

學生大代誌

校園迷航：生活一指導

每至開學季，校園中總有新生一邊低頭看選課資料的上課地點，一邊擰頭尋找教室的青澀模樣。學校建築物均有代碼，B是商管大樓、H是宮庭教室，有些大樓不同面向的入口通往不同樓層，因此不熟悉環境的新鮮人很容易在迷途中迷路。

推薦新鮮人下載「淡水生活」APP，充分利用內建功能，「校園資訊」即可查詢建築物並結合導航，讓你快速熟悉偌大的校園，省時又便利！

（文／黃柔桑、圖／本報資料照）



新生盃7球類競賽報名開跑

【張瑜倫淡水校園報導】新生盃球類競賽為本校每學年的第一項重要校內運動競賽，體育



▲新生盃報名開跑，歡迎大家來挑戰！（圖／本報資料照）

事務處本學期舉辦籃球、排球、羽球、網球、桌球、撞球及慢速壘球等項目，即日起受理線上報名，截止日期依競賽項目而異，邀請符合參賽資格者踴躍組隊報名，歡迎全校師生共襄盛舉，比賽期間進場為選手們加油打氣。

體育長陳逸政表示，雖然面臨疫情壓力及面臨經費，為了推展校園運動風氣，增進學生身心健康、凝聚團隊向心力，體育處仍極力尋求校隊成員和教練義務支援賽事，並且開設更多競賽項目，提供各類運動愛好者都有發揮的舞台。為了讓選手們可以安心上場比賽，並保障進場人員的健康安全，防疫規定依中央疫情指揮中心、教育部及學校之最新指引辦理，考量參賽選手與不特定對象無法保持社交距離，賽前檢核須繳交相關防疫證明，請選手們務必配合。

「新生盃只是個開始，下學期還會舉辦以系為單位的校長盃，以及以院為單位的院際盃，藉此讓有志一同的運動健將互相交流、共同爭取榮譽，希望大家把握機會，參加更多賽事以累積經驗。」

本次競賽由桌球率先於9月26、28日在SG322登場，撞球10月11、12日舉行，羽球10月15日舉行，其餘競賽則於10月22、23日在各室內外運動場地舉辦，籃球、排球賽冠軍戰將於10月27日中午在體育館7樓籃球場及4樓排球場進行，相關訊息詳見體育處官網（網址：https://www.sports.ku.edu.tw/）。

曾元媛暑期職場體驗獲第三名



▲港邊物產知識企劃體驗讓曾元媛對地坊創生等都有更多元的認識。（圖／曾元媛提供）

創生協會擔任港邊物產知識企劃，其成果在體驗結束後，於成果競賽中獲得第三名的佳績。

曾元媛的工作內容包括教案設計及訪談地方職人等。她表示，想要接觸不同領域，因此遠赴屏東參與職場體驗計畫，在為期一個半月的體驗學到不少知識，不論是在漁業、農業，或對地方創生有更多元的認識，在人際關係與工作職務也有不同體悟。有學習，相對的也會遇到挑戰，她做關於牡蠣的教案時，因非自己的專業，在研究過程中較為吃力。

青年暑期社區職場體驗計畫提供青年至非營利組織職場體驗，透過做中學，提升就業力及職場規劃能力。今年因疫情影響，職場體驗成果競賽以線上發表。

企管碩專陳泰榮獲全臺唯一五度米其林三星肯定

【記者黃茹敏臺北報導】2022年《臺北、臺中、臺南 & 高雄米其林指南》於8月30日揭曉，臺北君品酒店頤宮中餐廳獲得米其林三星



▲陳泰榮獲米其林三星肯定。（攝影／舒宜萍）

秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

企管系主任張雅昇在一次飯局上與陳泰榮相遇，他邀請陳泰榮來報考企管碩專班。陳泰榮因行政主廚需要管理團隊，經深思熟慮後開始了與本校的緣分，「從臺北車站到淡江台北校園，騎個摩托車很快就到了。」張雅昇也表示：「陳泰榮把職人精神發揮得淋漓盡致，不管多忙忙一定會到校上課，相信他的堅持精神一定繼續保持。」

《米其林指南》為全球一致星級餐廳的評選標準，其評審員針對食材品質、對味道與烹調技巧的駕馭能力、味道的融合、料理中展現的個性，及餐飲水準的一致性等等五項標準進行品鑑。

