



學生事務簡訊

Student Affairs Newsletter



230

發行人 洪良宜

校園焦點

校園焦點

- 1 國立成功大學 114 級畢業典禮 沈孟儒校長勉勵畢業生 窮理致知科學濟世
- 4 落實文化平權與教育共榮 成大增設「歲時祭儀假」與「多元文化假」
- 5 第 18 屆正興城灣盃圓滿落幕 成大奪下精神總錦標

活動快報

- 7 社團新鮮事、114 年暑假營隊
- 8 NCKU FUTURE SUCCESS+個人化學職涯規劃系統 #求職找工作 #暑假找實習
- 9 114 年畢業生流向追蹤
- 10 自主實習保險
- 11 2025 Summer Internship

活動花絮

- 12 畢業 1、3 及 5 年流向調查概況表
- 13 職業生涯教練計畫課程花絮
- 15 2025 生活學習工作坊-編繩花鑰匙圈 DIY
- 16 成大 2025 宿舍盃羽球團體聯誼賽 精彩落幕
- 17 2025 八九不離拾-勝八九舍二手市集
- 18 2025 敬業舍區母親節系列活動
- 19 光復一舍第四屆不開火料理比賽

專題報導

- 20 暑假期間安全注意事項

學務隨筆

- 21 2025 宿舍女子防身術參與心得分享
- 24 法治教育專題講座心得
- 26 安心就學心得

點滴話校安

- 27 瀑底山與空軍航空教育館之旅
- 28 機車安全駕駛方法：守護你我生命的基本原則
- 29 防制學生藥物濫用
- 30 反詐騙宣導

原資大小事

- 31 AYSANABEE 加拿大原住民歌手講唱會暨原住民族身分認同議題
- 32 南方原論|長照專業遇上文化照顧

幸福.com

- 33 你的咖啡有魔法—手繪咖啡山水的紓壓魅力

國立成功大學 114 級畢業典禮 沈孟儒校長勉勵畢業生 窮理致知科學濟世

※轉載自 2025 年 06 月 07 日新聞中心網頁
文／孟慶慈、圖／成大新聞中心

期許畢業生，在成大淬鍊後，如朝陽般閃耀，開啟人生新篇章。國立成功大學 6 月 7 日舉行 114 級畢業典禮，在「成曦」為主軸的勉勵下，歡送逾 6 千名畢業生步出校園，期許發揮所學，大步向前邁進。沈孟儒校長以「窮理致知，科學濟世」為題致詞，叮囑畢業生們，成大的精神從不是競爭的勝利者，而是共好的實踐者。成為別人生命中的貴人，是一種境界，也是一種力量。

成大 114 級畢業生人數 6,218 人，學士班 2,650 人，碩士班 3,345 人，博士班 223 人。其中，境外畢業生人數約 507 人。專為培育高階半導體專業人才的「智慧半導體及永續製造學院」，今年計有 70 名碩班畢業生，包括 3 名印度籍、1 名印尼籍，其中近半數學生畢業前即已接獲企業錄取通知。



學生開心參加畢業典禮



外籍學生帶著母國國旗參加畢業典禮

7 日上午在光復校區中正堂舉行的畢業典禮 4000 多名家長及親友觀禮，邦交國史瓦帝尼國王王子常謙于（Sewele Mphumlelo Dlamini），2019 年自成大自然災害減災及管理國際碩士學位學程畢業，今年取得水利及海洋工程學系博士學位，父親史瓦帝尼親王 Prince Mphiwa Dlamini（姆菲瓦·德拉米尼）在大使蒙西比陪同下出席。國外與會貴賓還有，貝里斯大使館大使碧坎蒂、巴拉圭大使館公使代辦羅艾黎、聖露西亞大使館大使特助徐玉玫等。典禮在沈孟儒校長與一級主管等師長進場中揭開序幕。



畢業生親友製作紅布條表達祝賀與欣喜

為祝賀畢業生邁向人生新旅程，少數畢業生親友製作了「畢業快樂」布條祝賀，其中有布條刻意印上畢業生帥氣的照片，引來不少注目禮。帥氣主角品志開心的說，去年女友畢業時，自己做了一個這樣的布條祝賀，沒想到在自己畢業典禮上，女朋友也費心製作了這樣的賀禮，很開心。部份外籍學生在畢業袍外，披掛上中華民國國旗圖案的彩帶，也有人帶來母國國旗拍照，興奮心情溢於言表。

沈孟儒校長致辭時向所有畢業生表示，成大近百年的歷史告訴我們：真正的成功不是個人的榮耀，而是對社會的貢獻，未來你們在各行各業的努力，將是成大最大的驕傲。成大校訓「窮理致知」是知識的信仰，在資訊混亂的

今天，願你們擁有辨別真偽、堅持本質、勇敢思考，做一個不隨波逐流的求真者。未來各領域的界線將愈來愈模糊，而你們必須是那群能在不同領域之間架起橋梁的人。成大最美的傳統是「科學濟世」，你們的專業不只是為了個人立身，而是為了讓世界更好。



沈孟儒校長勉勵畢業生 窮理致知科學濟世

沈孟儒校長期勉全體畢業生，無論未來人在何方，請記住：你是窮理致知的實踐者，你是跨域創新的開拓者，你是知識入世的行動者，你是人文光輝的守護者，你是利他精神的傳承者，你是一朵正綻放的花。花若盛開，蝴蝶自來，當你準備好了，世界就會回應你的努力。



校友李和成向畢業生分享人生經驗與觀察及體驗

機械工程學系 68 級校友，大地光纖董事長李和成擔任演講貴賓。看著滿座的畢業生，李董事長不禁回憶起自己當年即將踏出校門的興奮、不捨與徬徨等交集的心情。事業有成的他，與同學分享近半世紀來的打拚經驗、人生觀察與體驗：

1. 條條大路通羅馬，發揮您的創造力。離開校門後，不論往業界或學術界發展，請發揮想像力和創造力，去預見 10 年甚至 15 年以後的產學界會是什麼面貌。2. 胸懷大志，勇敢的跨出去。恐懼限制人的潛力，請天天問自己，今日是否勝昨日。3. 人文素養和專業力一樣重要。多讀書能保持心智靈活，是精神的營養劑。他在 20 多年前經歷了慘烈的網際網路泡沫，

所幸年輕時曾讀過的一些文學、哲學、歷史等著作，再一次提供了更多的領悟，這些點點滴滴的人文素養，支持他走過暗淡歲月。4. 以人為本。人類一切努力，終究要落實到改善人的生活，讓人生更值得，人與人相遇是莫大緣分，秉持良善，和周遭人好好相處。他最後不忘幫母校募款，請畢業生在離開校門後，再次想到在成大時期的快樂時光，不要忘了捐款給學校。



左起：材料系劉星暉、謝立榆搭檔畢業致辭引來滿滿共鳴

材料系應屆畢業生劉星暉、謝立榆搭檔進行畢業致辭，兩人跳脫傳統改以「平凡」為主題發揮，一搭一唱表現方式生動活潑，獲得同儕滿滿共鳴，頻頻鼓掌。一開始他們自嘲是無名之輩，怎能站上舞台，隨即話峰一轉「正因為我們平凡，才能在站這裡代表大家，代表著每一個樸實無華卻也獨特的大學經歷」，又引經據典的說「根據熱力學第二定律，所有的非凡成就都屬於低機率的逆熵現象，平凡其實才是最自然的狀態。」

兩人接著以大學生活經驗，搞笑式地整理出學習體驗，1. 不要相信你的 partner 可以 cover 到你的那部份任務，大家都要有自己的規劃。2. 機會是留給準備好的人，即便一時手中沒牌，也得讓人看不出來，這不是投機，而是對環境的適應。3. 永遠出其不意地保留內容。成大是臥虎藏龍的地方，真正的強者從不輕言表現自己，而是懂得何時應藏、何時該放。

不過，最後他倆還是正經八百地勉勵畢業生，即便是第二名，也要有冠軍的志氣及不屈的精神。我們服務的態度以及強大的抗壓性，將會是企業的最愛。同時強調，不是每個故事都要轟轟烈烈，能平凡走完這4年已經是一種不凡，你不需要改變世界，也可以活成值得驕傲的模樣。

很多學生依賴 ChatGPT，水利及海洋工程學系楊駿瑋代表致辭時，一開始開玩笑地說，自己一直以來與 ChatGPT 是好朋友，原以為給出關鍵字，就能生成一篇完美的致謝辭，沒想

到生成的竟是好大一串老掉牙的八股雞湯文，只好自己來，以證明自己比它厲害。



水利系楊駿瑋感謝父母及師長的支持與栽培

楊駿瑋代表畢業生們感謝父母、感謝師長。感謝爸爸媽媽默默守在身後，讓每個大學生可以無後顧之憂勇往直前地闖蕩。也向父母親說「對不起，讓你們擔心了」，在文憑通膨的現在，我們必須非常努力才能看起來毫不費力，請給每位努力的畢業生一個帶著肯定與驕傲的擁抱。謝謝師長陪伴成長，將像一塊粗胚鋼鐵的我們，淬煉成熠熠生輝的利刃。

2021 年大學學測國文作文題目「如果我有一座新冰箱」，他好奇現在大家的冰箱裡裝了什麼？而他的冰箱裡可是裝得滿滿當當的，裡面有疫情帶來的苦悶與解禁後的肆意狂歡、有熬夜苦讀的焦慮、抉擇的徬徨無助，還有好多好多屬於成大的一切，屬於青春的一切，以及對未來的期待。他熱情地邀請所有畢業生，帶著冰箱，迎向充滿希望的未來。



畢業典禮上同學依依不捨地擁抱

隨後進行畢業生撥穗及頒發畢業證書，各學院畢業生代表上台時，台下不時傳來歡呼聲，鼓舞台上同學，也為即將邁入人生新起點的自己，加油、打氣。典禮在撥穗及頒授畢業證書中逐漸進入尾聲，在場的畢業生彼此相互擁抱、祝福與道別，帶著師長的祝福與期勉，行感恩禮、唱校歌，邁向新旅程。

