



>活動快報

- 1、學務活動訊息 / p1-2
- 2、社團活動訊息 / p2

>資訊報馬仔

- 【課指組資訊】 / p3
- 【健康生活】看懂體檢報告－認識血壓 / p3-4

>活動花絮

1. 慈青社-「淨山淨心~清淨大坑山」心得 / p5-6
2. NC 動漫社期初茶會 / p7
3. 電子音像社期初派對-『空白鍵』 / p8
4. 110 學年度第 1 學期運動班活動 / p9
5. 防災疏散演練 / p10

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
12/1(三) 10:00~15:00	校慶園遊會	中正花園	全校師生	畢委會、課指組
12/1(三)	為 i 發聲-世界愛滋 日簽署活動	操場旁	全校學生	衛保組
12/1(三)	愛滋匿名篩檢活動	昌明樓一樓 健康中心	全校學生	衛保組
12/8(三) 15:20~17:10	法治教育講座	中技大樓 H201	全校師生	生輔組、校安中心
12/9(四) 15:20~17:10	品德教育講座	中技大樓 H201	全校師生	生輔組、校安中心
12/9(四)	性教育講座	中商大樓二樓 7203 室	全校學生	衛保組

12/15(三) 15:20~17:00	校外工讀學生座談	中技大樓 H201	全校師生	生輔組
12/16(四) 15:20~16:40	師生座談	昌明樓 4201	全校師生	生輔組
12/22(三) 15:20~17:05	生命教育專題講座	民生校區禮堂	民生校區五專3年級及二技1年級學生	民生學務組校安人員
校外各項獎學金提供單位收件截止日	學生申請校外各項獎學金訊息	本校網站	本校符合獎學金資格學生	校外各項獎學金提供單位、校內各承辦單位

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
11/14(日) 6:30~16:00	彰化縣縣長盃劍道錦標賽	彰化縣二林國小	劍道社社員	劍道社、課指組
11/17(三) 10:00~20:30	2021 電影同樂會	本校中科花園廣場周圍	全校學生	畢委會、課指組
11/18(四) 18:00~19:30	110 學年度第 1 學期桌球社社員大會	弘業樓 6701	桌球社社員	桌球社、課指組
11/20(六)	幹大室-校外迎新宿營	東勢林場	室設系一年級同學	室設系學會
11/21(日) 8:30~17:00	大甲媽瘋淨攤	大甲西勢海堤	學生	賢德青年社、課指組
11/24(三)	銀保科學會趣味競賽	操場	銀保科同學	銀保科學會
11/24(三)~11/26(五)	衣眼看中舊是你二手市集	中正大樓一樓	全校同學	應用中文系學會
12/2(四)	現金流比賽	活動中心三樓會議室	流管系同學	流通管理系學會
12/6(一)~12/10(五) 17:10~18:10	中護盃運動週拔河比賽	民生校區排球場	三系日間部學生	護理系、民生學務組
12/30(四) 17:00~21:00	期末成發	弘業樓 6701	全校學生	電子音像社、課指組
1/17(一)~1/28(五)	魔法 stone 未條商設寒期營隊	中正一 F 昌明一 F 弘業一 F	商設同學	商業設計系學會
1/25(二)~1/28(五)	媒肝大旅攝-冬令營	中正大樓 籃球場 活動中心 6F	多媒體同學	多媒體系學會

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

資訊報馬仔

【課指組資訊】

財團法人主計協進社主計為鼓勵各大學院校在校學生對於主計學科之研習起見，特訂定主計獎學金。申請獎學金之學生，應具備下列條件：

- 1、教育部設立及核准立案之國內大學或獨立學院，就讀會計、統計學系（組）及會計、統計研究所者。
- 2、同一學年上下兩學期平均學業總成績均在 80 分以上及操行均列甲等者。（成績單上須有班排百分比）
- 3、有志服務政府機關從事主計工作者。
- 4、未向其他方面領取獎學金者。前項就讀研究所碩士班一年級學生，得以其在大學最後一年成績為準，每名新台幣貳萬元。

台北市東莞同鄉會會為嘉惠桑梓及為國家作育英才，設置獎學金，以獎勵東莞籍會員鄉親子弟及祖籍東莞在台就讀中等以上學校學生，敦品勵學、向上精進。申請資格：凡會員或其子女之國中以上學生，學年度成績無任何一學科不及格，並合於下列規定者：

