



軍訓室

一、104(上)軍訓免修、加選、抵免申請、役期折抵

104(上)軍訓免修、加選、抵免申請、役期折抵 說明

申請主題	辦理條件	辦理程序
1. 軍訓免修	1. 合於軍訓免修六大資格者(詳見軍訓室網站上《學生免修申請表》) 2. 102學年度前(含)入學之轉學生	合於軍訓免修資格者請填妥「學生免修軍訓申請表」並貼上相關證明文件影本,於開學兩週內至軍訓室余孟娟教官處繳交。(申請表下載請至軍訓室網頁 http://www.meo.chna.edu.tw/) 點選單「軍訓教育」→「軍訓免修」(文件下載)。
2. 軍訓加選	1. 欲重修、補修者(本校102年度前(含)軍訓列為必修課程) 2. 選修軍訓課合格可申請役期折抵 3. 欲報考大學儲備軍官團或預官務必選修。	1. 請向通識中心辦理加選 (1)全民國防教育軍事訓練課程—國際情勢(星期一5.6節) (2)全民國防教育軍事訓練課程—國防科技(星期二5.6節) 2. 日間部若要跨到進修部加選請至課務組索取跨部申請單。 加選課名請填具「全民國防教育軍事訓練課程—防衛動員」(星期三9.10節)
3. 軍訓抵免	轉學生曾修習過大一軍訓且持有成績證明,可至通識中心辦理軍訓抵免。	請向通識中心辦理軍訓抵免。
4. 役期折抵	1. 軍訓課或「全民國防教育軍事訓練課程」修習及格 2. 學生修習軍訓及全民國防教育軍事訓練課程折減兵役(訓)期對照表詳見軍訓室網頁 http://www.meo.cnu.edu.tw/	申請折抵役期作業方式: 1. 至註冊組(A棟3F)門口利用「各項申請自動收費」→投幣10元申請歷年來全學年成績單一份→至軍訓室填寫「折抵役期申請管制表」→教官審核折抵天數加蓋折抵役期證明章。 2. 下載軍訓課程折抵役期證明申請表並備妥相關資料(詳如申請表內說明)及回郵信封,寄至嘉南藥理大學軍訓室辦理(詳見軍訓室網頁 http://www.meo.cnu.edu.tw/)

一、重要事項宣導

二、921 國家防災日防震疏散演練

日期、時間	地點	演練對象
09/21(一)09:20~40	校區	日四技、二技上課班級

生活輔導組

一、104年度第一學期班代集合時間如下:

嘉南藥理大學生活輔導組班代集合管制表(每月第一週星期二)					
月份	日期	時間	活動名稱	地點	備考
九月份	104年9月15日(二)	12時20分	班代集合	簡報室	
十月份	104年10月06日(二)	12時20分	班代集合	簡報室	
十一月	104年11月03日(二)	12時20分	自治幹部座談會併班代	簡報室	

		集合		
十二月	104年12月01日(二)12時20分	班代集合	簡報室	
元月份	104年01月05日(二)12時20分	班代集合	簡報室	

二、104學度第一學期學生幹部(班代)座談會：發言單 如，[附件一](#)

發言單紙本或 mail【pan168pc@mail.cnu.edu.tw】，請於10月20日(二)1700時前擲回軍訓室，逾時、視同放棄權利；預定於11月03日(二)中午12:20~13:10時(併11月份班代集合實施)，主持人：校長 承辦人：生輔組 校安潘光照 電話：2664911轉1208

三、[基礎服務學習加退選時間](#)

104.09/15~09/25之每日上班時間，地點：松田大樓(B棟)一樓軍訓室當場領取及填寫加退選申請單，承辦人：夏靜嫻教官 分機1209

(一)基礎服務學習教育課程公告 如，[附件二](#)

(二)104-1學年度新生院系週會時間基礎服務學習課程說明日程表 如，[附件三](#)

(三)104-1學年度基礎服務學習班級社區服務行程表 如，[附件四](#)

四、104-1各班[班級幹部名單](#)，請班代於9月18日(五)交至軍訓室彭小姐處，格式如，[附件五](#)

生輔組承辦人：陳欣儀小姐 tel:1208。

五、104-1學年度「[品德教育宣導演講](#)」

日期、時間	地點	參加人員
10/19(一)7-8節	N101	藥學系、生科系、粧品系、醫化系四技一【每班15人】
10/20(二)7-8節		餐旅系、營養系、幼保系 四技一【每班21人】
10/22(四)7-8節		環工系、環管系、職安系、應資系四技一【每班21人】

※其餘未排到班級於第二學期實施，各班報名表 如，[附件六](#) 請於104/10/14(三)前交到B棟(B101)軍訓室黃馨慧小姐處彙整。

六、104年度[女子防身術教授](#)

日期、時間	地點	參加人員
10/19(一)7-8節	大禮堂	藥理、人文資訊學院四技一年級【每班4人】
10/20(二)7-8節		民生學院四技一年級【每班6人】 (食品一丙丁社區打掃免參加)
10/22(四)7-8節		環境永續、休閒健康學院四技一級(每班4員)

各班名單 如，[附件七](#) 請於104/10/14(三)前交至軍訓室(B101)陳郁庭小姐彙整；參加學生穿著運動服裝，並於當日1510前至大禮堂穿堂集合。

七、[失物招領](#)

本組上學期接獲同學拾獲遺失物品眾多，物品已刊登在軍訓室網頁之失物招領區，可上網查閱，並請有遺失物品之同學，攜帶身份證明文件至教官室領取。

(失物招領區 <http://www.meo.chna.edu.tw/?p=HEY&m=&hl=zh-tw>)

八、[交通安全宣導](#)

1. 103學年交通意外事故共有209件，死亡1人，重傷5人，輕傷257人。
2. 本校易肇生車禍路段包括學校週邊及省道。學校週邊地區包括有南側機車停車場外(第一、二機車停車場)中正路一段；省道附近包括有省道通往宿舍地區保安路一段、臺糖量販店往保安車站之文賢路、省道(二仁路一段)路上及與86號道匯流處。
3. 本校校區位於台一線省道旁，許多同學自各地來本校就讀，通學往來無論居住學校周邊或市區皆會行駛省道，且省道車輛因為直線路寬導致駕駛人車速過快未注意肇生車禍。車禍發生往往造成有學生輕重傷甚至死亡事件(本校近三年每年皆有同學因車禍往生或重傷情形)，學校及當事者家人均不願見到有此事事情發生，切需注意；如發生車禍，請不要驚慌，

應立即報警且不要移動或離開現場並通報校安中心(06-2667328)，警察及校安人員將會給予後續處理之意見及協助，切勿因無任何損傷而同意私下和解逕行離開現場。
故籲請各位同學於校外騎乘機車時，確實遵守交通安全規則，不超速、不酒駕、不闖紅燈、不疲勞駕駛、行車戴安全帽等。請同學多加小心，好好照顧自己的身體，注意安全！

九、**車禍或意外事件先期處理程序**

- (一)一定要通報警察單位(交通隊、有人員受傷需救護車)-119、地區派出所警察單位前往-110(無人受傷)。
- (二)通報教官室或導師協助處理，軍訓室電話 06-2667328 或 06-2664911 轉 1208、1580。
- (三)記錄對方車號或照相存證，保持現場完整，勿移動物品或車輛；同時先於車後約 20-40 公尺處做警示，人員移至路旁安全處防止再度傷害，等待救護車及警方到達。

十、**104 學年度學生賃居/住宿調查事宜**:工作說明:

請副班代依賃居/住宿調查表(如附件)於 104 年 10 月 15 日調查完畢，全班同學皆請填寫，並製成電子檔，檔名設定如：藥學 X 甲並寄至：tggwss@mail.cnu.edu.tw 如，**附件八**

十一、**防詐騙宣導**:

