



>活動快報

- 1、學務活動訊息 / p1-2
- 2、社團活動訊息 / p2-3

>資訊報馬仔

- 【課指組資訊】優秀青年外交獎學金申請說明 / p3-4
【健康生活】過年飲食~應該怎麼吃才健康 / p4-5

>活動花絮

1. 書法社-中正大樓 6F3601 室舉辦 110 年全校書法比賽 / p6
2. 等觀社-精算人生，輕鬆成為勝利組 / p7
3. 救傷隊-生命徵象活動 / p8-9
4. 競技啦啦社-寒假訓練 我有一個『競啦』夢！ / p10
5. 110 學年度第 2 學期衛生暨服務股長會議 / p11
6. 110 學年度第 2 學期社團社長會議 / p12

活動快報

一、學務活動訊息

活動日期、時間	活動名稱	地點	參加對象	主、協辦單位
2~4 月	學生菁英獎遴選	校內	應屆畢業生	生輔組
3~4 月	模範生表揚	校內	畢業班級 模範生代表	生輔組
3/2(三)	校園環境整潔暨 環保教育宣導	昌明樓 4201	服務股長	生輔組
3/8(二)	110 學年度第 2 學期第一次社長 大會	活動中心三樓 會議室	各社團暨學 生自治團體	課指組
3/9(三)~3/10(四) 10:00~16:30	第一次捐血活動 暨健康促進有獎 徵答活動	三民校區中正 大樓前	全校學生	衛保組、台中捐 血中心

3/9(三)~3/10(四) 10:00~16:30	聰明選健康吃活動	三民校區中正大樓前	全校學生	衛保組
3/15(二)~4/15(五)	相揪來 GO 大健走活動		全校學生	衛保組
3/16(三)	消防疏散教育講座	中護健康學院禮堂	中護健康學院四技1年級及五專2年級各班學生	民生學務組 校安中心
3/17(四) 15:20~17:00	口腔保健講座	昌明樓 4201 室	全校學生	衛保組
3/21(一)~4/29(五)	視力保健海報比賽		全校學生	衛保組
3/23(三)	交通安全講習	昌明樓周邊廣場	全校師生	生輔組、 校安中心
3/23(三) 15:20~17:00	視力保健講座	民生校區 T311 室	全校學生	衛保組
3/24(四)	防災知能研習	中技大樓 H201	全校師生	生輔組、 校安中心
3/24(四) 15:20~17:00	視力保健講座	昌明樓 4201 室	全校學生	衛保組
3/30(三)	情感教育講座一	中技大樓 H201	全校師生	生輔組
3/31(四)	情感教育講座二	昌明樓 4201	全校師生	生輔組

二、社團活動訊息

活動日期、時間	活動名稱	地點	參加對象	主、協辦單位
2/21(一)~6/10(五) 12:10~13:10	國樂社學期授課	活動中心 2F 國樂社社室	國樂社社員	國樂社、課指組
2/22(二)~6/9(四) 18:15~20:15	管樂社學期授課	活動中心 1F 管樂社社室	管樂社社員	管樂社、課指組
3/1(二)~6/2(四) 17:30~19:00	吉他社學期授課	弘業樓 6601	吉他社社員	吉他社、課指組
3/3(四)	110 學年度全國學生音樂比賽	台中港區藝術中心	國樂社社員	國樂社、課指組
3/6(日)	110 學年度全國學生音樂比賽	霧峰	管樂社社員	管樂社、課指組
3/8(二)	賭城之夜	活動中心 5 樓	P&F 金融活動社社員	P&F 金融活動社
3/12(六)	寫作中區拍攝教學	台中市綠川	攝影社社員	攝影社

3/21(一)-3/25(五)	一統休揪打球英獎金	活動中心 6 樓	應用英語系 應用統計系 財務金融系 休閒事業經營	應英 應統 財金 休閒系學會
-----------------	-----------	----------	-----------------------------------	-------------------------

