

勤溫書 1141期



迎戰期中考，學生們配戴口罩，埋頭溫書。(攝影/鄧晴)

金韶獎初賽96組搶17張晉級門票

【記者陳曉淡水校園報導】由吉他社主辦的年度盛事「第33屆金韶獎創作暨歌唱大賽」於4月16日在文鑑音樂廳進行初賽，現場不開放觀眾入場，採YouTube直播，許多愛好音樂的同好們皆上線參與這場音樂饗宴，當天共計96組參賽，最後選出獨唱7組、重對唱組4組、創作組6組進入決賽。



▲第33屆金韶獎初賽4月16日在文鑑音樂廳舉行，參賽者個個卯足全力地展現自己的才華，希望能獲選進入決賽。(攝影/黃偉)

創作組參賽者在臺上盡力展現自己的創作能力，並透過歌聲傳達故事，餘音繞樑。入圍第31屆金曲獎最佳新人的雙人樂團「JADE」主唱魯宇講評時表示，很期待能聽到音樂性和音樂風格都非常相稱的作品，鼓勵大家繼續努力，同為評審的「JADE」鼓手黃亮傑也提點選手：「詞與曲若能更融合，歌詞就會更有渲染力及帶入感。」

重對唱組的參賽選手們皆盡情的展現強勁的演唱實力，以及揮灑對音樂的熱愛，現場氣氛熱烈。順利晉級決賽、來自臺北市立大學的林家婕分享：「最近才開始接觸大專院校的歌唱比賽，覺得大家都實力強勁，我很喜歡排練的過程，以後會繼續參加比賽玩音樂。」

獨唱組考驗選手的臺風與演唱實力，選手們個個使出渾身解數，在臺上展現動人且獨具風韻的歌聲，令人如癡如醉。樂團「鹿行人」主唱謝博安稱讚：「獨唱組整體的vocal非常好聽，吉他伴奏若能完美融合會更好。」樂團「貝克小姐Miss Bac.」主唱沈筱卿則鼓勵選手：「站在臺上時能否享受舞臺、練習過程是否開心，這才是最要的。」

金韶獎決賽將於5月14日下午5時在學生活動中心舉行，並依照學校的防疫規定做滾動式調整，歡迎大家屆時在線上共襄盛舉。金韶獎總監、數學三翁林華表示，疫情期間舉辦活動，工作人員與參賽選手都非常辛苦，謝謝大家都能全力配合防疫措施，希望後續的比賽能順利進行。

造舟裡的生命教育 溫志榮盼關懷生態

【記者戴瑜霏淡水校園報導】「我們住在四面環海的地方，島民學會造舟不奇怪啊！」110學年度教師專業成長社群4月21日上午10時在HC105，舉辦「戶外體驗教育之內涵與實施設計」系列演講，邀請造舟達人沐老師溫志榮，以「造舟裡的生命教育，找回島民的生活與感動」為題，分享個人教學造舟的生命故事，盼更多人愛上水上活動並關懷海洋生態。

沐老師首先介紹臺灣適合玩獨木舟之處，接著說明獨木舟其實分為Canoe和Kayak兩種，並且分享他在全臺開設自力造舟課程的故事，從國小3、4年級的學童一路到30至40歲的職業婦女，不分年齡層，他用木製小模型先建立學員觀念，大家再合力建造大型獨木舟、彩繪船身，為期10天的造舟營隊，最後以實際出海體驗獨木舟做為結尾，「造完舟不是結束，而是航行的開始。」他期望臺灣水上活動能繼續發揚，翻轉獨木舟界的視野。

運管四鄺淳方表示，「沐老師用照片和影片生動分享獨木舟的趣事，讓人看了心曠神怡，也想報名參與，而手作造舟感覺很好玩，如果有機會也想實際體驗看看！」



▲教師專業成長社群4月21日邀請沐老師分享教學造舟的生命故事。(攝影/楊孟璇)

