

院際盃排球賽 11 日開打

【記者邱筱涵淡水校園報導】體育事務處為推展排球運動，增進身心健康及奮發積極之團隊精神，於 11 日起在紹謨紀念體育館舉行第 3 屆院際盃排球賽。參賽資格限以「院」為單位報名，由各院院長帶領一隊、至多 20 人，而組隊方式、教練由各院自行決定。報名截至 4 日中午 12 時止，逾期亦恕不受理球員名單更改；6 日中午 12 時 10 分在紹謨紀念體育館 SG245 代表隊訓練室進行抽籤，未出席隊伍將由體育處代為抽籤。活動詳情請到體育處網站 (<http://www.sports.tku.edu.tw/news/news.php?Sn=265>) 查詢。

美術社成果展繪本序 師生共賞奇幻旅程

【記者楊瑜閔淡水校園報導】上月 27 日至 1 日，美術社在黑夜鵝展覽廳舉辦第 22 屆成果展「繪本 <序>」，學務長林俊宏、課外活動輔導組組長陳瑞娥到場剪綵，林俊宏勉勵，「校內雖然沒有美術相關學系，但每回美術社等學藝性社團策劃活動的呈現，都讓我讚嘆學生的藝術展現力與創造力。」

今年以「繪本」為題，一踏入展覽廳即可見紙玫瑰製作而成的花牆，還有立體的糖果屋，以及多彩的雨傘、雨夜星光為設計主軸的互動區，讓人猶如沉浸在繽紛、花漾故事中。策展人、中文二吳玖俐說：「繪本透過圖像傳達故事，不一定要有文字，大家可以發揮想像力把故事串連，進而得到不同的解讀。這次展覽我們還加入許多互動藝術，期待參與同學融入其中。」

吳玖俐感謝社員們齊心協力，在時間緊迫的期中考週，以有限的時間佈展，讓展覽得以順利呈現。觀展同學會計三戴培芸有感而發地說：「此起彼伏的雨傘懸掛在繩子上，讓人們彷彿來到了一處下雨，卻不會淋溼的地方，而雨傘像是在保護著自己一般，使我自由感受雨的溫度，以及享受獨自一人的寧靜。」



(攝影/柏廣成)

閃耀燈飾點亮守謙



▲冬季的淡水校園充滿奇幻與華麗！師生於晚間一踏進校門即驚艷，今年燈飾佈置以守謙國際會議中心為主，運用 3 萬 5 千顆 LED 燈泡及雷射燈裝飾，將燈區擴大延伸至紹謨紀念游泳館，同時升級耶誕樹高度至 6.5 公尺、直徑 3.2 公尺。中文二李羿璇說：「最喜歡花園裡的燈飾，像盛開閃亮的花朵，讓整條路都亮了起來。」課外活動輔導組將於 12 日在此舉行「惜福愛物擁善報，品德淡江第五波」活動，當日總務處亦舉辦「淡大公車讚 - 搭公車，抽 iPhone 8」頒獎活動。(文/丁孟暄、攝影/吳冠樑)

106 新生體檢三高

【記者李穎琪淡水校園報導】106 學年度新生體檢報告出爐！今年新生體檢異常項目及比率以膽固醇異常率 13.14%、收縮壓異常率 42.24% 及血脂異常率 12.35% 為三高，其中膽固醇異常率、收縮壓異常率均較去年的 11.67%、41.82% 高。本次接受體檢人數 4,778 人，男生 2,462 人、女生 2,316 人。

針對血壓部分，衛保組組長兼校醫談遠安表示，過去血壓超過 140/90 毫米汞柱 (mmHg) 才算高血壓。「但美國心臟協會於 11 月 13 日發布有關高血壓的最新治療指引，重新定義血壓收縮壓在 130 mmHg、舒張壓在 80mmHg 以上，即為高血壓。衛福部也建議學生的理想血壓應在收縮壓 120 mmHg、舒張壓 80mmHg。」談遠安提醒，如果收縮壓大於 120 mmHg 就可能代表健康亮黃燈，須多加留意。衛保組提供自助血壓測量器，歡迎同學多加利用。平日除了定時測量血壓外，也要多運動、注意飲食，減少油鹽、避免壓力、加工食品、調味品及菸酒。