- (一)內政部警政署針對大專院校學生族群最常被騙之「解除 ATM 分期付款設定錯誤詐欺」、「網路拍賣詐欺」、「網路假援交真詐財」等三大類型案件，列舉重點宣導事項及 6 則案例供參考(請閱下列網址)，請同學提高反詐騙意識，不要被詐騙集團所騙！如，**附件九**
- (二)經常有非法人員進入校園推銷成套書籍或其他物品，銷售人員口若懸河天花亂墜爭取你留下聽他說明，這就中招了，請假藉你很忙~一口回絕、不逗留，防止遭詐騙，校外亦同。

十二、**紫椎花菸害防治宣導**

(一)**藥癮治療**:

「替代治療」是藥癮藥物治療的一種方式，目前僅有鴉片類(如海洛因)成癮才有替代治療物品。鴉片類成癮的替代治療物有「美沙冬」口服液或「丁基原啡因」舌下錠等，須經醫師評估後投以適當劑量，除可有效降低毒品的渴求外，也能預防或減緩戒斷症狀，亦可使成癮者因減少靜脈注射毒品行為而降低傳染血液感染疾病(如愛滋，C 型肝炎)機率。

藥癮治療是一種腦部功能失調的疾病，需要長期的治療與復健，除了藥物治療、心理治療外，社會復建工作，如職業訓練、家庭支持服務、持續追蹤照護等等。請撥打 24 小時免費專線(戒毒成功專線): 0800-770-885(請請你，幫幫我)

(二)**菸害防治宣導**:



健康活力-無菸嘉藥

本校全面禁菸，不設置吸菸區!



※全校包含:室內/外停車場、樓梯間、廁所、頂樓、宿舍區、運動場"全面禁菸"。

※每天不同時段有專人進行校園菸害巡查工作。

※於校園內違規吸菸之學生應接受戒菸輔導教育，包括「戒菸輔導教育課程」1 至 3 小時不等及「菸害志工服務」1 至 3 小時不等(請參閱 <http://192.192.108.223/學務章則/4-13.pdf>)。

※請全校師生配合上述規定，若有戒菸需求可撥戒菸專線 0800-63-63-63，或來電本校菸害防治承辦人：余孟娟教官(分機:1208)。※菸菸不熄，傷人傷己；菸害防治，幸福將至。

※十四、**各系(班)若有 2 天(含)以上戶外活動者，請向軍訓室回報**:

請提供相關資料(依活動名稱、班級、系、學院、主辦人姓名(電話)、帶隊老師(電話)、參加人

數等紙本格式送報)，以利掌握與瞭解師生安全狀況，俾利緊急事件聯繫與協處。

綜合服務組

大專校院役男申請二階段常備兵役軍事訓練須知

83 年次以後在學役男，即將就讀國內、國外、香港澳門或大陸地區大專校院大學第一學年或五專第三學年，且有意願申請於 105 年及 106 年暑假期間接受常備兵役軍事訓練者，請詳閱下列說明：

- (一) 依徵兵規則第 26 條規定略以，役男應連續接受二階段常備兵役軍事訓練（第一階段入伍訓練及第二階段專長訓練，各為期 8 週，合計 4 個月）。但就讀大專校院在學學生，得依其志願，於就讀大學第一學年或五專第三學年當年 11 月 15 日前向戶籍地鄉（鎮、市、區）公所申請，於大學第一學年、第二學年或五專第三學年、第四學年暑假，接受二階段常備兵役軍事訓練。
 - (二) 符合以上申請二階段常備兵役軍事訓練條件，且經考量訓練時間許可而有意願者，可於註冊取得大一（或專三）學籍起至 104 年 11 月 15 日前，準備學生證正反面（或在學證明）影本（國外、香港澳門或大陸地區須經驗證）、役男及家長（法定代理人）印章，向戶籍地鄉（鎮、市、區）公所兵役單位提出申請。
 - (三) 申請二階段常備兵役軍事訓練役男，除接受兵籍調查外，將由兵役單位接續安排徵兵檢查、抽籤及徵集作業。
 - (四) 已申請二階段常備兵役軍事訓練，在未接獲徵集令前，如確有事故者，可向戶籍地鄉（鎮、市、區）公所兵役單位切結放棄原申請案，於緩徵原因消滅後，再行接受 4 個月常備兵役軍事訓練。
 - (五) 已申請二階段常備兵役軍事訓練，於接獲徵集令後，須符合「應徵役男延期徵集入營事故表」原因者（可至內政部役政署網站(<http://www.nca.gov.tw>)—業務資訊—役政法規—徵兵規則附件「應徵役男延期徵集入營事故表」查詢），始得檢具相關證明文件向戶籍地鄉（鎮、市、區）公所兵役單位申辦延期徵集；未經核准延期徵集者，仍應依徵集令指定時間、地點入營，無故未入營者，依妨害兵役治罪條例移送法辦。
- 以上申辦事項，如尚有疑義，請逕向直轄市、縣（市）政府或鄉（鎮、市、區）公所兵役單位洽詢。

課外活動組

- 一、**青春護照**將大學四年的課外活動登錄於本校學生學習歷程系統，將特定參與之項目以記點方式登錄，在畢業時核發類似成績單之履歷證明，對於求職或升學甄試都是相當重要且有利的佐證資料。青春護照認證時數細目表，如，**附件十**。
- 二、**本校社團**分五大席次，目前共有 104 個社團，社團名單如，**附件十一**。學生會將於 9 月 22-23 日舉辦「社團博覽會」，希望藉此活動找到符合自己興趣的社團，擁有知心伙伴，建立良好的人際關係網絡。
- 三、本校從 **103 學年**開始訂定週三下午 7-8 節為全校社團活動時間，鼓勵同學參與社團學習活動，培養表達、思辨、團隊合作、問題解決與創新能力。
 - (一) 9 月 16 日首次社團活動時間於本校體育館舉辦社團聯合活動，介紹說明社團活動及社團表演，讓學生更加瞭解社團。
 - (二) 9 月 23 日社團活動時間為社團博覽會。
 - (三) 之後依學生找到符合興趣社團教室個別上課及活動。
- 四、**迎新系列活動**：
 - (一) 9 月 13 日新鮮人之夜，學生會帶領系學會與社團，宣導系學會與社團的魅力，提升新生們的興趣，增進學生社團的向心力及服務精神。
 - (二) 9 月 22-23 日社團博覽會。
 - (三) 10 月 07 日新生演唱會。
- 五、本學期學生社團重要活動，鼓勵同學踴躍參與。如，**附件十二**

衛生保健組

- 一、在學期間學生如發生意外門診或住院外、疾病住院皆可申請理賠學生團體保險，相關檢附資

料及注意事項可洽衛生保健組(C109)或至衛保組網頁查詢
(<http://www.hnc.sao.cnu.edu.tw/>)。

二、新生健康檢查將於9月29日、30日，10月1日、2日、5日上午辦理，各班受檢時間將另行公告。

三、防治登革熱，建議個人平時做好生活周遭環境孳清，落實「巡、倒、清、刷、蓋」等防疫措施，移除戶內、外不必要之積水容器；外出時應做好個人防蚊措施，穿著淺色長袖衣褲，身體裸露部位塗抹衛生福利部核可之防蚊藥劑，如出現發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉關節痛、出疹等症狀，應盡速就醫。

預防登革熱宣導：

預防登革熱

——消除積水，消滅蚊子

什么是登革熱

登革熱是一種由登革熱病毒引起的急性發熱傳染病，由蚊子傳播給人類。病原體為登革熱病毒（可分為1、2、3、4型）。全球每年約有五千萬宗登革熱個案，常見於熱帶和亞熱帶地域。近年登革熱轉趨活躍，影響全球各地，在東南亞部分國家，登革熱已成為地方性流行病，國內有輸入病例或局部暴發疫情出現。



