



發行人 洪良宜

校園焦點

校園焦點

- 1 【92 校慶】領航世代 邁向百年
成大表揚 112 年 7 位校友傑出成就
- 5 【92 校慶】最多校友返校參與
1400 多名校友齊聚中正堂歡度母校生日

活動快報

- 6 學務新鮮事 & 重要宣導
- 7 成功深耕扶助計畫課業輔導
- 8 112-1 職涯諮詢
- 8 成功深耕扶助計畫第四季收件中
- 9 第 14 屆職業生涯教練計畫開跑了

活動花絮

- 10 第二十屆成大電影節
一身而為人 Born As Human
- 11 2023 成大秋季校園徵才
半導體及光電業熱潮未減
- 12 學生宿舍防災成果分享
- 13 112-1 期中宿舍送暖成果分享
- 14 學生宿舍「轉個念，找到更平和的自己」
講座成果分享

學務寬頻

- 15 安心就學補助方案 需要您的支持
- 16 成功深耕扶助計畫學習資源輔助
- 17 112 學年度學生宿舍滿意度問卷
- 17 113 年寒假短期住宿人工申請
- 17 112-1 學生宿舍離宿期限
- 18 113 年寒假研究生不留宿相關事項
- 19 113 年寒假大學部宿舍留宿申請
- 20 112 學年度學生宿舍人工補宿作業

點滴話校安

- 21 交通安全宣導
- 22 詐騙防制宣導
- 23 防制藥物濫用與防制校園霸凌
- 24 成大護送天使
讓我們陪伴你一程 安全送你回住處

專題報導

- 25 光復紐帶新開張

華山論劍

- 29 112 年與 111-1 職場體驗心得分享

原資大小事

- 31 112-1 期初學生事務座談會
- 31 南方原論系列講座—國際人權 X 原權
- 32 原心培力工作坊 & 11、12 月份活動預告

幸福.com

- 33 解讀心跳密碼：探索身心健康的新視角

健康人生

- 34 認識成功大學職場不法侵害

【92 校慶】領航世代 邁向百年 成大表揚 112 年 7 位校友傑出成就

※轉載自本校新聞中心電子報 112.11.11

國立成功大學熱烈慶祝創校 92 週年，來自海內外的校友們齊聚，共同展望母校領航世代的使命及攜手邁向百年的榮耀。延續傳統，今（11）日在成功校區格致堂舉行盛大的 112 年校友傑出成就獎頒獎典禮，表彰黃南淵、石怡平、束崇萬、李琍琨、鄭敦仁、簡銘達、胡書賓 7 位優秀校友（依頒獎序），分別在建築、機械、電機、會計、工程、化學等領域有卓越的成就，並為社會和國家做出具體貢獻，讓成功大學倍感光榮與自豪。

成大校長沈孟儒恭喜本屆受獎校友傑出表現及為社會所做的貢獻。沈校長致詞表示，適逢成大 92 歲生日，校園舉辦多項活動，十分溫暖。成大校慶活動與眾不同，幾乎都會先有學術討論才有聚會。沈校長說，回想上任近一年來，到世界各地拜訪校友，發現校友是成大大一股最重要的力量，他們在世界各地、各個角落默默耕耘、腳踏實地，讓成大畢業生無論在學界、產業界都備受喜愛。各位校友保持成大低調、不奢華，腳踏實地的特性完成國家重要任務，讓他感到非常驕傲，同時也是他推動校務的重要力量，相信秉持著謙虛、分享成就的精神，持續共同努力，成大一定能夠成為世界上最重要的大學之一。



成大校長沈孟儒與 112 年 7 位傑出校友合影。左起成大冶金及材料工程學系 71 級、礦冶及材料科學研究所碩士 73 級、博士 76 級鄭敦仁、電機工程學系 65 級束崇萬、成大會計學系 69 級李琍琨、建築學系 45 級校友黃南淵、機械工程學系 65 級石怡平、電機工程學系 74 級胡書賓、周俊宏（代領化學系 71 級簡銘達）



黃南淵校友，成大建築學系 45 級校友、前內政部營建署署長、社團法人台灣建築美學文化經濟協會創會暨榮譽理事長、中華民國不動產協進會名譽理事長暨國家卓越建設獎總召集人

成大建築學系 45 級校友、前內政部營建署署長、社團法人台灣建築美學文化經濟協會創會暨榮譽理事長、中華民國不動產協進會名譽理事長暨國家卓越建設獎總召集人黃南淵校友說，他以身為成大校友為榮，對於一個年過 90 的人，獲得這個獎項是人生很大的殊榮。

黃南淵校友因為高工求學時參觀成大建築系設計展，啟發要考成大進建築系的心願。畢業後以實現提升都市環境品質為念，選擇服務公職作為一生的志業。黃南淵校友傑出表現，包含草擬建築技術規則設計施工篇、訂定建築工程單價分析標準、研提建築管理革新方案等。由於深受父親身教影響，黃南淵校友退休後仍熱身於公益，持續推動建築美學，期望城鄉建築都能蘊涵人文和文化。黃南淵校友並以「如果不能看清楚眼前美麗的玫瑰，又如何期待明年春天的來臨，希望大家都張開眼看周遭環境，就會看到美好生活在等待」的話語與大家互相勉勵。



石怡平校友，成大機械工程學系 65 級、美國普渡大學 (Purdue University) 航空太空工程系教授

成大機械工程學系 65 級、美國普渡大學 (Purdue University) 航空太空工程系石怡平教授，接受榮譽時表達了對許多人的感謝與啟發，特別感謝母親灌輸的「Dream big、think big、think different」思維、父親身教上學習的耐心與做人的原則、及成大給予的卓越教育，奠定了他學術研究的基礎。

石怡平教授在擔任美國航太系主任協會 (ADCA) 主席時，與 NASA 副局長 Lisa Porter 合作，通過產官學博士生獎學金計劃，培育航空太空人才。在美國航空太空學會 (AIAA) 教育委員會主席期，延攬政府與產業領導者加入委員會對航太高等教育提供新的視角，並招募學界學者，共同發展航空航太的高等教育。石怡平校友與世界各地一流大學建立了許多研究和教育計劃，尤其 2018 年返回母校簽署合作備忘錄，啟動成大-普渡 3+1+1 雙聯學位計畫，促成 2022 年成大航太系與普渡航空太空學院的大型合作研究，對延續過去 70 年來成大-普渡的合作貢獻重大。



東崇萬校友，成大電機工程學系 65 級、創見資訊股份有限公司董事長暨執行長

成大電機工程學系 65 級、創見資訊股份有限公司董事長暨執行長東崇萬校友，感謝成大給予的教育，以及旅程中給予協助的所有人，尤其夫人在當時鼓勵創業與一路的支持。他表示，取之於社會、用之於社會，將繼續貢獻一己之力。

東崇萬學長成功建立公司自有品牌，將創見公司打造為記憶體模組大廠，並成功拓展至國際市場，為台灣爭光。公司連續 16 年獲得「台灣 25 大國際品牌」的肯定、第 18 年榮獲「台灣精品獎」。此外，積極履行社會責任，長期贊助青年運動 HBL 體育賽事，並在 2018 年榮獲「體育推手獎」金質獎。



李琍珉校友，成大會計學系 69 級、北美國立成功大學校友基金會董事長

成大會計學系 69 級、北美國立成功大學校友基金會董事長李琍珉校友欣喜表示，從來沒想過會能夠獲得校友傑出成就獎，感謝母校給予肯定。人生起起伏伏，但自己一路走來始終獲得校友給予的支持，職涯開始之初即認識北美成大校友基金會，真切感受到校友的團結與對母校的熱愛。擔任北美成大校友基金會董事以來，一直收到許多來自校友的小額捐款，這都是校友對學弟妹的心意及衷心期盼學校愈來愈好，排名愈來愈高的展現。期盼校友們踴躍捐款，每一分捐款對學校發展都很重要，都能讓學校更好。

李琍珉校友為人熱心，遠在北美卻心繫系所發展，平時大力支持校內活動、結合校友資源挹注獎學金提攜學弟妹，致力為貧困的學生提供探索科學和工程學科進行實務應用的機會。並以一己之長以無給職諮詢顧問的身份為許多非營利組織服務。



鄭敦仁校友，成大冶金及材料工程學系 71 級、礦冶及材料科學研究所碩士 73 級、博士 76 級、鈺邦科技董事長

成大冶金及材料工程學系 71 級、礦冶及材料科學研究所碩士 73 級、博士 76 級、鈺邦科技董事長鄭敦仁校友，受獎時激動的說，獲得校友傑出成就獎是他一生中無比的榮譽，是一生最高興的事情。小時候母親除了一再叮嚀不可做壞事之外，就是一直鼓勵他要一定要考上成大。從小一說到小六，沒想到自己不僅考上成大，還獲得校友傑出成就獎。成大有許多傑出校友也有社會影響力，如果能整合大家的力量，一定能協助成大在未來發展成為一所偉大的學校。獲獎是責任的開始，身為成大台北校友會理事，自己會盡力去整合校友的力量，為學校做出努力與貢獻。

鄭敦仁校友畢業後加入工研院進行前瞻科技與技術研發，參與多項政府高端產業及技術研究。之後創立佳邦科技、鈺邦科技，在材料及製程上屢次創新突破，是國內天線、磁性元件及固態電容領域的領導廠商。鄭敦仁校友在工程技術及商業創新上極具熱忱與冒險挑戰精神，除自有品牌產品創新外，長期參與新創產業亦積極投入公益活動。鄭敦仁校友凝聚產業、校友力量，為營造良好的社會創新創業氛圍和產業環境努力。



成大化學系 71 級、華鼎生技顧問股份有限公司 (QPS) 和逸達生物科技公司創辦人、董事長暨營運長
簡銘達校友

成大化學系 71 級、華鼎生技顧問股份有限公司 (QPS) 和逸達生物科技公司創辦人、董事長暨營運長簡銘達校友由於不克前來，由大學同學周俊宏先生代表出席領獎。周俊宏透露，自己這個同學很優秀，很厲害，三年前學校就有意授予校友傑出成就獎。他說，簡銘達早年在美國曾為一家公司建立實驗室，成效很好，沒多久他就拿下全公司給員工的最高榮譽「最佳員工獎」。之後他在美國創業，事業做得有聲有色。然後，這位老同學說人生賺了錢就要回饋社會，於是又在臺灣創業，也一樣成功，實在是太厲害了。

簡銘達校友是離子阱／飛行時間質譜儀 (IT-TOFMS) 的共同發明人，曾獲杜邦默克 (DuPont Merck) 1996 峰會獎 (Summit Award)、NCKUAA-Northern CA 2015 成大創業導師、2013 年美國德拉瓦州生物科技協會「年度公司」獎、美國 Finance Monthly Magazine 最佳 CEO 獎。簡銘達校友從科學家角色，成功跨域至製藥領域及創業家為學子樹立了優秀的榜樣。



胡書賓校友，成大電機工程學系 74 級、華碩電腦股份有限公司共同執行長

成大電機工程學系 74 級、華碩電腦股份有限公司共同執行長胡書賓校友，致詞感謝母校給予殊榮，更謝謝一路走來許多貴人的相助。感謝父母親在家庭經濟不佳的狀況下，依然重視孩子的教育。謝謝成大給予的扎實課程，奠定他在職場發展的良好根基。感謝華碩電腦施董事長的信任、給予發揮。他說，近年來常回母校，每次都感受到母校的進步，不論是人才培育、人工智慧、智慧製造等，各領域的新科技的研究量能都非常充沛，也與契合產業界的需求。相信華碩與母校一定有更多合作。

胡書賓校友秉著工程師崇本務實、追根究底、克服挑戰的精神，帶領團隊開發許多以「設計思維」主導的革命性產品，引領 PC 產業的創新及發展。躋身華碩領導團隊，共同帶領華碩成為台灣二十大國際品牌冠軍，成為台灣最有價值的國際品牌，致力於推動華碩及產業 ESG 永續策略行動，獲致諸多成就。胡書賓校友畢業後，持續跟學校創造連結的機會，校園招募、人才的培育及新科技領域專案的產學合作。

(文 / 成大新聞中心 圖 / 大鼻子詹姆仕的新視界)

【92 校慶】最多校友返校參與 1400 多名校友齊聚中正堂歡度母校生日

※轉載自本校新聞中心電子報 112.11.17

國立成功大學今（2023）年「校友之夜」席開 142 桌，來自世界各地校友 11 月 11 日齊聚光復校區中正堂，與母校共同歡度創校 92 週年校慶。

今年首次以校長身分出席的沈孟儒校長，致詞時感謝各地校友長年來對母校的支持，請校友們今晚吃得開心、唱得開心、聊得開心，並期待與校友齊心努力，開創成大更美好的未來。

每年校友之夜的重頭戲：畢業 60 年、50 年、40 年校友戴帽儀式，創下歷年來最多人數，合計

超過 250 位校友上台授帽。許多資深學長姊興奮表示，「終於等到今天返回母校授帽，倍感光榮，是這輩子最難忘的美好回憶！」授帽校友紛紛與校長合影留念，場面熱鬧溫馨。