社團5A先鋒營培訓幹部續傳承

【記者姚順富淡水校園報導】為了讓社團能夠永續發展、傳承團結的精神，學務處課外活動輔導組4月16至17日在學生活動中心，舉辦「110學年度社團5A先鋒營」，社團5A代表冒險(Adventure)、態度(Attitude)、能力(Ability)、行動(Action)，以及成果(Achievement)，吸引逾80位社團備幹參與。

本次活動針對社團的儲備人才進行培訓，邀請中華康輔教育推廣協會講師鄧翔年、太古汽車集團人才發展經理林昇緯，分別以「價值覺醒—看見自我價值」及「冒險啟航—勾勒社團藍圖」為題，讓學員模擬日後擔任社團幹部時會遇到的各種問題，以及規劃社團的未來發展，並且進行意見分享。除此之外，更搭配「社團屬性面對面」、「超級777」，以及「九環傳奇」等活動單元，讓社團夥伴從中交流社團的發展理念，彼此分享心得。

課外組約聘人員張哲維表示，課外組每年都會舉辦培訓營，期許社團接班人在接任幹部時，就能夠具備經營社團的能力，透過專業講師的培訓，學習與他人交流，聆聽彼此的想法，都是經營社團時非常重要的環節。

隊輔長、大傳三楊揚揚動分享，籌備過程中，除了面對疫情的壓力外，還有全體人員對於活動品質的要求，單就企劃書的流程規劃，就花費不少時間，營會開始前一個月，大家都密集的接受訓練，「所有的努力都是為了妥善的帶領社團新血，值得慶幸的是，我們做到了。」

▲課外組4月16至17日舉辦「110學年度社團5A先鋒營」。(圖/課外活動輔導組提供)

淡服心引力服務中找回自我價值

【記者林靖淡水校園報導】學務處課外活動輔導組4月16至17日在SG314、SG316舉辦「淡服心引力—淡江大學服務隊研習會」，讓服務隊成員學習營隊的經營方式，並且提升設計教案的能力，期許出隊皆能落實服務，共計18位學生參與。

今年的研習與過去有很大不同，3月23日先舉辦隊長會議，以「成立服務隊的目的與價值」、「組成及運作期程」、「預計投入及產出的內容」等主題，做前期的引導思考。接著在為期兩天的活動中，邀請中華康輔教育推廣協會副理事長邱建智、講師鄧翔年帶領學員思考「改變心智模式」、「如何建立服務隊」、「服務方案設計」等議題，以分組討論方式，分享彼此的想法，並引導學員從中透過觀察、統整的方式，釐清服務的概念與架構。

航大三管崇碩認為，相較之前以上課為主的研習，這次更著重討論與交流，「我覺得以往是『告訴我們怎麼做』，現在則是讓我們明白可以怎麼做，能做什麼，一步步建立服務隊的運作概念，透過討論更有共鳴。」最令他印象深刻的，是講師帶領思考「為什麼去做服務？」這議題，看似簡單卻思考許久，他說：「可能是太久沒出隊了，忘了心中的信念是什麼，藉由層層思考，才找回那個充滿熱忱想做服務的我。希望藉由對服務的用心，看見服務的好，並願意投入服務，看見自己的價值。」

▲課外組專員陳瑞娥表示，由於疫情關係，去年暑假未能出隊，如今暑期服務隊已減至7隊，許多成員也不熟悉實際的服務情形，為避免「斷層」危機，並且讓學員那越來越薄弱、模糊的「服務」畫面能夠轉而清晰，日後研習將採取「引導式」討論方式，提升學習成效，也期許這次能夠順利出隊，讓服務隊成員們的努力不會白費。

▲淡江影像藝術工作坊舉辦「顯影季」座談會，余志偉指導講評學生作品。(攝影/呂奕凌)

湯翔麟分享撇步 談漫畫繪圖技巧

【記者邱若惠淡水校園報導】圖像漫畫研究社4月14日晚上7時在E305舉辦「Clip Studio Paint技巧分享」講座，由臺灣知名漫畫、插畫家湯翔麟主講，實際操作示範，分享CLIP繪圖軟體在網點、填色、筆刷運用等繪畫技法，讓同學更加了解漫畫的電腦繪圖技巧。

