   | 英文課程                                                          | 聖保羅大教堂(含門票) |         |
| 11  | 6月28日 | 日   | 英文課程                                                          | Westfields  |         |
| 12  | 6月29日 | 一   | 【全日活動】劍橋之旅：國王學院(含門票)<br>※由於國王書院暑期流量控管，若當日無法入內，則會改為參觀三一學院或同等級  |             |         |
| WK3 | 日 期   | 星 期 | 上 午                                                           | 下 午         | 晚 上     |
| 13  | 6月30日 | 二   | 【全日活動】倫敦觀光：白金漢宮、海德公園、哈洛士百貨、倫敦南岸漫步                             |             |         |
| 14  | 7月1日  | 三   | 泰晤士河遊船(含船票)                                                   | 英文課程        | 國外安排之活動 |
| 15  | 7月2日  | 四   | 大英博物館                                                         | 英文課程        |         |
| 16  | 7月3日  | 五   | 自然歷史博物館                                                       | 英文課程        |         |
| 17  | 7月4日  | 六   | V&A博物館                                                        | 英文課程        |         |
| 18  | 7月5日  | 日   | 柯芬園                                                           | 英文課程        |         |
| 19  | 7月6日  | 一   | 【全日活動】牛津大學：基督書院(含門票)<br>※由於基督書院暑期流量控管，若當日無法入內，則會改為參觀莫得林學院或同等級 |             |         |
| WK4 | 日 期   | 星 期 | 法 義 大 利 之 旅                                                   |             |         |
| 20  | 7月7日  | 二   | 搭乘歐洲內陸航空前往羅馬                                                  |             |         |
| 21  | 7月8日  | 三   | 羅馬-梵諦岡聖彼得大教堂-聖天使古堡-四河噴泉-萬神殿-威尼斯廣場【安排當地專人導覽解說】                 |             |         |
| 22  | 7月9日  | 四   | 羅馬-佛羅倫斯烏菲濟美術館【含門票&安排當地專人導覽解說】                                 |             |         |
| 23  | 7月10日 | 五   | 佛羅倫斯--比薩、比薩斜塔-波隆那                                             |             |         |
| 24  | 7月11日 | 六   | 威尼斯、聖馬可島+GONDOIA 鳳船【含船票】-維洛納                                  |             |         |
| 28  | 7月12日 | 日   | 米蘭市區觀光-艾曼紐二世迴廊、米蘭大教堂【含門票】                                     |             |         |
| 26  | 7月13日 | 一   | 前往機場搭機返回台灣                                                    |             |         |
| 27  | 7月14日 | 二   | 抵達溫暖的家                                                        |             |         |

\*上述課程內容將視實際天候及國外學校安排等原因做適度調整，實際課表請依照現場所發放課表為準。

# 參與人員名單

## 隨隊輔導人員

1 隨團老師 李旻禔 LEE, MING-CHIEN

3 隨團領隊 江芸珮 CHIANG, YUN-PEI

1 隨團老師 歐陽君亭 OU YANG, CHUN-TING

## 參訪學生名單

1 黃美淇 HUANG, MAGGIE

2 陳歆喬 CHEN, XIN-QIAO

3 陳筠羲 CHEN, YUN-HSI

4 張品柔 CHANG, PIN-JOU

5 章芯綸 CHANG, HSIN-LUN

6 蕭榆蓁 HSIAO, YU-CHEN

7 陳禹彤 CHEN, YU-TUNG

8 洪榆璇 HUNG, YU-HSUAN

9 林亮彤 LIN, LIANG-TUNG

10 鄭若喬 CHENG, JO-CHIAO

11 黃薰右 HUANG, XUN-YOU

12 何芃勻 HO, PENG-YUN

13 洪靖惟 HUNG, CHING-WEI

14 廖研希 LIAO, YAN-XI

15 陳沛嬋 CHEN, PEI-HUA

16 林子恩 LIN, TZU-EN

17 張嫻智 CHANG, YING-CHIH

18 何沛縈 HE, PEI-YING

19 吳欣庭 WU, HSIN-TING

20 邱蘊晴 CHIU, YUN-CHING

21 陳玥彤 CHEN, YUE-TONG

22 劉藹緹 LIU, AI-HSIANG

23 劉宸瑜 LIU, CHEN-YU

24 吳沛馨 WU, PEI-SIN

25 李采潔 LEE, CAI-JIE

26 劉庭妤 LIU, TING-YU

27 黃品毓 HUANG, PIN-YU

28 陳函汝 CHEN, HAN-RU

29 張藝尹 CHANG, CHEN-YIN

30 鍾雨澄 CHUNG, YU-CHENG

31 施沛沂 SHIH, PEI-YI

32 楊滋鎰 YANG, TZU-SHIUAN

33 張閔媛 CHANG, MIN-YUAN

34 白雅瑜 PAI, YA-YU



# 帶隊老師心得

李旻蒨 老師

## 2026 英國倫敦及義大利海外遊學暨文化參訪活動成果與心得

承蒙美嘉校長（修女）的信任，以及學務處建華主任、體衛組秀菊組長暨學務處全體同仁的協助，旻蒨有幸與歐陽君亭老師共同擔任 2026 年暑期海外遊學活動的帶隊老師。我們陪伴 35 位即將成為高一新鮮人的同學，前往英國倫敦進行為期 5 天的當地高中學伴交流、14 天的遊學夏令營，以及 6 天的義大利城市文化探訪。透過走出課室、親身走訪異國，同學們在語言學習、文化理解、生活自理及團隊合作上皆有顯著成長。