感謝學長姊從世界各地返回母校歡聚，「校友之夜」照片歡迎至 成功大學校友中心 - NCKUAAC 臉書下載留存，期待明年再相見！

（文 / 成大校友聯絡中心 圖 / 吳宗熹、劉庭硯、朱天仁）



國立成功大學今（2023）年「校友之夜」席開 142 桌，來自世界各地校友 11 月 11 日齊聚光復校區中正堂，與母校共同歡度創校 92 週年校慶



今年首次以校長身分出席的沈孟儒校長（左 3），致詞時感謝各地校友長年來對母校的支持，請校友們今晚吃得開心、唱得開心、聊得開心，並期待與校友齊心努力，開創成大更美好的未來



每年校友之夜的重頭戲：畢業 60 年、50 年、40 年校友戴帽儀式，創下歷年來最多人數，合計超過 250 位校友上台授帽。現場授帽校友紛紛與校長合影留念，場面熱鬧溫馨



感謝學長姊從世界各地返回母校歡聚，期待明年再相見！

*更多 92 校慶系列報導，請瀏覽本校網頁成大新聞 <https://news-secr.ncku.edu.tw/p/403-1037-81-1.php>

活動快報

學務新鮮事

活動日期、時間	活動內容	活動地點	主協辦單位
節慶、藝文、競賽			
11/23(四)18:15 至 21:00	感恩節音樂會	多功能廳	信望愛社
11/25(六)13:00 至 22:00	Diwali Festival of Lights 2023	學生活動中心前草坪	印度學生會
11/25(六)14:00 至 16:00	與智者有約	國際會議廳第二演講室	福智青年社
11/27(一)-12/1(五)	愛滋系列宣導活動	醫學院 1F	醫學系會
12/06(三)16:00 至 22:00	成大流舞社 *Koospark lockspark 街舞比賽	學生動中心 1F	流行舞蹈研習社
12/08(五)-12/10(日) 12:00:至 17:30	原住民族文化日音樂暨部落市集	學生活動中心前廣場	原住民族文化交流社
12/16(五)-12/17(六) 9:00 至 16:00	第五屆窮理盃大專院校辯論賽	社科院教室(法律系、政治系)	滔滔社
12/16(六)8:00 至 22:00	Indonesian Culture Day 2023	學生活動中心 1F	台南印尼學生聯合會
成果、發表會			
12/03(日)18:30 至 21:30	國樂研究社 112 學年度上學期成果發表演奏會	成功廳	國樂研究社
12/04(一)-12/8(五) 9:00 至 17:00	11 年成大漫畫社成果展覽	總圖書館地下一樓藝術走廊	漫畫社
12/06(三)-12/7(四) 18:00 至 21:00	成大機械暨全校自行車基本維修暨保養服務	光復校區 警衛室旁空地(光口芒果樹下)	機械工程系會
12/09(六)17:30 至 22:00	資訊之周 資訊魅力舞台	成杏廳	資訊工程學系會
12/14(四)13:00 至 22:00	112 年成大火舞社冬季成發	未來館前廣場	火舞藝術研究社
12/15(五)18:00	成大流舞小型成發	成功廳東面廣場	流行舞蹈研習社
12/15(五)18:00 至 21:59	成功大學管弦樂社 2023 年冬季音樂會《身外之境》	成功廳	管弦樂社
12/15(五)18:30、 12/16(六)15:30、19:30	第十一屆成大歷史公演	鳳凰樹劇場	歷史學系會
12/15(五)18:00 至 22:00	112 年成大鋼琴社冬季音樂會	成杏廳	鋼琴社
講座			
12/11(一)11:00 至 13:00	成大中文通識講座 (渺渺講師演講)	文學院演講廳	中國文學系會

※活動辦理情形依主辦單位公告為準。

【重要宣導】

113 年第 1 次本校學生自治組織暨社團借用「成功廳」申請說明

New Instructions for booking Cheng-Kung Auditorium

<https://activity-osa.ncku.edu.tw/p/406-1053-255681,r795.php?Lang=zh-tw>

學生自治組織暨社團欲借用本校成功廳者，請務必使用新版申請表(1120214)並依以下規定辦理，若未使用新版申請表，該活動一律不予審理：

一、依據成功廳使用管理要點及成功廳演藝活動審查委員會評審要點辦理。

二、此公告借用期間指 113 年 4 月 1 日至 113 年 9 月 30 止。

三、收件日期：即日起至 112 年 12 月 12 日(星期二)17:00 前(含紙本及電子檔)，逾時不候。

四、請備妥以下資料繳交至活動組：

(一)紙本(各一式 5 份)-成功廳借用申請表及活動企劃書

(二)電子檔-成功廳借用申請表、活動企劃書請寄至各性質社團承辦人信箱

(三)學生社團申請演藝類活動審查，企劃書應力求明確、清楚，並且展現特色並附上歷年參與人數、活動照片或影片，以證明使用成功廳之必要性。

(四)應於「國立成功大學成功廳一般類及演藝類活動計畫申請表」中「活動內容及特色說明」欄位說明本次申請案之表演活動內容(像是主題、內容規劃、執行說明、劇情大綱等)。

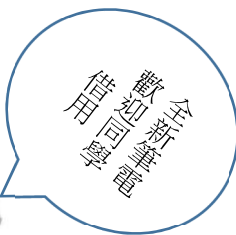
五、成功廳場地申請狀況請至「行政 e 化系統/校外、社團場地借用/會議室管理行事曆」查詢。

六、另須上網(行政 e 化系統)進行借用場地步驟。(線上申請網址：

<http://eadm.ncku.edu.tw/welldoc/default.php#>)

成功深耕扶助計畫學習資源輔助與課業輔導

即日起開放符合經濟文化不利之學生借用筆記型電腦



經濟文化不利學生條件如下(符合其一即可)：

- (1)全戶家庭年收入以低於前一年無須進行綜合所得稅申報額者(含低收入戶或中低收入戶)
- (2)特殊境遇子女或孫子女
- (3)原住民族
- (4)未符合學雜費減免資格，但獲教育部弱勢助學金補助者
- (5)身心障礙學生或身心障礙人士子女
- (6)新住民或新住民子女
- (7)懷孕學生或扶養未滿 3 歲子女者
- (8)家庭突遭變故或其他特殊情形，經本校審核通過者

成功深耕計畫112學年第01學期課業輔導課表(112.10.11-113.01.05)

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
	英文、英文檢定 微積分 普通物理	英文、英文檢定 普通化學	英文、英文檢定 微積分 普通物理	英文、英文檢定 普通化學	會計學
19:00 至 21:00	微積分 普通物理	程式設計	微積分 工程數學 普通物理	微積分 工程數學	英文、英文檢定 微積分 普通物理
(一) 每人諮詢時間每次以30分鐘為單位，如後無他人排隊，最多可諮詢一小時為上限。					
(二) 事前備妥欲詢問之問題及相關參考書籍。					
(三) 若事前與小老師約定之時間應準時出席，不得遲到或缺席；如因故無法出席應事前告知。					
(四) 每次輔導結束後請向小老師索取填寫「成功大學課業輔導計畫回饋建議單」，可以幫助我們做得更好喔！					



112-1 成功大學生涯諮詢系列活動

未來掌握在自己手中!

為未來做準備，從現在開始!



生涯諮詢類別		時間	地點	生涯顧問
生涯探索	生涯探索:成為自己生涯的舵手(Moocs)	2023/08/01— 2024/1/31 (線上課程 2 小時)	線上課程	鼎燁顧問有限公司 黃婉雯 生涯諮詢師
	UCAN 大專校院就業職能平台測驗診斷	2023/08/01— 2024/1/31	線上施測	施測網址: https://ucan.ncku.edu.tw/ucann_school/timeOut.html
	生涯探索與解析(CPAS)	11/28(二) 14:00-16:00	生涯組辦公室	鼎燁顧問有限公司 修瑞燁 總經理
履歷健診	履歷修改與指導	09/04~12/31	線上進行	104 人力銀行專業顧問群
	中英文履歷寫作諮詢	12/1(五)、12/08(五) 10:00-12:00 14:00-16:00	線上進行	荷蘭商臺灣戴爾股份有限公司 楊庭愷 資安防控硬體工程師
履歷面試	英文模擬面試	12/15(五) 10:00-12:00 14:00-16:00	線上進行	
留學	*職涯新視角 X 國際移動力 II: 德國 X 荷蘭 Career New Vision & Global Mobility II: Germany vs. Netherlands	11/24(五) 18:00-20:00	線上進行	Present MessageBird Amsterdam, Netherlands 胡凱惟 (Sales Enablement Manager) Siemens Healthcare GmbH, Germany 李念怡 (Senior Controlling Analyst)

*為講座，歡迎報名!

- 1.歡迎預約報名，名額有限，額滿為止!! ※講座、個別諮詢報名：<https://activity.ncku.edu.tw/>
- 2.活動辦法及場次訊息，請上生涯發展與就業輔導組查詢 <https://grad-osa.ncku.edu.tw/> 或洽承辦人陳先生詢問 (z10905021@ncku.edu.tw, 電話 06-2757575 轉 50488)

成功深耕扶助計畫

★112 年度第 4 次成功深耕獎補助收件★

(受理期間(預定): 112 年 11 月 1 日至 11 月 30 日 12:00。)

本年度僅剩此次最後受理收件，請欲申請獎補助之同學把握時效，踴躍提出申請。

一、112 年起補助對象，說明如下：

具本校正式學籍之在學學生，並符合下列條件之一者：

- (一)全戶家庭年收入以低於前一年無須進行綜合所得稅申報額者(含低收或中低收入戶)
- (二)特殊境遇子女或孫子女
- (三)原住民族
- (四)未符合學雜費減免資格，但獲教育部弱勢助學金補助者
- (五)身心障礙學生或身心障礙人士子女
- (六)新住民或新住民子女
- (七)懷孕學生或扶養未滿 3 歲子女者
- (八)家庭突遭變故或其他特殊情形，經本校審核通過者

符合前項資格者，以經濟條件較為不利者優先補助。

二、有關 1-5 參與非修習課程所要求之校內外學習活動，配合教育部指導意見，新增輔導機制，說明如下：

- (一)學生規劃並完成非修習課程所要求之校內外學習活動。
- (二)由師長(校內外人員皆可)進行輔導(輔導時間地點不限)，若師長為校外人員予每次 1000 元之輔導費用。
- (三)輔導完成後，填妥國立成功大學成功深耕獎補助(學習協助)自審調查表、綜合所得收據(師長若為校外人員須填寫)。
- (四)將所有文件(申請表、自審調查表...等)繳交至生輔組。



今年您不可錯過的一場活動！
錯過再等一年！！！！

想瞭解產業或職業趨勢變化，及早檢視並強化個人優勢？想從來自 25 家以上企業的中高階主管中習得其個人職涯歷程、前進企業體驗職場環境、專業的個人履歷撰寫及面試技能指導嗎？



職業生涯教練計畫官方網站 <https://career3.osa.ncku.edu.tw/coach/index>

報名時間	學員-小組長	112/10/16~112/10/31	全體學生
	學員-小組員	112/10/16~112/11/27	
學員遴選分組 暨配對結果公告	小組長複選面試	112/11/18(六)	通過小組長初選之學生
	學員-小組長	112/11/25(六)	通過甄選之學生
	學員-小組員	112/12/11(一)	
職涯教練計畫學員	學員培訓	112/12/16(六)	全體學員
開幕式典禮暨分組討論會		113/01/06(六)	企業教練 全體學員
各小組課程期間		113/01 ~ 113/05	
閉幕式典禮暨成果分享會		113/06/22(六)	

第二十屆成大電影節一身而為人 Born As Human

※轉載自成大電影節粉絲專頁 112.9.30



成大電影節為成大電影映象社自1991年成立之初即舉辦的社團重要活動，一路延續舉辦至2009年第十九屆，較之2011年起舉辦學生獨立製作組成的青苦瓜影展歷史更加久遠。當時將原本只是社員間的觀影擴大為全校性活動，邀請大家共襄盛舉來看電影，除了觀賞不同類型佳作以外，也鼓勵進行深度討論。

過去放映的影片中多有金馬影展、台北電影節、甚至是奧斯卡或大型國際影展得獎作品，影展主題也包羅萬象，從旅行到音樂，驚悚到抒情都能滿足諸多觀眾的胃口。期許透過經驗分享及交流甚至是議題探討，能促進成大、甚至是南部學生影像教育的進步。也期待能成為觀眾與電影之間的橋樑，以校園作為起點，向外推廣影像美學與文化議題研究。

本次影展主題－「身而為人」，希望能鼓勵觀眾深入探索人的內在，藉由三個面向－「潛意識與暴力」、「性別議題」和「人的存在」的討論，讓大家探索「人」的真實面貌，深入探索人的存在與價值，並協助觀眾認識自我。



2023 成大秋季校園徵才 半導體及光電業熱潮未減

※轉載自本校新聞中心電子報 112.10.24



2023 成大秋季校園徵才活動，10 月 20、21 日於國立成功大學光復校區國際會議廳圓滿落幕，25 場企業說明會湧入超過 2,100 人次。在產業趨勢及薪資待遇影響下，約 51% 報名者參加「半導體／光電產業」的企業說明會，其中以台灣艾司摩爾、瑞昱、聯詠 3 家人數最多；「電子電機／電信通訊／軟體網路產業」居次，約 28%，以台達電子、友達光電 2 家報名者較多。其他產業則以工業研究院及中鋼碳素的人潮較顯著。

根據 104 人力銀行最新公布 2023 年《半導體產業人才白皮書》顯示，半導體產業人才需求雖較去年減少 4 成，但長期人才荒現象依舊存在，該產業每月徵才人數約 23,000 人，薪資待遇仍持續上升。除了薪資福利備受關注外，青年學子所重視的成長環境、多元學習資源、交通生活圈、下班後的生活品質等條件，在本屆企業說明會中仍是各家企業所強調之重點。

