

淡江大學童軍團歡慶 49 週年

童軍團112年12月24日上午9時30分在學生活動中心，舉辦「淡江大學童軍團49週年團慶暨財團法人剛毅童軍文教基金會24週年會慶」，童軍團主任委員黃文智、剛毅童軍文教基金會執行長王富民、本校秘書長劉艾華，以及前日本東京都童軍聯盟副理事長入江生夫等逾130人參與。黃文智致詞感謝大家一路以來的支持，大家開心地切蛋糕，齊唱生日快樂歌慶祝。（文、攝影／林曉薇）



社團評鑑優異 指導老師獲頒感謝狀



▲課外組 112 年 12 月 21 日中午 12 時在覺生國際會議廳，舉辦「112 學年度社團指導老師座談會」，會後大合照。（攝影／歐靜汶）

【記者蔡怡惠淡水校園報導】課外活動輔導組112年12月21日中午12時在覺生國際會議廳，舉辦「112學年度社團指導老師座談會」，由學務長武士戎頒發感謝狀予111

學年度校內社團評鑑各獲獎社團之指導老師。

武士戎致詞表示，指導社團與輔導學生都相當辛苦，感謝指導老師對於社團的用心付出，也請多和學生溝通，提醒舉辦活動時，務必留意遊戲尺度、社群平台發言等問題。

課外組組長鄭德成業務報告說明，因社團人數的分布呈現兩極化，將視社團發展及運作現況，就社團認證方式加以調整。此外，本學期起設立團菁英獎勵金，獎勵參與社團活動表現優異學生及鼓勵新社團成立，未來社團發展可融入招生活動，持續和媒合高中接軌，朝成果展、寒暑假夏令營等面向執行，讓社團賦能最大化。

獲得112年全國大專校院學生社團評選暨觀摩活動優等獎、宜蘭校友會指導老師胡延薇表示：「許多社團都面臨社費或人力不足的困擾，因此更需要大家對自己社團具有高度認同及服務熱忱。幹部願意認真負責，學習社團經營，對未來的職涯發展是很寶貴的經驗；社員學習支持與投入公共事務，群策群力讓社團更好，也是我關懷的體現。」

111學年度校內社團評鑑奪得「年度最佳社團獎」為管樂社；「特優獎」有美術社、弦樂社、跆拳道社等16個社團；「優等獎」有機器人研究社等20個社團；獲「進步獎」社團為星相社等10個社團。

大師演講鄭世忠暢談體育署長的日常

【記者楊成勤淡水校園報導】體育事務處112年12月21日中午12時30分在HC305-307舉辦「大師演講」，邀請體育署署長鄭世忠，主講「體育署長的養成教育與日常」，學術副校長許輝煌、體育長陳逸政、多位校內一級主管、樂齡運動班學員，以及教職員工生共逾150人到場參與。

許輝煌致詞歡迎，介紹鄭世忠豐富的學經歷，並提及本校在體育教學、運動場館設施上投注的心力。

鄭世忠是英國諾丁漢大學醫學與健康科學院外科醫學系博士，曾任中華奧林匹克委員會副秘書長、國立體育大學總務長等職務，擁有醫學背景的他跨足體育領域，為如今的署長職位產生連結。

身為署長常會接觸到體育相關的後勤團隊，從行政人員、教練到防護技士，他必



▲體育處舉辦「大師演講」，邀請體育署署長鄭世忠主講。（攝影／鄧晴）

須很了解各項問題，考驗的是掌握需求的關鍵力。鄭世忠表示，「傾聽客戶需求與多方意見，是尋求問題解方的第一步，接著才是追求解決的速度」，因為行政業務包山包海，調和鼎沸的能力自然少不了，他強調自身「情緒控管」的涵養，尤其身為主管與領導，更彰顯其重要性。

此外，留學經驗孕育了他國際視野，並意識到有時要學會主動。鄭世忠分享，他找指導教授討論事情，必須先列出問題與大綱，並思考會遇到什麼狀況及預期效果，如此的養成教育，使他如今都會條列出問題的優缺點，詳細分析以解決問題，這讓他在處理公務上游刃有餘。「文化交萃與激盪的過程，讓我學會面對問題能有更大的容忍與胸襟，我做任何事情不會只考慮到自己，因為我更看重的是不同文化的思考邏輯與呈現方式。」