抵達倫敦後，我們率先參與 Kingsford Community School 的學伴交流。活動初期，部分同學因語言與文化差異略顯緊張，但在對方熱情的安排下迅速建立信心，開始主動以英文分享校園生活與興趣。看著大家從害羞轉為自信表達，令人倍感欣畏。這場交流讓同學們深刻體會：語言不僅是課本上的文法與考試，更是跨越文化、建立友誼的橋樑，也對英國教育的學習方式有了更深認識。

隨後，我們在 Queen Mary University 展開 Embassy Summer 夏令營，採「半天課堂學習、半天倫敦探索」的模式。同學們「做中學、學中做」，將英文活用於搭乘大眾運輸、購物與當地人互動中。大笨鐘、大英博物館、白金漢宮及聖保羅大教堂等知名景點化為生動的戶外教室，讓歷史與文化躍然眼前。

回顧英國期間，同學們在生活自理與團隊合作上的進步有目共睹。35 位習慣不同的同學共同生活，必須學會準時、遵守規範並尊重差異。面對交通延誤或天氣變化等突發小挑戰，大家在師長引導下冷靜應對、互相照顧，這些課堂外的經驗尤為珍貴。

行程後半段，我們轉往義大利展開藝術與歷史之旅。從羅馬的四河噴泉、萬神殿、競技場，到國中之國梵蒂岡的聖彼得大教堂，感受千年的深厚底蘊；接著走訪佛羅倫斯，在專業導覽下領略文藝復興的藝術魅力，並於比薩斜塔親身感受特殊建築結構與倩影；威尼斯獨特的水都景觀與生活化導覽，則讓大家深刻體驗與認識世界文化遺產；最後抵達米蘭，參觀壯觀的米蘭大教堂，為這趟文化之旅劃下完美句點。

陪伴同學們完成這趟充滿挑戰的旅程，對我而言亦是一次寶貴的學習。身為帶隊老師，除了肩負責任、展現耐心與細心，更要在安全前提下給予適當引導，陪伴她們學習獨立。看著大家展現出日益成熟的態度，這些成長或許無法立即用成績衡量，卻是未來面對世界時的重要能力。

「人生沒有白走的路」，相信這趟旅程所累積的回憶與經驗，將成為同學們未來成長道路上珍貴的養分，期許大家持續保持好奇、勇於探索世界，成為具備國際視野與獨立思考能力的人。

# 歐陽君亭 老師



## 2026 英國遊學團心得

2026 年 6 月，在因緣際會下與旻蓓老師帶領曉明 35 位學生踏足向來只有耳聞卻從未實地走訪的英國、義大利。臨行前的忐忑、興奮與期待之情很快便因近二十小時的長程飛行而消磨殆盡，只留下腰酸背痛與疲憊。幸好初到英國時便受到 Kingsford 李老師無微不至的照顧，讓我們一行人得以快速休整，迎接之後的旅程。

主動出擊，是認識世界的方法

行前最期待的便是英國、義大利許多知名的景點，像是劍橋大學、大英博物館、聖保羅教堂、威尼斯、米蘭大教堂……等，這些原先只存在於課本的名詞，如今卻在我眼前敞開，而行前查找的相關說明或是聆聽導覽介紹這些建築、城市的故事，更能感受眼前所見的每一幅畫、每座雕像、每個宏偉建築似乎都有其生命，總讓我流連忘返，於我而言它們存在的意義並非只是到此一遊的拍照證明。

在營隊裡也可以看到曉明的學生、外國的學生主動開口結交朋友，透過簡單的對話搭建友誼的橋樑；積極參與營隊晚上的活動，在活動中結交朋友；也有學生會跟每天帶隊的隊輔姐姐聊天，這些積極的學習態度帶來能多的視野、人際交流，同時也在改變她們觀看世界的角度與模式。

保持彈性，不預設立場的從容

許多人提及英國的食物往往是「炸魚、薯條」、「不好吃」，堪稱美食沙漠，我們這次卻要在英國待兩週，自救的方法大概就是在行李箱中塞滿泡麵。然而到了當地真正品嚐英國食物後，我得說其實沒有想像中難吃，英國人的烹調手法、調味料也許不像台灣那麼多元有變化，但是食物只要新鮮，就是簡單的烹調也很可口。

一開始住的 Kingsford 是兩人一間，有冷氣；在 Queen Mary 則是一人一間，房間內沒有冷氣、電風扇，如果開窗戶通風又會有許多小蟲，不開窗又很熱，第一晚怕熱、怕蟲的學生都很崩潰，到了第二天帶著她們解決電風扇、蟲的問題的就安心住下了。剛到 Queen Mary 學生聽說沒冷氣還要自己一個人睡時，一度認為自己沒有辦法在這裡生活，逐漸適應後，也有學生說一個人住蠻自在的，如果天氣不要再這麼熱會更好。

在國外，食宿是每天都要面對的問題，如果沒有辦法保持彈性，就會一直在埋怨中度過，反而無法好好地感受當地的文化、生活，畢竟我們是來體驗，而這卻是他們的日常，來到異國不就是要入境隨俗嗎？所以我認為遊學的心態決定旅程最終的收穫。

強健體力，是在地體驗的根本

在英國期間出遊大多是搭乘地鐵體驗其日常生活，因此日行一萬兩千步是家常便飯，且時值熱浪，加上英國地鐵、博物館普遍沒有冷氣，對體力的耗損更為急劇，期間不少學生中暑、病倒，或沒力氣走路，導致行程或多或少受到影響。在英義旅行期間深刻地認知「健康是一切的根本」，所有想去的景點，想完成的目標都需要有健康的身體來執行，否則只會淪為空談，留下扼腕與遺憾。