本屆秋季徵才活動無博士學歷需求，現場有學生提問，是否就讀博士對職涯發展有所影響？業者認為，「就讀博士期間，收入比同期同學少 4、5 年，若在半導體產業可能收入少了 1000 多萬。但博士學歷進入職場，負責的工作任務更專精，視野也會更高更廣，就看同學們從什麼角度做取捨。」

成大擁有綜合型大學之多元教育及跨域學習優勢，人才長年為企業界最愛。返校分享的畢業校友也鼓勵學弟妹：「雖然企業看履歷仍十分重視科系，但你若在校期間有跨域修習相關課程，或在該領域參加競賽甚至獲獎，這些都是可以大量加分的項目。鼓勵學弟妹不要受限於本科系，善用成大資源跨領域探索知識，擴大職涯發展更多可能性。」

(文、圖 / 成大校友聯絡中心、學務處生涯發展與就業輔導組)



2023 成大秋季校園徵才活動，10 月 20、21 日於國立成功大學光復校區國際會議廳圓滿落幕。連續 2 天、25 場企業說明會湧入超過 2,100 人次



在產業趨勢及薪資待遇影響下，2023 成大秋季校園徵才活動約有 51% 報名者參加「半導體／光電產業」的企業說明會



本屆秋季徵才活動雖然無博士學歷需求，但現場有學生提問，就讀博士是否對職涯發展有所影響？活動並有求職者投遞履歷

112-1 學生宿舍防災學科講習及 CPR、AED 術科實作(四場次)成果分享

本次活動分為兩部份，分別為：防災學科講習及 CPR、AED 術科實作，分別於 2023 年 10 月 19 日、2023 年 10 月 20 日、2023 年 10 月 26 日、2023 年 10 月 27 日，共計四場次。

防災觀念總是不斷在更新，以前學校在教的或是在電視上看到的方法跟觀念，有可能是延誤逃生黃金時間的錯誤方法；有些知識平常雖然學過，但不會一直複習這些逃生的守則。藉由「防災學科講習」邀請消防隊現役隊員，講授火災防治與地震逃生等相關知識，讓住宿生能

透過簡報、影片及實際操作，增進防災的相關知能。「CPR 和 AED 術科實作」由現役消防隊員現場進行 CPR、AED、復甦姿勢等急救技能操作步驟示範及說明，並將分組實作及操演。期望住宿生能透過此活動，增進防災的相關知能，並落實在宿舍生活中。真正遇到災難時，可以自救甚至協助救人。

此次活動參與人數為 10 月 19 日 52 位、10 月 20 日 52 位、10 月 26 日 52 位、10 月 27 日 52 位；參與總人數共計 208 位，活動圓滿結束。



【112-1 期中宿舍送暖】成果分享

又到了一年一度的時光，宿舍裡最受歡迎的活動之一——期中送暖！回顧前幾年的期中週，每當冷颼颼的晚上六點降臨，宿舍居民們總是紛紛在各棟宿舍樓下排隊等候。這段時光，等待的過程成為一種期待，因為居民們即將獲得期中考試中的小確幸：香甜的點心，同時溫暖著每個人的心，讓大家在繁忙的考試壓力中找到片刻的慰藉。

而在今年，宿舍的服務團隊更加重視居民

們的辛苦，親自探訪每位居民，親手將美味的法式檸檬蛋糕送達到他們手中，並且送上最誠摯的祝福。看著居民們驚喜又開心的表情，期望居民們都能順利度過這個令人緊張的期中週。即使不在寢室，也別擔心，各棟宿舍的樓長就像十月的聖誕老人，已經悄悄將禮物掛在每個房門上。這個驚喜，希望能讓居民們在期中週獲得充沛的能量，充飽電，繼續勇敢迎接即將來臨的挑戰。



學生宿舍【轉個念，找到更平衡的自己】講座成果分享

任何的主題都比不上迷惘人生的課題來得熱門，多數的人在生活裡總會有解不出來的練習題。如果把各種主題比喻成學科，可能在感情、職場、親情或自我探索之中，總有一兩項不太擅長，亟欲找到高分秘笈。

本活動於 112 年 10 月 13 日邀請現為成功大學/清華大學/台北大學三所大學擔任兼任心理師的陳坤毅心理師，將傳遞給大家只要改變

心的觀點，便能轉化外在境界，以更有智慧的角度過日子。

心就像相機，從其視野節錄、記載、詮釋所經歷的種種，不論歡喜的、悲傷的等等，都是心的行旅，人生的開始與結束，就像一場「心的旅行」，何不讓心轉個念，在這段旅程中為自己留下更美好的回憶，便是這場演講的預期效果。與會總人數共計 50 位，活動圓滿結束。



【2023 捐輸幸福—學生宿舍捐血活動】成果分享



為鼓勵成大住宿生多多參與公益行為，並以適當獎勵促使學生發起愛人之心，每學期住

宿服務組舉辦捐血公益活動。希望透過此活動能增進成大學生美德，促進品德教育。

112 學年第一學期之「捐輸幸福」捐血活動於 112 年 10 月 31 日由學務處住宿服務組辦理，與台南捐血中心合作，共請兩台捐血大車至勝利四舍前服務及支援。本活動為宣導捐血對大學生身體、心理以及社會層面的好處，如：促進新陳代謝、強調助人及救人，增強對從事捐血的正向態度，並讓學生清楚從事捐血的過程。成功捐血之學生將獲得麥當勞大麥克兌換券、餐點一份及一次摸彩抽獎機會。

本次活動感謝成大師生熱情參與，會場自活動開始前即有許多人在現場等待，於住服組邱組長帶領下共有 159 人參與、捐出 179 袋熱血。活動圓滿順利。



同學捐血實況



同學捐血實況

學務寬頻

國立成功大學
安心就學濟助方案承辦單位
學生事務處生活輔導組電話(06)-2757575
分機50348安心就學濟助方案
申請說明國立成功大學
接受捐款表

- 誠 摯 感 謝 -

國立成功大學 學生事務處



安 | 心 | 就 | 學

濟 助 方 案

教育改變命運
愛心改變未來

在這不平等的時代，教育是翻轉人生的途徑，大學更是夢想的起點。然而，在大多數學生於專心學習、參加課外活動、度過精彩大學生活的同時，卻有一群經濟困難的孩子，為了生活費四處奔波，難以專心學習，甚至有人無法順利完成學業……。

成功大學為提供經濟弱勢學子更周延之照顧，於100學年度正式開辦「安心就學濟助方案」，提供經濟弱勢學生在學期間生活費用，使其能夠安心學習，順利完成學業。

您的支持
能改變孩子的未來

受到幫助的學生，終於不用每天下課後趕著去打工，可以專心複習功課、有機會參與課外活動、擁有精彩的大學生活。目前安心就學濟助方案每學年受惠人數約達150位左右，所需經費約6-700萬元，然而，近年的捐款狀況不甚理想，不出幾年經費即將用罄，考慮到受惠學生畢業後無法立即反饋，目前亟需各界校友與善心人士之挹注。

盼您慷慨捐助

衷心期盼善心的您伸出熱情的雙手，守護本校優秀但卻經濟困難的學子們。因為您們的慷慨解囊、踴躍捐輸，使他們在求知的旅途中能安穩無虞。您們的溫暖將充滿成大每個角落，無私的善行亦將由成大學生代代傳承。再次由衷地感謝您們。

安心計畫 感恩傳愛

★「安心就學濟助方案」結合校園及各界力量，協助本校家境困難學子安心就學。

★扶助對象為無力負擔生活費之弱勢學生，讓其能專心向學，順利完成學業。

★由於本方案經費來源全仰賴本校校友及各界善心人士主動捐款，故設有捐還規定，盼受惠學子日後有能力，能主動捐輸，使這份愛心能夠綿延流傳。



成功深耕扶助計畫學習資源輔助

- 一、本學期起提供 10 台筆記型電腦，供符合經濟及文化不利身份之學生，於經濟上之需求或遇到突發狀況時借用。
- 二、112 年第 4 次成功深耕獎補助，業於 112/11/1 公告於生輔組網頁開始受理收件，**於 112/11/30 截止收件**，歡迎踴躍申

請。

- 三、112 年 11 月起新購置電子廣告機，有任何關於學生之公告訊息，歡迎各單位提供圖片檔 (jpg 或 png)，以利放入廣告機內進行輪播。

※成功深耕扶助計畫承辦人員生活輔導組張簡小姐，分機 50351。



112 學年度學生宿舍滿意度問卷

- 一、為瞭解本校住宿學生對住宿服務品質之實際感受與滿意度狀況，特進行本次問卷調查，作為宿舍服務品質改善之依據，請同學踴躍填答。
- 二、填答對象：本校 112 學年度住宿學生。
- 三、填答時間：112 年 11 月 10 日上午 10 時起至 112 年 12 月 14 日上午 10 時止。
- 四、問卷網址：
<https://dorm.osa.ncku.edu.tw/hsdqu/>。
- 五、獎勵方式：填答截止後，將以電腦隨選 10 名填答者，每名可獲得新臺幣 200 元禮券。得獎名單將於 112 年 12 月 18 日上午 10 時公告於住服組首頁。

113 年寒假【短期住宿】人工申請

- 一、開放申請項目：
 - (一) 112-1 學期住宿生延後離宿；
 - (二) 113 年寒假住宿生提前進住；
 - (三) 113 年寒假期間外宿生全期寒假住宿；
 - (四) 113 年寒假期間不銜接 112-1 學期或 112-2 學期之短期住宿。
- 二、申請注意事項：
 - (一) 考量大學部學生及研究所碩博士生之作息差異，不開放短期住宿跨學制宿舍。
 - (二) 因各棟宿舍剩餘空床位不一，且短期住宿人工申請作業以 112 學年住宿生為優先，故若該棟宿舍已無空床位，將停止受理。
 - (三) 開放申請時間、申請步驟...等說明，詳如附表 1 之<113 年寒假短期住宿人工申請作業說明>。(請點此連結)
 - 三、其餘注意事項請參考 113 年寒假住宿相關作業公告及其附件資料。
 - 四、如有疑問，請洽所屬宿舍或欲申請入住宿舍之輔導員。輔導員聯絡方式：
<https://housing-osa.ncku.edu.tw/p/412-1052-9830.php?Lang=zh-tw#cc2>

112 學年度第 1 學期學生宿舍離宿期限

- 一、未申請寒假留宿同學應於旨揭規定期間內完成離宿作業，並最遲於 113 年 1 月 8 日(一)中午 12 時前清理寢室內私人物品、完成離宿清點手續並搬離宿舍。(寒假留宿申請訊息另請查閱 11 月份住服組公告)
- 二、本次離宿除一般上班時間外，假日離宿服務僅提供 113 年 1 月 7 日(日)9:00-12:00、13:00-17:00 時段，如需假日搬家者，請盡早規劃搬家時程。
- 三、寒假留宿需更換寢室者，需於 113 年 1 月 9 日(二)至 1 月 10 日(三)中午 12 時前，完成換寢搬遷並辦理新寢室進住手續與舊寢室離宿清點手續，辦理時間無法與前項離宿時間橫跨或延後。
- 四、依據本校學生宿舍契約書第八條規定，遷出時未依公告時間完成離宿清點手續，依情節輕重記五至八點宿舍違規記點。又依據本校學生宿舍管理規則第十條第一款，得由檢查人員認定寢室損壞或髒亂程度，照價賠償設備損毀費用與酌收清潔費一千元。
- 五、各宿舍之「112 學年度第 1 學期&113 年度寒假」離宿時間表、清點手續、办理流程及注意事項，請參閱舍內公告。如有任何疑慮或特殊困難者，請於 112 年 12 月 27 日至 113 年 1 月 3 日間洽詢各宿舍之服務人員進行協調與安排，逾期將酌收手續費 250 元。
- ※ 各宿舍公告請參閱住服組原公告網址：
<https://housing-osa.ncku.edu.tw/p/406-1052-256823,r406.php?Lang=zh-tw>

113 年寒假【研究生宿舍不留宿】登錄作業及寒假期間住宿注意事項 (11/28 10AM-12/05 10AM)

一、碩博班住宿生(不含來校交換生)皆預設寒假須全期住宿，不須另行申請。惟若有以下狀況，請於開放登錄時間登入系統、取消寒假全期住宿：

- (一) 寒假全期皆不住宿、
- (二) 寒假僅須短期住宿(含 112-1 學期延後離宿、113 年寒假期間短期住宿)。

二、寒假不留宿登錄及注意事項：

(一) 登錄時間：11 月 28 日上午 10 時起至 12 月 5 日上午 10 時止。

(二) 登錄網址：
https://dorm.osa.ncku.edu.tw/index_ws.php?md=7。

(三) 注意事項：

1. 因違規記點、住宿費繳費異常，無法進行線上登錄者，請於 12/5 上午 10 時前逕洽該舍輔導員人工申請寒假不住宿。
2. 登錄不住宿者，其床位及寢室置物空間一律清空，不得放置個人物品，該空床位由住宿服務組統一運用。搬遷時間請參閱<附表 2>、各項手續辦理說明如<附表 3>
3. 登錄不住宿者，下學期寢室安排不一定與上學期相同。
4. 寒假住宿期間將不定時抽查寢室住宿狀況。如查獲未申請寒假住宿亦未清空個人物品或私自進住者，除須繳交住宿費外，亦須依住宿相關管理規定及學生獎懲要點處理。
5. 登錄後如須異動，請於登錄時間內逕至線上登錄網址辦理異動。逾登錄時間申請異動者，請洽所屬宿舍輔導員辦理，須繳交行政手續費每次 250 元。
6. 寒假僅須短期住宿(含 112-1 學期延後離宿、113 年寒假期間不銜接 112-1 學期及 112-2 學期之短期住宿)者，請另行參閱 113 年寒假短期住宿申請公告，依公告說明申請短期住宿。
7. 112-2 學期提前進住：參閱 112-2 學期提前進住申請公告，申請 112-2 學期提前進住。