- 1.申請人年滿 20 歲者須為會員。申請人未滿 20 歲者，需其父母任一方為東莞籍會員。（東莞市籍在台就讀學生及僑生不在此限，但需附籍貫證明。）
- 2.申請人包括就讀經政府立案之國內公私立大專院校(不含空大)及高職學校之日間部及夜間部(進修推廣部)正式生，以及就讀經政府認可之國內外大專院校之研究生(但碩士班修業逾 3 年、領有公費補助及就讀在職專班者，不得申請)。名額與金額：
 - 1.名額：研究生 10 名，大學生 20 名，高職生 10 名。
 - 2.金額：碩士班 4000-4500 元，大學(五專 4~5 年級)3500-4000 元，五專 1~3 年級 2500-3000 元。

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

如何自我換藥

人的一生中多少都會有大大小小的傷口，一般意外形成的傷口，多屬於急性傷口，像是被美工刀切割傷、跌倒擦傷、熱水燙傷、蚊蟲咬傷等。在進行傷口護理之前，要先評估傷口型態，選擇適當且正確的換藥方式，如果是較大型、較深或是多處的傷口，建議由醫療院所協助處置。

由於各種傷口的深淺不一，有的還會合併感染，所以建議外傷的第一時間，先找附近的醫療院所評估傷口，並教導傷口護理的方法。一般的傷口，一天換藥一、兩次就足夠，若傷口滲出液很多，或是不小心弄濕，為了預防傷口感染，只要是覆蓋在外層的敷料(紗布)濕

了，就需要更換，除了洗澡之外，其餘長時間碰水的活動都不建議(如:泡澡、游泳、泡溫泉)。

經過評估後可以自行處理的傷口，便可以自行換藥，以下為基本換藥的步驟，遵循以下步驟換藥，可以讓傷口復原得更好！本校健康中心也設有學生自主換藥區，同學們可以在護理師指導下學習自我換藥的步驟，或是詢問有關自我換藥的相關知識。

※ 基本換藥步驟：操作前、後都請先洗手

1. **清潔傷口** - 用生理食鹽水或煮開的開水放涼後清洗傷口，以由內往外畫圈方式清洗，清洗時適當旋轉棉棒，將傷口細菌往外帶出。
2. **消毒傷口** - 用無菌棉棒沾優碘，以由內往外畫圈方式進行消毒，並靜待 30 秒待優碘發揮消毒作用。
3. **再次清潔** - 再次用生理食鹽水或開水將優碘清洗掉，避免色素沉澱。
4. **塗抹藥膏** - 在傷口上塗上適當藥膏，根據不同創傷需塗抹適合藥膏。
5. **覆蓋紗布** - 在傷口上覆蓋無菌紗布，紗布大小以能將傷口完全覆蓋為主。
6. **固定包紮** - 最後以透氣膠帶或繃帶固定紗布，必要時加上網狀繃帶或彈性繃帶加強固定。

自我換藥基本步驟

1. 清潔傷口



用生理食鹽水或煮開的開水清洗傷口

2. 消毒傷口



用無菌棉棒沾優碘，以**畫圈方式**由內往外消毒，並靜待**30秒**

3. 再次清潔



再次用生理食鹽水或開水將優碘清洗掉，避免色素沉澱

4. 塗抹藥膏



在傷口上塗上適當藥膏

5. 覆蓋紗布



在傷口上覆蓋無菌紗布

6. 固定包紮



以透氣膠帶或繃帶固定紗布

※ 各類症狀適合藥品：

- ◎ 胃脹不舒服 - 薄荷油
- ◎ 一般外傷 - 新徽素軟膏、小護士(面速力達姆)
- ◎ 撞扭擦傷 - 冰敷、撒隆巴斯、完痲軟膏
- ◎ 蚊蟲叮咬 - 小護士(面速力達姆)、施美軟膏
- ◎ 燒燙傷 - 灼膚星軟膏
- ◎ 蜜蜂叮螫 - 金冠消炎液

活動花絮

慈青社-「淨山淨心~清淨大坑山」心得/社團、課指組

◎活動時間：110年10月3日

◎活動心得：

這次淨山過程乍看之下垃圾數量不多，但就算只是小小的垃圾碎片，撿多了也是積少成多，以致最後我們也填滿了四個垃圾袋。而在淨山過程中，最常撿到的垃圾就是煙蒂。

別小看小小煙蒂，撿到它的數量卻是今天所撿垃圾類型中最多的一種，或許丟棄香菸的人會覺得一小根不會影響到大家，但如果每個人都這麼想的話，最後堆積出來的結果將不堪設想。