登革熱的症狀

起病較突然，有畏寒、發熱，伴疲乏、惡心、嘔吐等症狀。發熱常為24-36小時內達39-40℃。伴有較劇烈的頭痛、眼眶痛、肌肉、關節和骨節痛。表淺淋巴結腫大。

3-5天可出現紅色皮疹，伴面、頸、胸部潮紅，結膜充血；有出血傾向，一般在病程5-8日牙齦出血、鼻衄、消化道出血、皮下出血、咯血、血尿、胸腹腔出血。

嚴重的有多器官大量出血或腦出血、肝腫大，少數會引起休克，血壓下降，不及時搶救可在4-6小時內死亡。



登革熱是怎么傳播的？

登革熱是由伊蚊傳播的，主要傳播媒介為埃及伊蚊、白紋伊蚊。其中白紋伊蚊（俗稱“花斑蚊”）在我省分布廣泛，主要在積水容器中孳生，大多數在屋外或野外陰暗處流連，但亦會在戶內活動。伊蚊叮人高峰在日落前兩小時（約為下午五、六時）及早上八、九時。室外及室內皆可叮咬人。

當人被帶病毒蚊子叮咬後，病毒會從蚊子的唾液進入人體血液而感染。如果病者在剛發燒前至退燒期內（大約六至七日）被叮咬，病毒就有可能傳給蚊子繼而傳播開去。此病並不會經由人与人之间傳播，與患者接觸是會被傳染的。



蚊蟲生長周期



怎样預防登革熱？

目前尚沒有特效的治療藥物，所以，預防是防制登革熱的關鍵措施。

- 1、注意環境衛生，及時清除雜物，清法家居，養成良好的衛生習慣。
- 2、翻盆倒罐，清倒積水，填平洼地，疏通溝渠，減少蚊子孳生環境。
- 3、水生植物定期3-5天換水，並注意清洗根須。
- 4、盆罐、廢胎輪胎等不要露天放置，每逢雨後注意清除各種積水。
- 5、午睡或晚上休息應掛蚊帳，到公園、草地等活動應注意防蚊叮咬。
- 6、一有發熱、皮疹及出血等類似登革熱症狀應及時就醫，做到早發現早診斷，早隔離，早治療。



昵图网 www.nipic.com BY: hubisha NO:20111228165353776113

總務處

一、機車停車場規定：

- (一)本校停車場實施柵欄機管制，同學進出停車場請以學生證刷卡進入。
- (二)請各班代確認該班申請單是否有誤，如需增刪請於名單直接修改。
- (三)本學期開始繳費日期:104年9月15日~104年9月23日止，至總務處保管組(A401)辦理
- (四)為維護同學行車安全、請切勿以跟車方式進出停車柵欄機，如有違反情形，將依校規予以懲處。

二、各項活動看板

***104學年度第一學期週(班)會實施計畫一覽表，如，[附件十三](#)

一、第一週：**(一)基礎服務學習講座**

日期、時間	地點	參加人員
9.14(一)7、8節	簡報室	四技一年級(藥理、人文)
9.15(二)7、8節		四技一年級(民生)
9.17(四)7、8節		四技一年級(休閒健康、環境)

二、第二週：**(一)9/21(一)國家防災日防震疏散演練**

日期、時間	地點	參加人員
09/21(一)09:20~40	校區	日四技、二技上課班級

(二)服務學習(社區打掃)：

日期、時間	地點	參加人員
09/24(四)7、8節	職安一甲、一乙、環工一甲	二仁溪河堤、中正路一段

三、第三週：**(一)服務學習(社區打掃)：**

日期、時間	地點	參加人員
09/29(二)7、8節	食品一甲、一乙	二行一路巷弄、中正路一段

四、第五週：**(一)服務學習(社區打掃)：**

日期、時間	地點	參加人員
10/12(一)7、8節	粧品一甲、一乙、生科一甲	二仁溪河堤、中正路一段
10/15(四)7、8節	環管一甲、一乙、環工一乙	二仁路一段右側、中正路一段

(二)交通安全教育校外租屋：

日期、時間	地點	參加人員
10/12(一)7、8節	簡報室	四技一年級(藥理、人文)
10/13(二)7、8節		四技一年級(民生)
10/15(四)7、8節		四技一年級(休閒健康、環境)

學生輔導中心

輔導文宣 104學年度第一學期 第一期 104年09月14日發行

大學新鮮人必修五學分--『五大昆蟲學』，如 [附件十四](#)

編撰/黃宜翎 實習心理師

嘉南藥理大學 104 學年度第一學期學生幹部(班代)座談會發言單	
班級	環工二甲 紙本格式 (愛護地球、節能減碳，請多加利用電子郵件寄送 pan168pc@mail.cnu.edu.tw)
發言內容	1. ○○號陳○○：(請確實填寫清楚班級、座號、姓名否則不予受理) 內容填寫方式：明確的寫出『人、事、時、地、物』，以利相關單位立即處理改進；發言單不敷使用時，請自行影印。 範例 ：16 號張小明： 例：104.03.10 中午 12：20，S 棟 B1 樓 ○○ 餐廳餐盤不乾淨，且蒼蠅到處亂飛……請改進。 ※發言單內容詞句針對問題重點說明，簡明扼要。

備註：

一、請各班問題請多利用電子郵件：pan168pc@mail.cnu.edu.tw

電子郵件格式，如下：

社工三乙 20 號陳大明：

1. C214 教室黑板龜裂粉筆寫字字體模糊，影響學生上課，已於 104.09.16 日上網填報修繕單，但迄 10 月 15 日尚未修復，請儘速搶修。(※有關維修部份請多加運用電子修繕單較為快速、有效，可在 3-7 天內修復完畢)
2.

16 號張小明：

1. C301 教室右後方冷氣不冷且聲音太大故障損壞，請派人維修；C301 教室旁廁所內洗臉台水龍頭漏水。(請確實指明位置及名稱以利迅速維修，解決問題)
2.

二、發言單紙本及 mail【pan168pc@mail.cnu.edu.tw】請於 10 月 20 日(二)1700 時前擲回軍訓室，逾時、視同放棄權利；預定於 11 月 03 日(二)中午 12：20~13：10 時(併 11 月份班代集合實施)，

主持人：校長

會議名稱：學生幹部座談會

承辦人：生輔組 校安潘光照

電話：2664911 轉 1208

104 學年度第一學期基礎服務學習教育課程公告

一、104 學年度第一學期開設基礎服務學習教育課程 58 班，開課時段如下：

(一)校園環境清掃組:一年級 29 班。

1. 上午班(07:45--08:15)15 班：醫管一丙、應資一丙、幼保一乙、資管一乙、休閒一丙、環工一甲、休閒一丁、運管一乙、粧品一丙、外語一乙、老服一甲、幼保一甲、食品一丙、醫管一甲、醫管一乙。
2. 中午班(12:15--12:45)7 班：醫化一甲、醫化一乙、老服一乙、觀光一乙、職安一甲、職安一乙、多媒體一甲。
3. 下午班(17:15--17:45)7 班：生活一甲、應資一乙、資管一甲、資管一丙、藥學一丁、餐旅一甲、餐旅一乙。