血液常規異常率項目中，血色素異常率達 12.35%。衛保組勞工健康服務護理人員李青怡指出，造成血色素異常的原因眾多，其中可能代表有貧血狀況，建議同學保持均衡飲食，建立良好的生活習慣。另針對 BMI 值，逾 6 成同學體重維持在正常範圍。落於過輕範圍 (<18) 的比例為 13.51%，較去年的 13.65% 降低 0.14%。落於過重範圍 (24-27) 與肥胖範圍 (≥27) 的比率為 11.62% 及 11.96%，皆較去年增加。

李青怡表示，BMI 值過高和經常外食、蔬果類攝取量不足有關，建議每日至少吃 3 份蔬菜及 2 份水果。衛保組於本月亦舉辦「燃燒吧！脂肪 - 大家踴躍來運動」，講授正確的體重控制方法，認知理想體重的標準；未來也會陸續舉辦「愛的電影院」及「水果底加啦！」主題週活動，幫助師生認識及建立健康生活習慣。

活動看板

日期/時間	主辦/地點	活動名稱
12/4(一) 10:00	彩妝社 海報街	彩妝週 - 妝點耶誕
12/5(二) 10:00	福晉青年社 福晉蔬食週	福晉蔬食週
12/7(四) 10:00	海天攝影社 海博館四樓	影片播放：神鬼奇航 2：加劫比亞
12/7(四) 10:10	學發組	【TA3C 研習與培訓】Class
12/10 12:10	I304	Management 班級經營實務技巧
12/8(五) 15:10	學發組	2017 年第二屆國際競賽決賽
12/9(六) 10:10	海博館 海博館四樓	影片播放：神鬼奇航 2：加劫比亞

種子課輔領生體驗道安



▲種子課輔社於上月 26 日在本校舉辦「停看聽再行，安全我最行」假日營活動，帶領三芝國小近 20 位學童認識交通安全。活動總召教科二張晴晴說：「接下此次任務是一項很大的自我挑戰，與夥伴們一起努力付出、把握成長的機會，活動結束後看到小朋友開心的表情，覺得相當值得，使我有再次服務的動力。」

張晴晴說明，為使小朋友貼近現實、了解交通規則，地點特地選在淡水校園，透過「玩命關頭九死一生」課程來說明馬路危險與安全的重要性，亦有「綠巨人號誌」課程，認識交通號誌、馬路上虛、實線及黃白紅線等介紹。同時帶領學童體驗筆試和路考，依據上午課程出題、模擬現實考照，路考則是讓學童體驗駕駛之餘，也提醒大家乘坐應注意事項，盼學童透過互動領略交通安全。(文/廖吟萱、圖/種子課輔社提供)

吉他社邀貝克小姐談音樂創作

【記者王怡雯淡水校園報導】吉他社於上月 30 日晚間，在文鑑音樂廳舉辦音樂創作講座，邀請樂團「貝克小姐 Miss Bac.」，由主唱沈筱卿與吉他手鍾秉恩組成兩人團體，以逗趣的「答嘴鼓」方式帶領聽眾體驗音樂奧妙。吸引近 60 人聆聽。活動負責人、機電三馬紹凱表示，「希望透過這場講座讓社員及音樂同好者能勇敢向創作之路邁進。」

貝克小姐分享創作經驗，認為創作可以是記錄平常生活事物的發想，且在彈奏簡單旋律時，試著加入像是「屬七和弦」能讓音樂更具豐富性。講者們另將拍子和吉他的特殊指法帶入教學，說明和弦種類及創作技巧。

貝克小姐更在現場演奏「滿之歌」、「4 月 7 號」等曲目，主唱溫暖的嗓音搭配吉他手精湛的彈奏技巧，令聽眾聽得如癡如醉。同時勉勵大家勇於表達心中感觸與想法，寫出具有自我風格的歌曲。



(攝影/陳柏備)