王安石在〈遊褒禪山記〉中提及「古人之觀於天地、山川、草木、蟲魚、鳥獸，往往有得，以其求思之深而無不在也。」揭示了欲有所得需有探索的精神，這趟英、義之旅亦然，擁有探索的精神，對所見所聞保有好奇主動求知，以開放的心態面對遊學期間所有人事物，加上好的體力，必感讓這趟旅程收穫豐碩。

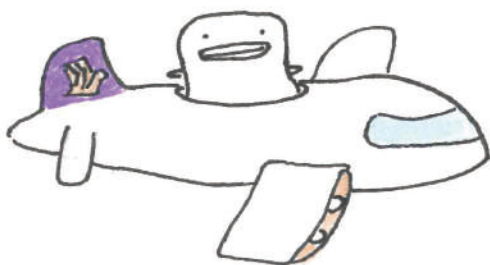


在劍橋大學拍攝的徐志摩詩句。

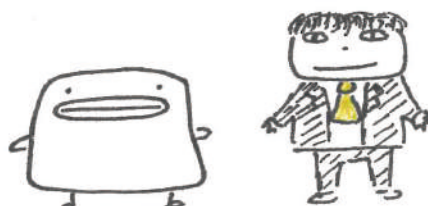
# 學生旅遊日記

搭機

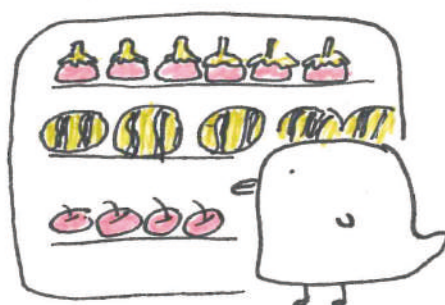
坐了18、19個小時  
的飛機，屁股麻痺!!



見到了熱情的李校長  
被超長的頸銜徹底震驚!!



和學伴們一起  
玩遊戲



選了+幾分鐘，最後決定不  
買東西回宿舍吃水果炒

正宗英式料理



炸魚薯條!!



21:00 還是白天!!

小鳥也 看這天

## 波多貝羅市集、國王車站、肯頓鎮

### DAY 3

今天是我們出發到英國的第三天，因為今天是星期六，所以我們沒有待在學校，而是出去外面玩。我們原本要坐地鐵到波多貝羅市集，但是地鐵在維修，所以我們改搭公車再轉地鐵，公車和地鐵上都很熱，而且站台也很多人，要隨時注意領隊在哪裡，並且還要提防自己的財產安全。第一站是波多貝羅市集，我們在那裡買了特色帆布袋。下一站是哈利波特國王十字車站，我們去逛了商品店，那裡有賣很多連不是哈利波特的粉絲也會逛很久的商品。第三站是肯頓鎮，那邊很大、很好逛，有很多吃的，也有很多飾品店、還有衣服店。我們看到一件很好看的褲子，但它竟然要45英鎊，超級貴！最後一站是波羅市場，那邊很像台灣的菜市場，有賣蔬果和熟食。今天一天，我們走了兩萬多步，雖然很累，但是卻收穫滿滿，體驗了當地的地鐵和雙層巴士，也去了當地人常去的三個市集。

— 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 —

## 格林威治、海事博物館

### DAY 4

因為昨天晚上沒有烘衣服，我們只能今天早上起來弄衣服。本來，我們想請自己組的同學幫我們跟老師說會晚一點下去，結果卻發現他們還沒起床，所以今天我們組只有兩個人是準時到的？

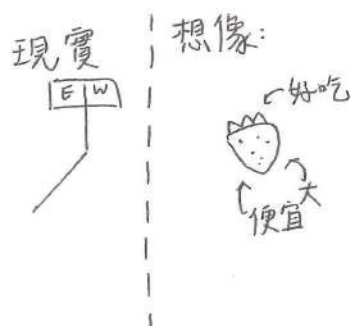
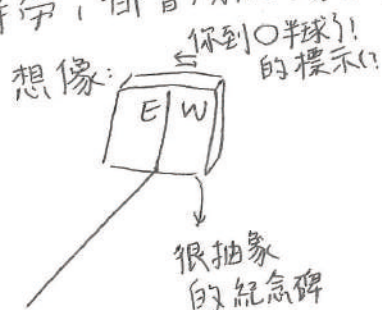
早上去格林威治市集，看到很多在賣花的店，才知道今天居然是英國的父親節！特別的知識又增加了！

下午，我們在海事博物館，看到不少刻了中文的文物以及康熙的畫像，有一股莫名的熟悉感？但也看到很多從未見過、聽說過的文物。或許念完高中歷史後會多少對這些更有共鳴。

在本初經線那裡，有一點我覺得很可惜。就是它和我想像的不同，它不太明顯，比較沒有享受到很盛大的儀式感，讓前面爬很長的坡（目測30°~45°）、很累的我有一些失望。但是，這的確也是一個很特別的體驗，我也達成新的人生里程碑——同時位在兩半球。

總體來說，今天是很有意義的一天，去了很多很具代表性的景點。但是非常可惜，星期日起市下午五點就關了，讓從早上就開始期待草莓的我們大感失望。

雖然今天還是走得有些累，又很熱，但是看到景點時又會覺得一切都很值得。不管是把睡過頭的同學叫醒的緊張又搞笑的過程，又或是看到美景時心曠神怡、忘卻一路奔波的辛勞，都會成為我們難忘的回憶，點綴了我們旅程。