(二)校內志工服務組:除校園清掃組外餘 29 班。

二、四技一年級新生基礎服務學習課程為必修課程，請勿上網更改基礎服務學習課程。

三、請四技二、三、四年級及轉學生、重補修欲加選同學，選擇自己適合之時段，至 B 棟松田大樓一樓(B101)教室，採人工紙本填選作業。

四、基礎服務學習課程第一學期成績不等於第二學期成績！(上、下學期成績不能互抵)，請重修學生勿重覆修選，以維護權益。

五、如有任何疑問，請洽 生輔組夏靜嫻教官(06-2664911 轉 1209)或電詢基礎服務學習組 06-3661701。

基礎服務學習小組 敬啟

104.09.07

104 學年度第一學期新生院系週會時間基礎服務學習課程說明日程表

週別	日期	學院別	參加班級		地點
一	9/14(一)	藥理學院 人文暨資訊應用學院	第七節	外語一甲、外語一乙、多媒體一甲、多媒體一乙	簡報室
			第八節	社工一甲、社工一乙、社工一丙	
	9/15(二)	民生學院	第七節	幼保一甲、幼保一乙、生活一甲、生活一乙	簡報室
			第八節		
	9/17(四)	休閒健康學院 環境學院	第七節	老服一甲、老服一乙、職安一甲、職安一乙	簡報室
			第八節	環管一甲、環管一乙、環工一甲、環工一乙	
二	9/21(一)	藥理學院 人文暨資訊應用學院	第七節	藥學一甲、藥學一乙、藥學一丙、藥學一丁	簡報室
			第八節	生科一甲、生科一乙、醫化一甲、醫化一乙	
	9/22(二)	民生學院	第七節	食品一甲、食品一乙、食品一丙、食品一丁	簡報室
			第八節	保營一甲、保營一乙、保營一丙	
三	9/29(二)	民生學院	第七節		簡報室
			第八節	餐旅一甲、餐旅一乙、餐旅一丙	
	10/01(四)	休閒健康學院 環境學院	第七節	應資一甲、應資一乙、應資一丙、	N101
			第八節	醫管一甲、醫管一乙、醫管一丙	
四	10/05(一)	藥理學院 人文暨資訊應用學院	第七節	資管一甲、資管一乙、資管一丙	簡報室
			第八節	粧品一甲、粧品管一乙、粧品一丙、粧品一丁	
	10/08(四)	休閒健康學院 環境學院	第七節	休閒一甲、休閒一乙、休閒一丙、休閒一丁	簡報室
			第八節	運管一甲、運管一乙、觀光一甲、觀光一乙	

嘉南藥理大學基礎服務學習課程社區服務實施工作說明

- 一、依據：教育部 96 年 5 月 9 日台訓(二)字第 0960068580 號函：「大專校院服務學習方案」及本校基礎服務學習實施要點。
- 二、實施對象：修習基礎服務學習教育課程之學生及志工。
- 三、實施時間：以各學院週會時間(15:10-17:10)排定基礎服務學習教育課程班級社區服務。
- 四、社區服務路線規劃：以校區周邊社區 15 分至 20 分鐘路程為主：
 1. 保安路 56 巷
 2. 二仁溪河堤淨灘(清王公廟前籃球場及草坪)
 3. 中正路口一段
- 五、相關工作協調支援
 1. 帶隊教官：負責帶隊並協助路途中之交通安全維護及相關人員的掌握與調派。
 2. 導師：協助集合該班學生，掌握班級成員及協助處理學生相關事務，並協助維護學生安全。
 3. 各班班級幹部：班長負責協助導師掌握班級成員及協調聯繫班級成員；副班長負責班級成員的缺曠課登記；風紀股長、康樂股長、總務股長、學藝股長、輔導委員負責組成交通管制小組；衛生股長負責轉達班級成員有關班級社區服務實施規定、服務地點及另先行至勞作教育組辦公室領取清掃工具與垃圾袋。
 4. 基礎服務學習小組長：隨班督導班級成員之清掃工作並進行工作照相及課後問卷回收。
 5. 基礎服務學習小組：
 - (1) 每學期初確認班級社區服務路線及與相關社區聯絡事宜，並邀請里長實施社區介紹與導覽。
 - (2) 召開班級社區打掃服務協調會及律定事項。
 - (3) 提供班級社區打掃服務所須之掃具及垃圾袋。
 - (4) 聯繫社區環保垃圾車隨行收集垃圾。
 6. 總務處：茶水提供及協助在無社區環保垃圾車隨行時，支援本校垃圾子車收集垃圾。
- 六、實施行程概要
 1. 15:10 社區基礎服務班級之副班長先行到勞作教育組領取交通管制人員背心及交管棒後發給負責交通管制班級幹部。衛生股長先到勞作教育組(B棟松田大樓一樓)領取清掃工具與垃圾袋。
 2. 15:20 社區基礎服務班級於 A 棟行政大樓前之廣場集合，由各班副班長負責清查人數。
 3. 15:20—15:30 由當日帶隊教官說明行動準據及活動行程安全注意事項。
 4. 15:30 出發，15:45 抵達社區服務地點。
 5. 15:45—16:10 實施社區服務。
 6. 16:10—16:20 實施活動照相後返校歸還掃具。

嘉南藥理大學 104 學年度第 1 學期基礎服務學習社區服務行程表

週別	日期	班級	清掃路線	備考
2	104/09/24(四)	職安一甲、一乙 環工一甲	二仁溪河堤、中正路一段、 保安路 56 巷	
3	104/09/29(二)	食品一甲、一乙	中正路一段、保安路 56 巷	
5	104/10/12(一)	粧品一甲、一乙 生科一甲	二仁溪河堤、中正路一段、 保安路 56 巷	
5	104/10/15(四)	環管一甲、一乙 環工一乙	二仁溪河堤、中正路一段、 保安路 56 巷	
6	104/10/20(二)	食品一丙、一丁	中正路一段、保安路 56 巷	
7	104/10/29(四)	觀光一甲、一乙 運管一甲	二仁溪河堤、中正路一段、 保安路 56 巷	
8	104/11/02(一)	粧品一丙、一丁 生科一乙	二仁溪河堤、中正路一段、 保安路 56 巷	
10	104/11/17(二)	幼保一甲、一乙	中正路一段、保安路 56 巷	
11	104/11/26(四)	醫管一甲、一乙 醫管一丙	二仁溪河堤、中正路一段、 保安路 56 巷	
12	104/11/30(一)	外語一甲、一乙 多媒體一甲	二仁溪河堤、中正路一段、 保安路 56 巷	
13	104/12/08(二)	餐旅一甲、一乙 餐旅一丙	二仁溪河堤、中正路一段、 保安路 56 巷	
15	104/12/21(一)	醫化一甲、一乙 多媒體一乙	二仁溪河堤、中正路一段、 保安路 56 巷	
15	104/12/24(四)	老服一甲、一乙 運管一乙	二仁溪河堤、中正路一段、 保安路 56 巷	
工 作 概 要	<p>1. 15：10 社區基礎服務班級之副班長先行到勞作教育組領取交通管制人員背心及交管棒後發給負責交通管制班級幹部。衛生股長先到勞作教育組(B棟松田大樓一樓)領取清掃工具與垃圾袋。</p> <p>2. 15：20 社區基礎服務班級於 A 棟行政大樓前之廣場集合，由各班副班長負責清查人數。</p> <p>3. 15：20—15：30 由當日帶隊教官說明行動準據及活動行程安全注意事項。</p> <p>4. 15：30 出發，15：45 抵達社區服務地點。</p> <p>5. 15：45—16：10 實施社區服務。</p> <p>6. 16：10—16：20 實施活動照相後返校歸還掃具。</p>			

104.08.31 製

【自存聯】

嘉南藥理大學 104 學年度 第一學期 班級幹部名單					
系別：		班級：		導師： (生活輔導組留存聯)	
職	稱	座	號	學	號
姓	名	行	動	電	話
班	代				
副	班	代			
風	紀	股	長		
總	務	股	長		
學	藝	股	長		
體	育	(康	樂)	股
衛	生	股	長		
輔	導	股	長		

本聯請班代於 9 月 18 日(五)交至生活輔導組盧瑩珊小姐處 分機:1208

-----裁-----切-----線-----

【繳交聯】

嘉南藥理大學 104 學年度 第一學期 班級幹部名單					
系別：		班級：		導師： (生活輔導組留存聯)	
職	稱	座	號	學	號
姓	名	行	動	電	話
班	代				
副	班	代			
風	紀	股	長		
總	務	股	長		
學	藝	股	長		
體	育	(康	樂)	股
衛	生	股	長		
輔	導	股	長		

104-1 學年度「品德教育宣導演講」學生參加名單

藥學系、生科系、粧品系、醫化系四技一【每班 15 人】104/10/19（星期一）7-8 節 N101

餐旅系、營養系、幼保系 四技一【每班 21 人】104/10/20（星期一）7-8 節 N101

環工系、環管系、職安系、應資系四技一【每班 21 人】104/10/22（星期一）7-8 節 N101

其餘未排到班級於第二學期實施

班級：_____

【自存聯】

座號	姓名	座號	姓名	座號	姓名	座號	姓名	座號	姓名

※當天請假或臨時無法到場者，請自行找同學代替出席，未找人代替者視同未出席參加。
 ※演講完畢實施簽退後方可離開，中途無故離開或未到期者依校規記申誡乙支。

.....