落實文化平權與教育共榮 成大增設「歲時祭儀假」與「多元文化假」

※轉載自 2025 年 06 月 09 日新聞中心網頁
文／成大學務處、翁藍莉 圖／成大學務處



成大原住民學生與原住民文化認同者穿戴族群認同與配件，增進彼此感情與展現自我的認同實踐

國立成功大學學生事務處為展現對多元文化與族群信仰的尊重，113 學年度第二學期學生事務會議中通過《學生請假辦法》修訂案，正式增設「歲時祭儀假」與「多元文化假」，透過制度支持學生參與族群儀式與文化節慶，積極實踐文化平權與教育包容的核心價值。

「歲時祭儀假」主要提供原住民族學生在部落舉辦歲時祭儀、重大祭典等期間得以申請，讓學生不因課業而中斷文化傳承，屬於公假類別，每年最多可請假 5 日；「多元文化假」則屬於事假，開放所有學生基於個人宗教信仰或文化節慶需求時提出請假，經授課老師同意即可核准。二項假別的增設，充分體現制度設計的對等與包容，兼顧學生學習與信仰及文化實踐的平衡。



成大原住民文化交流社 2023 年主辦「原住民文化日」活動照

成大學生事務處洪良宜學務長表示，大學教育不僅傳授知識，更應培養學生的文化自覺

與尊重他者的能力。本次假別增設的討論已醞釀將 2 年，期間廣泛蒐集校內學生意見，並參考其他先行學校的實施經驗，終於在制度設計與配套規範完善後正式納入學生請假辦法之中。此次修訂請假制度，正是回應校內學生多元背景的具體作為，亦體現學校致力打造共榮友善學習環境的決心。

成大學生會族群平等小組召集人、原住民文化交流社前社長、不分系大三 Bali Soqluman（全林楷倫）指出，文化的弱勢不同於物質上的弱勢，往往難以被量化，不僅不該被忽略，更應主動彰顯其主體性。把假期獨立出來，代表對文化價值的尊重與正視。身為布農族的他說，「我覺得回去參加儀式，不只是學術裡面的討論，還有家族的凝聚，自我的認同，人權實踐等。消失一個文化，就消失了一個觀察世界的方式」。他肯定成大對於文化議題的重視，以尊重、開放，包容的態度推動共榮。



成大學生會 2024 年 10 月成立第一屆族群平等小組並舉辦專題演講照（圖左為成大全林楷倫同學，圖中為台灣大學地理學系洪廣冀教授，圖右為成大大不分系吳易叡教授）

本次新增假別不僅是對多元學生族群背景的回應，更是高等教育面對文化與學術制度上的實踐，推動校園邁向更具文化自覺與公共性的學習場域。由制度化設計，建立一套具公平性與包容性的文化假制度，讓不同身分背景的學生皆能在兼顧學業下，實踐個人文化與信仰價值，藉由請假制度的調整，積極實踐「文化平權」的教育理念。成大學生如有申請相關假別之需求，請依學生請假程序提出，並檢附證明文件，詳細資訊可至學生事務處生活輔導組網站查詢。

第 18 屆正興城灣盃圓滿落幕 成大奪下精神總錦標

※轉載自 2025 年 05 月 26 日新聞中心網頁
文／翁藍莉 圖／成大新聞中心



「第 18 屆正興城灣盃」5 月 24、25 日舉辦，成大、中興、中正及中山 4 校超過 1,200 師生齊聚競技

2025「第 18 屆正興城灣盃」熱血落幕，來自成功大學、中興大學、中正大學及中山大學 4 校超過 1,200 名師生 5 月 24、25 日齊聚成大，展開為期 2 天的年度運動盛會。今年不僅是賽事在疫情過後首度回歸成大舉辦，更首度增設撞球賽與橄欖球趣味友誼賽，亮點十足。地主隊成大氣勢如虹，再度榮獲「精神總錦標」榮譽！25 日下午於成大大中正堂舉行的閉幕典禮上，成大沈孟儒校長親自將象徵賽事傳承的「正興城灣盃」會旗交接給下（19）屆主辦學校—國立中正大學，為本屆賽事畫下圓滿句點，也揭開明年賽事序幕。

臺灣綜合大學系統王汎森主席在開幕典禮以「體育是一個國家能力的總和」、「體育使人茅塞頓開」及「運動讓人生更美好」與現場師生共勉；閉幕活動中特別感謝 4 校相關處室同仁的籌辦，並表示兩天的緊張賽事讓他感受到選手努力的拼搏精神。他特別提醒選手透過賽事珍惜得來不易的友誼，期望未來 4 校有更緊密的合作，更再次強調「運動是一件非常重要的事情！」



臺灣綜合大學系統王汎森主席（左 3）與成大沈孟儒校長（右 5）典禮中勉勵選手，強調運動的重要性，也提醒選手們要珍惜友誼

沈孟儒校長在致詞中熱情歡迎各校貴賓與選手蒞臨，指出高等教育的核心是永續，而永續之道始於員工的身體與心理健康，「身心健康是永續之道」。他強調要永遠保持正向能量，並期望這股正能量能從「正興城灣盃」開始。沈校長也表示，這兩天在球場上的競技輸贏不是最重要，感情的交流、帶來精神的記憶才是最值得珍惜，「相約明年中正大學見！」



首次舉辦的「橄欖球趣味賽」為本屆賽事一大亮點

「正興城灣盃」由臺灣綜合大學系統主辦，自 2006 年創辦以來已邁入第 18 屆，旨在深化 4 校（成功大學、中興大學、中正大學、中山大學）間合作情誼、推動體育交流、培育團隊合作精神。本屆共設 19 項競技，賽事亮點之一，為鼓勵學生提案參與，首度納入撞球為競賽項目以回應 4 校撞球社的期待；此外，首次舉辦的「橄欖球趣味賽」更成為師生交流的焦點。4 校師長代表難得換上休閒球衣，親自登場體驗橄欖球拋接傳球，比賽現場歡笑聲與加油聲不斷，氣氛溫馨又熱血，成為本屆賽事的一大亮點。

競賽成績方面，成功大學最終以總積分 59 分榮獲精神總錦標第一名，其次依序為中正大學以 43 分名列第二，中山大學與中興大學則分別以 39 分及 35 分居第三與第四名。

競賽成績總表

編號	競賽項目	成功大學	中興大學	中正大學	中山大學
1	教職員桌球	2	5	1	3
2	教職員羽球	5	2	1	3
3	教職員網球	5	2	3	1
4	學生羽球	3	1	5	2
5	學生棒球	3	1	2	5
6	學生女子排球	3	1	5	2
7	學生男子排球	2	1	3	5
8	學生足球	5	3	2	1
9	學生網球	2	1	5	3
10	學生女子籃球	5	3	2	1
11	學生男子籃球	5	3	2	1
12	學生桌球	2	3	1	5
13	學生圍棋	5	3	2	1
14	學生游泳	2	1	5	3
15	學生熱舞	5	2	3	1
16	學生田徑接力	5	3	1	2
總積分		59	35	43	39
17	師生友誼賽	2	1	3	5
18	學生桌遊表演賽	5	2	3	1
19	學生撞球表演賽	2	3	5	1

*師生友誼賽、學生桌遊表演賽、學生撞球表演賽不列入總錦標積分計算

精彩回顧 | 【[第 18 屆正興城灣盃](#)】



成大選手再創佳績，今年再奪精神總錦標

活動快報

社團新鮮事

活動日期、時間	活動內容	活動地點	主協辦單位
表演			
6月26日(四) 13:00至21:30	113&114級民謠團畢業演出	歷史文物館	吉他社
畢業生服務			
6月19日(四)~6月23日 (一) 8:00至22:00	學士服回收	芸青軒 第一會議室	畢業生聯合會

114年暑假營隊

活動期間	營隊名稱(超連結)	承辦單位	招生人數	聯絡人	聯絡電話	聯絡 E-mail
07月03日-07月05日	2025年第二十屆成功大學外文營	外文系會	60	王同學	0909-748524	b24121316@gs.ncku.edu.tw
07月03日-07月06日	2025第23屆成大文藝營	中文系會	50	徐同學	0905-967816	weniyiingncku@gmail.com
07月03日-07月09日	2025成大建築營	建築系會	48	黃同學	0905-259078	nckuarchworkshop@gmail.com
07月07日-07月12日	2025成大心理科普營	心理系會	96	吳同學	0958-583439	D84121077@gs.ncku.edu.tw
07月07日-07月12日	2025成大航太營	航太系會	120	曾同學	0968-929017	aacamp2025@gmail.com
07月07日-07月13日	第20屆成大管樂營	管弦樂社	70	劉同學	0908-097963	nckuwindbandcamp@gmail.com
07月08日-07月13日	30屆成大醫學營	醫學系會	100	劉同學	0919-288906	I54121342@gs.ncku.edu.tw
07月08日-07月13日	第十屆成大醫工營	醫工系會	72	王同學	0908-139299	lucaswanguse@gmail.com
07月08日-07月13日	2025成大材料營	材料科學與工程學系系學會	100	林同學	0933-560329	E54126103@gs.ncku.edu.tw
07月09日-07月13日	2025成大電機營	電機系會	128	張同學	0909-709940	2024eecamp@gmail.com
07月09日-07月15日	2025成大資訊營	資訊工程系會	120	王同學	0921-811157	nckucsie.camp2025@gmail.com
07月14日-07月18日	第十四屆大學生活體驗營	大學體驗社	200	陳同學	0982-330824	c64126137@gs.ncku.edu.tw
07月27日-07月31日	第20屆成大機械營	機械工程系學會	84	洪同學	0985-568383	2025nckumecamp@gmail.com



NCKU FUTURE SUCCESS⁺

個人化學職涯規劃系統

職業探索

學習歷程

生活軌跡

學習資訊

成大日常

履歷匯出



#手機桌機雙介面

#職能測評雷達圖

#一站式學習歷程

#職能提升活動推薦

#生活軌跡即拍即傳

#自傳履歷連結實習就業

#畢業校友馬不停蹄*

註：畢業、校友除職能測評外，其餘功能皆能使用。



學生事務處生涯發展與就業輔導組 x 計算機與網路中心資訊系統發展組

【求職 x 實習 x 104】NCKU FUTURE SUCCESS⁺個人化學職涯規劃系統英文介面全新上線！！學校與 104 人力銀行合作打造求職專區，找工作+找實習等您來卡位~~💎💎

[Job Search x Internship x 104] NCKU FUTURE SUCCESS⁺: New English Interface for Personalized Career Planning System Now Available! NCKU has partnered with 104 Job Bank to create a dedicated job search zone. Explore job and internship opportunities - your spot awaits!