## 入班上課

### Day 5

今天是到英國的第5天，今天早上我7:20分起床但是我拉肚子，所以8:01才到集合地點。早餐吃麥片加牛奶還有麵包，然後8:50學伴就來把大家接走上課，我第一節上課上英文，老師一直生氣，因為太吵了，第二節上自然我覺得比較簡單，第三節上電腦，老師要同學做會叫的獅子。中午吃義大利麵或肉醬薯條，我選義大利麵但我覺得不好吃，接著就有新的學伴來接走我。下午我上體育課，非常熱，網球很難，我打不好，然後上物理，我的新學伴都不會，不過我也不會。上完物理就放學了。到別的教室後老師宣布事情，老師說我們這組不能去超市因為我早上遲到一分鐘，我們都很生氣，不過也沒辦法，我就回宿舍滑手機了，我媽媽說以後先去集合再去大便。晚餐吃泰餐很好吃，今天就結束了。

2026 / 6 / 22, 黃品毓

# DAY 6

今天是來英國的第6天。早餐吃麥片和李老師準備的香蕉。之後就跟學伴去上課。我們第一節上理化，教室很熱。第二節上經濟，我都聽不懂。第三節上中文，但他們要考試，所以我們在另外一間教室玩狼人殺和終極密碼。中午吃烤餅和雞肉。下午去聽孫老師講如何申請和準備英國大學，考老師說要好好維護自己的權利。第五節課跟學伴道別。就換到新宿舍。沒冷氣很熱。在樓下打排球和玩撲克牌。老師說明事情說1個小時，聽到很累、很煩。這裡有網路，很棒、很開心。

2026/6/23, 楊懿鎭

# 大笨鐘、分班考試

26/6/24 陳色海 DAY 17

今天是星期三，最熱的一天 

早上去看大笨鐘

很漂亮



中午有烤肉

很好吃



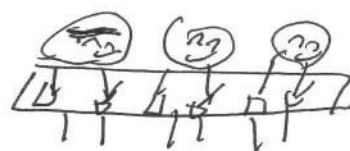
肉漢堡



冰淇淋

下午有分班考試

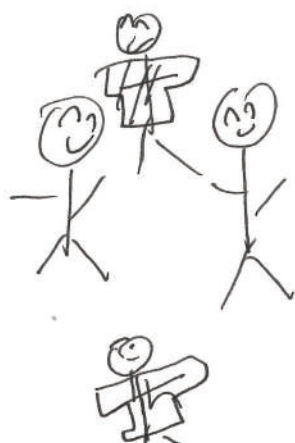
很困難



晚上有室內運動

第5組第1

很好玩



# DAY 8

By: 劉度毛 2026 / Jun / 25

國家藝廊  
National  
Gallery

有冷氣在英國實在是太棒了！  
一走進去先看：好多很嚴肅的  
作品 → 很多耶穌聖經故事畫面  
好多都是耶穌被釘死的樣子  
可見當時的人好信奉耶穌呵！  
也可以明顯感受到文藝復興前後  
的風格變化 → 中古的作品人都不會笑！  
最後看了莫內、梵谷，從前聽到的「暗巷」  
出現在眼前很酷～～我們去了點  
念品店，品來很猶豫要買梵谷還是莫  
內，因為怎麼選都會後悔！但因為同  
日要去美國了 so sad 也買了梵谷！真好玩  
最後迷路了走不回去，我很棒去問了服務  
台我第一次跟陌生人講話，真好！

第一次上課  
First Lesson

我的教室很涼，超棒！  
老師 Stefano 很 nice 人很好～～  
遇到了土耳其、哈薩克和遠南同學 → 人都很好  
shooked → 哈薩克！一點放學！私立三點好爽  
晚課很正常！最高處罰被抓 15 次  
只要打給家長而已太不可思議！

# 聖保羅大教堂

[陳韻喬 2026/06/26]

## 聖保羅大教堂

外觀真的十分氣派!! (雖然跟倫敦其他建築有點像?) 裡面挑超級高而且燈吊的很好看, 有很多椅子可以坐實在是太棒了!! 雕像也做的栩栩如生。最特別的是他們一天會有4次活動, 除了星期日有五次外, 每周一~六都是4次。最令大家印象深刻的肯定是最頂樓的風景吧! 爬了528階後看到那景象會覺得辛苦都值得了(並沒有, 累爆了!) 雖然因為樓梯的設計(金尊空)導致一些同學沒辦法看到整個倫敦(幾乎啦), 但那些同學都很堅強也很棒, 都很努力的走下來! 總之大家在聖保羅大教堂有美好的回憶(吧)。

要爬要有一個老師

GROUP  
LEADER

Queen Mary Day 2.

第一天除了3樓的高級教室外其他1樓的倒沒有冷氣, 但是!! 今天老師們說我們可以換去有冷氣的新大樓(痛哭), 在英國有冷氣的地方就是天堂! 希望明天我們可以擁有舒服的環境!



# 大英博物館

WAYLO

## - 大英博物館 (British Museum)

建築的風格主要是採取像古奧希臘的風格。進館前就能感受到濃厚文化氛圍。中央大廳的玻璃穹頂真的十分壯觀。陽光透過透明屋頂，真的很熱，而且沒有冷氣！可以感受到陽光灑在館內。其中木乃伊、石棺和各種文物都保存很完整。展現出古埃及文明的特色。透過旁邊的介紹也能對歷史有更加的了解。

## - Queen Mary

從昨天第二節課就換了教室，去了有冷氣的教室！可以待在冷氣房對我們來說真是莫大的享受。環境變得舒適，不僅能夠專心聽課，也能減少悶熱帶來的煩躁，提高學習效率。

by 白雅爾 2026.6.27

## 攝政街

DAY 11

### - Regent Street -

今天我們去到一個很多精品和品牌的商店街，雖然給我們比平常多的時間逛，但因為禮拜日，商店都12點才開，所以我們幾乎沒有逛到什麼，但我跟陳珮彤和張煥智體驗了第一次自己在英國搭公車！~~雖然~~ 雖然很怕搭錯之類的回不去，結果還是順利到達了！而且聽領導姐姐說這裡<sup>是</sup>全世界第一條 for 買奢侈物的街。