▲吉他社員、公行進三林虹君說：「今天的音樂講座讓我受益良多，會繼續支持和參與吉他社活動和講座。」

▲「今天的音樂講座讓我受益良多，會繼續支持和參與吉他社活動和講座。」

▲「今天的音樂講座讓我受益良多，會繼續支持和參與吉他社活動和講座。」

大專盃劍道錦標賽 本校勇奪一銀一銅

【記者李穎琪淡水校園報導】中華民國大專校院 106 學年度劍道錦標賽於上月 25、26 日在本校紹謨紀念體育館隆重舉行，來自 40 所學校的劍道高手雲集，本校劍道隊勇奪一銀一銅，戰果是團體過關賽一般女生組亞軍和團體分賽一般女生組季軍。校長張家宜出席開幕、致詞時表示：「自 102 學年度開始，淡江於今年已是第五年舉辦大專校院劍道錦標賽。劍道是一項非常注重紀律及禮儀的運動，看到超過 300 位選手齊聚在此，儀容整潔、準備萬全，相信在這良好場地及條件下，各位定能盡情發揮、展現實力。」

體育長蕭淑芬說：「歷年來承辦錦標賽讓我們累積經驗，更臻完善。」此次出席的外校貴賓較以往多，相信是因為淡江這年度榮獲體育署「績優學校獎」肯定，因此帶動他校前來觀摩、交流。「對於這次比賽，無論是場地或硬體設備，都受到教練及各校選手的肯定與讚賞。」

收穫佳績的劍道隊長、日文三沈育宜說：「平時充足、扎實練習，有效增強隊員實力，也讓團隊能有平常心應對。後續會針對「謹慎度」加強訓練，累積更多出賽經驗，未來一起向奪金之路前進！」



(攝影/吳冠樑)

教室變身氣球遊樂園

▲一年一度的「氣球遊樂園」又來囉！上月 27 日至 1 日上午 11 時至下午 8 時，創意造型氣球社製作超過 5,000 顆氣球，在紹謨紀念體育館 SG104 教室打造成夢幻遊樂園，同學們繳交銅板價的入場費，即可體驗在氣球海裡、悠遊尋寶的樂趣，每日吸引約 100 人次參與。

社長、中文二林儀儀說：「在活動的前一晚，大家一起灌好五千顆氣球，雖然綁到手都破皮了，卻甘之如飴，喜歡和幹部、社員們共同挺過阻撓的感覺。」今年氣球社與世界巧克力夢公園合作，提供巧克力、巧克力夢公園套票、帽子、行動電源等豐富獎品，參與人只要在限時一分鐘內找出外側貼有乒乓球的氣球，即可贏得乒乓球上數字相對應的獎品。

去年也參加活動的中文二劉瑋婷說：「可以和朋友一起玩樂，拍下夢幻照片，還有機會帶走禮物。過程刺激有趣，明年還會想來玩！」(文/簡妙如、攝影/吳冠樑)

2017 序曦盃圓滿落幕

【記者李羿璇淡水校園報導】由本校健言社、臺灣科技大學演辯社和學生會主辦「2017 第四屆序曦盃大專院校新生盃辯論比賽」於上月 25、26 日展開激辯，共 16 隊隊伍角逐。健言社社長、統計二高岳賜說，「序曦盃意喻揭開序幕，因而對於選手資格有所設定，希望同學能以此次賽做為大學參與辯論的起頭。」

高岳賜說，今年有較多的南部學校願意出賽，可見序曦盃名氣逐年上升。可惜今年準備倉促，在選手資格認定上造成爭議，未來在準備期盃盃也會記取經驗，期望辦出更精緻的比賽。「序曦盃是我大學辯論的起點，也是我人生的第一個冠軍。今年換我來舉辦富有傳承意味，希望能將這份熱情延續下去。」

社團大聲公 蘭陽足球社

足球的起源一般被認為是英國，但 2014 年世足賽時，時任國際足聯 (FIFA) 主席布拉特 (Sepp Blatter) 說，足球起源地應該是中國山東省淄博市。此話一出引起專家學者熱烈討論論識運動與現代足球之差異，顯見足球廣受東西方民眾熱愛。本學期新創立的「蘭陽足球社」，社長資創二馬和爾說：「我成立足球社的目的，是希望集合熱愛足球的同學們，藉由運動來感受到足球魅力及帶來的快樂。」更進一步期待社員們，未來能以身為足球社一員而感到驕傲。