三、寒假住宿注意事項：

- (一) 床位安排方式：以住宿原寢為原則，惟為避免假期間單一寢室一人獨自住宿，遇身體不適或緊急狀況無室友相互照應，本組得視寒假住宿狀況調整住宿寢室。全寢僅單人申請留宿者，將調整至鄰近寢室留宿。
- (二) 床位安排查詢：
https://dorm.osa.ncku.edu.tw/index_stu.php。

12 月 19 日(二)18 時起開放查詢。

(三) 寒假住宿費用繳交：

1. 住宿費收費標準：<https://housing-osa.ncku.edu.tw/p/412-1052-2428.php?Lang=zh-tw>。電費另計。
2. 繳費日期：112 年 12 月 19 日起至 113 年 1 月 8 日止。請務必於前述開放繳費時間繳畢留宿費用並出示收據。逾時將有違規記點，記點方式：
 - (1) 自 113 年 1 月 9 日起至 113 年 1 月 15 日止繳費並出示收據者，將依本校學生宿舍管理規則第九條記違規點 5 點；
 - (2) 自 113 年 1 月 16 日起繳費並出示收據者，再加記違規點 5 點。
3. 繳費方式：請逕至臺灣銀行學雜費入口網列印繳費單後，依指定方式繳費；臺灣銀行學雜費入口網網址：<https://school.bot.com.tw/newTwbank/StudentLogin.aspx>。
4. 繳費單列印注意事項：
 - (1) 代收類別:146572。
 - (2) 境外生(含僑生、陸生、外籍生)之“身分證字號”欄位為學號、護照號碼或居留證號碼 3 者其中之一。
 - (3) “識別碼”欄位請轉換為 7 位數之民國年。西元年減去 1911 即為民國年，格式為 YYYYMMDD(共 7 碼，YYY 為民國年)，例如民國 85 年 5 月 3 日請填入 0850503。
5. 如無法登入或登入後無帳單，請洽住服組承辦人董小姐，分機 86340、EMAIL：em86340@email.ncku.edu.tw。

(四) 寒假住宿床位取消：

1. 12 月 5 日上午 10 時前：請逕登入申請系統，進行異動即可，免繳行政手續費。
2. 12 月 5 日上午 10 時起至開放入住日前：請逕洽各舍輔導員辦理。除休學、退學、畢業者，其餘申請異動者須繳交 250 元行政手續費。
3. 自開放入住日起：請逕洽各舍輔導員辦理。住宿費以日計費，自開放入住日起計算至完成異動申請與離宿相關手續當日止。除休學、退學、畢業者，其餘申請異動者須繳交 250 元行政手續費。各身份別開放入住日請參考附件。

四、各期別離宿及進住相關作業時程：請參閱住服組網頁公告之<附表 2>，各項手續辦理說明如<附表 3>。

※ [附件連結請點此](#)，或參閱住服組原公告網址。

113 年寒假【大學部宿舍留宿】申請**(11/28 10AM-12/05 10AM)**

- 一、申請日期：112 年 11 月 28 日上午 10 時起至 112 年 12 月 5 日上午 10 時止。
- 二、申請資格：112 學年度大學部宿舍住宿生，不含來校交換生。惟有違規記點紀錄或住宿費繳費紀錄異常者、開放申請期間因違規記點而屬停權狀態者，請於 112 年 11 月 28 日上午 10 時前繳畢欠費或完成銷點服務、通知本組更新紀錄後，始得進行申請。
- 三、申請方式：線上登錄，網址：https://dorm.osa.ncku.edu.tw/index_ws.php?md=7。
- 四、申請注意事項：
 - (一) 本項線上申請為全期寒假留宿。如僅須 112-1 學期延後離宿或於 113 年寒假期間短期住宿，請另參閱 113 年寒假短期住宿申請公告、另行申請。
 - (二) 部分區域之寢室(詳如<附表 1>)須配合修繕工程淨空。前述區域住宿生亦可申請留宿，惟將安排住宿該棟宿舍其他區域寢室，該棟宿舍床位不足時則另安排至鄰近宿舍。
 - (三) 為避免假期間單一寢室一人獨自住宿，遇身體不適或緊急狀況無室友相互照應，本組將視寒假住宿狀況，調整住宿寢室。全寢僅單人申請留宿者，將調整至鄰近寢室留宿。
 - (四) 如有個人物品須留置寢室，即須申請留宿。未申請者須清空所屬寢室床位及空間，不得放置個人物品。
 - (五) 寒假住宿期間將不定時抽查寢室住宿狀況。如查獲未申請寒假住宿亦未清空個人物品或私自進住，除須繳交住宿費外，亦須依住宿相關管理規定及學生獎懲要點處理。為減少同學未事先申請留宿，因故補申請寒假住宿，影響其他住宿同學住宿權益，寒假有住宿或放置物品需求者請務必於上述期限內申請寒假住宿。
 - (六) 登記後如須異動，請於登錄時間內逕至說明三之線上登錄網址申請異動。逾登錄時間須申請異動者，請洽所屬宿舍輔導員辦理，須另繳交行政手續費每次 250 元。
 - (七) 因住宿資料或歷年住宿費繳交異常而無法申請者，請務必於 112 年 11 月 28 日上午 10 時前完成銷點或繳費，並出示銷點或繳費證明，以便協助開放線上申請權限，逾時恕不受理。
 - (八) 寒假住宿床位取消：
 1. 12/5 上午 10 時前：請逕登入申請系統，進行異動即可。免繳行政手續費。
 2. 12/5 上午 10 時起至開放入住日前：請逕洽各舍輔導員辦理。除休學、退學、畢業者，其餘申請異動者須繳交 250 元行政手續費。
 3. 自開放入住日起：請逕洽各舍輔導員辦理。住宿費以日計費，自開放入住日起計算至完成異動申請與離宿相關手續當日止。除休學、退學、畢業者，其餘申請異動者須繳交 250 元行政手續費。各身份別開放入住日請參考<附表 2>、各項手續辦理說明如<附表 3>。
- (九) 寒假住宿床位查詢：12/19(二)18 時起；查詢網址：https://dorm.osa.ncku.edu.tw/index_stu.php。
- 五、繳費注意事項：
 - (一) 住宿費收費標準：<https://housing.osa.ncku.edu.tw/p/412-1052-2428.php?Lang=zh-tw>。電費另計。
 - (二) 繳費日期：112/12/19 起至 113/1/8 止。請務必於前述開放繳費時間繳畢留宿費用並出示收據。逾時將有違規記點，記點方式：
 1. 自 113/1/9 起至 113/1/15 止繳費並出示收據者，將依本校學生宿舍管理規則第九條記違規點 5 點；
 2. 自 113/1/16 起繳費並出示收據者，再加記違規點 5 點。
 - (三) 繳費方式：請逕至臺灣銀行學雜費入口網列印繳費單後，依指定方式繳費；臺灣銀行學雜費入口網網址：<https://school.bot.com.tw/newTwbank/StudentLogin.aspx>。
 - (四) 繳費單列印注意事項：
 1. 代收類別：146572。
 2. 境外生(含僑生、陸生、外籍生)之“身分證字號”欄位為學號、護照號碼或居留證號碼 3 者其中之一。
 3. “識別碼”欄位請轉換為 7 位數之民國年。西元年減去 1911 即為民國年，格式為 YYMMDD(共 7 碼，YYY 為民國年)，例如民國 85 年 5 月 3 日請填入 0850503。
 - (五) 如無法登入或登入後無帳單，請洽住服組承辦人董小姐，分機 86340、Email：em86340@email.ncku.edu.tw。
- 六、各期別離宿及進住相關作業時程：請參閱住服組網頁公告之<附表 2>，各項手續辦理說明如<附表 3>
- ※ 附表連結[請點此](#)，或參閱住服組網頁原公告網址。

112 學年度學生宿舍人工補宿作業 (112/10/17- 112/12/18、112/12/26-113/06/03)

一、申請資格：本校在學學生無 112 學年度住宿床位且符合以下條件者：

- (一) 無歷年各項住宿相關費用尚未繳清。
- (二) 無違規記點達 10 點(含)以上。
- (三) 已完成新生體檢者。

二、各住宿期別開放申請補宿時間：

- (一) 112-1 學期及 112-2 學期：112 年 10 月 17 日起至 112 年 12 月 18 日止之上班日 09:00-12:00、14:00-17:00
- (二) 112-2 學期：112 年 12 月 26 日起至 113 年 6 月 3 日止之上班日 09:00-12:00、14:00-17:00。

三、申請步驟：

- (一) 查詢補宿床位：<http://tinyurl.com/p9stwds>
- (二) 簽署 112 學年度住宿契約書：
https://dorm.osa.ncku.edu.tw/index_lic.php
- (三) 洽宿舍輔導員登記補宿床位。宿舍輔導員聯絡方式：<https://housing-osa.ncku.edu.tw/p/412-1052-9830.php?Lang=zh-tw#cc2>。

四、申請注意事項：

- (一) 本次 112 學年度補宿申請作業無戶籍地或年級限制，設籍臺南市者或延畢生亦可申請。
- (二) 本次試辦開放大學部同學申請 112 學年度補宿入住研究生宿舍(勝六舍、敬三舍)，申請注意事項：
 - 1. 可住宿時間：112-1 與 112-2 學期，不含 113 年寒假及 113 年暑假。
 - 2. 112 學年轉換宿：如有轉換宿需求，請參加 112-1、112-2 學期線上轉換宿。開放申請項目：轉入其他大學部宿舍。
 - 3. 113 年寒假住宿：應另行依公告說明完成寒假住宿申請。住宿棟別為本次補入之研究生宿舍。如 112-1 學期申請轉換宿，則為轉入之大學部宿舍。
 - 4. 113 年暑假住宿：應另行依公告說明完成暑假住宿申請。住宿棟別為 113 學年中籤宿舍；113 學年無床位者，則由本組逕行安排其他指定之大學部宿舍。
 - 5. 113 學年住宿：不開放申請 113 學年續住，須另行參加 113 學年大學部床位

相關申請作業。113 學年大學部床位相關申請作業時程預計於 113 年 1 月前開放查詢：

<https://housing-osa.ncku.edu.tw/p/412-1052-10941.php?Lang=zh-tw>。

(三) 補宿後開放進住日及計費標準：請參閱住服組網頁公告之<附表 1>

(四) 補宿住宿起訖時間預定如下，惟各身分別實際住宿截止時間依應學期離宿公告之說明為準：

(1)112-1 學期：補宿後之開放入住日起至 113 年 1 月 5 日止。

(2)112-2 學期：

113 年 2 月 7 日 17:00 前申請者：113 年 2 月 16 日起至 113 年 6 月 21 日止。

(3)113 年 2 月 15 日 09:00 起申請者：補宿後之開放入住日起至 113 年 6 月 21 日止。

(五) 補宿住宿起訖時間不含 113 年 1-2 月寒假及 113 年 7-8 月暑假，前述期間如有住宿需求，請分別依寒、暑假住宿申請公告說明進行申請。

(六) 補宿後床位異動或取消：

1. 申請方式：學生本人親洽所屬宿舍輔導員申請床位異動或取消。

2. 計費方式：

(1) 開放入住日前：行政手續費 250 元。

(2) 開放入住日起：行政手續費 250 元及自開放入住日起至完成取消手續當日止每日住宿費 150 元。

(七) 住宿相關費用補繳：

1. 住宿費：請先至臺灣銀行學雜費入口網下載繳費單後，至臺銀各分行臨櫃或 ATM 轉帳繳交，並於補宿申請前持繳費收據至住服組銷帳。

2. 行政手續費、電費、罰款：請至自動繳費機或線上繳費平台

(<https://pay.ufo.ncku.edu.tw/mobilepay/>) 繳交並於繳納後逕洽該棟宿舍輔導員銷帳。

(八) 因違反住宿管理規則或宿舍公約，違規記點累計達十點以上者，須於補宿申請前向本組辦理銷點。銷點完成後始能申請補宿。

點滴話校安

【交通安全宣導】

112年10月3日邀請臺南市警察局第一分局交通組吳文村組長蒞校實施「交通安全教育宣導」，吳組長以融入生活的方式的講解簡報內容，向學生說明交通安全應注意事項及停讓行人、違規記點與方向燈之使用方式，並以交通事故、違規影片輔助說明，加深學習印象與學生互動熱絡，參加人數共124次。