很感恩社員和社區居民願意撥出假日的空閒時間，和我們一起捲起袖子，在午間的太陽底下一同揮汗淨山，淨山過程中也有攤販和路人給予我們鼓勵和支持，非常溫馨。

我們的活動從開場暖身、破冰，到淨山結束後的休息時間，大家簡單分享心得和聊聊最近的生活近況，確實讓人感受到在淨山之餘，也清淨了大家的心。希望我們透過這次的活動，大家都能在日常生活中做好垃圾分類，並減少垃圾的產生。期待下學期再次舉辦淨山活動時，能有更多的學生一起參與，也祈福世界各地疫情皆能夠恢復平穩。

by 副社長 欣儒



淨山淨心
者淨大坑山



NC 動漫社期初茶會/社團、課指組

◎活動時間：110 年 10 月 19 日

◎活動心得：

藉由茶會彼此交流和互動

讓有興趣的學生對社團能有初步的了解同時也能增加社團團員間的互動。



電子音像社期初派對-『空白鍵』/社團、課指組

◎活動時間： 110 年 10 月 14 日

◎活動心得：

蔣坤宏：這次期初是上任社長第一次舉辦的活動，因為遇到疫情期間狀況讓很多事情難以完成，也讓活動延了又延，最後很慶幸還是完成本次活動，在本次活動中擔任所有事情的負責人，場地佈置與廠商聯繫以及跑活動流程等等，最重要的是全程配合防疫措施，量體溫、人員戴口罩、人員管控及實名制、噴酒精、全場禁止飲食等等，舉辦活動的同時也兼顧防疫，讓參加活動人員有一個安全安心的活動環境。雖然在接洽很多流程時候遇到困難以及出點小差錯，但也都順利的克服困難，讓自己學到下次接洽活動的流程能夠更流暢。

吳承翰：這次期初因為疫情一直延辦，但是終於辦成功了，人潮也很多，Dj 都放的很好聽、Mc 也很會帶氣氛。

劉宸瑋：這次因為為疫情的關係所以一直延，但很高興終於可以成功的辦了活動。燈光與音響給的感覺很好，MC 很會帶動氣氛。

石品騏：這是我的第二次放歌，收穫許多，看到大家享受我放的音樂，真是太好了。

張家逸：這次的活動，大家都很滿意，不管是在場控的部分或是活動規劃上，都比以前都更進步很多，雖然人數受到疫情影響沒有到這麼多人，但大家都還是很嗨，而且都有確實做好防疫的工作。可想而知如果沒有疫情，我們應該可以帶給大家更棒更好的表演，希望之後我們可以繼續進步，讓這個傳統，這個文化可以繼續流傳在中科的校園與社團中。



110 學年度第 1 學期運動班活動/衛保組

◎活動時間：110 年 10 月 6 日、110 年 10 月 7 日

◎活動心得：

優先邀請 109 年度參加過營養諮詢及運動班之學員，並具有代謝症候群高危險因子之學生，共同參與此活動，學生們依然踴躍報名，30 個名額很快就額滿。

活動中使用使用 icare 雲端健康服務系統，參與活動學生進行體重、體脂肪進行前後測，學生能從自己的手機中即時查詢自我的身體數據。運動開始前先經由專營養師授課指導(內容為如飲食技巧搭配運動可達到更好的減重成果)，教導學生如何吃才適合自己的體質、怎麼吃才能健康的減重，活動已於 11 月 18 日完美落幕。



防災疏散演練/宿舍組

◎活動時間：110 年 11 月 23 日、110 年 11 月 30 日

◎活動心得：

學生宿舍為了住宿生的安全，預防災害的發生，每學期均定期舉辦防災疏散演練，讓住宿生們熟悉逃生路線及相關注意事項。宿舍自治幹部於 11/23(二)，於翰英樓教室舉辦防災協調會，分配各個幹部之任務及編組，並請各區配合宣導，疏散時勿推擠、嘻戲、快速、安全到達集合地點，設置臨時救護站，防止危險的發生，並在宿舍的每個逃生口都先進行逃生演練試跑。

11/30(二)早上七點，晨光熹微，無預警的警鈴聲響起，住宿生們在幹部們的引導下，迅速依分配之各個疏散逃生路線，順利安全抵達升旗台前集合，林組長親臨指導並宣達，當災害發生時快速逃離至達安全處重要性，每個人應重視生命，提前預防未知的災害發生，減少傷亡至最低，讓同學們住的安心，家長更放心。為因應住宿生在逃生時不幸受傷，現場設置臨時救護站，能夠緊急處理包紮受傷的同學。