💎 為讓更多同學便利使用 NCKU FUTURE SUCCESS⁺個人化學職涯規劃系統，英文版介面上線囉！

The English Version of the NCKU FUTURE SUCCESS⁺ Personalized Career Planning System is now online, making it easier for more students to use. Try it out now!

💎 整合 UCAN 就業職能平台，智慧化結果自動推薦活動和課程

完成 UCAN 施測後，除在 NCKU FUTURE SUCCESS⁺系統可以看到結果雷達圖，了解自身的職能優弱勢項目，更能直接依據個人職能項目強弱，主動推薦校內外活動或課程給您喔！

記得要先完成 UCAN 共通職能測驗，隔天後系統才能推薦喔！當然，你想要提昇那個職能，也可在系統中查詢後報名~

還不快上 UCAN(連結)完成施測，一同體驗 NCKU FUTURE SUCCESS⁺系統新功能，便捷好幫手！！

💎 成大攜手 104 人力銀行打造求職專區，實習找工作一站通

#求職找工作 #暑假找實習

無論是要畢業求職找工作，還是在學生找實習機會

現在 NCKU FUTURE SUCCESS⁺系統亦整合工作職缺與暑期實習資料

只要登入 NCKU FUTURE SUCCESS⁺系統就能快速查詢與瀏覽職缺，超方便！

畢業後還是可以登入系統查看大學的點點滴滴喔~~

學校並擴大與 104 人力銀行合作，建立成大 x104 人力銀行求職專區

來看看成大人專屬的職缺有哪些~~

還可以直接下載履歷素材，減少許多寫履歷的時間



◆ NCKU FUTURE SUCCESS⁺個人化學職涯規劃系統

全功能好評上線中，超好用、超方便、超便捷，還在等什麼？

手刀登入 NCKU FUTURE SUCCESS⁺快來體驗吧
~~~(((o(\*°▽°\*)o)))

貼心提醒，為完整使用 NCKU FUTURE SUCCESS<sup>+</sup>個人化學職涯規劃系統功能，建議使用本系統前要先完成大專校院就業職能平台（UCAN）的職場共通職能測驗喔！！

NCKU FUTURE SUCCESS<sup>+</sup>  
personalized career  
planning system website：



**\*\*成功大學 112 學年度(113 級)畢業生畢業 1 年流向調查進行中\*\***

**\*\*成功大學 110 學年度(111 級)畢業生畢業 3 年流向調查進行中\*\***

**\*\*成功大學 108 學年度(109 級)畢業生畢業 5 年流向調查進行中\*\***

# 114年 成功大學畢業生流向追蹤



9/30前填寫網路問卷  
抽全聯禮券



6月16日起預計至11月4日結束



施測方式:網路填答、電話訪問



電話訪問10月1日至24日由本校統計系調查統計中心執行，  
電話**06-275**和**208**開頭



調查對象  
112學年度(113級)  
110學年度(111級)全體畢業生  
108學年度(109級)



2025畢業生流向調查  
線上填答立即GO

生涯發展與就業輔導組

敬愛的校友：您好！

猶記驪歌響起，自母校畢業的您就此進入另一段旅程，師長們均非常關心您的畢業動態及就業情形。同時為配合教育部及校方作為高等教育、校務發展、系所課程規劃及校系友服務之重要參考，特編制此份調查問卷，請您撥冗填寫，謝謝您的合作！

10月1日-10月24日晚上6~10時電訪，若您尚未填答線上問卷將接到母校統計系調查統計中心的電話，非詐騙，敬請您於電話中回覆問卷問題。

112、110及108學年度畢業1、3及5年流向問卷([連結](#))

聯絡電話：(06)2757575 分機：50485/50481

主辦單位：生涯發展與就業輔導組

協辦單位：全校各系所、境外生與學人事務組(分機 50460)

國立成功大學生涯發展與就業輔導組 敬啟

🌸【暑假快到了，你準備好成為職場超人了嗎？】🌸



暑假不是只有追劇跟耍廢（雖然我們也很愛😁）  
更是你主動出擊、爭取**校外實習**的絕佳時機！

無論是企業或公部門，透過實習認識真實職場，  
了解專業倫理，為你的未來加上一筆亮眼經歷  
✦

💡 **現在出發，未來不慌！**

生涯發展組還準備了**活動限定禮券**🎫

只要完成自主實習並完成簡單回報，就有機會獲得！

👉 快揪朋友一起找實習、練軟實力、拓人脈、開眼界

#暑假實習 #自主實習 #職涯探索 #生涯發展組  
#禮券加持 #未來你會感謝現在努力的自己

📍 **申請條件**

1. 於NCKU FUTURE SUCCESS<sup>+</sup>個人化學職涯規劃系統 X 104 履歷平台完成個人履歷，投遞實習職缺且成功錄取者。
2. **實習期間須為2025年暑假(7月至8月)。**
3. 該實習為自主實習，即無關修課/畢業要件需求。
4. 實習期間仍具本校正式學籍且在校學生，不含交換生、畢業生、在職生。

🎁 **獎勵辦法**

- ☑ **投保實習保險**：6月份提供實習錄取證明，學生事務處生涯發展與就業輔導組將協助

辦理實習期間意外保險。請至網頁填寫資料

<https://forms.gle/ctCj3A2rhmXnKTdCA>

- ☑ **500 元超商禮券**：於 9 月份填寫**成大自主實習問卷**，並上傳下列任一實習證明文件（如實習合約書、薪轉單、實習證明等）、2 張個人實習照片
- ☑ **完成UCAN問卷**（NCKU FUTURE SUCCESS<sup>+</sup>個人化學職涯規劃系統上會出現雷達圖）。
- ☑ **額外 200 元超商禮券**：繳交 1000 字以上實習心得，可再獲得 200 元超商禮券。

📄 **禮券發放資訊**

符合資格者預計於 11 月發出通知，敬請收到通知的同學至成大光復校區雲平東棟 5 樓生涯發展與就業輔導組領取。

⚠ **注意事項**

1. 所有文件須於 9 月底前完成繳交，逾期視同放棄獎勵資格。
2. 本組保留活動最終解釋及調整權利，若有未盡事宜，將另行公告。
3. 截止時間依本組經費定奪，若經費額滿則提前截止，請同學盡早完成申請。

📣 趕快準備你的履歷，爭取暑期實習機會，獲得超商禮券！🌸

😁 NCKU FUTURE SUCCESS<sup>+</sup>陪伴你逐步實踐學涯接軌職涯的最佳助手

## [2025 Summer Internship] 104 x NCKU Career Pathway — 250+ Top Companies Offering Internships and Job Opportunities!

Over 250 top companies are offering internships and job opportunities on [104 x NCKU Career Resume Platform](#) — ready for you to apply!

Summer isn't just for relaxing 😊 — it's the perfect time to gain real-world experience, explore careers, and boost your resume 🚀

 Apply now through the [NCKU FUTURE SUCCESS+ platform](#) :

- ✓ Resume templates
- ✓ Internship listings
- ✓ Bonus: Complete a self-initiated internship + submit a short report = Chance to win convenience store vouchers! 🎁

#SummerInternship

#CareerExploration

#NCKUCareerServices

#SelfInitiatedInternship

#FutureYouWillThankYou

### Eligibility Criteria :

1. After downloading your resume from the [104 x NCKU Career Resume Platform](#), tailor it to the internship requirements, submit it, and get accepted and complete the internship.
2. Internship period must be during **Summer 2025 (July to August)**.
3. Internship must be **self-initiated (not required for graduation or coursework)**.
4. You must be a **current NCKU student with an active student status** during the internship. (Exchange students, graduates, and part-time students are not eligible.)