**國立成功大學
軍訓室**

交通安全教育宣導

112年10月13日

人行道

請勿佔用步行空間



停讓行人

無號誌路口務必遵守停讓



車輛行經路口 停讓行人

第三人責任險

黃品源聯合保險：強制汽車保險、商業保險、紅紅互助保險、華南產物保險



騎車上路最怕發生意外
如果撞上別人的車更是雪上加霜
不但自己受傷，也要負擔對方的

- ✓「第三人責任險」—賠償對方受傷、車損
- ✓「駕傷險人壽保險」—賠償駕駛醫療費

微型電動二輪車與責任保險

您不能不知道的規定



您不能不知道的「強制險」規定
⚠️「微型電動二輪車」已納入強制汽車責任保險承保範圍。
⚠️注意事項提醒您~【領照+投保】
⚠️「微型電動二輪車」行駛上路要領牌照。


**國立成功大學
軍訓室**

交通安全教育宣導

112年10月25日

臺南市取締闖紅燈前十大路口

闖紅燈很危險，真的母湯母湯！
同學一定要注意行車安全
絕對不要為了逞一時之快 傷害自己也危害他人
闖紅燈及紅燈右轉駕駛人記點
-記駕駛人違規點數3點。
-半年內累積達6點-吊扣駕照1個月。

【闖紅燈(直行/左轉)】

- ✖機車 1,800元~2,700元
- ✖小型車 2,700元~4,000元
- ✖大型車 3,600元~5,400元
- ✖載運危險物品車輛 5,400元

【紅燈右轉】

- ✖機車或小型車 600元~900元
- ✖大型車 1,400元~1,800元

臺南市取締闖紅燈前十大路口

路口	違規次數
1 永寧路 中華路與中山路口	1,000
2 永寧路 中華路與大港二街口	800
3 仁德路 文德路與中山路口	700
4 東區 中華路與東門街口	600
5 東區 東寧路與林森街口	500

臺南市取締闖紅燈前十大路口

路口	違規次數
6 永寧路 中華路與中山南路口	400
7 中西區 中華路與府前路口	300
8 東區 長榮路與第一線路口	200
9 永寧路 中華路與中華二路口	150
10 新化區 臺19甲線與復興路口	100

本校周邊 1 公里肇事熱點路段

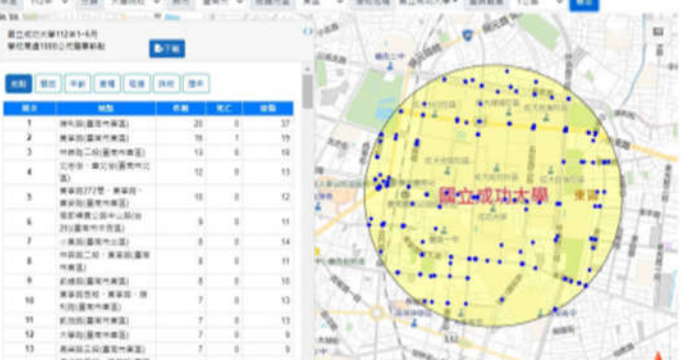
資料時間: 112/10/25

🔍 治安資訊查詢網

112年1-7月死亡 1,788人(每日 8.52人)、機車騎士死亡 1,538人、高層墜落死亡 219人、路口車禍死亡 297人、酒後駕駛死亡 151人

112年1-7月死亡 1,788人(每日 8.52人)、機車騎士死亡 1,538人、高層墜落死亡 219人、路口車禍死亡 297人、酒後駕駛死亡 151人

路段	件數	死亡	受傷
1 南區(臺南市東區)	20	0	37
2 東區(臺南市東區)	18	1	19
3 中西區(臺南市東區)	13	0	10
4 中西區(臺南市東區)	12	0	13
5 東區(臺南市東區)	10	0	12
6 東區(臺南市東區)	9	0	11
7 東區(臺南市東區)	8	0	14
8 東區(臺南市東區)	8	0	11
9 東區(臺南市東區)	8	0	10
10 東區(臺南市東區)	7	0	13
11 東區(臺南市東區)	7	0	13
12 東區(臺南市東區)	7	0	9
13 東區(臺南市東區)	7	0	9
14 東區(臺南市東區)	7	0	8



【詐騙防制宣導】

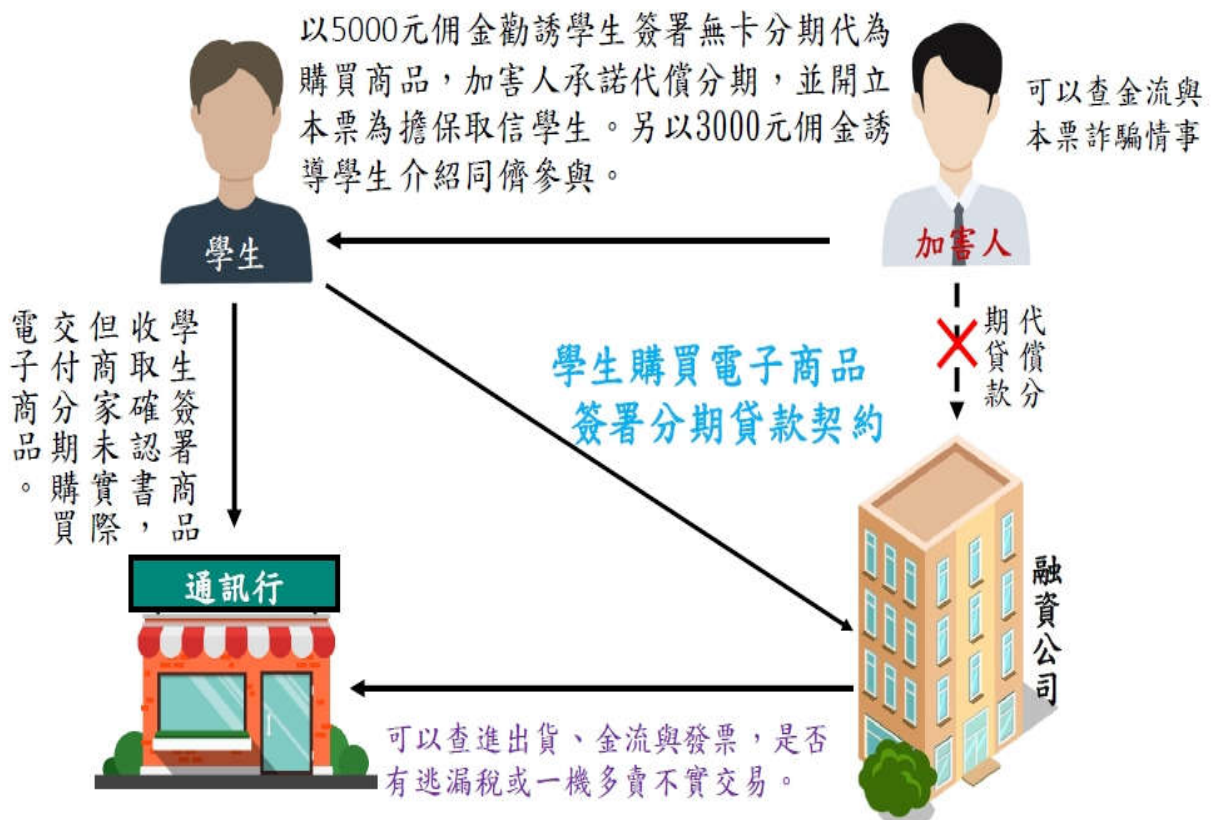
近日台中有9所大專校院，傳出多名學生遭人以「無卡分期」手法詐騙，不肖人士以申辦手機、電腦為由，誘使學生簽下新臺幣5到10萬元不等的無卡分期契約，即可賺取現金5000元，也不必繳交分期款項，但最終不僅沒拿到產品，還被融資公司催繳款項。

再次提醒同學勿輕易提供個人帳戶資料及謹慎使用第三方支付平臺，並避免協助他人領取金錢，以防落入詐騙集團洗錢的陷阱。

如遭遇疑似詐騙事件，請務必於交易前撥打165反詐騙電話求證；倘已不慎遭受詐騙，應立即向轄區警政機關報案，以減少金錢損失與阻止不肖人士再次犯案，並同步通報學校校安中心(校內分機：55555；專線：06-2381187)。



無卡貸款詐騙流程與可能違法情事



【防制藥物濫用】

臺灣高等檢察署舉辦毒品情勢分析及警示發布記者會時指出，愷他命近年來查獲量增加，今年1月到7月查獲3795.2公斤，入侵年輕族群的情勢嚴重，必須嚴密防範擴散。

高檢署報告指出，去年臺灣各級毒品來源查緝量計9916.4公斤，為歷年新高；今年1月到7月已查獲5643.2公斤，較去年同期增加268.1公斤，研判疫情趨緩後，毒品需求上升。

高檢署報告提到，愷他命屬毒品危害防制條例列管第三級毒品，製造、運輸、販賣、轉讓、持有純質淨重5公克以上，均構成犯罪行為，而施用、持有純質淨重5公克以下者，也可被處以新臺幣2萬元以上、5萬元以下罰鍰，並需接受6小時以上8小時以下之毒品危害講習。

今年1月到7月臺灣愷他命查獲量為3795.2公斤，是去年同期查獲量1446.1公斤的2.6倍，佔各類毒品查獲量第1位。

此外，製造愷他命的第四級毒品先驅原料「三級丁氧碳基去甲基愷他命」查獲量逐年增加，今年1月到9月查獲1441公斤，顯見毒品市場對於愷他命及其先驅原料需求甚高。

內政部警政署資料顯示，愷他命以年輕族群使用比例較高，今年1月到6月學生藥物濫用統計共238件，比去年同期增加15.5%，且以包含愷他命的第三級毒品179件為最多，較去年同期增加21.8%。

高檢署整合六大緝毒系統強力壓制，並規劃多項策進作為，包含加強網路巡邏且溯源查緝網路販毒案件，佈建社區校園反毒通報網絡以掌握社區校園之犯毒案件及施用黑數，輔以分齡分眾宣導毒害等，達成減少供應、減少需求、減少傷害的目標。



【防制校園霸凌】

「校園 080 Morning Call」Podcast

為了有效預防校園霸凌及完善事件處理機制，透過多元方式及管道推動防制工作，教育部於今(112)年與國立臺北大學橄欖枝中心合作推出防制校園霸凌Podcast頻道「校園 080 Morning Call」，提供防制校園霸凌相關宣導資訊。

「校園 080 Morning Call」頻道以「Morning Call」為名，為呼籲校園霸凌都能及早反映、及早發現與及早介入協處及處理，因此頻道主題以校園霸凌為主軸，透過主持人與受訪者的對談，分別從教育實務、心理輔導、犯罪學、社會學、法規與政策、行政程序等各個層面以實際案例深入探討，提供大眾對校園霸凌有更深入的認識。節目特別邀請身處校園現場長期推動防制校園霸凌及輔導工作的教師們，分享處理校園霸凌事件及輔導的經驗，以提供學校、家長及孩子對校園霸凌的認知與了解，節目中也邀請同學親自蒞臨節目，就自己就學期間曾經經歷的校園衝突事件與大眾分享，希望透過分享自己經驗，讓大眾對於防制校園霸凌有不一樣的觀點。



讓我們「陪伴」你一程
安全送你回住處



成大護送天使

NCKU Campus Safty Escort Service

承辦單位：學務處軍訓室

服務時間：學期期間週一至週日 PM21:30-AM03:00

Semester Service Hours: Monday to Sunday from 9:30 PM to 3:00 AM.

伴走範圍：校區以及校區外圍500公尺範圍內

Walking Escorts for NCKU students, faculty, and professional staff within our patrol boundaries:

Please refer to the map of the Walking Escort Program.

預約方法：時間PM21:15-AM02:30(當日預約)・手機：0905-261-119・校內分機：50880

How to Request a Walking Escort: Requests are only accepted on the same day between 9:15 PM and 2:30 AM.

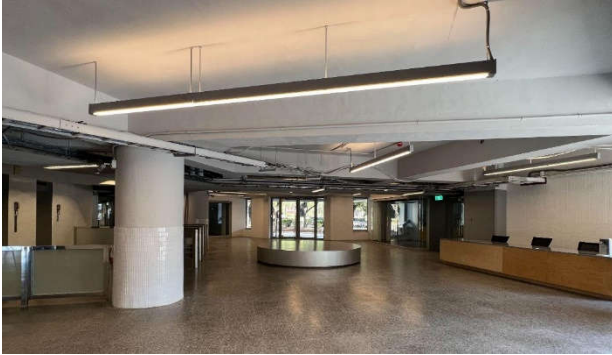
Call 0905-261-119 or dial 50880 from a campus phone.