104-1 學年度「品德教育宣導演講」學生參加名單

藥學系、生科系、粧品系、醫化系四技一【每班 15 人】104/10/19（星期一）7-8 節 N101

餐旅系、營養系、幼保系 四技一【每班 21 人】104/10/20（星期一）7-8 節 N101

環工系、環管系、職安系、應資系四技一【每班 21 人】104/10/22（星期一）7-8 節 N101

其餘未排到班級於第二學期實施

班級：_____

【繳交聯】

座號	姓名	座號	姓名	座號	姓名	座號	姓名	座號	姓名

※當天請假或臨時無法到場者，請自行找同學代替出席，未找人代替者視同未出席參加。
 ※演講完畢實施簽退後方可離開，中途無故離開或未到期者依校規記申誡乙支。

負責人姓名：_____ 手機：_____

各班報名表請於 104/10/14(三)前交到 B 棟(B101)生活輔導組黃馨慧小姐處【繳交生活輔導組聯】

【自存聯】

嘉南藥理大學 104 年度 女子防身術 參加名單				
班 級	座 號	姓 名	座 號	姓 名
備 註	1. 藥理、人文資訊學院四技一年級:10 月 19 日 1520-1710。(每班 4 員) 民 生學院四技一年級:10 月 20 日 1520-1710。(每班 6 員) (食品一丙丁社區打掃免參加) 環境永續、休閒健康學院四技一級:10 月 22 日 1520-1710。(每班 4 員) 2. 名單於 <u>104/10/14(三)</u> 前交至生活輔導組(B101)陳郁庭小姐彙整。 3. 參加學生穿著運動服裝，並於當日 1510 前至大禮堂穿堂集合。			

【繳交聯】

嘉南藥理大學 104 年度 女子防身術 參加名單				
班 級	座 號	姓 名	座 號	姓 名
備 註	1. 藥理、人文資訊學院四技一年級:10 月 19 日 1520-1710。(每班 4 員) 民 生學院四技一年級:10 月 20 日 1520-1710。(每班 6 員) (食品一丙丁社區打掃免參加) 環境永續、休閒健康學院四技一級:10 月 22 日 1520-1710。(每班 4 員) 2. 名單於 <u>104/10/14(三)</u> 前交至生活輔導組(B101)陳郁庭小姐彙整。 3. 參加學生穿著運動服裝，並於當日 1510 前至大禮堂穿堂集合。			

一、ATM(自動提(存)款機)解除分期付款設定詐欺

1. 歹徒來電慣用語：「您好，這裡是跟您進行交易的公司（網路購物資料遭歹徒取得），因您之前購物付款時，不小心設定到了12分期付款，將導致銀行分期扣款，您會多付好幾期造成您的損失，您現在方便到ATM操作取消嗎？」接獲網購交易問題電話，一定要先循正確管道或撥打165專線查證。

2. 電視購物、網拍購物廠商及銀行客服人員不會以電話通知帳戶設定錯誤，變成12期分期扣款。當您接獲要您到自動提(存)款機(ATM)操作的電話時請小心，自動提(存)款機功能都在螢幕上清楚的顯示，並無法解除分期付款設定錯誤，也無法查驗身分，不要在電話中依歹徒指示操作而受騙，只要聽到任何人指稱「至自動提(存)款機操作，以解除分期付款設定」說詞，必屬詐騙。

3. 銀行沒有與遊戲公司合作，遊戲點數卡並無解除帳戶設定功能。請小心歹徒叫您至超商購買遊戲點數卡，透過提供序號與密碼給對方，該遊戲點數（可以換成現金）將遭對方取用。

4. 電話號碼可篡改，出現字頭「+」，後面為區域號碼的來電（如+02、+2、+8862xxxxxxx）是國際篡改來電就要注意，歹徒常以篡改電話號碼而假冒網拍公司或是銀行客服人員藉此遂行詐術。



二、網路拍賣詐欺

1. 民眾應注意網路上不實資訊，網路購物本身就具有一定的風險，除了無法了解賣家的背景，亦無法保證可以如實拿到商品，建議民眾注意網路購物安全性問題，而低於市價通常是假賣家吸引被害人的常見手段，切勿貪圖便宜反而損失慘重。

2. 貨品低於市價或是十分搶手的商品，通常要求匯款、郵寄、不面交，建議貨到付款且可驗貨，不滿意可以退貨。

3. 網路購物容易發生買到瑕疵品且無法退貨等糾紛。



三、網路假援交真詐財

1. 歹徒透過網路聊天室、Facebook、Line 通訊軟體等多種管道認識被害人，假借網路援交名義主動邀約被害人，再以「需識別是否為警察或軍人」或假冒黑道人士出面恐嚇等話術，要求被害人至ATM(自動提(存)款機)轉帳或是購買遊戲點數進行詐騙，請民眾務必提高警覺。

2. 購買遊戲點數手法已成新詐騙漏洞，包含網路假援交真詐財、網路拍賣詐欺及解除ATM 分期付款設定錯誤詐欺等，均要求被害人購買遊戲點數支付的案例，故如果民眾遇到他人要求購買大量或大金額遊戲點數，小心遇到詐騙。

四、其他應注意事項

1. 110 為緊急報案專線，會在極短時間內協助民眾處理各類案件。

2. 165 是處理民眾詐騙案件的好夥伴，現有6 大電信業者客服與內政部警政署共同服務社會大眾，如屬諮詢檢舉部分撥打165 按「1」將由電信客服接聽，如要報案請按「2」則由內政部警政署處理，迅速完成詐騙電話停話及啟動警示帳戶聯防機制攔阻受騙款項。

3. 165 全民防騙超連結(www.165.gov.tw)官方網站提供最新反詐騙資訊，亦可受理民眾網路檢舉及報案，報案案件將由專人與您聯絡。

4. 加入LINE 的165 官方帳號，將可收到每周最新反詐騙資訊。

學務處生活輔導組 關心您

附件十

嘉南藥理大學學生青春護照認證時數細目表（建立資料庫直接下拉點數）100.08.12(修)

類別	項目	認證內容	點數	申請單位	建檔單位	
服務學習類	社會服務	義工志工服務、課業輔導服務、弱勢族群服務、國中小學服務、社區服務。	服務每1小時認證1點	活動單位	生輔組	
	勞動服務	志願性參予校內勞動服務	服務每1小時認證1點	業管單位	生輔組	
	勞動服務	全班前5名優秀學生	每學期5點	生輔組	生輔組	
	專業服務	健康活動、體識能活動、僑生及外籍生生活輔導、身心障礙學生服務、學生輔導務中心同儕輔導。	服務每1小時認證1點	業管單位	活動單位	
	其他服務	校內工讀生、交通隊、校內宿舍幹部	服務每學期認證10點	業管單位	活動單位	
	任務志工	協助校內外各大型活動的推動	每1小時認證1點	活動單位	課外組	
生活知能學習類	行政獎勵	大功	7.5	學生所屬各系	學綜組	
		小功	2.5			
		嘉獎	1			
	領導才能幹部	學生會長、副會長及其他幹部	5~30(依評鑑結果)	自治會	課外組	
		系學會會長、副會長及其他幹部	5~30(依評鑑結果)	系學會	課外組	
		社團社長、副社長及其他幹部	5~30(依評鑑結果)	社團	課外組	
		班級班代、副班代及其他幹部	5~20(依評比結果)	生輔組	生輔組	
	校外競賽	性質	參與	獲獎 (第一、二、三、四、五名)	學生	學務處
		國際性	30	30、15、10、8、5		
		全國性	20	15、10、8、5、3		
		中央主管機關	10	5、3、2		
	校內競賽	全校性	5	5、4、3	業管單位	業管單位
		系所	1	3、2、1	業管單位	業管單位
	專業證照	政府機關核發	甲級 20 乙級 10 丙級 5		系所	研發處
		國際認證	25		系所	
外語檢定，依級數分類		C2 (英檢專業級) 25 C1 (英檢高級) 20 B2 (英檢中高級) 10 B1 (英檢中級) 8 A2 (英檢初級) 級數5		系所		