湯翔麟以介紹軟體的前置設定為開頭，以自身在業界的經驗，在畫布畫素、長度單位，以及游標等設定提供了建議選項，接著在圖層運用上，說明了許多軟體工具與快捷鍵，並且一一操作工具的功能，示範其運用在繪畫中，讓大家學習更為簡捷的操作方式。

在繪圖技巧上，湯翔麟說明了漫畫框架、筆刷線條的調整與運用，以及如何貼網點與填色等技法；在網點教學中，湯翔麟表示：「人的眼睛會習慣看亮的部分，所以在漫畫中，會讓重點處呈現明亮的狀態，周圍會貼上較多網點，使畫面的視覺效果凸顯重點處。」隨後拿出多種漫畫素材，呈現網點在漫畫中的各種運用方式，讓同學了解網點的運用與技巧。

日文一林德恩分享：「我以前不曉得有這麼多小工具可以使用，學習之後感覺繪圖會較輕鬆，也可以更快速的完成。」

▲課外組舉辦「淡服心引力—淡江大學服務隊研習會」，以分組討論方式，分享彼此的想法。(圖/課外活動輔導組提供)

信邦盃實習賽 獎6萬快報名

【本報訊】為鼓勵學生學用合一，電機系將於5月26日在工學大樓3樓中庭舉辦「2022信邦盃實習高手競技賽」，即日起至5月12日止開放報名，凡本校大學部及研究所學生，曾於110年7月1日至111年6月30日期間參與任何校外實習並實習一個月以上者，皆可報名參加，第一名可獲得6萬元獎金。報名者須準備實習成果報告書、簡報投影片、A0海報並於5月17日前提供，將由信邦電子、校外專家學者與校內教師等人進行現場評分。歡迎大家踴躍參加，詳細比賽詳情和報名方式，請見活動報名系統。(網址：<https://enroll.tku.edu.tw/course.aspx?cid=TETX20220526>)

全英語課後心得賽 分享影片報名開跑

【本報訊】全英語教學推動中心將舉辦「第一屆全英語課程學習心得分享影片創作競賽」，即日起至5月6日下午17時止開放報名，凡本校在籍學生於110學年度第二學期有修習全英語授課(EMI)課程者，均可報名參加，第一名可獲得5,000元獎金。

本次創作以修習全英語授課(EMI)課程之心路歷程與收穫為主題，影片長度含片頭片尾為1至3分鐘，參賽者應以影片、A0海報方式呈現，投稿作品以一件為限，歡迎大家踴躍參加，詳細比賽詳情和報名方式，請見活動報名系統。(網址：<https://enroll.tku.edu.tw/course.aspx?cid=pe20220401>)

戰略碩二廖俊銘 校園話題人物

【記者張容慈專訪】「為了挑戰自我，開拓視野，我總是努力跳出舒適圈，積極體驗新事物。」第一屆新北文化大使、戰略碩二廖俊銘堅守初衷，不斷地自我突破，在就讀文化大學建築系時，為了不只拿取單一文憑，他選讀雙主修經濟系，並參與兩岸建築



▲戰略碩二廖俊銘獲選第一屆新北文化大使，獲頒證書及新北市政府的中英文推薦函。(攝影/鄧晴)

首屆新北文化大使 盼向國際介紹臺灣

比賽、報考培訓成為分秒必爭的救護義消，2019年更獲選為參加第44屆韓國世界青年交流大會的6位臺灣代表之一。

參與世界青年交流大會後，廖俊銘發覺自己對於腳下這片土地的了解並不深入，因此毫不猶豫的報名「新北市多元文化培力推動計畫」，經過層層篩選，最終成為文化大使的一員。他說：「我知道臺灣很民主多元，有如名的台北101，但如果只提這些，大家難以感同身受，所以我必須真正了解臺灣的歷史脈絡與社會文化，才能有自信介紹臺灣。」