### Reward Policy :

#### ☒ Internship Insurance Coverage:

Provide your internship acceptance letter by June, and the Career Consulting Division will assist in arranging accident insurance for the internship period.

 Fill out the form here :

<https://forms.gle/ctCj3A2rhmXnKTdCA>

#### ☒ Exclusive NT\$500 Convenience Store Voucher 🎁

In September, complete the [NCKU Self-Initiated Internship Survey](#) and upload:

- One of the following proof documents :  
internship contract, pay slip, internship

certificate, etc.

- Two personal internship photos

#### ☒ Bonus NT\$200 Voucher

Submit a **reflection report (1,000+ words)** and receive an additional NT\$200 voucher!

### Voucher Distribution Info

Qualified students will receive a notification around **November**. Please pick up your voucher in person at :

**Career Consulting Division, 5F, Yunping East Building, NCKU Kuangfu Campus.**

### Important Notes :

1. All documents must be submitted **by the end of September**. Late submissions will not be accepted.
2. The Career Office reserves the right to interpret and modify the event details. Any updates will be announced separately.
3. The program may close early if funds run out — so apply as soon as possible!
4. 😊 Whether it's going abroad, building your resume, job hunting, or tracking your learning journey —  
**NCKU FUTURE SUCCESS+ is your best companion for aligning academic and career success.**



**NCKU**  
National Cheng Kung University

**NCKU FUTURE SUCCESS+**

A Personalized Career Planning System

//Career Exploration //Academic Progression //Life Journey  
//Study Information //Daily Life in NCKU //Resume Export

Track and add various learning and life records, including courses, grades, clubs, on/off-campus activities, internships, and foreign language/professional certifications. Import personal UCAN competency assessment results and radar chart analysis to evaluate strengths and weaknesses in competencies, for activities, courses, and job opportunities recommendations.

User Guide Demo Video

104 x NCKU Job & Internship Hub

## 113 年成功大學畢業生畢業 1、3 及 5 年流向調查概況表



感謝 111、109 及 107 學年度畢業生對於流向調查的支持及合作，113 年調查結果概況表如

下，若想要更詳細的報告可瀏覽[生涯發展與就業輔導組網頁](#)。

成功大學畢業生流向調查概況表

| 畢業學年 | 學制 | 學士班畢業生人數 | 完成資料調查人數 | 畢業流向 ( % ) |       |      |      |      |      | 就業情形 ( % ) |       |       |       |       |
|------|----|----------|----------|------------|-------|------|------|------|------|------------|-------|-------|-------|-------|
|      |    |          |          | 就業         | 升學    | 服役   | 準備考試 | 待業   | 其他   | 私人企業       | 政府部門  | 學校    | 非營利機構 | 其他    |
| 111  | 學士 | 2,486    | 1,633    | 32.03      | 57.81 | .73  | 5.76 | 1.29 | 2.39 | 59.85      | 10.13 | 15.49 | 2.68  | 11.85 |
|      | 碩士 | 3,126    | 2,026    | 90.77      | 2.96  | .39  | 1.28 | 3.16 | 1.43 | 83.90      | 4.73  | 6.14  | 1.03  | 4.19  |
|      | 博士 | 223      | 137      | 91.97      | 1.46  | 1.46 | .00  | 2.19 | 2.92 | 32.54      | 11.90 | 48.41 | .79   | 6.35  |
| 109  | 學士 | 2,490    | 1,377    | 73.04      | 15.41 | 2.69 | 2.47 | 5.01 | 1.38 | 76.02      | 9.65  | 7.16  | 1.59  | 5.57  |
|      | 碩士 | 3,132    | 1,793    | 94.48      | 2.40  | 0.06 | .73  | 1.28 | 1.06 | 83.06      | 7.44  | 5.08  | .89   | 3.54  |
|      | 博士 | 201      | 110      | 96.36      | .00   | .00  | 1.82 | .00  | 1.82 | 49.06      | 5.66  | 40.57 | .00   | 4.72  |
| 107  | 學士 | 2,549    | 1,185    | 88.27      | 6.50  | 0.17 | 1.43 | 2.19 | 1.43 | 75.91      | 10.61 | 5.93  | 1.72  | 5.83  |
|      | 碩士 | 2,964    | 1,508    | 95.09      | 2.45  | .00  | 0.53 | 0.93 | 1.00 | 79.78      | 9.62  | 4.67  | 1.12  | 4.81  |
|      | 博士 | 196      | 105      | 95.24      | .00   | .00  | .00  | .95  | 3.8  | 34.65      | 4.95  | 51.49 | 3.96  | 6.93  |

備註：111 學年度(112 級)畢業後一年、109 學年度(110 級)畢業後三年、107 學年度(108 級)畢業後五年調查期間 113 年 6 月底~11 月上旬。



# 職業生涯教練計畫 課程花絮

## 產業脈動分析



日期：114 年 3 月 27 日(四)18:00-21:00  
 主題：ESG 企業綠金人才培訓系列課程-企業永續策略  
 地點：國際會議廳  
 講師：郭國平教練