整場講座內容充實而精彩，參與者不時會心一笑或點頭認同。體育處教授洪建智分享：「署長在公務生涯中歷練不少，有很多值得我們學習的地方，聽完講座也從中得到很多啟發，希望學校在體育方面能有更多優質發展的空間。」

新生健檢報告出爐近五成血壓異常

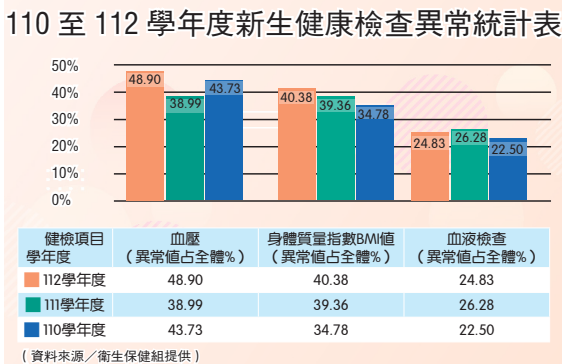
【張瑜倫淡水校園報導】112學年度新生體檢報告出爐！據衛生保健組資料顯示，今年接受健檢總人數4,236位，分別為男生2,239人、女生1,997人。健檢結果除視力及牙齒不良者，其餘異常比率較高者為：血壓48.90%、身體質量指數（BMI值）40.38%、血液24.83%、脈搏28.96%。

男生指數異常前三項為血壓64.13%、BMI值44.47%，脈搏26.56%；女生則為BMI值35.79%、血壓31.83%，脈搏31.64%。在BMI值部分，指數在「過輕」範圍（18以下）為15.41%，「正常」範圍（18 ≤ BMI < 24）為59.62%，「過重」範圍（24 ≤ BMI < 27）為13.43%，「肥胖」範圍（大於27）有11.54%，相較111學年

度過重與肥胖的比率12.06%及10.95%，略微增加。

近年來，血壓異常都高居新生體檢異常項目前三名，為掌握自己的血壓狀況，應按部就班正確量血壓，做好紀錄，就醫回診時，提供醫師參考。造成高血壓的因素很多，包括環境因素，體重過重、攝取過多的鹽分與酒類、缺乏適量運動等，預防應從源頭做起，養成健康生活型態，如低油、低糖、低鹽及高纖的飲食、拒於酒檳榔、適度運動，是做好血壓管理的重要關鍵。

衛保組護理師李青怡表示，將持續追蹤學生有無回診紀錄，若對自己的血壓狀況有疑慮，可至衛保組使用自



企管碩二許程閔 校園話題人物

【記者陳楷威專訪】「不論未來是否能成為永續長，但現在我一定是自己的永續長！」獲選112學年度優秀青年的企管碩二許程閔，一路以來持續實踐永續行動，現為「淡江永續賦能實作計畫」的永續教練，正帶領7位榮譽學程學生參與學校第三本永續報告書的製作。

許程閔曾任永續中心「永續賦能工作坊」課程講師，2022年考取「TAISE企業永續管理師」證照，並受聘擔任「2023



▲企管碩二許程閔持續實踐永續行動，累積自我價值。（攝影／鄧晴）

持續耕耘永續領域 累積自我價值

第十六屆台灣永續獎」志工評審員。

談起接觸永續的契機，來自企管系副教授涂敏芬的必修課「策略管理」。許程閔修課後才詳盡認識永續領域的起源CSR（企業社會責任），受企業出版的CSR報告所吸引，更被「企業的價值不再是為股東賺錢，只要對社會有所貢獻就能創造獲利。」這理念所震撼，於是大四下學期開始擔任USR（大學社會責任）計畫的課程助教，正式踏入社會責任的實踐工作。