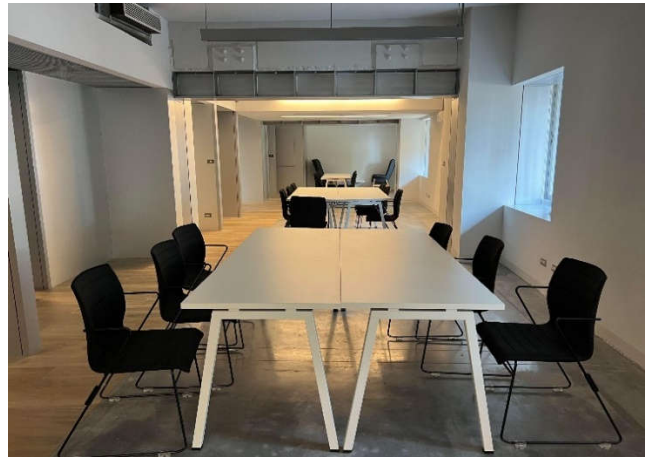
SERVICE MAP

專題報導

光復紐帶新開張



光復紐帶為教育部所推行之宿舍新生活計畫所改造的生活空間，座落於光一舍及光二舍一樓，於 111 年 2 月竣工，4 月間驗收完畢啟用。整修期間，拆除光一舍及光二舍一樓部份寢室，加以結構補強後，打造出四個主要公共生活空間，分別為廚藝教室（後統稱為簡易廚房）、新創教室、智能商店及階梯教室，室外則有木沫平台。光一舍以生活機能為主要設計方向，光二舍則以團體活動為主要設計理念，期待住宿生活有更多的互動，創造更多課程以外的可能性。



簡易廚房

簡易廚房位於光一舍 1 樓南側，為光復紐帶學苑生活機能區很重要的區域，共設置 4 座中島，每座中島各配置一座雙口電磁爐，一台抽油煙機，一座流理台，更設置一台公用冰箱，堪稱為成大宿舍群中最完整的廚房配置，中島均設有電力卡設備，使用前須先向服務人員購置電力卡且儲值後，插卡即可通電使用。

自 112 年 4 月 25 日開放使用以來，已有 155 人次申請使用，申請採線上登記，申請資格

為住宿生，可接受非光一舍住宿生申請，一次為一個學期，寒暑假須另外申請，於簡易廚房入口及管理員室門口均有申請 QRcode 及使用規定，閱讀規定後沒有問題即可掃碼申請，相當簡單方便。每到用餐時間，均有住宿生來此料理食材，尤其是假日，有比平日更多的住宿生在此一同做菜，聯絡感情。今年八、九月颱風接踵而來時，更成了住宿生最佳的聚會場所，使用過此簡易廚房的住宿生，無不愛上來此煮飯料理的時光。





簡易廚房暫時尚未開放社團申請，但宿舍可以於此辦理活動，光一舍便因應簡易廚房開放，於四月底五月初時辦理第一屆光復不不開

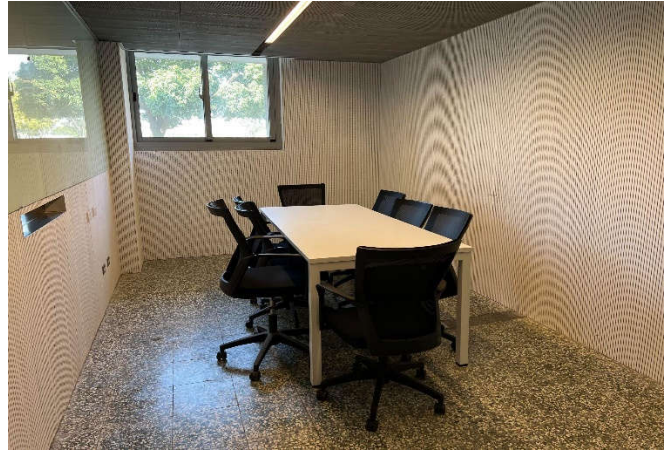
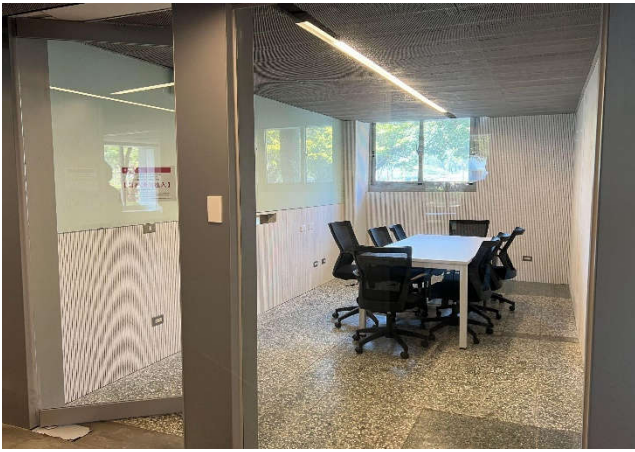
火料理比賽，也吸引了超過 30 位住宿生報名參加，住服組組長、宿委會主委更擔任評審，與民同樂。



新創教室

新創教室位於光一舍 1 樓東側，於 112 年 4 月 25 日開放使用，每間新創教室配置整面透明白板、一張討論桌及 8 張椅子，使用須額外付費，住宿生每小時 20 元，一次最少租用 2 小時，若續借才可以 1 小時為單位租用。至 11 月 3 日已有 46 人次借用，總借用時數 150 小時。

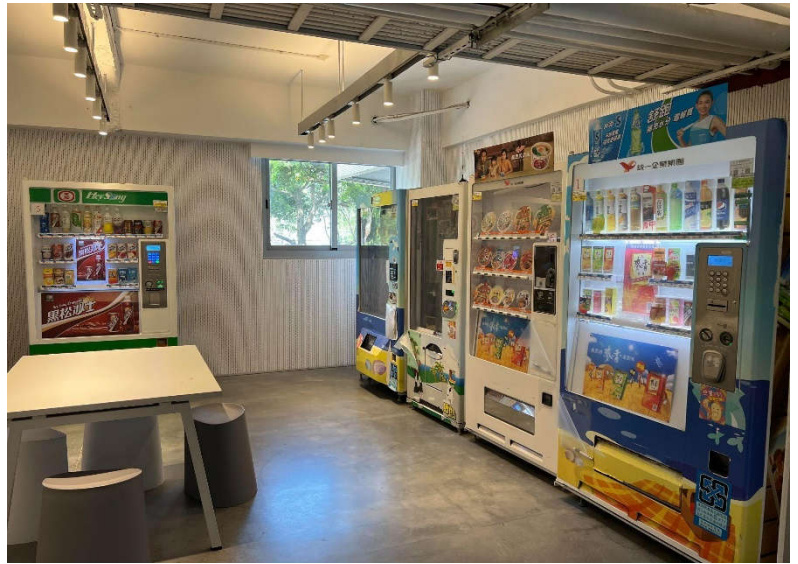
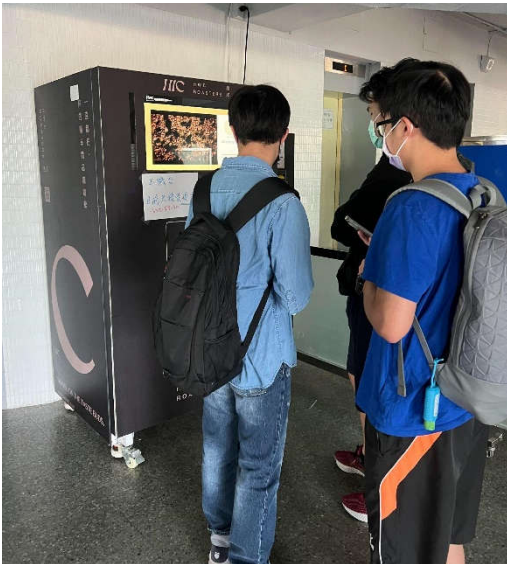
新創教室隔音相當好，可以在裡面唱歌練習樂音、玩桌遊，甚至還有穆斯林在此祈禱學習教理。只要少少的費用，即可讓六到八人享用個人的空間，自由地在此享受課後活動，實在是很划算的選擇。



智能商店

智能商店位於光一舍1樓南側，正對面即是簡易廚房，商店中有販售飲品、泡麵等5座智能販售機台，也有1座自動咖啡機，使用的

咖啡是台灣北部有名的黑汰咖啡，未來更增設熱食機及冰棒機。住宿生再也不用為了半夜吃宵夜還要跑出宿舍了。



大交誼廳

大交誼廳位於光二舍一樓北側，正對面為階梯教室，舒適的沙發區及小圓桌是住宿生臨

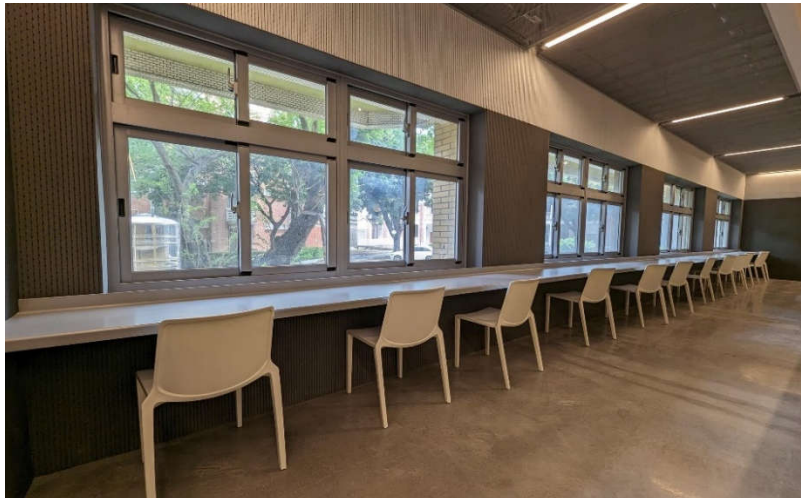
時休憩、聊天、討論課業的好場所。



閱覽區

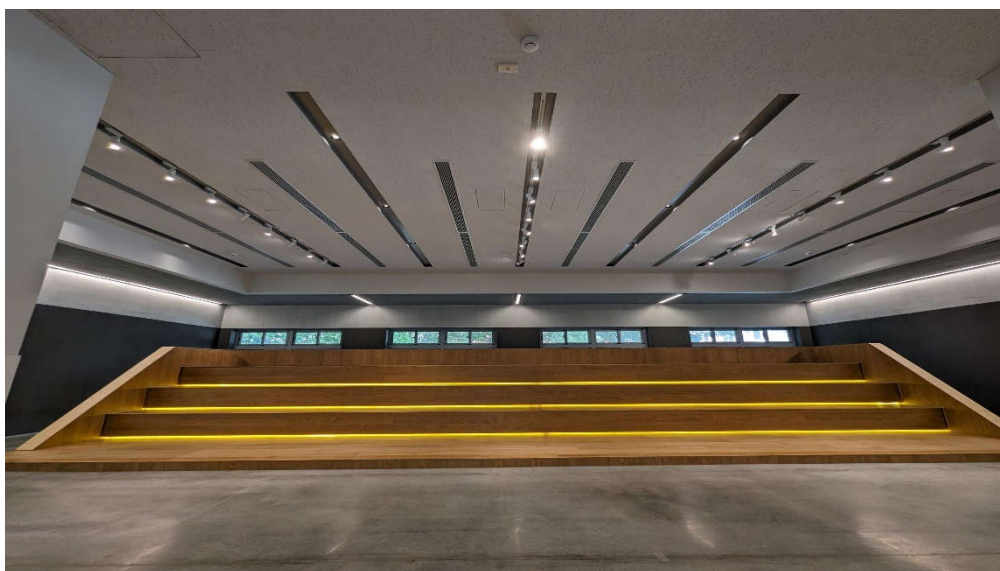
閱覽區位於光二舍一樓北側，後方為階梯教室，提供近 20 個舒適的個人座位及三孔電源

插座，採光及通風良好，對於住宿生學習閱讀、使用筆電都十分方便。



階梯教室

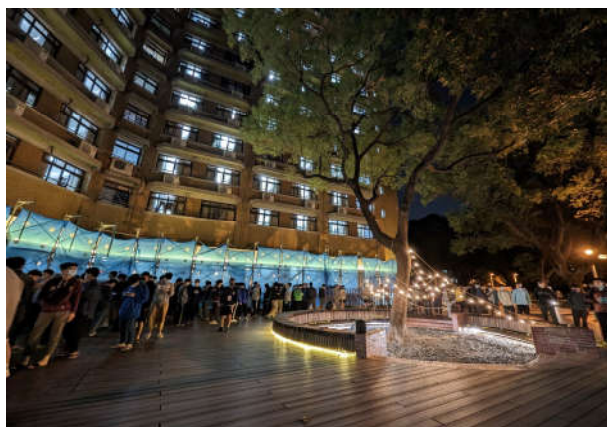
階梯教室位於光二舍一樓北側，對面為大交誼廳，設計作為宿舍小型講座用。約可容納 60 人。



沐木平台

沐木平台為本校 85 級建築系校友楊士正建築師設計，自啟用以來廣為本校師生所喜愛，宿

舍一些室外活動如期末送暖、冬至湯圓會、室外講座、聖誕祈福活動都會使用沐木平台舉辦。



112 年度職場體驗心得分享報告

姓名	吳品萱	系級	教育所碩一	境內/外	境內
職場體驗(實習)單位	社團法人高雄市關懷台灣協會				
職場體驗(實習)期間	112 年 7 月 3 日~ 112 年 8 月 16 日 (33 天)				

參與體驗緣由或動機：

由於今年 9 月份要就讀教育研究所，想在入學之前接觸教育相關職務，並剛好在「Rich 職場體驗網」看到教育活動助理的職缺，對該職務內容十分有興趣，也希望這份工作會對未來寫碩士論文時會有所幫助，最重要的是，想利用暑假空檔期間充實自我，增加在職場上的歷練。

體驗期間對於就業能力與職涯發展的幫助：

我在社團法人高雄市關懷台灣協會擔任教育活動助理的這段期間，深刻感受到團隊合作的重要性，由於大多工作需要同事之間互相幫忙，例如暑期夏令營活動，有人負責教課，有人負責煮飯，有人處理行政工作，也要有人維持小朋友的秩序，大家各司其職，互相幫忙，一同解決面臨到的問題。另外，由於需要行銷宣傳協會的各種活動，因此提升我文書處理以及製作海報的能力，也激發我創新思考，想著如何讓協會的活動被更多人看見。在人際溝通與口語表達這方面，除了需要與夏令營的小朋友溝通，有時也會與家長反應孩子在協會的狀況，所以在表達能力上能夠感受到自身的進步。