### - Queen Mary -

今天的活動是trashing show，就是用垃圾做成創意衣物並走秀，每一組都做得很好很厲害！Model都很可愛的是完全程，大家也都笑到不行ㄟ

張靚甲

# 白金漢宮、哈洛士百貨



DAY 1

By. 李善妍 & 鄧若喬  
2026.06.29

最美♡

## 白金漢宮



白金漢宮是英國君主的主要行政總部與倫敦官邸  
今天是特別去看「皇家衛兵交接」，人山人海完全具像化  
大家都像夾心餅乾一樣擠，而且太陽巨晒（雖然只有18°C）  
但一看到皇家衛兵與高整齊劃一的走出來覺得一切都值得  
每個人的腳步聲都完全重疊，一看就知道練習了很久值得學習  
(btw 今天是英國國旗懸掛 國王不在公邸)

## 哈洛士百貨

fact: 哈洛士百貨是倫敦著名的百年奢華百貨，他以頂級精品  
精緻哈洛士食品大廳和極致奢華的英式貝爾物骨瓷最聞  
名。

me: 今天大家看了興致勃勃的真衝 Jellycat，沒想到跑第一個  
的李姓善妍女子沒搶到心愛的藍色小 dragon，難過的在 floor  
上大 cry。後面受到陳姓散香小姐的教召入內，意外邁入  
了痛苦的起點，我們不知道香香在那個餐廳的價格是  
拉完了，但美乎程度僅次 npc！昂貴之程度連恩其克都望  
而卻步。



走進教堂，陽光透過彩色玻璃灑落在  
地面，整個空間顯得莊嚴而寧靜。站  
在其中，我不自覺放慢腳步，靜靜感  
受這份神聖與美麗。

教堂旁的花園綠意盎然，整齊  
的草地與盛開的花朵相互映襯，  
讓人暫時忘却城市的喧囂，只想  
靜靜享受這片寧靜。



漫步在橋上，欣  
賞著河畔的景色與  
古老建築，感受微  
風輕拂，讓人忍不住停下  
腳步，細細品味美景。

綜觀這次的一周旅程，我深刻感受到其獨特  
的魅力。無論是充滿歷史的建築、寧靜優美的河岸風景，還是濃厚  
的學術氛圍，都使我留下深刻的印象。這一天的行程不僅讓  
我探索世界、保持好奇心的重要，也成為心中一段難忘而珍貴。  
好開@四四四四四

# 柯芬園



## Day 14

Queen Mary

今天是這個星期上課的第一天，除了重新分班外，我們還換到了一間冷氣更涼的教室(耶!)，雖然無法再與熟識的朋友們一同上課，但借此機會我認識了更多來自其他國家以及從前不相識的曉明同學們!!!

How to express your opinion politely?



ZARA

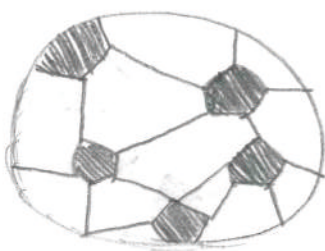


GODIVA

柯芬園

下午的外出活動我們造訪了倫敦市中心的絕美購物長廊——柯芬園(Convent Garden)，一旁維多利亞時代的優美建築搭配上午後的陣陣清風，漫步在街道上，令人感到神清氣爽!

"Shopping"



Night activity - sport (football)

晚間活動參加了室內運動，原本期待可以如日前一般，將場地分割成一半，同時進行足球和排球，沒料到這個方法不可行，今天只能玩足球，最後我們所有人圍成一個大圓圈，把足球當作排球打，體會到不一樣的樂趣!



# Westfields



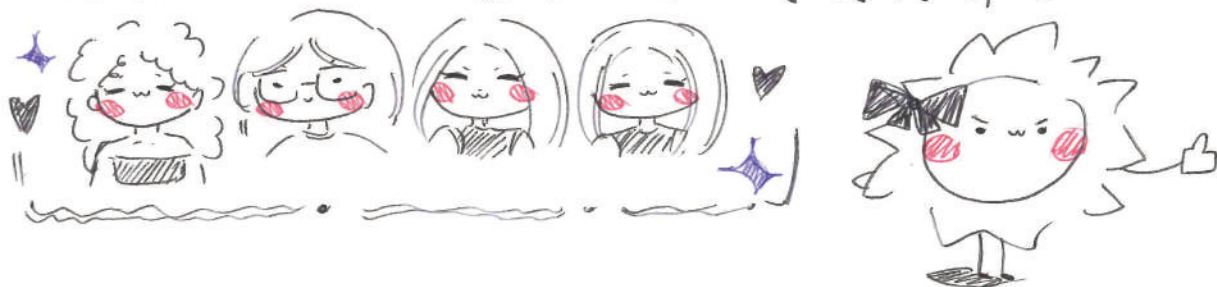
✧ West Fields ✧ WESTFIELDS

今天去 WestFields!!! 那裡超好逛的. 超大的  
剛進去就有一間超大的超市在左手邊 (M&S), 本來想說  
沒有很大間. 結果, 哇塞! 超又間. 天花板是有點透明  
的玻璃, 陽光撒進來超美的 ✧ 而且這家 shopping mall  
很多衣服店 ✧



✧ In Queen Mary ✧ QUEEN MARY

今天又重新分班了. 跟很多美女同班 ㄟ 我全程上  
課都在瀆水. 結果一直跑廁所. 我覺得了個 Tr. 上課  
很讚, 留很多時間給我們討論, 她們說英文都超  
好聽. 也都很熱情地表達他們的見解 I LUV THEM ㄟ



# 泰晤士河遊船、南岸漫步

Day 15

In London

Design by :  
劉宸喻



cute ~!