		其他證照	5	系所	
	校內活動	參與學校、系所、社團舉辦之活動	每1小時認證1點	活動單位	課外組
	公民法治教育	反毒防愛滋教育、人權、公民教育、智慧財產權、性別平等、品德、生命教育等教育相關演講或活動。	每1小時認證1點	活動單位	活動單位
人文藝術技能類	心靈美學藝術教育	系所、文藝中心、文化藝術館展覽、通識教育中心舉辦生命、人文演講	每1次認證1點	活動單位	活動單位
	人文藝術	系所、文藝中心、文化藝術館展覽、通識教育中心演講	每1次認證1點	活動單位	活動單位
	鄉土與歷史文物古蹟	系所、文藝中心、文化藝術館展覽、通識教育中心演講	每1次認證1點	活動單位	活動單位
	技能活動	系所就業輔導講座	每1次認證1點	活動單位	研發處
非點數認證學習歷程	參與社團紀錄	參與校內社團之紀錄	有紀錄但無點數認證	業管單位	課外組
	獲取獎學金	校內外獎學金獲取之紀錄		業管單位	學綜組
	校內各類工讀	甲、乙、丙、丁種校內工讀且已領取獎助學金之紀錄		業管單位	業管單位
	優秀表現	優秀甲種工讀生、禮貌大使等特殊已領取獎金之表現事蹟		業管單位	業管單位
	其他校內課外活動紀錄者	其他參與校內紀錄之項目		業管單位	業管單位

附註：

1. 點數可由業管單位依同學配合度自行分配，以不超過本表為原則。
2. 系所週會不列入認證計算。
3. 本細目表之增(刪)修訂，由學務處辦理之。

附件十一

社團讓你、夢想起飛

- 本校社團包含服務性社團、康樂性社團、體能性社團、學術性社團及自治性社團等五大性質的社團，共有 104 個社團。
 - 歡迎同學加入社團，豐富你的大學生活。
- 列舉如下

學術性社團	體能性社團	服務性社團	康樂性社團	自治性社團
整體能量健康促進社	水上活動社	嘉藥紫錐花反毒社	原住民青年文化社	學生會
電腦技術能維修社	有氧舞蹈社	嘉藥志工服務團	敦煌舞韻養生社	學生議會
自然生態探索社	合氣道社	勞動教育服務社	嘻哈文化研究社	畢業生聯合會
數位音樂研究社	空手道社	扶輪青年服務團	角色扮演交流社	進修部班聯會
哈客文化同樂社	太極拳社	嘉藥國際同心會	電子音樂研習社	多媒體系學會
整體美容造型社	保齡球社	薪傳愛心服務社	機車動力研究社	兒產學程學會

文化創意部落 電子書研習社 漫畫研習社 英文研習社 藥植同好會 雲端資訊社 魅力美妍社 攝影學會 手工藝社 書畫社 中醫社 廚藝社	桌球社 劍道社 棒壘社 羽球社 單車社 排球社 柔道社 籃球社	嘉藥親善大使 如來實證社 光鹽唱詩社 青年服務團 健康小天使 孝諦佛學社 勾騰羅浮群 心靈捕手社 運動志工團 慈濟青年社 崇德青年社 福智青年社 樂桃會社 迦南團契 嘉藥儀隊	街機舞蹈交流社 中東肚皮舞社 逸情箏樂社 競技啦啦隊 烏克麗麗社 澎拜群星會 國標舞社 魔術社 美食社 桌樂社 熱音社 管樂社 吉他社 精舞門 滑板社 喜劇社 時尚社	老服系學會 應資系學會 妝品系學會 生科系學會 醫化系學會 藥學系學會 職安系學會 觀光系學會 環工系學會 環管系學會 休閒系學會 保營系學會 生活系學會 運管系學會 幼保系學會 食品系學會 餐旅系學會 社工系學會 醫管系學會 資管系學會 外語系學會 文化系學會
--	--	---	---	--

附件十二

104 學年度第一學期學生社團重要活動時程表

月 份	工 作 項 目
9 月	13 日新鮮人之夜 13 日新生研習 16 日社團聯合活動(社團活動時間) 22、23 日社團博覽會 22、23 日扶青團捐血活動 28 日感恩教師節活動
10 月	7 日學生會新生演唱會 24、25 日志工基礎服務學習培訓課程 28、29 日學生會萬聖節活動(鬼屋) 28 日吉他成果發表會 31 日志工特殊服務學習培訓課程
11 月	1 日志工特殊服務學習培訓課程 4 日學生議會名人演講 18 日學生會營火舞大賽 25 日學生會名人演講 學生學習歷程與青春護照推廣活動
12 月	8、9 日扶青團捐血活動 16 日社團聯合成果發表 17 日愛心送暖活動 21-25 日聖誕節系列活動 30 日吉他成果發表會

嘉南藥理大學 104 學年度第一學期週(班)會實施計畫一覽表

週別	日期		主題	主持人/單位	參加對象	備註(地點)	
一	9.14	星期一	(9/14 開學)	生輔組	四技一年級(藥理、人文)	簡報室	
	9.15	星期二	基礎服務學習講座		四技一年級(民生)		
	9.17	星期四	(詳細班級時程表請見 P6)		四技一年級(休閒健康、環境)		
二	9.21	星期一	基礎服務學習講座/ 新生圖書館訓練課程	生輔組/ 圖資館	四技一年級(藥理、人文)	簡報室/演藝廳	
	9.22	星期二	(詳細班級時程表請見 P4-P6)		四技一年級(民生)		
	9.24	星期四	班會	各班導師	各班學生(休閒健康、環境)	各班教室	
三	9.28	星期一	中秋節補假				
	9.29	星期二	基礎服務學習講座/ 新生圖書館訓練課程	生輔組/ 圖資館	四技一年級(民生)	簡報室/演藝廳	
	10.1	星期四	(詳細班級時程表請見 P4-P6)		四技一年級(休閒健康、環境)	N101/演藝廳	
四	10.05	星期一	基礎服務學習講座/ 新生圖書館訓練課程	生輔組/ 圖資館	四技一年級(藥理、人文)	簡報室/演藝廳	
	10.06	星期二	班會	各班導師	各班學生(民生)	各班教室	
	10.08	星期四	基礎服務學習講座/ 新生圖書館訓練課程	生輔組/ 圖資館	四技一年級(休閒健康、環境)	簡報室/演藝廳	
五	10.12	星期一	交通安全教育校外租屋	生輔組	四技一年級(藥理、人文)	簡報室	
	10.13	星期二			四技一年級(民生)		
	10.15	星期四			四技一年級(休閒健康、環境)		
六	10.19	星期一	性騷擾性侵防治(女子防身術)/品德教育	生輔組	四技一年級(藥理、人文)	大禮堂/N101	
	10.20	星期二			四技一年級(民生)		
	10.22	星期四			四技一年級(休閒健康、環境)		
七	10.26	星期一	民主法治教育/認識服務學習暨校園講座	綜服組/ 服務學習中心	四技一年級(藥理、人文)	簡報室/N101	
	10.27	星期二			四技一年級(民生)		
	10.29	星期四			四技一年級(休閒健康、環境)		
八	11.02	星期一	新生圖書館訓練課程	圖資館	四技一年級(藥理、人文)	演藝廳	
	11.03	星期二	班會	各班導師	各班學生(民生)	各班教室	
	11.05	星期四	新生圖書館訓練課程	圖資館	四技一年級(休閒健康、環境)	演藝廳	
九	11.09	星期一	期中考開始		四技一年級(藥理、人文)		
	11.10	星期二			四技一年級(民生)		
	11.12	星期四			四技一年級(休閒健康、環境)		
十	11.16	星期一	校園安全	生輔組	四技一年級(藥理、人文)	簡報室	
	11.17	星期二			四技一年級(民生)		
	11.19	星期四			四技一年級(休閒健康、環境)		
十一	11.23	星期一	紫錐花反毒宣導教育週	生輔組	四技一年級(藥理、人文)	簡報室	
	11.24	星期二			四技一年級(民生)		
	11.26	星期四			四技一年級(休閒健康、環境)		