體驗期間最印象深刻的事情：

體驗期間最讓我印象深刻的是至社區長輩據點，協助老幼共融的活動。由於我的奶奶也會參與她們社區長輩據點的課程，常常會聽她愉快地分享在據點所上的課，或是看見她手做的作品，甚至是認識哪些其他的長輩們，因此那天去中崙社去據點，陪伴長輩與小朋友一起玩遊戲、看表演時，便覺得特別親切，像是在陪伴自己的奶奶一樣，也才真正感受到奶奶去據點上課的快樂。

體驗期間面臨最大的困難及如何解決：

我認為體驗期間面臨最大的困難是難以掌控夏令營上課的秩序，由於夏令營小朋友的年齡層從幼稚園到升國一的都有，因此在安排課程上需要考慮到所教的課會不會有小朋友感到無聊或是難以理解。果不其然，有些較沒耐性或是較躁動的學生容易搗亂班上秩序，因此常常在上課時，需要花很多時間處理上課的各種突發狀況，常常因為難以維持班上秩序而感到力不從心。直到後期協助夏令營的志工越來越多，可以幫忙我

們處理小朋友的問題或是維持秩序，讓我們可以提升上課品質。

工作內容的檢討與期待：

這一個半月的職場體驗算是我第一個最正式的工讀，因此在工讀前有些焦慮緊張，擔心不知是否能將督導的交辦事項做好，但這段期間我自認為都有將督導的期望和要求都有做好，最需要改善的大概就是在面對較頑皮的小朋友，當一開始溫柔勸說無效時，應該就要以較嚴厲的方式勸導，這部分我沒有做到，所以我認為是在未來如果又帶夏令營時需要改善的地方，而不是一味的寬容他們，有時也需以強硬一點的態度糾正他們錯誤的行為。

職場體驗最大的收穫：

體驗期間的收穫有很多，然而最大的收穫就是備課、教課的能力，因為通常除了擔任老師、家教，或是帶過營隊之外，很難有機會接觸到教育孩子的工作，雖然教學看似輕鬆簡單，但實際經歷過後才了解並不是想像中這般容易，而教學前的備課，也要考慮到學生是否確實能夠吸收知識，所以我體會到當老師的辛苦，也很佩服從事教育工作者的人。我也很榮幸在職場體驗待在這麼好的服務單位，不僅同事之間互動良好、氣氛融洽，督導也給予我們很多發揮空間，讓我們自行設計課程，或是招募暑期志工，不會限制我們想做的事情，因此在這邊可以「邊做邊學」，對我而言是非常難得的體驗。



111-1 職場體驗心得分享報告

姓名	方文廷	系級	不分 114
學號	I34096111	境內/外	境內
職場體驗(實習)單位	璞萃科技管理顧問有限公司－skyline 校園大使		
職場體驗(實習)期間	112 年 2 月 22 日～ 112 年 8 月 25 日 (184 天)		

參與體驗緣由或動機：

Skyline 校園大使是半年一次的實習活動，Skyline 國際機會平台每年都會在學校社團板上定期分享國際機會與在地講座，對我來說也是過去從未接觸過，也非常好奇這個品牌是如何被定義，以及要如何去進行推廣，所以就算是人生第一次體驗到新創公司擔任校園大使的經驗，因為新創公司規模經濟小，也比較沒有這麼多經費，這份工作為無給職，對我來說會比較像是認識到跨域的人脈，以及知道說其他學校的同學是怎麼樣子去經營這些校園大使人脈，以及累積自己的實戰作品集，對我來說校園大使就是一個場域跟大家去合作，認識到其他同學，以及說在這個 Skyline 國際機會平台其實每週都會舉辦非常多活動，邀請到業界的學長姐，以及說會有很多業師來到 Skyline 分享，提供大家許多跨域的建議與機會，並且有非常多的讀書會資源去和大家分享。Skyline 每三週會請校園大使至 Skyline 的網站分享機會，並到 FB、IG 等社群平台整理這些機會發布給同學，讓同學們知道 Skyline 這個平台，也同時接觸到這些國外的實習、競賽、專案合作的機會。像 Skyline 就有和傑青合作一同

舉辦海峽兩岸交流營隊，到中國的三個省份參訪，認識對岸的文化等等，也舉辦非常多競賽給予同學參加。

在擔任校園大使的期間其實享有非常多的福利，可以聆聽免費的講座，可以和其他學校的大使固定每個月的交流以及有個機會可以去製作社群貼文，但是在社群貼文製作中可能就需要非常多的時間和 Mentor 互動以及了解製作貼文的目的。

對我來說就是一個很棒的機會可以看見更多不一樣的世界，和知道說一間新創公司如何運作校園大使，如果只需要少少的人力就能夠成就大大的事情，並且能夠和許多業界講師有所接觸，也更加認識新創圈的團隊。對我來說在未來也會有更多實戰的經驗，以及國際翻譯的內容也會被台灣各地的同學看到和推廣，都是一個非常好展現自己的機會，很感謝過去的自己願意參與，也利用了寒暑假的時間去進行這場非常感人的職場體驗活動。

原資大小事

【112-1 期初學生事務座談會】

原資中心於 112 年 10 月 4 日辦理期初學生事務座談會，活動包含洪良宜學務長及王毓正主任的致詞勉勵、中心專員業務報告及活動分享、社團學長姐校園經驗分享。

希望透過本活動讓原住民族學生了解原資中心及校園各項事務，也使同學們交流、認識彼此，藉此提升原住民學生凝聚力，也強化青年會所效能。



【南方原論系列講座-國際人權 x 原權】

原資中心於 112 年 10 月 27 日舉辦「南方原論系列講座-國際人權 x 原權」。活動邀請「Awakening 覺醒之路」團隊的魏瓊玉與 Mulinung Tangiradan 分享她們在加拿大交流的所見所學，也分享回歸到自身相關議題的感動與收穫。

另邀請 Scott Simon 教授及謝若蘭教授與談，2 位老師長期關心人權發展及臺灣族群關係的學者，透過本次活動帶領大家一起瞭解老師們對於自身在相關「人權」及「族群關係現況」的研究與踏查之經驗。



【原心培力工作坊】

原資中心與心輔組合作，於 10/19(四)起至 11/30(四)，分 5 場次舉辦「原心培力工作坊」。以循序漸進的方式，提供原住民學生安全的空間盡情抒發。

活動邀請高曉珊心理師及吳淑珍心理師設計一系列活動，引導學生說出自己的故事也傾聽他人的故事，並學習如何覺察自身情緒，使學生走在自我照顧的滋養中。



親愛的同學，
如果您是常常對生活沒來由地感到無力，
或是常常處在情緒張力非常緊繃的狀態，
甚至是你觀察到自己對於自己情緒反應很陌生，
我們想要邀請您一同來參與我們的工作坊，
一起來認識自己的情緒，
以及一起來練習如何照顧自己的情緒吧！

You are resilient

場次	活動日期	活動主題	活動講師	備註
1.	10/19(四)	原來你一直都在-成為自己的說書人	高曉珊 心理師	※原資中心 雲平東樓6樓
2.	10/26(四)	重寫我的故事	吳淑真 心理師	※原資中心東雲平樓6樓
3.	11/16(四)	我，與她，與他，在人際間開展自我的故事	吳淑真 心理師	※原資中心 雲平東樓6樓
4.	11/23(四)	聽見你的聲音_關係裡的情緒覺察與關照	高曉珊 心理師	※心輔組 雲平東樓3樓
5.	11/30(四)	走在自我照顧的滋養旅程中	吳淑真 心理師	※心輔組 雲平東樓3樓

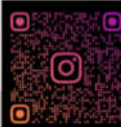
「11、12 月份活動預告」

11
12
月

原心培力工作坊
11/16、11/23、11/30，每周四18:30-20:00(17:30有供餐)

2023 Native Spirit Taiwan 電影節
12/8(五)19:30-21:30、12/9(六)10:00-22:30
地點:成功大學未來館3F

文化日《Siaamece 承擔》
12/09(六)12:00-18:00
地點:成功大學光復校區活動中心前草皮

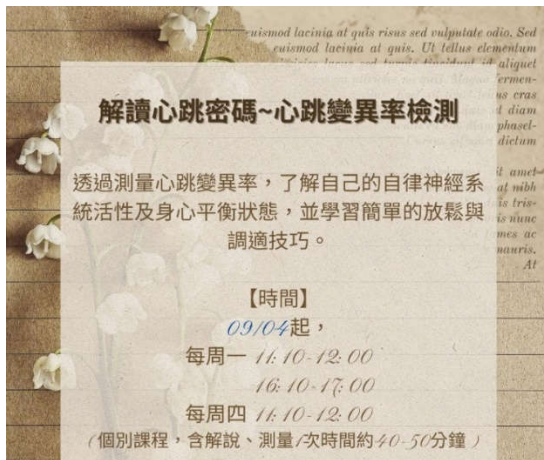




歡迎訂閱關注原資中心喔!

FB
IG
Podcast

解讀心跳密碼：探索身心健康的新視角

廖聆岑心理師 心理健康與諮商輔導組



什麼是心跳變異率？

心跳變異率（英語：heart rate variability，**縮寫**為 HRV）是指心臟除了本身的節律性放電引發的跳動之外，也受到**自律神經系統**所調控，因而產生心率的變化，這樣的心率變化就稱之為心跳變異率。而心跳變異率檢測（Heart Rate Variability, HRV）就是一種量測心跳速率變化程度的方法，可以反映自律神經系統的功能和平衡狀態。

最早於 1963 年由婦產科醫師 Hon and Lee 發現並在臨床上運用，判斷胎兒是否健康，因為在胎兒窘迫發生之前，心跳間隔的差異是最早出現變化的參數。過去二十年已有不少文獻顯示自律神經系統的調控與心血管疾病相關的死亡率有顯著的關係，例如**心因性猝死**、**高血壓**、**出血性休克**、**敗血性休克**等。心率變異分析亦被發現可作為預測發生**心肌梗塞**後的死亡率的指標及預測末期肝癌病患的預後。

自律神經系統與心跳變異率

我們的自律神經由交感神經與副交感神經構成，交感神經負責促進身體機能，副交感神經負責抑制、放鬆。若把人體比喻成一台車子，**交感神經就是車子的油門系統**，而**副交感神經就是剎車系統**。**正常情形下，交感神經持續的輕踩油門讓車子加速前進，副交感神經則間歇的踩剎車讓車子減速。**因此車子的速率(心率)便在忽快忽慢中來回震盪，維持一個很敏銳的調控，即 HRV 值很大(車速變化很大)。自律神經系統不僅控制著心臟、血壓、呼吸等重要的生理功能，還會受到壓力、情緒、睡眠等因素的影響。

若自律神經功能異常，表示交感、副交感神經調控功能不佳，則車速無法被敏銳的調控，也

就是自律神經無法依外在環境的變化迅速作調整。在心率表現上就是來回震盪的幅度很小，即 HRV 值很小。

心跳變異率與身心健康

一般來說，心跳變異率會隨著年紀年紀增長而變小，所以年紀愈大的人，心跳變異率會愈小；而年輕人心跳變異率則較大。而運動員相較於一般人，心跳變異率也會比較大。

一般而言，在沒有生理疾病的干擾下，當我們的心跳變異率比較高，表示我們自律神經系統的調節能力可能較好，適應挑戰的能力也較佳，比較健康。目前心跳變異率生理回饋已有許多實證研究指出效果，可以輔助改善憂鬱、焦慮、疼痛、高血壓、腸躁症、敵意特質...等臨床問題；除此之外，心跳變異率也被應用在運動員訓練、提升運動員的臨場表現上。

心跳變異的生理回饋訓練

那要如何讓自己的心跳變異率變大，或是讓自律神經系統能夠維持平衡呢？運動除了能讓身體健康，也可以幫助放鬆、讓情緒穩定，且會訓練我們的自律神經系統敏感度，增加自律神經系統調控的能力，是增加心跳變異率與維持自律神經系統平衡很好的方法。有研究指出，提高每周運動的次數，適當增加訓練強度和頻率，可以增加線粒體的數量和功能，進而提高 HRV。此外，運動可以提升我們的有氧心肺耐力，有氧運動可以改善血液流動和心肺功能，與 HRV 有正相關喔！當然，也別忘了把休息排進你的行事曆，找到讓精神放鬆的方法，如冥想、瑜伽、按摩、泡澡等，可以減輕壓力、增加恢復和放鬆，進而提高 HRV。

如果你實在沒有足夠的時間運動或休閒，透過訓練呼吸，是一個直接又快速可以改變心跳變異率的方法，持續的呼吸訓練除了提升心跳變異率，更有平衡自律神經的效果。在安靜狀態下，吸氣時心率會慢慢上升，吐氣時心率會慢慢下降；在緩慢的呼吸下，心跳變異率就會增大。我們可以透過改變呼吸方式來自主控制影響自律神經，進而調控心率。

如果你也想解密自己的心跳變異率與自律神經系統活性，歡迎報名參加心輔組的心跳變異率測量的活動喔。

認識成功大學職場不法侵害

環安衛中心衛生保健組 翟文菁 編制

一、前言

近年勞工對於工作時所遭遇不法侵害的意識已逐漸升高，而國立成功大學(以下簡稱本校)對於職場不法侵害或是職場性騷擾更是「零容忍」，依照職業安全衛生法第6條第2項第3款規定，雇主(本校)有預防職場不法侵害的義務。