In Queen Mary

→ 第一節有老師來旁聽，第二節我們在玩辯論，在辯一個電影裡的人物「羅賓漢」的行為是否正確，但是他們的英文都很厲害，講了一堆我不知道的單字。聽不明白，更何況是講，在這場辯論裡我簡直是零貢獻 T.T



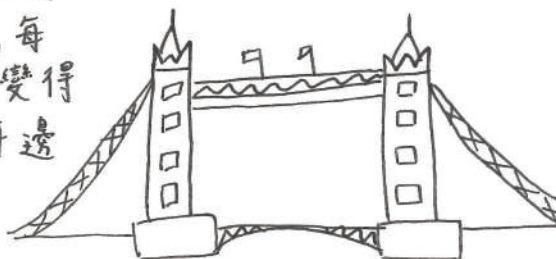
London Eye

- Shining Sun! -

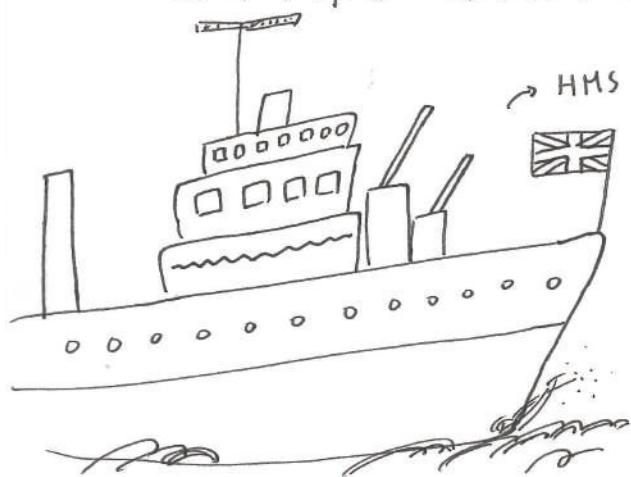


今天下午去泰晤士河搭船，那個船其實挺晃的，我差點就暈船了。船在行駛的過程中經過了許多橋梁，每當船從橋下經過，海浪聲就會變得很明顯，就像是把海螺靠在耳邊聽到的聲音一樣，是海的聲音。

Thames River cruise



London Bridge



HMS Belfast

(貝爾法斯特號)

輕巡洋艦) → 在泰晤士河上。

今日景點 ~

大笨鐘(另一個角度)、倫敦眼(摩天輪)、倫敦鐵橋、泰晤士河

\* In 2026/7/3/五



# V&A 博物館

## DAY 16

Design by: 施沛沂

26. 7. 4 (六)

Queen Mary:

今天玩了遊戲，要我們在紙條上寫國際知名的名人然後描述讓猜，我覺得很有趣但也感到很害怕，因為他們講的名人我都不識，怕拖隊友的，好在跟我同組的女生都非常的 Nice & 尊

V & A museum: 英倫貴族生活  
建築即藝術

珠寶類



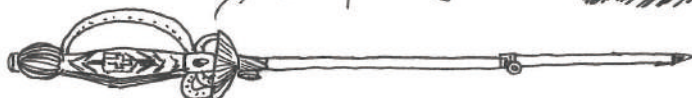
Queen Victoria's Sapphire & Diamond Coronet

很奇特的燈 (蠻有名的!!)



世界第一個咖啡廳  
因時開關係沒看到QQ

很帥的劍器



雕塑類:

→ 親定的眼神(嗎?)

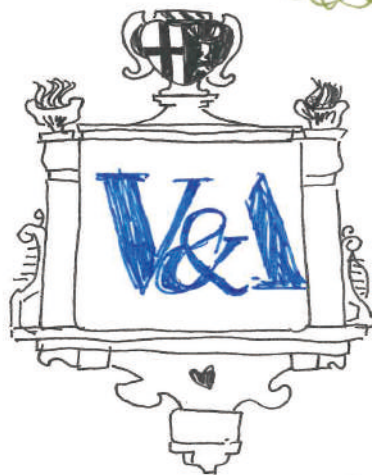
《大衛像》複製

三七步

O型腿←



(裡面還有很多超級壯觀的雕塑)



「In London」

## DAY 17

2026.7.5 何梵勻

今天課程老師要我們報告，我的隊友給我找了我聽都沒聽過的水熊蟲，叫 tardigrade，還給了一大堆專有名詞 cryptobiosis<sup>(隱生)</sup>、metabolism<sup>(代謝)</sup>、cellular<sup>(細胞)</sup>、molecular glass<sup>(分子玻璃)</sup>，我在那裡一直聽發音，他還一直問我準備好了嗎。很累的一節。但下一節，老師給我們 Kahoot 玩，那真的是很 happy 的時光，大家都認真地參與，但我幾乎都墊底，根本都不知道他們真的都好聰明！今天是最後一天上課了！

### · 自然歷史博物館

中央大廳上方有一個巨型藍鯨骨架，十分壯觀見。樓上有標本、礦物……。The opal stone 足足有 2 公斤，色澤漂亮到有種在夢幻世界的感覺，移不開眼睛，2 到 3 樓有一個巨杉的橫切，超大！聽說有個地震區，但我沒去到，恐龍館裡面有很多無論是骨骼、肌肉、外觀，還有令我嚇一大跳的恐龍模型（會動的），有種侏羅紀裡的緊張感，以及還有一個很大的藍鯨模型，這棟建築很大，下次有機會，再去彌補遺憾！

晚上有兩個活動，一個是摺紙，另一個是尋寶，我參加了尋寶，雖然我和我的朋友們很賣力也很快的達成任務了，卻還是沒有拿到 prize，還被別人插隊，那裡的人員也不太理我們，最後我們就自己走掉了，太忙了！