本次課程國平教練詳細介紹了企業實施 ESG 策略的七個步驟。首先，企業應進行重大性評估，了解當前所面臨的環境和社會挑戰，並從中找出最迫切需要解決的問題。接著，企業需要掌握自身的現況，並訂定具體的 ESG 策略目標，這些目標應該要是具挑戰性且可量化的。隨後，企業再進行目標與現況的差距分析，制定出達成目標的具體行動計劃，且這些計劃必須包含關鍵績效指標 (KPI)，並設立定期的評估機制來追蹤策略實施的成效。過程中，完善的訊息傳遞機制和利害關係人溝通也是極為關鍵的，企業需要不斷加強與外部利益相關者的互動，並公開其在 ESG 方面的成就和挑戰。國平教練也特別強調：公司治理是 ESG 實踐中的核心角色之一，並指出：強化董事會運作和董事職能，提升治理透明度，以及推動企業自發性地實現永續發展將成為企業成功轉型基礎。

在課程的結尾，國平教練鼓勵學員們提出對企業 ESG 策略實施過程中的困難和挑戰，並給予

了專業的解答與建議。學員們積極詢問教練相關的問題，且與教練交流在工作或是論文研究中遇到的具體問題，像是如何確定企業減碳目標的實際性、如何有效與供應商合作減少碳排放等。

透過教練的深入分析和實務建議，使學員們對企業 ESG 策略的實踐有了更深刻的理解。課後，學員們與教練分享這堂課不僅讓他們對 ESG 有初步的認識，也為他們之後在評估是否該進這家企業提供了更多衡量準則。

總結來說，這堂課程不僅帶大家認識一些 ESG 的基礎知識以外，也透過教練自身的經驗分享更多具體的行動。大家不僅學到了如何制定和執行企業的 ESG 策略，還了解在全球淨零排放目標的背景下，如何推動企業與時俱進，實現可持續發展的長期目標。

(取自 ESG 企業綠金人才培訓系列課程花絮部分內容)



職業生涯教練計畫  
Career Coaching Program

# 職業生涯教練計畫 課程花絮

## 職場體驗



活動日期：114 年 5 月 20 日(二)12:30-17:30  
活動地點：英特格高雄廠  
活動講師：楊菀菁人資部經理

本次活動為英特格公司的高雄廠企業參訪，讓同學們了解該公司及工廠的營運特點、生產產品，體驗半導體設備外商產品生產流程及工作環境。

參訪首先介紹英特格公司 2030 年企業社會責任目標與設廠背景，包含創新、安全、個人發展與包容。而高雄廠於 2023 年展開營運，並且依據企業永續目標，將生產中 85 % 的水重複利用，並由在地供應生產所需氣體。

之後則是介紹英特格高雄廠所生產的產品，包含半導體用過濾器及盛裝桶，其中過濾器須將膜打折、黏合及組裝，再經過檢驗、脫水、清洗，最後完成包裝給予客戶，每一道製程皆須嚴格把關。

在技術層面上，則認識產品製造過程中的多樣化解決方案，如材料解決方案 (MS)、液體微污染控制 (APS-LMC)、以及流體處理 (APS-FM)，這些方案能因應各種精密、純度和安全挑戰。製程主管解釋如何在 CMP 研磨液、特殊化學品、電鍍與 CMP 套組件等關鍵製程中，透過過濾器與高純度化學品確保生產品質。尤其是 LMC 過濾器的濕蝕刻與清洗、光刻製程產品線，讓同學了解從化學品純化到使用點過濾的各環節如何協同工作。

本次參訪最大的亮點為生產線的參觀，廠區主管帶領同學走進實際的生產現場，親眼見識吹膜成型設備運作。該技術將熔融塑料吹製成薄膜，對於製造高精密濾膜至關重要，因為膜的厚度均勻性和無瑕疵性直接影響濾材效能。

除了吹膜成型，還觀摩了消毒與滅菌設備，包括紫外線消毒機與高溫滅菌系統，了解產品如何在出廠前確保潔淨無菌，避免任何微粒或生物

污染影響後續應用。廠區主管詳細解說設備原理、作業流程與安全管理，讓同學們對生產現場的高度潔淨要求有了深刻印象。



參訪尾聲安排英特格公司四位成大學長姐分享職涯歷程，從畢業後選擇第一份工作的考量開始，歷經不同的職涯轉換道路，到進入英特格公司的歷程、在不同部門的工作經驗，以及如何在半導體產業中找到自己的定位。學長姐們特別談到從新鮮人到專業人才所面對的挑戰與成長，包括如何跨足不同技術領域、如何在跨部門合作中累積實戰經驗，並分享了實用的求職與職涯發展建議。

整場參訪下來，同學們不僅學到技術知識，也親身體驗到全球領導企業如何在創新、品質與永續之間取得平衡。課後，許多學員圍著教練繼續交流，顯示這堂課程不僅是知識傳遞，更是一場充滿啟發與互動的學習旅程。

(取自英特格小組課程花絮部分內容)

## 2025 生活學習工作坊-編繩花鑰匙圈 DIY



期中考告一段落，迎來的是宿舍療癒活動，宿舍特別邀請專業的手作老師舉辦編繩花鑰匙圈 DIY 工作坊，嚴謹卻不複雜的步驟，讓與會的住宿生都能靜下心來，沉浸在自我的創作時光。

課程一開始，老師會在每一桌放上完成範本作品讓大家都觀察，同時思考著要如何設計屬於自己獨一無二的作品。接著，老師會在白板上畫出線條的擺放固定方式，並且仔細地說明每條線的用處。住宿生每完成一個指令的步驟，就能再挑選下一個配飾，猶如闖關活動，不知不覺地專注於自己的作品上，期望能向老師獲取技巧，完成心目中最滿意的鑰匙圈。鑰匙圈的設計是由三種配色呈現的一朵小花，加上正向又溫暖的英文佳句，使住宿生往後看到這個作品都能提振精神、勇於接受挑戰。



時間安排上，老師總能照顧到每個人，一步一步檢查大家是否都有做對，剪掉多餘的線頭，用打火機燒完固定，大家看著自己花了兩個鐘頭用心完成的作品，都看了很久很久，心底感到特別滿意。

課程最後，住宿生們各自與不曾認識的同桌打成一片，開始分享著自己的作品，互相欣賞互相幫助，又讓宿舍的情感更加緊密，氣氛十分溫馨。

在活動過程中，大家專注投入、積極參與，從最初的緊張與陌生，到逐漸展現自信，能夠流暢地操作步驟，並主動地幫助他人。本次活動分為 2 場次，共計 55 人參與，課程順利結束，許多同學在活動後反饋，表示透過此次工作坊，不僅消除了課業上的煩心與疲憊，更感受到活在當下、專注於眼前作品的心流時光，完成的鑰匙圈無論是送給最感謝的朋友或是家人，抑或是當作送給自己的禮物，都會讓生活更多了一份祝福。老師的溫柔又專業的指導，讓同學們在學習過程中都能順利跟上，而同學們在製作時展現的專注與學習熱忱，也讓活動充滿正向能量。活動結束後，教室內仍可聽見大家對於彼此的作品熱烈地討論著，相信住宿生們皆獲得一個美好的夜晚！



16 June 2025

## 【賽事報導】成大 2025 宿舍盃羽球團體聯誼賽 精彩落幕 選手拚戰精神感動全場

2025 宿舍盃羽球團體聯誼賽於 5 月 18 日上午在體育館羽球中心熱鬧舉行，來自本校各學生宿舍(含太子學舍)共 64 位住宿生參賽，展開激烈競爭。本次比賽採團體聯誼賽制，最終產生前四名隊伍，為比賽畫下完美句點。

比賽現場氣氛熱烈，選手們個個全力以赴、奮力揮拍，精采畫面接連不斷。場場賽事都引發現場觀眾熱烈掌聲與歡呼。許多選手在落後時依然不放棄，奮力追分，展現出絕佳的運動家精神與選手堅韌的求勝意志。

除了競技層面，賽場上也充滿團隊合作與彼此加油打氣的溫馨氛圍。許多住宿生透過此次比賽彼此認識、增進情誼，真正體現聯誼賽的初衷。在比賽之餘，選手們也互相交流球技，切磋學習。



經過一上午的激戰，四強隊伍終於脫穎而出，成績斐然。此次 2025 宿舍盃羽球團體聯誼賽不僅讓住宿生展現運動才華，也凝聚了向心力，留下許多難忘回憶。住服組未來也將持續舉辦此類活動，以鼓勵住宿生多元發展，培養健康生活態度。



# 拾之八九 二手市集

## 2025 八九不離拾-勝八九舍二手市集

此次舉辦「拾之八九-勝八九舍二手市集」已順利結束，為宿舍住宿生提供了一個交換與販售二手物品的平台。本次活動鼓勵住宿生整理未再使用的衣物、生活用品，透過擺攤方式將這些物品轉讓給有需要的同學，不僅能夠減少資源浪費，也促進宿舍居民間的交流互動。活動期間，吸引了多位住



宿生報名參與，透過擺攤販售與交換方式，使同學成功釋出宿舍空間、有效率地取捨個人物品，同時也讓閒置物品找到新主人。本次活動也有效融入資源再利用觀念，為宿舍生活注入更多永續的元素。並透過此有趣創意的活動，讓同學能夠體驗擺攤的趣味，留下特別回憶。



18 June 2025

## 2025 敬業舍區母親節-

### 系列一：卡片傳情活動成果分享

為慶祝一年一度的母親節，邀請宿舍居民提筆撰寫對家人的感念之情，透過手寫溫度與思念化為明信片寄送。「宿舍」即是同學們在外的第二個「家」，希望藉由本活動讓家人放心，多一份即使在異地求學也能受到關心照顧，同時讓國際交換生對家鄉的家人抒發思念之情。



透過活動，提醒居民在忙碌的課業之餘，記得向母親說一聲「謝謝」，亦同時讓愛在心裡口難開之居民提早準備表達方式，勇敢向母親表達感謝的情懷。本活動 114 年 4 月 15 日至 114 年 4 月 28 日，114 年 4 月 30 日明信片寄送回收並寄送明信片，本國 60 張、境外 23 張，共計 83 張明信片，活動圓滿順利。



### 系列二：永生花手作系列活動-《繡給母親的花語時光》

在溫柔的繡線與花草間，一針一線縫進對母親的愛與感謝。

今年母親節，親手為媽媽創作一份獨一無二的禮物——結合刺繡與乾燥花藝的「花語時光框」。在柔美的透明紗布上，以刺繡描繪植物的輪廓，再搭配手工挑選的乾燥花材，製作出一幅能夠懸掛、能夠保存、蘊藏情感的藝術作品。

不需要任何經驗，適合所有想用心傳遞愛的你。透過這份手作傳遞最真摯的情感，獨特的手作花藝課程，靈感源自於童年時光，回憶起母親為孩子刺繡的溫暖畫面，以乾燥永生花為媒介，模擬刺繡的風格，打造出一個美麗的繡花框。當日活動分為 3 場次，每場次 12 人，共計 36 人次參與，活動圓滿結束。





### 光復一舍第四屆不開火料理比賽

光復一舍第四屆不開火料理比賽於 114 年 5 月 7 日在光一舍簡易廚房召開，本屆料理主題為深夜食堂，以宵夜會吃的料理為選手製作的重點。考量簡易廚房中島空間，特將 16 人共分