自2021年4月加入新北市多元培力計畫，廖俊銘歷經「入選培養、完全培力、服務學習、學習創發」4階段培訓，分別獲得「文化新秀」、「文化楷模」、「文化菁英」的證書，最後從415位參與者脫穎而出，成為89位文化大使之一，除了獲頒證書外，更得到新北市政府的中英文推薦函。

受疫情影響，市政早餐會改為授證活動，文化大使以布巾等方式製作早餐，讓參與者「大飽眼福」，在團隊分工時，為了自我突破，廖俊銘選擇經驗值較少的場控與音控組，負責處理當日所有的簡報和音控，以及侯友宜市長半日的行程安排，活動過程需隨機應變調配時間，他分享，「參與計畫的過程遇到不少困難，也因此挑戰了許多的不可能，學習到更多新事物。」

回顧培訓期間，最令廖俊銘印象深刻的是團隊一起思考如何增加新北市黃金博物館觀光人流，他發現黃金博物館的特色不僅有礦物，還有退休礦工，他們對於金瓜石九條礦脈的每個轉角都瞭若指掌，而金瓜石一整條的戰俘紀念碑，字裡行間都是臺灣過去的文化脈絡與血脈，「金瓜石的文化資產遠比我想像的還多，文化大使就像是從另一個角度打開世界的一扇窗，從前我不懂如何介紹臺灣，現在我很有把握，可以把臺灣的美介紹給全世界。」

未來，廖俊銘會以文化大使的身分，協助培訓下一屆文化大使，並將帶著對臺灣的熱愛與使命感，代表臺灣參與國際交流活動，傳達他在臺灣所見所聞的人文風景和特色。

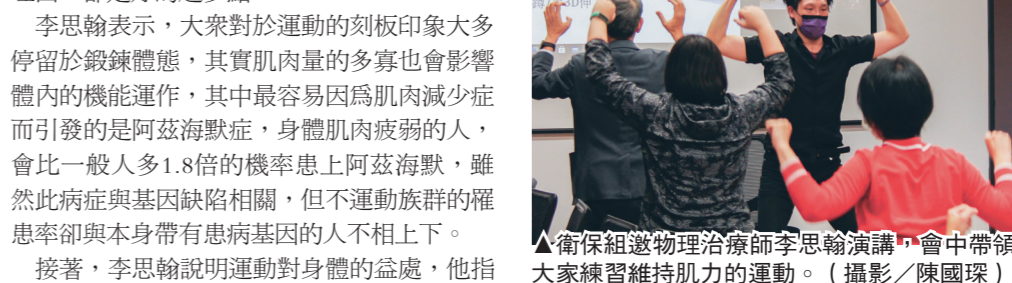
肌不可失李思翰教你養肌續瑞

【記者鍾子靖淡水校園報導】學務處衛生保健組4月19日中午12時在HC306舉辦健康好食光體態不走樣系列活動，由物理治療師李思翰主講「肌不可失，養肌續運陣來」，解析運動訓練肌肉與維持健康的關係，逾50人參與。

「你們為什麼要做運動呢？」李思翰先跟與會者提問，眾人紛紛回應自己運動的理由，有人希望減少受傷的機會，也有人希望增加肌肉，李思翰卻笑說：「怎麼都沒有人是想要秀馬甲線呢？」有趣的開場，逗得大家哄堂大笑，他則進一步說明，只要是讓自己願意動起來的理由，都是好的起點。

李思翰表示，大眾對於運動的刻板印象大多停留於鍛鍊體態，其實肌肉量的多寡也會影響體內的機能運作，其中最容易因為肌肉減少症而引發的是阿茲海默症，身體肌肉薄弱的人，會比一般人多1.8倍的機率患上阿茲海默，雖然此病症與基因缺陷相關，但不運動族群的罹患率卻與本身帶有患病基因的人不相上下。

接著，李思翰說明運動對身體的益處，他指



▲衛保組邀請物理治療師李思翰演講，會中帶領大家練習維持肌力的運動。(攝影/陳國琛)