談起經營足球社的想法，馬和爾自信地說：「我會讓我的團隊進行充足的培訓和練習，直到他們有實力參加錦標賽或其他足球賽。同時希望所有參與社團的同學都能在這裡學到足球知識和技能，且在練習和出賽的過程中累積經驗，成為進步的分來源。」他相信一步一腳印的努力，能使社員們不僅獲得足球技能，更是讓大家練習朝自我實現的方向邁進。

馬和爾補充，「我也會盡最大的努力提升團隊合作的默契，期待他們也能帶著熱愛足球的初衷，克服各項困難。」他也邀請每個對足球有興趣的同學加入蘭陽足球社，一同感受足球的魅力。(文/吳建凌、圖/蘭陽足球社提供)



大傳二廖中銘 校園話題人物



(攝影/陳柏備)

自學拍微電影 用行動說故事

啟，書海》、《真心。距》3 部微電影；其中，《真心。距》作品獲得勞動部勞動力發展署中彰投分署與青年職涯發展中心主辦之「Youth 看見青春，築夢非凡」微電影創作大賽第二名、拿到獎金 6 萬元。

小學時期的廖中銘充分發展對於影像和音樂的偏好，當五、六年級老師要求文字投影片的報告作業時，他因而自學了視訊軟體「會聲會影」，搭配網站素材和文字剪輯成一段影片成品。「其實我當時沒有多想，單純覺得只有文字好無聊，透過影像才能吸引大家的注意。」

個性害羞的廖中銘，面對鏡頭顯得羞澀與忐忑，然而談起幕後掌鏡的要訣及說故事的本領，卻是滔滔不絕，彷彿有說不完的心得。高一時的公民課作業，他嘗試扮演演說者，觀察和採訪身邊的人物，「當時社會輿論都在討論教官是否該退出校園，因而藉此機會採訪校內一名教官、詢問對此事的看法。我沒想到作品一出受到矚目，影片更在全校集會時公開播放。」也開啓了廖中銘的拍片之路。

「當時播映真的是讓我嚇了一跳！心裡也很高興，這是我第一次拿起單眼相機，拍攝的第一部作品，對我來說意義重大。」之後，廖中銘在校內邀約不斷，先是拍攝《員啟，緣起》微電影介紹校園制服，上傳 YouTube 首月即超過 3 萬點閱率。接續，幫忙校內圖書館拍攝《員啟，書海》，也在他細膩的巧思刻畫下，贏得校內師生廣大的好評和迴響。

聊起兼顧課業與興趣的難處，廖中銘露出招牌憨厚的笑容，「其實都是一咬牙，就撐過去了！」回想高中讀資優班，每天唸書到晚上 11 時，還要剪輯影片到半夜一、兩點，曾有一段時間家人無法諒解，直到比賽拿了獎回家，家人才慢慢理解、給予肯定及支持。廖中銘坦言，自己也曾感到身心疲累，但始終抱持著樂觀態度，「明白做就對了！時間會證明一切辛苦是值得的。」

廖中銘的大學作品，揮別了高中時代的青澀，在尋找故事的過程中，廣泛接觸各類題材，也較懂得觀察社會氛圍。「大地的守護者」即是他耗費整個寒假的作品，廖中銘與朋友實地走訪家鄉彰化田尾，與當地從事有機農業的農夫們攀談，「一開始沒頭緒，但因為住在都市，想去鄉下看看，就跟朋友騎機車，在田尾整整繞了兩天。」後來透過農會協助得以順利拍攝，他也真實感受到田尾農人的樸實與耿直，「他們不以營利為目的，貼錢也要堅持有機，除了覺得驚奇，更多是感動。」

廖中銘感謝合作夥伴的付出和協助，團隊默契使他維持穩定的拍片品質。他希望畢業後前往澳洲攻讀影視科系碩士，未來成立一間影音工作室，持續挖掘不同的題材，用獨特的視角，帶大家看見世界各角落。