為八組，各組組員團隊合作，料理過程中加入突發狀況，考驗選手們的臨場反應。料理完成後由以住服組組長為首的評審團試吃後，評選最好吃的前三名，整場活動在歡笑聲中圓滿落幕。



主持人開場介紹評審（住服組邱組長）



參賽隊伍列隊聆聽規則準備比賽



比賽實況



邱組長與第一名選手合影

## 【暑假期間安全注意事項】

- 一、暑假期間請勿太晚離開校園，避免單獨到校園偏僻的死角，務必結伴同行，絕不單獨行經漆黑小巷或人煙罕至的地方，確保自身安全。
- 二、夜間返回賃居處所，須注意門戶安全及小心不明人士跟蹤尾隨，可隨身攜帶個人自保物品如防狼噴霧劑、哨子等，以備不時之需。
- 三、若遭遇校外人士糾纏時，應避免在陰暗（無人）角落與之攀談，並往人多或明亮處所（如便利商店或辦公室）移動，遠離危險源。



### 四、戶外活動：

- (一)從事登山、海灘等戶外活動時，應隨時注意氣象預報，避免進入土石流、瘋狗浪等潛在危險區，切勿前往無人管理的海邊、河川、溪谷戲水或游泳，以確保安全。
- (二)颱風肆虐期間，若不聽勸阻執意從事登山、海邊、觀浪等活動，違反規定進入警戒區域者，除依災害防救法第 55 條，可處 5 萬至 25 萬的罰鍰之外；若因招致危難，並由各級災害應變中心進行搜救而獲救者，執行機關可按災害搜救費用繳納辦法第 3 條，開具處分書，要求獲救者繳納搜救費用。



- (三)系學會或社團辦理的活動，除應告知系（所）外，亦請通報本校校安中心，以利即時因應與協處突發事件。

### 五、若發生意外事件之通報與聯繫管道：

- (一)同學於暑假期間發生各類意外事件，可與本校校安中心 06-2757575 轉 55555 聯繫尋求協助，校安中心將全天候及時的協助同學處理相關事務。
- (二)駐警隊電話：學校總機 06-2757575 轉 66666。
- (三)校區內設有校園安全緊急求救亭，可直接按通話鍵向駐警隊值勤人員通話求助。

「多一分注意，多一分保障」，建立安全防險觀念，學會自我保護之道，具備危機意識，方能在暑假期間享受快樂與安全的休閒活動，進而達到身心調劑及學習成長目的，敬祝各位同學暑假愉快！

# 2025 宿舍女子防身術 訓練課程

## 2025 宿舍女子防身術參與心得分享 I

【機械系|楊同學】這次參加宿舍舉辦的女子防身術課程，真的是一次既有趣又有收穫的經歷。從課程開始的第一刻起，我便感受到了老師的熱情與用心，一再的強調出門在外要多加小心，離開視線的飲料不能喝、咖啡包不亂拿、攜帶防割的背包、坐捷運把背包背在前面，時時保持警覺並隨身攜帶哨子和防狼噴霧器，最好再帶電擊棒。整個活動的氛圍輕鬆愉快，讓人一點也不緊張，反而充滿了學習的動力。

首先，老師給我的印象非常深刻。他是一位和藹且親切的老師，讓我在一開始就感到非常放鬆。雖然防身術是需要一定技巧和力量的，但老師總是耐心地示範每一個動作，並且會不厭其煩地解釋每一個細節。她的教學方式非常有條理，也很容易理解，這讓我能夠在短時間內掌握一些基本的防身技巧。此外，老師不僅在課程中注重技巧的傳授，還特別強調了心態的建立，讓我們了解到在危急時刻冷靜的重要性。當然，三十六計走為上策，老師告訴我們趕快能跑、逃走比較重要，再多的技能在緊張之下也很難發揮出來，除非有平時反覆的練習，使其變成反射動作。另外，課程中有兩位萬能的助教，他們的幫助對我來說更是無價。他們不僅能夠提供技巧上的指導，還會在我練習的過程中細心地觀察我的動作，及時給我改進的建議。有時候當我做得不夠好時，他們總是鼓勵我再作一次，讓我沒有壓力，反而能更自在地學習。每當我有疑問或遇到困難時，助教們總是隨時在我身邊，給我指導和支持，這讓我對學習防身術更有信心。最讓我感動的是，整個課程中，同組的同學非常親切和樂於助人，雖然感覺不是特別厲害但在每一次練習時，我總是能夠感受到互助精神。有些動作對我來說有些難度，但同組的同學們會耐心地指導我，幫助我一步步完成。即使在練習過程中有時會發生小小的失誤，也都能相互包容，這

讓我感到非常溫暖和安心。此外，這次的防身術課程也讓我認識到女性在面對突發危險時，如何運用技巧來保護自己。防身術不僅是一種技能，更是一種讓自己更加自信和堅強的方式。在這堂課中，我學到了要攻擊的部位、使用防狼噴霧器要上下噴增加面積，還學會了幾個簡單但有效的防身動作，這些技能對我來說是非常實用的。



總的來說，這次的女子防身術課程讓我收穫了很多。無論是從老師的教學、助教的協助，還是同學間的互相支持，讓我下次還想去。這不僅是一堂技術課，更是一個讓我增強自信、學會保護自己的機會。我相信這些學到的防身技巧和心態，將會在未來的生活中對有所幫助，也讓我對自我保護有了更深的認識。希望未來還有機會參加類似的活動，繼續學習和成長。

## 2025 宿舍女子防身術參與心得分享 II



【政治系|謝同學】這次參加宿舍住服組主辦的防身術教學短課程，讓我對自我保護有了更全面的認識，也學到了許多實用的防身技巧。課程不僅涵蓋了防身術的實作練習，還教導了許多生活中提升安全意識的方法，對於提升自我防護能力非常有幫助。

### 提高安全意識的重要性

老師在課程一開始就強調，防身術的第一步不是學會攻擊或反擊，而是學會「避免陷入危險」。老師分享了一些提升安全意識的方法，例如：不要再飲用離開過自己視線的飲料、回家時側身開關門、隨身攜帶哨子和防狼噴霧劑、使用防割包包、搭乘公共交通時將包包往前背等。這些習慣看似簡單，卻能有效降低遇到危險的機率。這讓我意識到，安全其實掌握在自己手中，透過良好的習慣，可以在很多情況下避免成為被攻擊的目標。

### 防身術技巧學習

在實作環節，我們學習了幾種基本但實用的防身術技巧，包括防禦直拳、勾拳、肘擊等動作。老師教導我們如何在近距離遭受攻擊時，運用這些動作來保護自己，甚至反擊爭取逃跑的機會。此外，我們也學習了應對被拉扯和持刀襲擊的防禦動作，例如當有人從背後抓住我們時，如何運用身體的重心轉移來掙脫，或是在對方持刀攻擊時，如何避開攻擊路線並迅速脫離現場。

這些技巧讓我深刻體會到，防身術不只是比力量，而是要運用技巧與智慧來化解危機。剛開始練習時，我的反應較慢，對於防禦動作也不太熟悉，但透過不斷練習，我逐漸能更順暢地運用這些技巧，並在模擬情境中做出適當的反應。

### 課程收穫與反思

這堂課不僅讓我學會了防身術的基本技巧，更重要的是提升了我的安全意識，讓我知道如何在日常生活中保護自己。以前我可能會覺得「這些危險離我很遠」，但透過這次課程，我深刻體會到，意外往往發生在我們意想不到的時候，提前做好準備，才能在關鍵時刻保護自己。

未來，我會更注重自身的安全習慣，例如在外用餐時不讓飲料離開視線、搭乘大眾運輸時保持警覺，也會將這些防身技巧分享給家人和朋友，希望大家都能提升自我保護的能力。我也希望類似的課程能夠持續舉辦，讓更多人具備基本的防身知識，提升面對突發狀況的應對能力。



## 2025 宿舍女子防身術參與心得分享 III

【能源學程|黃同學】這次的宿舍女子防身術課程讓我學到了許多實用的防護技巧，也讓我更加了解如何在遇到危險時保持冷靜。課程不僅教授基本的防身動作，還特別強調心理準備與應對策略，讓我對自身安全有了更深的認識。

老師一開始便強調，防身術不僅是身體技巧，更是一種心理防禦。面對威脅時，最重要的並非力量的大小，而是如何在短時間內做出正確反應。因此，保持冷靜與警覺至關重要，恐慌往往會導致錯誤行動，使自己陷入更大危險。

課程中最實用的部分是學習如何有效防範襲擊者。我們練習了如何用雙手反擊，特別是使襲擊者趴倒在地部分。此外，老師還教我們如何運用身邊物品進行防衛，例如鑰匙、背包或手機，這些物品在危急時刻都能派上用場。透過實際練習，我不僅掌握了這些技巧，還增強了應對突發狀況的信心。

另一個重要的環節是情境模擬與問答。例如，當老師問我們：“如果無法逃脫該怎麼辦？”這讓我們思考自己在極端情況下的應對方式。老師強調，在無法逃脫時，應該冷靜分析環境，利用可用資源進行反擊或尋求機會逃離。此外，防身術的核心不僅是反擊，更重要的是在最初階段就避免危險，培養自我保護意識，並適時尋求幫助。

這次課程對我而言意義深遠，因為它讓我回想起過去獨自回租屋時的恐懼。當時，每天晚上走過那座公園時，四周昏暗寂靜，稍有風吹草動就讓我不寒而慄。即使順利回到房間，內心的不安仍未消散，半夜總會驚醒，反覆確認門鎖是

否鎖好，生怕有任何意外發生。這種焦慮長時間困擾著我，讓我無法完全放鬆。然而，搬回宿舍後，這種緊張感終於得到了緩解。宿舍環境安全，不僅有其他同學陪伴，還有完善的管理機制，讓我感受到前所未有的安心。

這段經歷讓我更深刻地理解，安全感不僅來自外在環境，更來自於自身的準備。透過這次學習，我不僅掌握了具體的防身技巧，更在心理上變得更強大。我現在更有信心應對危險，也更清楚該如何保護自己。最讓我印象深刻的是老師強調的“心理防衛”——防身術不只是物理反擊，更是一種心理上的準備。當我能夠保持冷靜、迅速判斷情勢時，我的行動會更有效。



總結來說，這次防身術課程讓我受益良多，不僅提升了技術層面的能力，也在心理層面獲得了成長。從害怕走夜路到學會自我保護，這段過程讓我變得更加自信。我深刻體會到，真正的安全感來自於對自身能力的認識與準備，而這次的學習，正是我邁向更安心生活的重要一步。





# 學生於網路留言之相關法律問題

## 法治教育專題講座心得 I

【統計系I黃同學】這場由退休法官主講的法律講座，對我而言是一次出乎意料的啟發與改觀。過去我對司法體系總有些距離感，尤其是網路上時常流傳所謂「恐龍法官」的批評，讓我對判決的公平性曾抱持懷疑，也使我有法官是不近人情只會依照規則行事的機器。