陳泰榮自2017年6月被延攔入頤宮，與同事陳偉強及團隊聯手，2018至2022年連續五度獲米其林三星肯定。

他會為了找尋最好的芝麻醬料，蒐集全臺的芝麻醬，可吃起來仍覺得不夠道地，決定引進國外芝麻醬，即使價格貴了一倍有餘。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

企管系主任張雅昇在一次飯局上與陳泰榮相遇，他邀請陳泰榮來報考企管碩專班。陳泰榮因行政主廚需要管理團隊，經深思熟慮後開始了與本校的緣分，「從臺北車站到淡江台北校園，騎個摩托車很快就到了。」張雅昇也表示：「陳泰榮把職人精神發揮得淋漓盡致，不管多忙忙一定會到校上課，相信他的堅持精神一定繼續保持。」

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

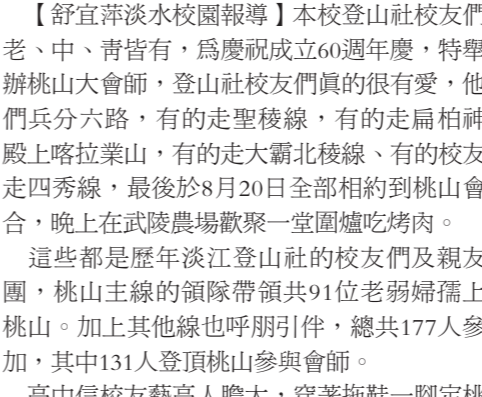
他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

他說：「頤宮餐廳整體團隊都非常優秀，內場同仁會自發性地不斷練習，把食材處理到最好，我們也每天試菜。」外場團隊維持服務品質，米其林三星的「秘訣」是讓顧客吃到最好的，感謝整體團隊的努力獲獎。

60週年社慶登山社桃山大會師



▲本校登山社校友們，為慶祝成立60週年慶，特舉辦桃山大會師。（圖／淡水登山社提供）

【舒宜萍淡水校園報導】本校登山社校友們老、中、青皆有，為慶祝成立60週年慶，特舉辦桃山大會師，登山社校友們很有愛，他們兵分六路，有的走聖後線，有的走扁柏神殿上喀拉業山，有的走大霸北線，有的校友走四秀線，最後於8月20日全部相約到桃山會師，晚上在武陵農場歡聚一堂圍爐吃烤肉。

這些都是歷年淡江登山社的校友及親友團，加上其他線也呼朋引伴，總共177人參加，其中131人登頂桃山參與會師。高中校友友藝人膽大，穿著拖鞋一腳登桃山，還率領老弱婦孺，陡上1400公尺，完成不可能的任務。他說，這次上山，是從民國51年淡江英專的登山社同學，至今60週年，由學弟主辦一個簡單的會師。路線有大霸尖山北坡、扁柏神殿下喀拉業、池有桃山軍攻、聖後山、桃山軍攻、桃山瀑布散步隊，高中信託有幸能帶隊超過90人桃山軍攻，確實不容易。

前社長中文系校友林哲瑋扛起重任，精心策劃，連百萬年的桃山也不會想過，小小山頂竟然被淡江登山社60週年各路會師陸續抵達，一時超過百餘人給塞滿了。

當天的氣候，老天賞臉給了一個好天氣，大會師帶領大家平安順利完成，預計明年同個時段將會再辦一次大會師。

水上救生社成功泳渡日月潭



▲水上救生社9月4日參與日月潭國際萬人泳渡嘉年華。（圖／水上救生社提供）

不熄水上救生社14名參與成員的熱情，仍然按照速度分成3組，採取2至3個人一起行動、互相照顧，最後在2個小時內順利完成泳渡日月潭的壯舉，並上岸領取證書及紀念衫。

社長、運管四部皓宇表示：「在天氣狀況不佳的情況下，能順利完成泳渡，覺得很有成就感。這要歸功於平常勤練培養出好體能，深水池訓練及海訓有助於克服腳碰不到的恐懼，除此之外，海訓也可學習熟練專業用具來進行更進階的救生活動。」

歷史四劉晏伶分享，「人生就是要盡力去嘗試，和朋友相互扶持游完約3000公尺後，為自己願意堅持完成全程而感到佩服，畢竟平日自己的訓練就是為了成就更好的自己。」水上救生社將於9月20日正式開課，藉由水測，讓教練團了解學員的程度，並對課程進行調整，邀請有興趣的朋友們一起來參加。