大學畢業後，涂敏芬邀請許程閔一起編製永續報告書，他認為這是很新鮮的嘗試，因此回到學校擔任永續中心研究助理，成為《2021淡江永續報告書》的副編輯。當時，永續在臺灣剛起步，少有詳細的參考資料，因此他努力自學，最終順利完成編製，同時也對永續有了更深入的認識及興趣。許程閔坦言，編製過程遇到的最大挑戰是溝通，也讓他體會耐心、同理心及幽默風趣是有效溝通的推手。

至於時間管理，許程閔提及自己長期以來都有手寫筆記的習慣。國中時閱讀一本書，結論是「每一位在歷史上被記錄的偉

人，都有寫日記的習慣。」因此啟發他開始寫日記，至今已持續10年，不僅對生活有更全面的規劃，更感到踏實，覺得自己的生活有一種穩定感。

接下來，許程閔預計前往澳洲昆士蘭大學就讀，完成碩士雙聯學位。對於職涯發展，也許任職百大企業的永續部門，也許進入新創公司重塑永續的商業模式。他認為，過往的經歷累積，都有可能用在日後的某個出路，未來不應該是單行道，只要認真的過好現在，在關鍵行動到來之前，未來的路徑是無限的。因此，在他的筆記裡，未來規劃是一張有著眾多路徑的樹狀圖。

「行動中發現，模糊中前進。」許程閔把恩師涂敏芬的話解讀為「永續就是累積」，他參加大學社團養成勇於跨域合作與溝通的本事，專心於學科才能發揮研究企業的能力。他特別鼓勵學弟妹，不要害怕現在渺小的感覺，雖然未來是模糊的，但它有跡可循，只要清楚所作所為，認真踏實做好現在的自己，就是為未來的自己累積永續的價值。

6 獎學金聯合頒獎 23 位同學受惠



▲生輔組 112 年 12 月 22 日舉辦獎學金頒獎典禮，會後合影。（攝影／陳奕良）

【記者吳映彤淡水校園報導】生活輔導組112年12月22日中午12時30分在B302A，舉辦「112學年度第1學期林壽禎先生紀念

香港東華三院中心來校參訪交流

【記者吳沂誼淡水校園報導】香港東華三院何玉清教育心理服務中心112年12月28日下午3時，由高級教育主任陳紹勤帶隊參訪諮商職涯暨學習發展輔導中心，諮輔中心主任林怡君帶領參觀諮輔中心及視障資源中心，並於HC303進行交流座談，除了認識彼此單位的業務內容外，同時針對「辯證行為治療」（Dialectical Behavior Therapy, DBT）的實務經驗作討論。

參觀諮輔中心時，大家對於走廊上張貼的各式宣傳海報充滿好奇，其中專屬淡江人的「心理健康操」海報讓他們駐足，對於抽取幸運水晶小卡的點子感到驚喜。

交流座談時，學務長武士戎致詞歡迎，接著由諮商心理師林仲威、蔡尚津說明本校諮輔中心的特色、DBT教案設計範例及

期末連發 4 社團展現學習成果

熱門舞蹈社112年12月21日晚上6時30分，在紹謨紀念體育館1樓舉辦「淡江熱舞28屆期末趴」，共有11組舞者輪番展現Locking、Popping、Hip hop、Feminine freestyle、House、Dancehall 6種舞風，吸引逾百人觀賞，現場氣氛火熱，歡呼聲不絕於耳。（文／蔡怡惠、攝影／林楷博）



鋼琴社與銘傳大學爵士鋼琴社於112年12月21日晚上7時，在文鑑音樂廳舉辦期末聯合音樂會「聖潔傳琴」，共表演12首曲目，涵蓋古典、流行等多種風格，引領觀眾一起踏上音樂旅程。

開場由范思寧帶來著名音樂家Scott Joplin的經典之作〈Maple Leaf Rag〉，接著由銘傳大學蔡汶岑演奏熱門電影《月老》主題曲〈如果可以〉，管科二林茜蓉演奏〈Nuvole Bianche〉，如同白雲在天空中翱翔，流暢的指法和細膩的情感，讓聽眾沉浸在音樂的懷抱中。（文／滕瓊）