然而，在講者誠懇又風趣的講解下，我逐漸理解，真正的法官並非冷酷無情的機器，而是試圖在制度與人性之間，細緻衡量、公正裁決的人。

講座中，講者以自身數十年的審判經歷為經，案例故事為緯，勾勒出司法運作的世界。尤其他談到日常生活中不經意的言語可能觸法，讓我對法律的邊界有了更清楚的認識。印象特別深刻的是他提到「怎麼罵人不會被告」。他指出，若使用侮辱性的字眼直接攻擊對方，可能構成公然侮辱；但若改用「詛咒式」語氣，例如「你出門一定會踩到狗屎」或「希望你下輩子當馬桶」，由於並未明確貶損對方名譽，法律上較難構成罪名。

雖然這番話帶著玩笑語氣，背後卻透露出語言與法律之間的微妙界線。我們常以為「只是一句氣話」不會產生後果，但法律卻要求我們為言語負責。這也讓我了解，在這資訊爆炸、網路言論氾濫的今日，「說話的分寸」其實是每個人都該具備的基本法律素養。

講座散場後，我找到法官問了一個長久以來的疑問：「法官在判案時，內心的價值觀與經驗是否會影響結果？」這位法官給出誠實而不失溫度的回答。他說，法官當然不是毫無主觀的機器，但優秀的法官會盡量用制度設計與思辨訓練來約束自己，使判決合乎邏輯與法理，而非情緒。他還分享了幾件與少年事件、家事案件有關的案例，說明自己如何在理性與人情間取得平衡。

那一刻我明白，法律並不同於冷冰冰的規則，它更像是一種結構化的慈悲，要求我們用制度保障正義，同時也允許法官在有限的空間內發揮同理與智慧。這樣的認識，讓我對法律人的工作產生了前所未有的敬意。

整場講座不只是讓我長知識，更讓我內心升起一種對社會秩序的理解與敬重。未來若再看到某些判決在網路上被斷章取義地批評，我會試著多一分耐心與觀察，思考事情背後的法律依據與判斷脈絡。畢竟，理解法律，也是在理解「我們怎麼一起活在這個社會裡」。



## 法治教育專題講座心得 II

【心理系I邱同學】這次參加的法治講座主題是「學生於網路留言之相關法律問題」由一位法官先生主講。他以自身辦案經驗為基礎，深入講解了與青少年密切相關的幾個重大議題，包括網路霸凌、詐騙，以及性愛影片的外流等問題，讓我深刻意識到：在這個人人都離不開網路的時代，法律不只是用來懲罰人的工具，更是保護我們不被傷害、也不去傷害別人的重要防線。

講座首先從網路霸凌談起。檢察官提到，現代青少年很常透過社群媒體發表意見，甚至是對同儕進行揶揄、攻擊、取笑等行為，而這些行為如果過了界，就不再是「玩笑」，而可能構成妨害名譽、公然侮辱，甚至違反《跟騷法》等法律。這讓我非常震驚，也開始反思：很多時候，我們自以為只是發個圖、開個玩笑，但對別人來說可能是永遠的傷害，甚至是人生的崩壞。

接著講座談到的是網路詐騙問題。檢察官指出，近年來詐騙手法層出不窮，像是假投資、網路詐騙、解除分期付款、愛情詐騙等，幾乎每個人都有可能遇到。他還分享了幾個令人心痛的案例，我自己前幾個月才在網路上買雨衣被騙了一千多塊，我就已經很心痛了，更何況有些被騙了幾萬甚至幾十萬的，這讓我明白，不要以為只有老人家會受騙，詐騙早已年輕化，我們這一代如果沒有基本的法律觀念和警覺心，隨時都有可能變成受害者。

而講座中最令人震撼的部分，是關於「性愛影片外流」的討論。不論是拍攝自己或伴侶的私密影片，或是轉傳他人的性愛影像，一旦流出，後果將極為嚴重。不僅會造成難以彌補的心理創傷，更可能觸犯《兒少法》、《性私密影像防制法》

等相關法律。他強調：「不管你是拍的人還是傳的人，只要造成影像外流，都有法律責任。」網路上的好奇、刺激，背後其實是對別人極大的傷害。



來參加這個法治的講座，因為我本身不是法律系的學生，所以我覺得從頭到尾都讓我驚艷，不管是聽法官分享一些實務經驗和個案，或是一些法條的細節，都讓我覺得很新鮮而且長了很多的知識，在問答環節聽到很多同學向法官詢問了很多不同的個案例子，也了解也有些案件需要民間公司或團體配合，像是如果詐騙帳號在國外，會需要國外電信公司提供一些資訊，但在實際辦案上是會有難度的，中間種種的不確定因素也是影響最終判決的關鍵，讓我對法官檢察官這些職業更為敬重。這場演講除了讓我學到了更多的法律知識，也提醒我不要以身試法，做個守法的好公民，法治觀念不是冷冰冰的課本內容，而是與我們日常生活息息相關的基本能力。未來我會更謹慎地使用網路社群，避免任何可能傷害他人的言行，也會主動提醒身邊的朋友，尊重他人、保護自己，從我們這一代開始，讓法治意識不只是口號，而是真正內化於生活之中。



## 安心就學心得 I

能夠獲得這份助學金，對我而言不僅是一份經濟上的支持，更是一份沉甸甸的鼓勵與信任，當得知獲選的那一刻，心中充滿無限感恩。每個月一萬元的補助，或許對某些人來說只是一個數字，但對我來說，它卻是一道溫暖的光，照亮了我求學路上的種種挑戰。

過去，為了負擔生活費，我必須兼職做家教，奔波於不同的地點之間。通勤的時間與疲憊常常讓我感到分身乏術，回到家時已是筋疲力盡，卻仍得強打精神翻開書本。每當夜深人靜，內心總不免有些掙扎，擔憂學業與生活的平衡是否能維持。如今，有了這份助學金的支持，我得以卸下部分經濟重擔，不再需要為了生計四處奔波。我可以將省下的時間用來專注於課業，深入鑽研專業知識，甚至有餘裕在課餘時稍作休息，讓疲憊的身心得到喘息。這份喘息對我來說彌足珍貴，因為它讓我能以更好的狀態迎接每一天的學習挑戰。

更重要的是，這份助學金讓我能更從容地準備即將到來的暑假國考。國考是我人生中的一場

重要試煉，為了這一刻，我必須投入大量時間與心力來備考。有了這份補助，我可以減少兼職的頻率，將更多精力投注於複習與模擬考試中。每當我翻開厚重的參考書，或在筆記上寫下重點時，我都能感受到這份支持帶來的安心與動力。它不僅減輕了我的經濟壓力，更讓我對未來充滿信心。

我由衷感謝提供這份助學金的計畫，以及背後默默付出的學長姐與贊助者們。你們的慷慨與善意，不僅改變了像我這樣的學子的生活，也點燃了我們對未來的希望。未來，若我有能力，我也希望能將這份愛心延續下去，回饋給更多需要的學弟妹。我希望他們也能像我一樣，無需為了生活費過分操勞，能夠專注於學業與夢想，勇敢追逐屬於自己的光芒。

這份助學金不僅是一份物質上的幫助，更是一份精神上的鼓舞。它讓我明白，社會上仍有許多人在乎年輕人的成長，並願意伸出援手。我將懷著感恩的心，珍惜這份支持，並以更堅定的步伐，走向我的目標。

## 安心就學心得 II

很榮幸能夠獲得安心就學濟助方案的支持，這對我個人的成長產生了許多具體且深遠的影響。

在學業方面，助學金的支持明顯減輕了我的經濟負擔，使我得以減少校外兼職工作的時數。過去，我需要同時兼顧家教、校外田徑教練以及校內課程助教等多項工作，導致我常常疲於奔命，無法專注於學業與田徑訓練。透過助學金的資助，我能夠將更多時間投入在學業上，使我的學業成績明顯提升並穩定在平均 80 分以上，這對我未來參加藥師國家考試提供了堅實的基礎。

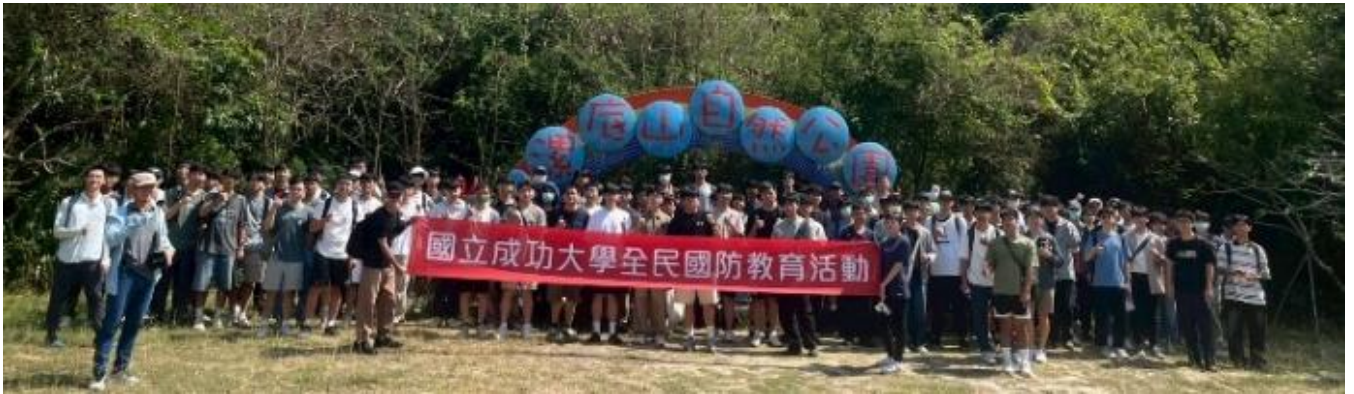
此外，在經濟上的舒緩也讓我更有效地規劃與平衡自己的生活。我能夠系統性地安排每天的學習與訓練計畫，不再只是被動地處理眼前的困難，而是主動且有計劃地朝著設定的目標前進。這種主動規劃的習慣，極大地提升了我的責任感與自律性，這在過去也幫助我於 113 年全國大專

校院運動會及 2024 第 17 屆正興城灣盃的比賽中取得了亮眼的成績。

助學金的獲得更激發了我內心想要回饋社會的使命感與責任意識。過去，我一直覺得自己處於被動受助的角色，但如今我更加積極地思考如何用自身的專業能力及運動經驗來回報社會。我計劃未來取得藥師資格後，透過專業知識服務社區，特別是幫助經濟或健康上有困難的人群。此外，我也希望能將田徑的專業知識傳遞給學弟妹，透過教練或志工的形式幫助更多熱愛運動但條件有限的年輕人。

這項助學金計畫對我的成長不僅僅在經濟援助，更在於培養了我的責任感、規劃能力，以及激勵我將來以實際行動回饋社會。再次衷心感謝助學金委員會的肯定與支持，我將牢記這份經驗並努力成長，未來回報社會與成大的培育之恩。

## 【全民國防教育】瀑底山與空軍航空教育館之旅



為強化學生對國防的認識與了解，提升愛國意識，配合本校全民國防教育課程，規劃高雄瀑底山自然公園及空軍航空教育展示館參訪活動。這次的行程不僅增進了學生對國軍歷史的了解，更讓同學們深刻體會國防安全與全民參與的重要性。

### 一、走訪歷史據點——瀑底山自然公園

瀑底山自然公園位於高雄市彌陀區，曾是軍事要地，地下碉堡綿延數公里，過去作為彈藥庫及戰備設施使用。藉由授課教官的講解，讓學生了解瀑底山的軍事背景、戰略地位以及其隱密的地下設施，更能體會到，在和平時期，這些看似平凡的景點，實則藏有保家衛國的歷史記憶。走在公園內處處可見的砲陣地中，我們彷彿穿越時光，感受到過去軍人堅守崗位的堅毅與犧牲精神。如今轉型為教育性質的自然公園，更兼具國防教育與環境保護的功能。



### 二、翱翔藍天夢——空軍航空教育展示館

隨後，同學們來到位於岡山的空軍航空教育展示館，這裡展示了臺灣空軍發展的歷史軌跡與各式航空裝備。從早期的螺旋槳戰機到現代的噴射戰鬥機，一架架退役飛機彷彿述說著一段段驚心動魄的空戰歷史。除了靜態展示外，館內還設有飛行模擬器與互動體驗區，可供大家親自體驗飛行操作，感受空軍飛行員在高空作戰的緊張與壓力。透過這樣的互動學習，同學們對空軍的使命與挑戰有了更深一層的認識。



### 三、同學體悟與心得

同學透過此次國防教育之旅，不僅學習了軍事知識，更體認到國防並非只是軍人的責任，而是全民應共同承擔的使命。無論是曾肩負防衛重任的瀑底山軍事陣地，還是守護領空的航空戰力，都提醒我們要珍惜當下得不來的和平生活。