管樂團初露帶你聽經典電影

【記者侯逸蓁淡水校園報導】管樂社9月8日晚上7時30分在學生活動中心舉行期初音樂會，由指揮老師宋秉恩帶領管樂團成員演奏四首組曲，帶領大家進入「獅子王」、「西城故事」、「美女與野獸」，以及「悲慘世界」的故事情境當中，吸引逾40位聽眾到場參與。

表達人民的憤怒之情和反擊的決心，十分震撼，而安可曲則是用大家熟悉的搖滾方式呈現的卡農，為音樂會畫下美好的句點。

陳傳昇對〈Do You Hear the People Sing〉特別安排小號獨奏者上二樓看臺演奏，覺得十分有趣！中文二高端好則表示，最喜歡獅子王組曲，節奏輕快又富含童趣，彷彿隨著音樂進入故事中，有機會還想再來欣賞演出。



▲管樂社9月8日晚上在學生活動中心舉行期初音樂會「初露」。（攝影／黃歡歡）

音樂會由獅子王〈Circle Of Life〉揭開序幕，聽眾彷彿見證小獅子王在歷經生、死、愛、責任考驗後的成長；第二首西城故事組曲以〈Somewhere〉為主旋律，伴隨著旋律變化，講述男女主角的愛情故事；〈Beauty and the Beast〉是大家耳熟能詳的歌曲，最後一首悲慘世界組曲，音樂多激昂悲壯，不同段落的速度快慢安排也加強了每段之間的對比，強烈

筋骨痠痛？！陳仲瑩教你解決

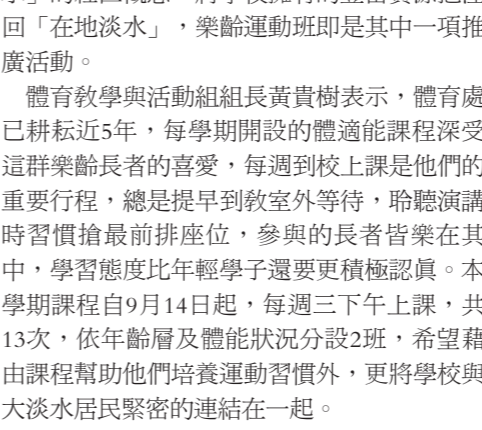


▲衛保組9月13日舉辦「煩不勝煩的筋骨痠痛」講座。（攝影／羅婉瑾）

衛生保健組9月13日在HC306舉辦「煩不勝煩的筋骨痠痛」講座，邀請物理治療師陳仲瑩解說筋骨痠痛的原因、案例，並教導辦公室伸展操以預防肩頸痠痛。

陳仲瑩指出現代人多有烏龜脖子姿勢不良，這不僅會帶給脊柱許多不必要的壓力與重量，也容易產生骨刺的困擾，肩頸也會因為不恰當的姿勢而發出痠痛的信號。她提醒，工作時不一定要坐得方方正正才所謂的「坐好」，而是需要舒適、有支撐的姿勢，才適合長時間工作」，接著，她說明肩頸痠痛可以分別透過按摩、運動和拉筋來達到舒緩效果；運動三步驟為好好呼吸、找到核心、再運動，最後教導大家使用網球與泡沫滾筒為自己按摩，並帶領大家進行拉筋動作。

樂齡運動班始課 學員樂此不疲



▲樂齡運動班讓參與者培養運動習慣，更將學校與淡水居民連結在一起。（攝影／鄧晴）

參與者陳美華分享：「去年我從職場退休，剛好女兒在網路上看到高齡長者參加在淡江上課的影片備受好評，馬上推薦我來參加。我很喜歡來這裡上課，也在此認識許多新朋友，授課老師每週帶領我們做不同類型的運動，讓我全身筋骨都活絡起來，印象最深刻的是學啞鈴，很有健身的感覺。」