本校為避免本校員工因執行職務，於工作場所遭受雇主、主管、同事、服務對象及其他第三方不法侵害或跟蹤騷擾等行為，造成身體或精神上之傷害所採取預防及處置措施，特依職業安全衛生法與跟蹤騷擾防治法等相關規定，訂定「國立成功大學執行職務遭受不法侵害預防管理要點」。以下針對職場不法侵害及本校預防管理要點內容進行簡單說明。

二、職場暴力的類型

本校預防管理要點適用對象為本校之員工(教師、職工及於本校投保勞保之學生)，當職場評估可能或已經出現不法侵害或下列五種類型之職場暴力，即可啟動本要點：

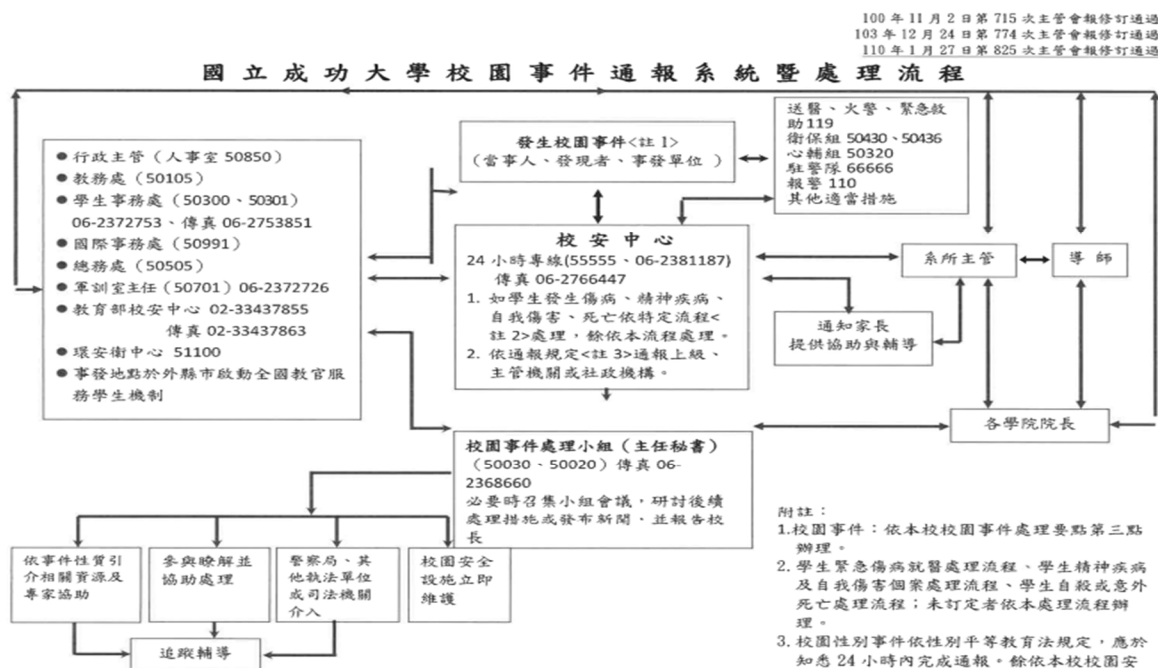
- (一) 肢體暴力：如毆打、抓傷、拳打、腳踢等。
- (二) 心理暴力：如威脅、欺凌、騷擾、歧視等。
- (三) 語言暴力：如霸凌、恐嚇、干擾、辱罵等。
- (四) 性侵害、性騷擾或性霸凌。

(五) 跟蹤騷擾防治法規定之跟蹤騷擾行為。

據我國勞動部勞動及職業安全衛生所 2022 年所調查在工作環境暴力情形方面，13.1%的受訪者表示過去一年曾遭遇職場暴力，其中以語言暴力 11.9%比例最高；心理暴力 5.3%為次之；肢體暴力及性騷擾比例較低皆為 1.2%。

三、本校各單位應盡的責任與義務

- (一) 主任秘書：督導各單位執行各項義務及召開相關會議。
- (二) 校安中心：依本校校園事件通報系統暨處理流程(圖一)，受理職場不法侵害之通報或申訴，並轉知環安衛中心及相關單位辦理後續事宜。
- (三) 環境保護暨安全衛生中心衛生保健組：
 1. 接獲校安中心通報後，由環境保護暨安全衛生中心主任報告主任秘書，並召集「校園事件小組」討論並分案。
 2. 定期統籌彙整各單位不法侵害預防評估之資料。
 3. 規劃不法侵害預防之相關教育訓練。
 4. 審查各單位所填寫「不法侵害預防之危害辨識及風險評估表」(如次頁圖二)之評分部分。



圖一

2. 遇職場暴力時，勇於通報或申訴。

(四) 人事室：

1. 依「校園事件小組」分案並辦理後續相關事宜。
2. 協助辦理職場不法侵害相關之宣導與教育訓練，並將相關訓練紀錄存檔備查。
3. 依「國立成功大學工作場所性騷擾防治要點」受理性騷擾事件之通報或申訴，並辦理後續事項。

(五) 學生事務處心理健康與諮商輔導組：提供因受職場暴力之員工心理諮詢，提出相關心理健康保護措施之適性評估與建議。

(六) 性別平等委員會：相關規定與執行依「國立成功大學校園性侵害性騷擾或性霸凌防治規定」辦理。

(七) 各單位主管及計畫主持人：

1. 負責指揮監督所屬單位執行本要點。
2. 執行本要點之風險評估及控制與改善。
3. 填寫相關表單。
4. 協助調查或處理所屬員工受職場不法侵害之通報或申訴。
5. 提供所屬員工必要之保護措施。

(八) 工作場所員工：

1. 配合本要點之執行與參與。

四、遇到職場不法侵害該怎麼辦？

本校鼓勵員工均能利用所設置之內部申訴處理機制處理此類糾紛。

本校職場不法侵害通報、申訴單位：校安中心通報申訴專線電話：(06)2381187；校內分機55555；通報申訴專用傳真：(06)2766447；通報申訴專用 E-Mail: em50700@email.ncku.edu.tw。

五、結論

勞動部鄭重指出，有關「職場性騷擾的防治」以及「職場不法侵害危害的預防」，關係到勞工可不可以有一個安全、安心的工作環境，由於勞工待在職場上的時間很長，難免會與他人產生摩擦或衝突，而雇主雖有預防及處理職場不法侵害之義務，但友善的職場環境仍需藉由勞雇雙方共同維持與配合，才能夠圓滿達成並減少爭端。

六、參考資料

1. 勞動部勞動及職業安全衛生所研究成果
<https://results.ilosh.gov.tw/iLosh/wSite/ct?xItem=40066&ctNode=322&mp=3>

附件一

不法侵害預防之危害辨識及風險評估表⁴⁾

單位：_____

單位內工作型態及人數：_____

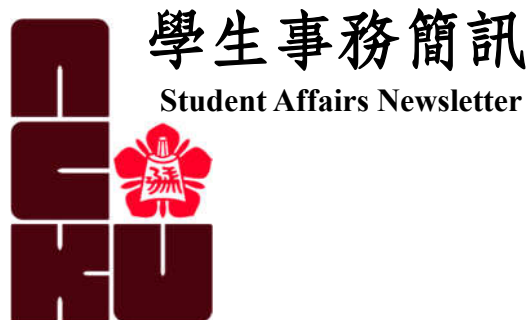
單位評估人員簽章：_____

單位主管/計畫主持人簽章：_____

評估日期：_____

潛在風險 (註：勾「否」者該項無需評估)	是否	潛在不法侵害風險 類型(肢體/語言/心理 /性騷擾/跟蹤騷擾)	可能性 (發生頻率)	嚴重性 (傷害程度)	風險等級 (高中低)	現有控制措施 (工程控制/管理控 制/個人防護)	應增加或修 正相關措施	預計完 成日期
外部不法侵害								
是否有校外之人員(承包商、客戶、學生家長及內洽公等)因其行為無法預知，可能造成不法侵害之來源。	☐ 是 ☐ 否	☐ 肢體 ☐ 心理 ☐ 語言 ☐ 性騷擾 ☐ 跟蹤騷擾	☐ 極不可能(1%) ☐ 不太可能(2%) ☐ 可能(3%)	☐ 輕度(1%) ☐ 中度(2%) ☐ 重度(3%)	☐ 低度(1-2%) ☐ 中度(3-4%) ☐ 高度(6-9%)			
是否有已知和工作會接觸有暴力史之客戶。	☐ 是 ☐ 否	☐ 肢體 ☐ 心理 ☐ 語言 ☐ 性騷擾 ☐ 跟蹤騷擾	☐ 極不可能(1%) ☐ 不太可能(2%) ☐ 可能(3%)	☐ 輕度(1%) ☐ 中度(2%) ☐ 重度(3%)	☐ 低度(1-2%) ☐ 中度(3-4%) ☐ 高度(6-9%)			
工作性質是否為執行公共安全業務。	☐ 是 ☐ 否	☐ 肢體 ☐ 心理 ☐ 語言 ☐ 性騷擾 ☐ 跟蹤騷擾	☐ 極不可能(1%) ☐ 不太可能(2%) ☐ 可能(3%)	☐ 輕度(1%) ☐ 中度(2%) ☐ 重度(3%)	☐ 低度(1-2%) ☐ 中度(3-4%) ☐ 高度(6-9%)			
工作是否為單獨作業。	☐ 是 ☐ 否	☐ 肢體 ☐ 心理 ☐ 語言 ☐ 性騷擾 ☐ 跟蹤騷擾	☐ 極不可能(1%) ☐ 不太可能(2%) ☐ 可能(3%)	☐ 輕度(1%) ☐ 中度(2%) ☐ 重度(3%)	☐ 低度(1-2%) ☐ 中度(3-4%) ☐ 高度(6-9%)			
工作是否需於深夜或凌晨工作(22:00-06:00)。	☐ 是 ☐ 否	☐ 肢體 ☐ 心理 ☐ 語言 ☐ 性騷擾 ☐ 跟蹤騷擾	☐ 極不可能(1%) ☐ 不太可能(2%) ☐ 可能(3%)	☐ 輕度(1%) ☐ 中度(2%) ☐ 重度(3%)	☐ 低度(1-2%) ☐ 中度(3-4%) ☐ 高度(6-9%)			
是否需於較陌生之環境工作。	☐ 是 ☐ 否	☐ 肢體 ☐ 心理 ☐ 語言 ☐ 性騷擾 ☐ 跟蹤騷擾	☐ 極不可能(1%) ☐ 不太可能(2%) ☐ 可能(3%)	☐ 輕度(1%) ☐ 中度(2%) ☐ 重度(3%)	☐ 低度(1-2%) ☐ 中度(3-4%) ☐ 高度(6-9%)			
工作是否涉及現金交易、運送或處理貴重物品。	☐ 是 ☐ 否	☐ 肢體 ☐ 心理 ☐ 語言 ☐ 性騷擾 ☐ 跟蹤騷擾	☐ 極不可能(1%) ☐ 不太可能(2%) ☐ 可能(3%)	☐ 輕度(1%) ☐ 中度(2%) ☐ 重度(3%)	☐ 低度(1-2%) ☐ 中度(3-4%) ☐ 高度(6-9%)			
工作是否為直接面對群眾之第一線服務工作。	☐ 是 ☐ 否	☐ 肢體 ☐ 心理 ☐ 語言 ☐ 性騷擾 ☐ 跟蹤騷擾	☐ 極不可能(1%) ☐ 不太可能(2%) ☐ 可能(3%)	☐ 輕度(1%) ☐ 中度(2%) ☐ 重度(3%)	☐ 低度(1-2%) ☐ 中度(3-4%) ☐ 高度(6-9%)			
工作是否會與酗酒、毒癮或精神疾病者接觸。	☐ 是 ☐ 否	☐ 肢體 ☐ 心理 ☐ 語言 ☐ 性騷擾 ☐ 跟蹤騷擾	☐ 極不可能(1%) ☐ 不太可能(2%) ☐ 可能(3%)	☐ 輕度(1%) ☐ 中度(2%) ☐ 重度(3%)	☐ 低度(1-2%) ☐ 中度(3-4%) ☐ 高度(6-9%)			

圖二



學生事務簡訊

Student Affairs Newsletter

敬請轉知分享或公告週知，謝謝。
如有任何意見或建議，歡迎提供。

【版權所有，未經同意請勿轉載】

發 行 | 國立成功大學學生事務處

發行人 | 洪良宜

總編輯 | 吳毓庭

編輯委員 | 張權發 游濟華 李孟學 呂兆祥

| 陳孟莉 邱淑華 王毓正 李明吉

執行編輯 | 蘇鈴茱

美編排版 | 蘇鈴茱

校稿 | 鄭進財

地址 | 台南市 70101 東區大學路 1 號

電話 | (06) 2757575 轉 50300

傳真 | (06) 2753851

電子信箱 | em50300@email.ncku.edu.tw

網頁 | <http://osa.ncku.edu.tw/>

2000 年 3 月 5 日創刊 | 2001 年 11 月第一次改版 | 2005 年 02 月第二次改版 | 2007 年 11 月第三次改版 | 2010 年 11 月第四次改版 |
2013 年 2 月起停印紙本，全面採電子報方式發行