→ museum



→ dinosaur



## DAY 18

今天去了“牛津大學”！

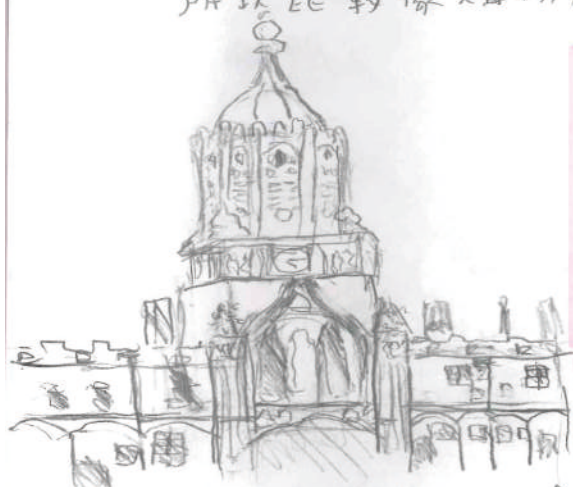
英國的风景還是一如既往的美麗呢！

但和康橋的風格不太一樣(?)

可能是因為車程太久，導致參觀的時間不多

也可能因為集合地點就在百貨公司附近

但我覺得是……學院十分的分散(導覽中提到的)  
所以比較像購物加參觀基督書院。



× 希姆塔

· 裡面有重達 6.25 噸的鐘

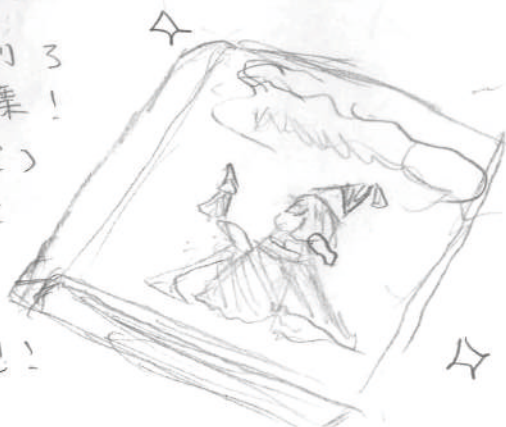
· 塔頂的設計師是克里斯多佛·雷恩

· 每晚的 9:05 會連續敲響 101 下

P.S. 是因為牛津在格林威治的西邊，所以日落時間  
晚了 5 分鐘

然後在書店找到了  
夢寐以求的畫集！  
(魔法帽的工作室)

● 這裡的書(包含  
漫畫)都沒有  
包裝，可以直接  
拿起來看!!!



Design By:

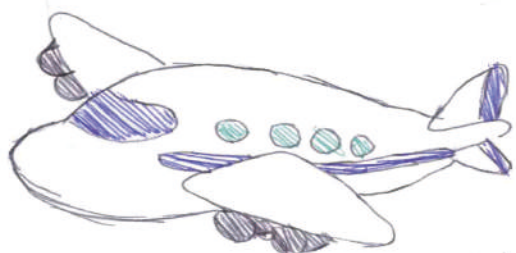
黃集淇

2026.7.6



## 搭機前往義大利

Day 19 陳詩穎



我們今天5點多  
就要集合搭遊覽車  
去機場，但我昨晚  
和朋友一通宵，所以整路都在睡，連在飛機  
上也在睡。

## Queen Mary → Airport

去義大利，我很熱。我很熱  
大家也熱，有人行李箱不見很  
難過，我也替他難過。

晚餐是義大利麵，雖然我覺  
得不好吃但我還是吃完了

2016.7.7

# 四河噴泉、萬神殿、羅馬競技場、聖彼得大教堂

## 羅馬競技場



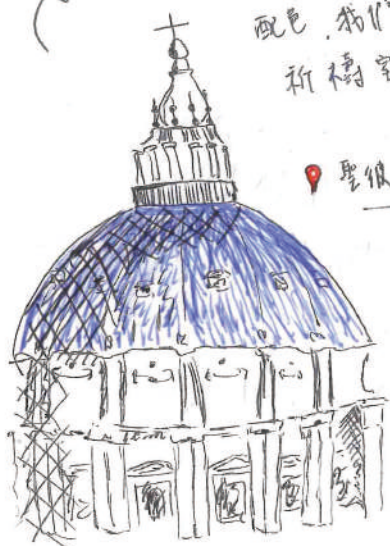
2026.7.9

其實原本沒有安排這項行程，不過導遊姐姐還是不畏烈陽的幫我們安排參觀羅馬最有名的地標——羅馬競技場。一見到建築本體，每個人都驚呼連連，所有書本上看到的圖片竟近在眼前!! 可惜的是沒有踏進裡面，就像阿滴也說他在20年前第一次來的時候沒有進去，但這也是讓他多年後再來一次的一大原因，相信我們之中的許多人也會因為它而再次拜訪羅馬!