※各項活動詳情請見學生事務處網頁 <http://student.nuttc.edu.tw/bin/home.php>

資訊報馬仔

【課指組資訊】

★財團法人台北市關渡宮為鼓勵青年學子努力向學，並減輕家庭經濟負擔，使其得以順利完成學業，特提供助學金供學生申請。

一、獎助對象：凡戶籍地在台北市、新北市、桃園市、基隆市、宜蘭縣、新竹縣、新竹市、苗栗縣、花蓮縣、台東縣，就讀國內各公私立大專院校、高中職及國中之日間部學生，具正式學籍，且未享公費者。

二、申請標準：

- (一)學期成績(110 學年度第一學期)：大專、高中職 65 分以上，國中 60 分以上。操行成績：80 分以上(無操行分數者摘錄老師評語)。(註：申請人數超過錄取名額時，以智育平均成績高低排序錄取。)
- (二)領有當年度縣市政府或鄉鎮市區公所低收入戶、中低收入戶、特殊境遇者及身心障礙(申請者或申請者父母)證明。

三、頒發獎助學金：

- (一)大專錄取 1,000 名，每名新台幣 5,000 元整。
- (二)高中、職錄取 1,200 名，每名新台幣 3,000 元整。
- (三)國中生錄取 1,500 名，每名新台幣 2,000 元整。

四、申請日期：2/7(一)起至 3/11(五)止，以郵戳為憑，逾期不受理。

★王禎和青年文學獎助學金為資助設籍花蓮或在花蓮就讀大學文學科、系、所的在學生，或設籍花蓮或在花蓮就讀大學有文學創作之家境清寒在學生，認真求學、完成學業，實現文學創作與研究之理想。

一、申請對象

(一)資格

1. 大專組：設籍花蓮或在花蓮就讀大學文學科、系、所的在學生，或設籍花蓮或在花蓮就讀大學有文學創作的在學生。(不包括空中大學、社區大學學生、學期交換生)
2. 高中組：在花蓮就讀的高中在學學生。

(二)如係清寒學生，請檢附證明，將優予考量。清寒學生係指家境清寒者或家庭突遭變故，如父母親或負擔家計者因病重、或家庭遭受重大災害等情形，致無力繼續就學者。

二、獎額

(一)獎狀一紙。

(二)獎金：

1. 大專組：每名新台幣貳萬元整，每年四名。

2. 高中組：每名新台幣伍仟元整，每年四名。

三、申請日期：2/14(一)至 4/8(五)止。

★各基金會、政府機關等單位，亦提供各項獎助學金。

★以上獎學金訊息詳情，可上本校首頁「學生校外各項獎學金申請」或課外活動指導組「最新校外獎學金申請訊息公告」查詢。

【健康生活】

健康中心編製

慢性咳嗽，小心結核病上身

開學了！傳染病容易在校園間經由群聚感染，並將病毒帶回家中，有些疾病會偽裝像感冒的樣子，稍有不慎便會引發嚴重後果。咳不停別以為是感冒，若有出現咳嗽超過 2 周情形，應懷疑可能是結核病症狀。目前結核病仍普遍存在，每年仍有結核病個案，大約 90% 的結核桿菌感染者是無症狀，若發病其症狀又與 COVID-19 肺炎類似，所以民眾應對結核病保持警覺，早期發現及早期治療。

※ 什麼是肺結核？

結核病是由結核菌感染所引起，結核菌是一種好氧性桿菌，會在人體上產生不同部位的感染，通常發病在人體的肺部，就稱作為肺結核，另外也有骨結核、淋巴結核等。根據世界衛生組織（WHO）2020 年公佈的數據顯示，結核病是全球十大死因之一，在 2019 年全球約有 1000 萬人罹患結核病，有 120 萬人因結核病而死亡。肺結核在現今的臺灣發生率雖然逐年下降，但仍不可掉以輕心。

結核菌傳染，主要靠飛沫或空氣傳染。一般接觸結核病病人是否會被傳染與病人的病菌數多寡，以及緊密接觸時間長短有密切關係。結核菌進入人體，一般不會直接造成感染，約只有 5% 病人會在第 1 次進入人體時造成感染而發病。被感染的病人大多會以潛伏性感染為表現，這些病人終其一生發病的機會約為 3% ~ 10%。