吉他社112年12月21日晚上7時在覺軒花園教室，舉辦第51屆學員成果展「西北麻吉燒」，即使天氣陰雨綿綿，氣溫驟

愛知幸福劇本講座 蔡國煌談愛滋防治

【記者劉依如淡水校園報導】衛生保健組112年12月28日中午12時在HC306舉辦「愛知幸福劇本」講座，邀請疾管署專案講師暨紅絲帶基金會校園推廣講師蔡國煌，解說正確的愛滋防治觀念，並以自身經驗喚起大眾對此議題的重視。

蔡國煌說明愛滋病的病名為AIDS（後天免疫缺乏症候群），它所攜帶的病毒為HIV（人類免疫缺乏病毒），三大傳染途徑為性行為、血液及母子垂直感染，而輕吻、蚊子叮咬，以及握手、擁抱、共餐等日常社交活動都不是愛滋病的傳染途徑。

愛滋防治三部曲為拒絕性誘惑、忠實性伴侶、使用保險套。蔡國煌表示，愛滋病人不可怕，忽視愛滋病的危險性才是最可怕的，因此他希望大家都能友善且平等對待愛滋感染者或患者，讓他們能勇於面對並重返社會。



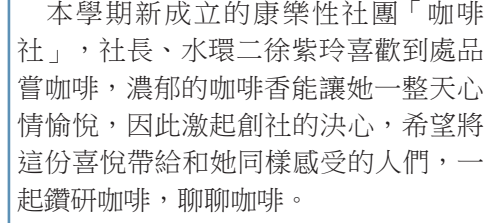
▲香港東華三院中心來校進行學術參訪，大家開心合影。（攝影／鄧晴）

社團大聲公 咖啡社

本學期新成立的康樂性社團「咖啡社」，社長、水環二徐紫玲喜歡到處品嚐咖啡，濃郁的咖啡香能讓她一整天心情愉悅，因此激起創社的決心，希望將這份喜悅帶給和她同樣感受的人們，一起鑽研咖啡，聊聊天。

學期初於課外組舉辦「新生社團體驗活動」現場手沖咖啡，吸引許多大學新鮮人聞香而來，體驗咖啡研磨及學習辨識咖啡豆。在社課的安排，上學期是手沖教學，室內課由幹部進行基礎教學，室外課則按程度分組至咖啡廳學習；下學期將教導使用義式咖啡機及拉花。往後希望能和地方咖啡園合作，以利社員們實地參觀，也期許更多咖啡廳提供實習的機會。

徐紫玲說明，咖啡的口感會因沖泡方式、溫度及咖啡豆的選擇而有所不同，非常考驗技術。為了維持教學品質，社團僅招收 30 名社員，會依照對咖啡的了解程度做分組教學，初學者可以在無壓力的環境下學習，希望所有社員都將所學技術帶走，任何時刻都能享受咖啡的美好。（文／林曉薇、攝影／鄧晴）



▲咖啡社社長、水環二徐紫玲喜歡到處品嚐咖啡，濃郁的咖啡香能讓她一整天心情愉悅，因此激起創社的決心，希望將這份喜悅帶給和她同樣感受的人們，一起鑽研咖啡，聊聊天。

學期初於課外組舉辦「新生社團體驗活動」現場手沖咖啡，吸引許多大學新鮮人聞香而來，體驗咖啡研磨及學習辨識咖啡豆。在社課的安排，上學期是手沖教學，室內課由幹部進行基礎教學，室外課則按程度分組至咖啡廳學習；下學期將教導使用義式咖啡機及拉花。往後希望能和地方咖啡園合作，以利社員們實地參觀，也期許更多咖啡廳提供實習的機會。

徐紫玲說明，咖啡的口感會因沖泡方式、溫度及咖啡豆的選擇而有所不同，非常考驗技術。為了維持教學品質，社團僅招收 30 名社員，會依照對咖啡的了解程度做分組教學，初學者可以在無壓力的環境下學習，希望所有社員都將所學技術帶走，任何時刻都能享受咖啡的美好。（文／林曉薇、攝影／鄧晴）



▲咖啡社社長、水環二徐紫玲喜歡到處品嚐咖啡，濃郁的咖啡香能讓她一整天心情愉悅，因此激起創社的決心，希望將這份喜悅帶給和她同樣感受的人們，一起鑽研咖啡，聊聊天。