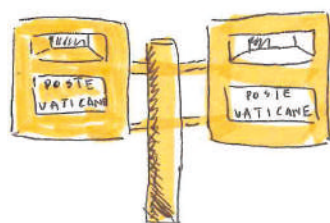
## VATICANE



教堂非常壯麗且金碧輝煌，不僅外觀有沉穩且寧靜之美，內裝也有精緻的雕刻和莊重的配色，我們還去了裡面的祈禱室感受氛圍。



聖彼得大教堂



最後以很極限的時間寄出明信片，希望回台灣能再見到面!!

by 廖研希

## 烏菲茲美術館、比薩斜塔

Day 23

2026. 7. 4

今天早上去了 SVT 同款景點 比薩斜塔，我嘗試拍了尹淨漢同款比薩照，但很失敗，所以就去了他們去過的冰淇淋店，延路上看到每家餐廳都有阿佩羅，非常想喝，十六歲就可以喝了，我四搖巨入也快十六了，應該也可以喝了，請賞我一杯，謝謝耶穌，虎浪嘿

下午我們坐了很久的車去波隆那，屁股快爛了，還暈車，很不好，沒有買鞋了，很不好義大利最好一天結束了，祝我明天不會掉進水裡

P.S. 昨天沒有去到達 Joshua 崔 Vernon 尹淨漢去的中央市場 公丈叔超市很難過，和太叔一樣難過，我高中畢業還要跟張閔媛和其他人（章小妹、井子恩）去 nana tour 同款景點，真好。

Imi. 因為我咳嗽太吵了，張品柔半夜爆氣關心我於是我和子恩換了房間，要和張閔媛睡，毒窟很毒難怪感冒不會好。

洪翰瑛

# 威尼斯 1

Day

威

尼

斯

2026. 7. 11. Sat.  
By 張煥智  
邱蘊晴

24

「上帝創造了世界，而威尼斯人創造了威尼斯。」這句話道出威尼斯誕生的傳奇。西元5世紀，羅馬帝國衰亡，義大利屢遭蠻族入侵，居民為避戰禍，逃入亞德里亞海潟湖，在沼澤沙洲之間建立避難所。此地土壤鬆軟、淡水匱乏，卻因水道縱橫，成為騎兵大軍難以進犯的天然屏障。威尼斯人以數百萬根木樁深植湖底、鋪石築屋，將泥沼化為城基。隨著航海技術成熟，他們憑優越地理位置，掌控地中海與東方航路，以香料、絲綢致富，並藉金融航運，成為溝通歐亞的樞紐。

be smile to life.



Vanilla sky.

## 威尼斯 2、米蘭大教堂

# DAY 25 米蘭

義大利第二大城 → 米蘭

米蘭大教堂是哥德式教堂，有 52 根巨型柱子（象徵一年的 52 個星期）

彩繪玻璃窗很美！進入教堂有嚴格規定（⊗無袖、膝上）及易碎物（馬克杯⊗）

中午吃了好吃中餐，亞洲胃覺得滿足，有辣而且麻婆豆腐好好吃

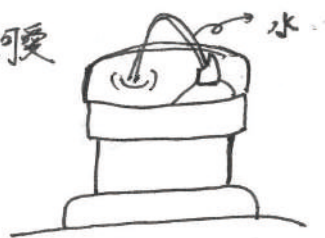
艾曼紐二世迴廊 地板印有很多特色圖案，有人站在上面轉圈

有全球第一家 Prada 百年旗艦店

更正「公牛的畢凡(?)」順時針轉三圈會帶來好運

晚餐好像是米蘭燉飯  
(必吃美食) 我覺得是南瓜飯

大家輪流噴水喝很可愛  
(整臉都是水)



by 子恩

搭了 2 個半小時車前往米蘭，我在車上睡得幸福，真好。

一下車泡泡就宣布可以去超市還有自由 Time，我又去買了愛迪達，很開心，

我今天的目標是把現金花完，沒想到一大早就花完了，下午就只能

刷卡。午餐很好吃，辣辣的很符合我胃口，真好。下午又迎來了

自由時間，花了很多時去找愛迪達，但這裡比英國，我下不來

手，只買了一件衣服。沒輪到廁所吐了很痛想大便，於是我們

找了一家百貨公司去解放，沒想在負一層找到 Jellycat，幸運。接

下來去了米蘭大教堂，很漂亮，窗花的設計完全符合我心目

中的聖堂，還又艾曼紐二世迴廊，很多精品店，還有很多百年老

店 很神聖

hina 張國雄

## DAY 26

米蘭 → 新加坡 → 台北

今天就要搭飛機回家了！

- ① 看到大家手上都是大包小包
- ② 感覺充滿了幸福，這一趟走來也是收穫滿滿~♡



by 陳玘彤  
20160713

9:00的集合時間適合所有晚睡的人們~

在飛機上有一位可愛的小孩，在起飛的時候哇哇(叫)(哭)，整個機艙的人都在包圍著孩子的不安。而在經過孩子母親的安慰後，恢復了寧靜。呢不，他又開始叫了  
by 章品端

這28天的英國、義大利遊學，是我第1次長時間在國外生活。出發前，我既緊張又期待，期待能親眼看見不同國家的文化和風景，也擔心自己的英文能力不能與當地人交流，無法適應新的生活。我體驗了不同的學習方式和文化，又欣賞到許多歷史建築和藝術作品，讓我更了解不同國家的特色。除了學習語言，我也學會照顧自己，安排生活，遇到問題時嘗試自己解決，變得更加獨立。這段旅程中，我學會了如何在團體中生活。每天和同學一起行動，互相幫忙，互相照顧，一起分享旅行中的快樂與挑戰，謝謝同學們的包容和照顧，讓我們建立了更好的默契和友誼。這次遊學，我不僅開闊了視野，也認識了許多新朋友，留下許多美好的回憶。希望在未來還有機會到更多地方探索世界，學習不同的文化。謝謝老師、領隊們的照顧和包容，讓我們平安的度過這趟旅程，謝謝同學們的堅持和友愛，在有人需要幫助，寧願將挺身而出，為這趟旅程增添許多歡笑和溫暖。

by 黃品端 20160713



# 活動照片















天主教曉明女子高級中學

Stella Matutina Girls' High School

台中市北區中清路一段606號 TEL:(04)22921175

發行人 劉美嘉校長

總編輯 王美玲主任

主編輯 陳詠茹老師

美術編輯 陳俐吟