嘉南藥理大學 104 學年度第一學期週(班)會實施計畫一覽表

週別	日期		主 題	主持人/單位	參加對象	備 註
十二	11.30	星期一	癌症防治宣導與 HPV 預防講座	衛保組	四技一年級(藥理、人文)	簡報室
	12.1	星期二	拒絕毒品防治與愛滋宣導演講		四技一年級(民生)	
	12.03	星期四	有了愛,歧視不在		四技一年級(休閒健康、環境)	
十三	12.07	星期一	健檢數據大蒐秘暨藥物濫用防制演講	衛保組	四技一年級(藥理、人文)	簡報室
	12.08	星期二			四技一年級(民生)	
	12.10	星期四			四技一年級(休閒健康、環境)	
十四	12.14	星期一	水上安全教育宣導	體育室	四技一年級(藥理、人文)	N101
	12.15	星期二			四技一年級(民生)	
	12.17	星期四			四技一年級(休閒健康、環境)	
十五	12.21	星期一	班會	各班導師	各班學生(藥理、人文)	各班教室
	12.22	星期二			各班學生(民生)	
	12.24	星期四			各班學生健康、環境)	
十六	12.28	星期一	班會	各班導師	各班學生(藥理、人文)	各班教室
	12.29	星期二			各班學生(民生)	
	12.31	星期四			各班學生健康、環境)	
十七	01.04	星期一	班會	各班導師	各班學生(藥理、人文)	各班教室
	01.05	星期二			各班學生(民生)	
	01.07	星期四			各班學生健康、環境)	
十八	01.11	星期一	班會	各班導師	各班學生(藥理、人文)	各班教室
	01.12	星期二			各班學生(民生)	
	01.14	星期四			各班學生健康、環境)	

參照教務處行事曆訂定

104 學年度各系所週會暨導師時間一覽表

單位	週會、導師時間
藥理學院、人文暨資訊應用學院	週一(七、八節)
民生學院	週二(七、八節)
休閒暨健康管理學院、環境永續學院	週四(七、八節)

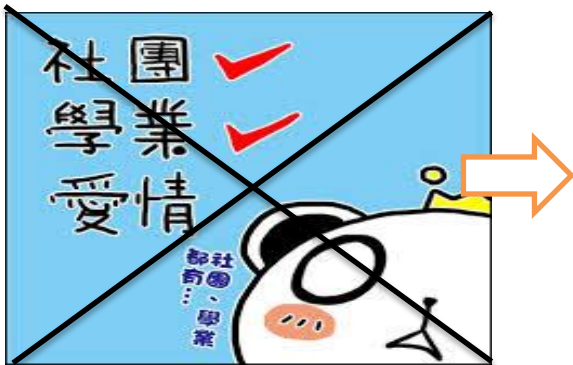
註：1. 本學期週三將不排週會演講活動。

2. 週會演講參加通知由主辦單位各別提前通知，屆時請各班留意集會時間、地點。

大學新鮮人必修五學分--『五大昆蟲學』

編撰/黃宜翎 實習心理師

「大學考完之後，我們的人生再也沒有大考的壓力了，以後再也沒有人逼我們念書，要做什麼也不會有人管，大學的生活就是自由的生活」--我的自由年代



還記得每天早起的日子，每天穿梭在喧囂的街道上，只為應付學校從小到大不斷地考試，直至高中才有老師不斷地灌輸大學是個截然不同的場域，現下的你脫離制服求學時代，踏入璀璨大學生涯，想必一定相當興奮。相信大家聽過 *University= 由你玩四年、大學必修三學分--「學業、社團、戀愛」* 的觀念，但現在若你還在追求那三學分，你就落伍囉！！由中正大學傳播系學生陳建安、章哲璋創意發想的新大學必修五學分正逐漸興起，**蜘蛛、蜜蜂、蟑螂、蝴蝶、蚊子**，分別代表五項與生活習習相關的不同技能，大學生如果能練就一身昆蟲合體功，等於是為自己的求學、就業路大大加分。

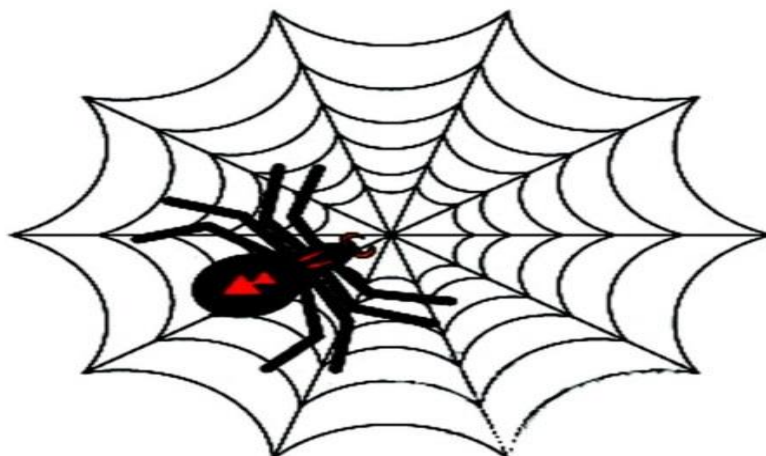
看到這裡，我想有不少人還摸不著頭緒，還以為蜘蛛學、蚊子學、蜜蜂學、蝴蝶學、蟑螂學，是哪間大學的昆蟲系指定課程呢！但其實這新大學必修五學分，分別代表著「網路、理財、抗壓、打扮、創意」。

傳統三學分已成必備的項目，大多數人也都十分耳熟能詳，卻已經和時代脫節，主要以時間做切割點，共存性不強，對培養競爭力沒有太大助益，而新必修卻是生活中不可或缺，經過時間養成、磨練，潛移默化還能變成自主能力的一部分。

「現在社會不但講求一技之長，還要懂得經營個人特色。」而這新五大必修不但與昆蟲有關，還是依照各昆蟲的習性和特色加以延伸，彼此間縱橫連結的層疊效應，就讓我們來看看這五種神奇的昆蟲課和學習之道吧！！

第一種：蜘蛛學=網路搜尋能力

「蜘蛛學」，以擅網路聞名，蜘蛛織網就像網路四通八達，意指大學生應該跟蜘蛛一樣善用網路，在上面來回穿梭，捕抓獵物。這門課的重點是**學習把網路當媒介，吸收多元知識當成補充養分**。



現在是個資訊爆炸的年代，所有的資訊都不斷地推陳出新，且在人手一機的趨勢下，**網路搜尋**便成了很重要的能力，若缺乏此能力便減少吸收知識的機會，而使用過盛則忽略了基礎搜尋資料及思考的機會，因此兩者間的平衡是須學習與拿捏的，那要如何獲取像**蜘蛛**般的能力呢！以下提供幾招小秘訣供大家參考：

1.學習**圖書館資料庫**的使用

透過圖書館資料庫的學習可讓你獲得更具公信力的研究資訊，讓你的報告增添更多的多元性，有助於統整和思考。

2.**充分運用手機**的功能

智慧型手機讀普及運用，可透過手機的一些 APP 軟體，學習新的語文、查詢相關知識、路線尋找等，讓自己能快速獲得解答，而非僅限於遊戲的使用喔！

第二種：**蜜蜂學=理財能力**

嗡嗡嗡，嗡嗡嗡，大家一起去做工。
來匆匆，去匆匆，做工興味濃。
天暖花好不做工，將來哪裡好過冬。
嗡嗡嗡，嗡嗡嗡，別學懶惰蟲。

這首兒歌完全地展現蜜蜂的辛勤特質，懂得到處採蜜並將其儲存，在講求理財至上的現代，「**蜜蜂學**」成為大學生必須**從學生時代就開始學習創造、管理和累積財富**的一門學科。