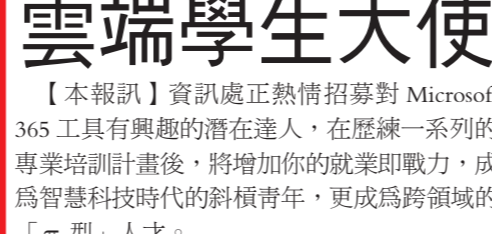
體育教學與活動組組長黃貴樹表示，體育處已耕耘近5年，每學期開設的體適能課程深受這群樂齡長者的喜愛，每週到校上課是他們的重要行程，總是提早到教室外等待，聆聽講課時習慣搶前排座位，參與的長者皆樂在其中，學習態度比年輕學子還要更積極認真。本學期課程自9月14日起，每週三下午上課，共13次，依年齡層及體能狀況分設2班，希望藉由課程幫助他們培養運動習慣外，更將學校與淡水居民緊密的連結在一起。

招募微軟校園雲端學生大使

【本報訊】資訊處正熱情招募對Microsoft 365工具有興趣的潛在達人，在歷練一系列的專業培訓計畫後，將增加你的就業即戰力，成為智慧科技時代的斜槓青年，更成為跨領域的「π」人才。

淡水大學微軟校園雲端學生大使（CSA），絕對是你大顯身手的所在，歡迎具有以下特質的同學：喜歡學習新技術、熱愛與同儕分享知識、願意接受挑戰、熱忱服務。有意者請於9月20日前填寫基本資料，就有機會成為CSA一員。

外語特區異國風 俄式小木屋仿真



▲外語特區異國風 俄式小木屋仿真。

劍道社暑訓紮實基礎鍛鍊意志



▲劍道社8月22至28日在淡江劍道館舉辦暑訓假訓練。（圖／劍道社提供）

勢」，藉由與劍友對練切磋，累積更多經驗。劍友、資圖系校友彭賢恩分享：「這次集訓，在在生及已畢業劍友都非常值得肯定。在校生活訓過程中都很有努力，即使帶著傷痛，仍咬牙撐完7天的魔鬼訓練，精神可嘉。劍友們為了指導學弟妹，不惜路途遙遠，皆從各地返校，這個成立五十餘年的社團就是大家庭，即便畢業數十年仍然心繫這裡。劍道社在已故劍道大師吳金璞的嚴格指導下，樹立了寒暑訓的傳統，並設有必須一口氣完成一千下快速擺振的魔鬼要求。這次集訓，在在生對於這要求也都能勇於面對、從容達成，顯見淡江劍道的精神，歷經數十年，仍然榮耀地延續著。」

淡江大學劍道館暑訓假訓練，逾20名社員參與。集訓內容包括基礎動作的調整和精進、練習比賽技巧、磨練各種攻擊招式，以及體能訓練，讓社員在各方面都有所成長。

社長、外交三陳立函表示，許多畢業的劍友及外校教練回來指導，社員們從中觀摩實戰技巧，了解其他風格的打法，有些招式劍友們詮釋，大家才豁然開朗，並創造出不同的攻

【記者彭云佳淡水校園報導】劍道社8月22至28日在淡江劍道館舉辦暑訓假訓練，逾20名社員參與。集訓內容包括基礎動作的調整和精進、練習比賽技巧、磨練各種攻擊招式，以及體能訓練，讓社員在各方面都有所成長。

社長、外交三陳立函表示，許多畢業的劍友及外校教練回來指導，社員們從中觀摩實戰技巧，了解其他風格的打法，有些招式劍友們詮釋，大家才豁然開朗，並創造出不同的攻

產經一翁敏彰表示：「聽完這場演講，讓我對智財權有更進一步的了解」，同系級的蔡少鈞也分享：「講者舉出不同實例，使我更清楚智財權在不同場合的應用。」

章忠信解析學術倫理與智財權

【記者薛竹廷淡水校園報導】生活輔導組9月13日下午1時10分在SG316舉辦「智慧財產權講座」，邀請東吳大學法律系助理教授章忠信主講「校園智慧財產權問題解析」，逾70位學生參與。

作權？指導老師是否可為共同著作人等。接著，章忠信帶領同學探討著作權、學術倫理，指出撰寫論文時若直接引用資料而未標明出處，即違反著作權及學術倫理，若將此「概念」用自己的「文字」說明，卻未交代出處，則是違反學術倫理但不違反著作權，因其概念在於保護「表達」，不及於所言之「觀念」。

產經一翁敏彰表示：「聽完這場演講，讓我對智財權有更進一步的了解」，同系級的蔡少鈞也分享：「講者舉出不同實例，使我更清楚智財權在不同場合的應用。」