※ 注意呼吸道異常，以早期發現肺結核

結核病的診斷主要是根據症狀表現、X光影像，以及細菌學的檢查，可透過常見的「七分篩檢法」進行自我檢測，包含：咳嗽兩週（2分）、有痰（2分）、胸痛（1分）、沒有食慾（1分）、體重減輕（1分），只要總分超過5分以上，就應及早到胸腔科就醫。結核病的胸部X光表現則比較多變，典型表現為上肺葉或者是肺尖開洞病兆，最後再透過痰液篩檢確立診斷。

由於目前的藥物進步，肺結核的治療成功率可達到七到八成；且目前已有多種複方藥物之選擇，可以讓病患整體用藥數目減少，讓病患有更好之服藥遵從性以及生活品質。如果就診後確定感染結核病，切勿隨意放棄或中斷治療，而造成抗藥性無法治療。只要規則服用藥物兩天後，傳染力將下降為用藥前的十分之一，服用一周後則下降為百分之一。

※ 每年3月24日為世界結核病日

結核病目前仍普遍存於全世界，世界衛生組織也訂定每年3月24日為『世界結核病日』，希望藉此引起大眾對結核病的關注，而能早期發現及治療，進而終結結核病。



（圖片來源：Heho 健康網站／資料來源：臺大醫院胸腔內科）

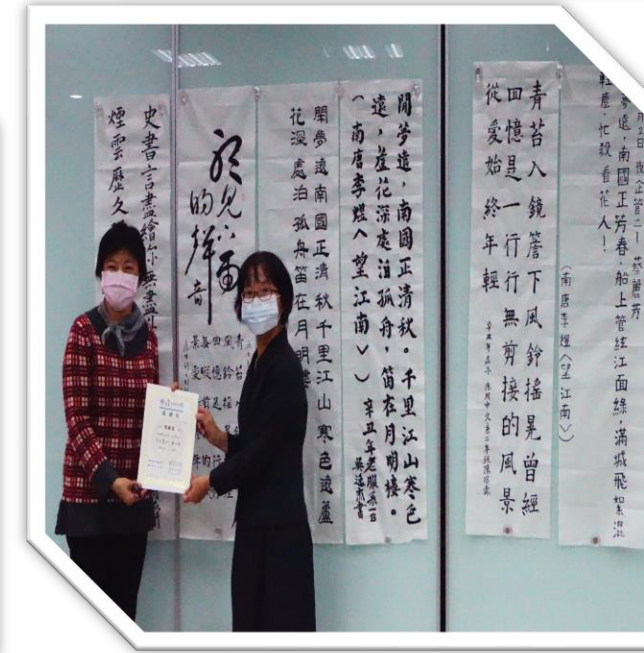
活動花絮

書法社-中正大樓 6F3601 室舉辦 110 年全校書法比賽/課指組

◎活動時間：110 年 12 月 2 日(四)

◎活動內容：

現場比賽，書體不拘，內容為四首不同朝代的歌詞選錄。參賽者按照場地現場抽決定個人書寫的內容，並須落款(時間年份、系級、姓名)書寫內容的作者姓名朝代、歌名等項，落款時，可視實際情況，自由決定是否書寫。提升書法藝術的寫作與鑑賞能力，特舉辦全校性書法比賽。



等觀社-精算人生，輕鬆成為勝利組-中正大樓 8F 國際會議廳/課指組

◎活動時間：110 年 12 月 8 日(三)

◎活動內容：

雖演講主題為：精算人生，輕鬆成為勝利組，但「精算不一定成功，人生也不一定精算」，譬如愛情為基於某種自我原則而有所取捨，故愛情非為精算；當外在作用強大，縱使自我人生已經過精算，仍會被外在環境壓力所扭轉。



救傷隊-生命徵象活動/社團、課指組

◎活動時間：110 年 12 月 15 日(三)

◎活動內容及照片：

李安~這次很開心能參與救傷隊的這個活動，透過生命徵象的活動讓我學習到生命徵象的內容、正常數值、異常處理，還可以直接操作體溫計、聽診器、血壓計進行測量，這對於護理系的我來說真的受益良多，希望之後可以在救傷隊學習到更多的醫護知識。