這趟旅程不只是一次參訪，更是一場深刻的愛國教育。未來，我們將以更堅定的信念，支持國防、關注國家安全，成為有責任感的現代公民。

## 【交通安全】機車安全駕駛方法：守護你我生命的基本原則

### 一、配戴合格安全帽

安全帽是發生事故時最關鍵的保護裝備。務必正確配戴並扣好扣環，選用具 CNS 標章的合格產品。

### 二、遵守交通規則

注意標誌、標線與號誌，行駛在正確車道上。紅燈停、綠燈行，不闖紅燈、不搶快。

### 三、不飆車、不危險駕駛

不鑽車縫、不蛇行、不競速。維持安全車速與與前車適當距離，預留反應空間。

### 四、保持專注、勿分心駕駛

騎車時切勿滑手機、講電話或配戴耳機聽音樂。注意路況與行人，隨時做好應變準備。

### 五、注意視線死角與大型車輛

大型車轉彎時內輪差大，容易釀災。避免行駛在大型車（如公車、砂石車）右側或靠太近。



### 六、天候不佳時應特別小心

下雨天路滑，須減速慢行並增加煞車距離。若能避免騎乘更安全，或請搭乘大眾運輸工具。

### 七、夜間騎車開啟頭燈與尾燈

提高自身能見度，減少事故發生機率。穿著亮色或反光衣物更能讓其他用路人注意到你。

### 八、定期保養車輛

確認煞車、輪胎、燈具、喇叭等功能正常。避免車輛故障影響行車安全。

### 九、取得合法駕照，勿無照駕駛

未取得駕照切勿上路，違法又危險。考取駕照前應接受正規訓練，熟悉交通規則與基本技巧。



| 項目     | 場內駕訓 | 場內駕訓+考後安駕 |
|--------|------|-----------|
| 違規風險降低 | 59%  | 64%       |
| 事故風險降低 | 36%  | 51%       |

| 訓練級別         | 每人費用  | 全國補助名額 |
|--------------|-------|--------|
| 駕訓1.0 (場內駕訓) | 1300元 | 45000名 |
| 駕訓2.0 (考後安駕) | 1200元 | 共6000名 |
| 駕訓3.0 (考前進訓) | 2500元 |        |

參加駕訓2.0、駕訓3.0僅能擇一補助

**補助期間**  
113年12月16日  
至114年11月30日

交通部 交通部公路局 關心您-行車平安

### 十、不疲勞駕駛、不酒後騎車

精神不濟時請勿勉強騎車，容易分心或反應遲鈍。酒駕不僅違法，更可能造成嚴重人命損失。

## 【防制學生藥物濫用】

暑假將至，為維護同學健康與安全，請特別留意以下事項：

### 1. 警覺新興混合式毒品的危害

近期出現多種包裝精美、迷惑性高的「新興混合式毒品」，如毒品咖啡包、毒果凍、梅粉等，常混合兩種以上毒品成分，不僅更容易誤用，也大幅提升成癮與致死風險。這些包裝容易讓人誤以為是普通食品，降低戒心。請同學提高警覺，堅決拒絕來路不明的食品或飲料，遠離毒品，不碰大麻煩！

☞ 相關資訊與圖片可參考教育部防制學生藥物濫用資源網：<https://enc.moe.edu.tw/>

### 2. 建立正確認知與健康習慣

為避免因一時好奇而誤觸毒品，暑假期間建議：

○維持規律作息，培養健康生活習慣。

○不依賴藥物提神，切勿使用非醫師處方藥物。

○拒絕成癮物質，守法自律。

○參加聚會活動時，不隨意接受陌生人提供的食物或飲料。



健康過暑假，拒毒不試毒，遠離誘惑，保護自己！

# 什麼是新興毒品

## 新興毒品

較常被偽裝成：  
巧克力、糖果、餅乾、  
果凍、咖啡包。

## 新興毒品

沒有固定的形象，會  
偽裝成平時看到的點  
心飲料食品，無法從  
外觀辨識出原貌。

臺北市毒品危害防制中心  
<https://nodrug.gov.taipei>  
戒毒成功專線 (0800-770-885)  
(24小時免付費) 諮詢。

# 為毒卸妝 破解毒品 美麗偽裝

毒巧克力

毒跳跳糖

毒梅子粉

毒果凍

毒咖啡包

【揭開毒品的美麗偽裝】花樣多變，防不勝防

市售改裝

重新包裝，有新封痕跡

山寨品牌

包裝完整，無拆封痕跡

自創包裝

造型特殊，卡通圖案

糖衣外表

顏色鮮艷，引誘吸食

## 新興毒品成分複雜，吃下肚恐致命！

衛生福利部 食品藥物管理署  
毒品危害防制中心諮詢專線：0800-770-885  
(請請您，幫幫我)

## 【反詐騙宣導】

## 一、假投資詐騙

**詐騙手法：**詐騙集團會在網路上發布「穩賺不賠」、「保證獲利」等投資訊息，並邀請加入群組或下載假交易 APP，鼓吹你投入資金。初期可能會給予小額回報，實際上只是誘騙更多投資。

**注意事項：**所有投資都有風險，不存在保證獲利的投資。請選擇合法的金融平台與證券業者。投資前應查證公司背景，避免遭詐損失積蓄。



## 二、假求職詐騙

**詐騙手法：**詐騙者假冒徵才公司或以高薪兼職名義發布職缺，聲稱工作簡單薪水高，但入職前需繳保證金、訓練費，甚至要求提供提款卡帳戶以便「薪資轉帳」。

**注意事項：**真正的公司不會要求求職者先繳錢或提供金融帳戶。求職時可透過政府管道求證確認，遇有疑點請即停止聯繫並通報警方或 165。



114/05/01

## AYSANABEE 加拿大原住民歌手講唱會 暨原住民族身分認同議題



與國立臺南女中、台灣加拿大協會合作，邀請加拿大原住民歌手 Aysanabee，藉由原住民族身分認同議題交流帶領各校教職員生，以「講唱會」的形式，學習相關族群傳統智慧、文化故事及歌謠。透過活動，不僅能親身體驗族群文化的多樣性與深度，還能加深對族群議題的理解和身分認同經歷有所探討，讓更多人了解族群議題事件與欣賞這些珍貴的族群文化，從而促進多元文化交流與擴展國際視野交流多元族群議題。



# 114/05/23

## 南方原論 | 長照專業遇上文化照顧



與本校牙醫系口腔衛生服務隊合作，邀請恩冷·布樂舒文健站負責人，介紹部落文化健康站的起源沿革、照服員之專業日常，也分享文化照顧實務經驗與反思。



## 你的咖啡有魔法—手繪咖啡山水的紓壓魅力



心輔組 謝佩玲心理師

『放鬆紓壓』雖然老生常談，但真正要做到有效，對忙碌的現代人可不容易，校園學生亦然。不懂得放鬆紓壓的學生，進入社會後，也容易就變成更難放鬆的社會人士。然而甚麼紓壓方式有效，自是因人而異，但『有興趣』通常是第一條件。再者符合『低門檻、低成本、低挫折』的『三低』原則的紓壓方式，普遍較能被接受、也比較容易在生活裡持續。

循著上述的幾個紓壓原則的考慮，2025年3月，心輔組首次舉辦了一場《咖啡山水創意紓壓藝術手繪工作坊》，大家利用生活中隨手即可取得的簡單媒材，進行山水手繪的創作，參與學員涵蓋本校教職員生。

『咖啡山水』顧名思義，是利用咖啡粉加水調和為創作基底顏料，山水則指中國特有的山水繪畫形式，將兩者結合，是咖啡山水手繪藝術的重要特性。媒材的準備包含隨行包即溶咖啡粉、刷顏料面積用的湯匙或叉子，搭配描繪線條及上色用的2B鉛筆、色鉛筆，處理特殊效果用的棉花棒和菜瓜布等，還有吸水性佳的繪圖紙材，就可以進行創作了。



從媒材看來確實不難，成本也不高，但中國山水畫博大精深、藝術性豐富，學員多數沒有美術專科基礎，怎麼創作？！聽起來不可思議、也似乎一點都不合『低門檻』的特性，但在經驗豐富的講師解說和帶領下，將山水畫中常見的山、水、岩、雲、樹、飛白等元素，一步步拆解成簡單易行的手繪秘訣，幾小時的工作坊操作下來，即使無美術基礎的學員也都可以輕易上手、創造出一幅幅充滿山水神韻和奇景的咖啡山水作品。

而學員在過程中專注於創作、放掉日常的瑣碎繁忙，也紮紮實實經歷了一個沒有壓力又忘我的紓壓過程。



綜觀咖啡山水手繪創作帶來的紓壓經驗，主要在於以簡馭繁、化整為零的原則運用，拆解山水畫的元素、創造『低門檻』的現實，既已簡化、自然減少思考的壓力；再者咖啡水流動的特性無法控制，強調以當下畫面為本來創作，大家各異、沒有標準、無法比較、也無可預期，鬆綁人的慣性、隨順而走，也有『低挫折』的效果，最後手繪的精神，在於先以手到、眼到、再心到，讓純粹的感官操作先於認知思考，都是放鬆現代人腦袋爆炸緊繃的重要手段，進而達到放鬆紓壓的結果。最後成員各自作品的獨特性與主題明確感，也是一種重要的正面回饋，讓參與學員增加信心、促進再次創作的動力。

34 June 2025

正如幾位學員活動後的回饋：

『非常好玩，很療癒，感覺在忙碌的生活中心都安靜和慢下來了，作品可以帶走也很有紀念價值和成就感』。

『好好玩！沒想到自己可以畫山水畫！謝謝老師的帶領，可以有機會學習這麼有趣的咖啡創作！同學的作品也都很有創意，新奇又放鬆又有收穫的課程！』

心動嗎？不如行動！讓你心中潛藏的那一抹山水，變成現實中獨一無二的最佳創作吧！



## 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。

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 | 葉婉如 李孟學 呂兆祥 陳孟莉

| 邱淑華 王毓正 劉珈銘 李明吉

執行編輯 | 張茵婷

美編排版 | 張茵婷

校稿 | 蘇鈴棠

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 | <https://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

【版權所有，未經同意請勿轉載】