說到理財，我想大部分的大一生都是第一次離家在外地就讀，而出門在外不僅僅是學習獨立，更重要的是如何運用自己每個月的生活費，若肆無忌憚地花費很容易出現月初吃牛排，月底吃泡麵的窘境，可是過於摳門又會被人冠上「小氣」的名號，拿捏上的確不易，但理財對學生或上班族都是十分重要的，若沒有好好地規劃，即便有萬貫家財也會有坐吃山空的一天，那要如何從生活中做起，可參考以下撇步喔！說不定大學四年後，你也能成為小富翁：

1.**每日養成記帳習慣**，避免成為「月光族」

可以練習每天睡前 3 分鐘，坐在床上用最舒服的姿勢拿筆寫下一天花費，便能知道自已的金錢花費狀況，這麼做不是要一味的省錢，而是要把每一塊錢都用在刀口上。

2.**建立每日儲蓄的習慣**

可規劃每日存 10-20 元，將其放入撲滿中，每個月積少成多便也能有 300-600 喔！若以此方式，四年後也是一筆小數目啊！

3.花錢花在刀口上，**購物前多想三秒**

常看到 7-11 有「第二件五折」、「買幾送一」這樣的宣傳手段，總會因為湊滿免運，或多買一件就有打折的心態，在不知不覺花了比預期更多的錢，但又用不了那麼多，所以可以在買前多想一下，降低不必要的花費喔。



第三種：蟑螂學＝抗壓能力

說到蟑螂，大家一定想到生存能力很強，從遠古時代到現在仍然存在，所以「蟑螂學」是鼓勵大學生擺脫小草莓的封號，要做打不死的小強。蟑螂的特質就是在逆境也能生存，所以希望大家選修這門環境適應課，才能在弱肉強食的社會生存下去。

大家在父母望子成龍、望女成鳳的期望下，面對高標準的壓力，又常聽到別人說不要當「草莓族」，究竟為什麼抗壓力很重要，簡單來說，若缺乏則會對自己沒自信，阻礙了追求目標、夢想的可能性，因此適度地將其紓解是十分值得重視的一環，以下有幾個小方法供大家參考，以能更有信心、步驟性地朝夢想前進：

1. 累積成功的體驗，從小事做起

每當完成一個目標，就告訴自己是很棒的，對自己多一些肯定，像是規劃今日要看書到第幾頁，完成後就可以獎勵一下自己，下次便可以保持這種熱誠，繼續去完成其他不同種類的任務，甚至將範圍擴大。

2. 和自己的過去做比較

很多時候可能覺得成績須達滿分才是成功，總是關注在沒達到的部分，卻忘了去看自己進步、成長的地方，可能這次報告的音量比之前都大聲些，嘗試去看今天的進步，相信會有不同的想法及進展喔！

3. 欣賞別人的長處，並肯定自己的優點

在做報告時總會發現有些人的思路很清晰，有些人則很會統整，也許此時會有些焦慮，但試著去欣賞他們的優勢，也看看自己的長處，而非以比較、競爭心態合作，這樣更可以吸取他人優

第四種：蝴蝶學＝裝扮能力

蝴蝶，蝴蝶，生得真美麗。
頭戴著金絲，身穿花花衣。
你愛花兒，花兒也愛你，
你會跳舞，它有甜蜜。

蝴蝶代表醜小鴨變天鵝，有著蛻變的潛力，雖然不一定要像偶像歌手般花枝招展，但懂得適時打扮、包裝自己，經常是成功的第一步。

只是做出適合自己的裝扮，需要時間學習，所以「蝴蝶學」才會名列五學分之一。

相信大家看過藍心湄主持的女人我最大，值得思考的是為什麼這個節目這麼火紅，現在不論性別，大家都對自己的裝扮有些重視，而無論在學校、職場這都是基本的禮儀，就如同人要衣裝、佛要金裝的概念般，但若將全部精力都砸在上面，卻也有些本末倒置，因為適度地裝扮是讓人看起來整齊、清潔，而非特立獨行，而要如何做適宜的打扮，下面有一些小提醒供大家參考：

1. 注意言談舉止，適時以談諧回應

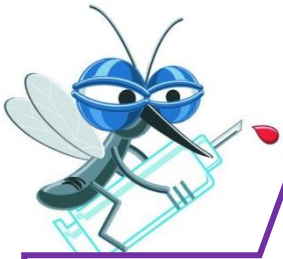
儘管外表打造的再美麗，若一開口便讓人退避三舍，或者因此而打了折扣，這是十分可惜的，因此平時可學習與人交談時盡可能展現自信，不要言談間透露猶疑的口氣，並不時可以幽默的方式回應他人，相信不但可以增進人際關係，也能为自己加分喔！

2. 裝模做樣

想要成為怎麼樣的人或造就怎樣的形象，其實可以從模仿楷模開始，一開始難免會有些彆扭、不習慣，但時間久了之後，便自然而然成為自己的一部分，可讓自己增加自信和加分喔！

3. 避免濃妝艷抹

適度地打扮是讓自己看起來更整齊、親近等，但如果過多的妝容和香水，反而會讓人感到不舒服，試問你在路上或電視中看到行事風格過於over的人，也會有一番不同的想法吧！



第五種：蚊子學=創造力

「蚊子」以到處吸血當作繁衍後代的養分，創意技能以蚊子為名，和**創意人時時吸收新知**，才能當作**激發作品元素**有異曲同工之妙。「蚊子=創意」，到處吸血如同吸收新知，作為自己創意的養料。

創造力有什麼好處，現在資訊獲得快速且頻繁，但卻缺乏獨創性，有不同的思考能讓自己的情绪更健康，因為能從不同角度解決問題，甚至衍生新想法、強化自我價值，這些並非天生下來就具備，因此學習從中打造充滿個人化，能與他人產生差異，便能獲得更多的機會，去完成自己的目標，可以試著從以下幾個方式學習：

1.腦海中出現「為什麼」時，可先**反問自己的看法**

透過自己先思考，而不是被動的接受資訊，有了一些想法後再和同學或師長討論，藉此發掘出更多的想法，並一步步找到答案，有時會發現自己的想法很獨特呢！

2.增加背景知識

雖說創造力是天馬行空的，但若缺乏一些知識，卻怎麼也無法有進展，像是要研發出不同的保養品或糕點，就像吳寶春般也是需要有一些相關的知識，如多少水和麵粉的混合才能讓麵包軟硬度恰到好處，因此增加知識是必要的。

3.每天學一點新東西

社會就像手機一樣更新很快，每天都發生許多新鮮事，而好奇心能讓自己充滿學習慾望，這和創造力是相輔相成的，因此不要停止學習，這些日常的積累將在需要的時候派上用場。

大學新五大必修學分，依照各昆蟲的習性和特色加以延伸，五種昆蟲各自象徵不同的技能，融入了過去課業、愛情、社團所要學習自我管理能力的，亦增添了因應時勢潮流而增加的網路、創造跟裝扮

能力。此外，大學生還必須瞭解如何活用，進而融合各學分特性，才能創造最大的價值。

最後，希望大家能在這四年學習各種不同的技能喔！！

參考文獻

一字綦言(2014)。大學很自由，由你玩四年？。

<http://maypurpleday15.pixnet.net/blog/post/173892306-%E5%A4%A7%E5%AD%B8%E5%BE%88%E8%87%AA%E7%94%B1%EF%BC%8C%E7%94%B1%E4%BD%A0%E7%8E%A9%E5%9B%9B%E5%B9%B4%EF%BC%9F>

林秀蘭。龍林學苑。培養孩子的挫折忍耐力—如何提昇孩子的抗壓性？

http://www.dragonworldschool.com/Lin_Column_6_Adversity_2014

數位時代(2011)。12 步驟培養你的創造力。<http://www.bnnext.com.tw/article/view/id/18003>

五大昆蟲學，大學生新必修。<http://blog.yam.com/oddson/article/22071189>

自由時報(2011)。大學必修三學分，新鮮人不可不知。<http://week.ltn.com.tw/Live/DC2074.html>

嘉南藥理大學 學輔中心 104 學年度第 1 學期

輔導文宣 第一期 104 年 09 月 14 日發行

[TOP](#)