凱駿~我覺得這次的活動學習到很多關於醫護的知識是我所未曾接觸過的，既有趣又能學習新知，對我未來的職業很有幫助。

自琪~透過這次生命徵象的活動學習到了很多也嘗試了很多！收穫滿滿！學到了體溫的測量、血壓機的應用、還有聽心跳及呼吸，感謝學姊的耐心教導！

寶珠~Vital signs 生命徵象的學習，對於實際救傷經驗有很大的幫助！社長李安準備的很用心，感謝健康中心老師還有社員，共同學習，對我有很大的幫助，非常感謝。

— InstaMag —

SUNFLOWER



◎活動照片：



競技啦啦社-寒假訓練 我有一個『競啦』夢！/社團、課指組

◎活動時間：111 年 1 月 17 日(二)~ 1 月 18 日(三)

◎活動內容：

連續兩日的訓練是寒暑假忠啦啦隊的必備活動，對於這學期剛加入的新進成員來說很新鮮！這次的活動別於過往不只是單單訓練員團員外，還擴大招募校內成員，期許可以讓中科大的學生更認識競技啦啦隊的魅力。

密集的強度訓練讓大家都精疲力勁，但我們一起突破了各項困難的技巧，在團隊默契上也更加契合，更令人吃驚的是剛加入我們的新成員也完成了所有指定動作，問她第一次飛起來的感受如何？她說了句『挺可怕的』，哈哈誰又不是如此，但大家怕歸怕還是努力站上去，只是新成員一天之內就嘗試了全部的技巧以及空翻，真的很厲害！！

我們競技啦啦隊有一句話很常說：『底下的人都沒有放棄了，上面的人怎麼能放棄呢！』這句話真的給我們很大的鼓勵，打許多可能會失敗的技巧都逆轉成功了！！這次兩天的寒假訓練多虧有教練與隊友的協助才完美的落幕，並期待在今年可以更加突破，將啦啦隊再次茁壯起來，一起參與『全國啦啦隊錦標賽』！



110 學年度第 2 學期衛生暨服務股長會議/民生學務組

◎活動時間：111 年 2 月 23 日(三)

◎活動心得：

民生校區於 2/23(三)召開 110 學年度第 2 學期衛生暨服務股長會議，目的是加強學校環境衛生及美化校園及增進學生身心健康並培養學生良好之整潔習慣。

會議開始由孫嘉玲組長，宣導環保的重要並向同學說明開這個會議的目的，會議中說明高年級班級自本學期起，取消每週打掃教室一次之規定，維持期末班級大掃除。因應取消每週班級環境清潔，宣導離開教室需自制維護班級清潔，如日後抱怨教室很髒，就需恢復班級環境清潔，以維護上課的教室良好環境。

總務組明敏組員說明垃圾分類、減量和環保議題並提供相關文件給各班幹部。學務組美君組員藉由 PPT 宣導環保議題，提到目前環境塑膠危害越來越大，海洋充滿塑膠垃圾，除配合府減塑政策外，希望同學能自主性減少塑膠袋及塑膠吸管使用，以維護地球環境及海洋生態。紀錄影片詳實播放塑膠對海洋及我們人體危害，期待幹部當成種子，在班級集會時宣導減塑的重要性，以達到公民應盡的責任。



110 學年度第 2 學期社團社長會議/民生學務組

◎活動時間：111 年 3 月 2 日(三)

◎活動心得：

民生校區於 3/2(三)中午，在中護健康學院誠敬樓 2 樓會議室辦理社團社長會議，由學務組孫嘉玲組長主持。說明有關社團活動經營、申請活動須知、社團辦理活動注意事項等宣導事項，並請校安人員沈欣孟宣導活動及校園安全事項。

沈校安宣導社團辦理活動時該社團指導老師應確實到場指導，社團或系學會校外活動的負責同學於每晚 9 點前向校安中心安全回報。

會議中也提及智慧財產權議題，同學不要以身試罰在網路散播圖片、販賣來路不明的書籍等危害自身權益的事情，有經濟困難者學校也有賣二手參考書，歡迎同學使用。

