

八十三期

發行人 / 黃有評
總編輯 / 秘書室
執行編輯 / 蔡孟君



國立澎湖科技大學

National Penghu University of Science and Technology



06 926 4115



office0@npu.edu.tw



<https://www.npu.edu.tw/>



880011 澎湖縣馬公市六合路300號

No.83 NEWS
LETTER
Jun. 2024

發布時間：113 年 6 月 11 日

發布單位：學務處

聯絡人：張弘志

電話：06-9264115 分機 1201

標題：澎科大畢典 校長黃有評勉勵學子挑戰自我 克服困難 成就自我

「澎科大畢典 校長黃有評勉勵學子 挑戰自我 克服困難 成就自我」 - 學務處 -



澎科大畢典 校長黃有評勉勵學子挑戰自我 克服困難 成就自我

國立澎湖科技大學於 1 日下午二時假該校學生活動中心舉辦 112 學年度 (2024) 畢業典禮，今年澎科大畢業生共計 771 人。校長黃有評博士期許畢業生能抱持著破壞性的創新思維、持續學習新知、建立良好人際關係，善用所學，並且以感恩的態度回饋他人及服務社會。

黃有評校長致詞中特別致謝蔡前總統和教育部潘前部長特於 3 月 28 日來校訪視，並給予我們拆除並新建行政大樓的專款補助，健全學校教學環境。黃校長同時強調社會與產業脈動瞬息萬變，並且現今科技的快速發展讓我們面對許多新的挑戰和機遇，縱使在嚴峻的環境，期勉所有畢業生更要挑戰自我、克服困難、成就自我。

黃有評校長致力於 AI 與 IoT 技術整合，並應用在健康照護系統設計、農漁業省成本與自動化控制等領域，在國際上取得資訊技術與學術研究領域傑出成就。黃校長指出在未來 AI 的跳躍式發展的世代，學生們更要展現最基本的能力，就是如何思考 (how to think) 和如何做自己 (what we are)，而且是要做最好的自己，展現 AI 無法取代的智慧價值。黃校長也強調終身學習是知識經濟的核心要素，面臨國家競爭力提升、社會人文的關懷、以及個人發展的強烈需求等。終身學習是不分年齡、性別、職業與地位，更不受時空的限制，人人皆能自主學習，讓學習成為個人生活的一部分，進而促進社會的永續發展。



今年畢業典禮特地邀請磐儀集團李明董事長蒞臨指導演說，李明董事長同時是現任臺灣物聯網協會會長，他任內發揮「以大帶小、軟硬整合」效應，創造產業物聯網更高價值，並致力跨領域合作，拓展海外物聯網版圖。李明董事長勉勵學生，態度決定人生高度。一個人面對問題的態度，是決定人生高度最重要的一步。胸懷氣度與積極正向的態度，才能找到最好的出路。要不斷提升自我的競爭力，不斷的

學習才是通往成功的捷徑。不要畏懼困難，因為辦法永遠比困難多。掌握自己的思維和擴展自己的世界觀，要有容納百川的度量和視野，善用我們的智慧，保持利他的胸懷，讓臺灣成為最棒的人間天堂。

典禮中畢業生代表致詞由甫獲「2024 中華奧林匹克盃美業交流競技暨美饌藝術美學」國際競賽 2 金 1 銀暨 1 座奧林匹克獎佳績的食科四甲黃郁庭代表向全體師長致謝，及在校生代表大二學生王筱雲及鍾宜宴向畢業的學長們祝福。全體畢業生最後在溫馨隆重的氣氛中，由各班老師進行撥穗及學生鞠躬行謝師禮後，畢業典禮在各界貴賓及所有畢業生家長和親友們的共同參與下，也在畢業生拋帽的歡樂及感恩聲中，為今年的畢業典禮劃下句點。



發布時間：113 年 6 月 7 日

發布單位：食品科學系

聯絡人：張弘志

電話：06-9264115 分機 3807

標題：澎科大端午送暖 與老人之家院民共度下午茶點

「澎科大端午送暖 與老人之家院民共度下午茶點」 食品科學系



端午前夕，澎科大赴老人之家溫馨送暖下午茶點

澎科大 USR HUB 高齡食樂計畫昨日（6 日）由陳宏斌主秘於端午節前夕赴老人之家提供每位院民下午茶點，由王語莉秘書代表接受，王秘書特別感謝澎科大師生對院民的關懷，提供院民不同的飲食感受與選擇。高齡食樂計畫主持人張弘志學務長表示，近年來臺灣逐漸邁入高齡化社會，銀髮族的健康與飲食備受重視，因此如何讓長者攝取

營養均衡、味美、健康及適口的餐飲，已成為重要的議題。然而為優化銀髮族的飲食樂趣與生活品味，本次餐點供應特別以西式下午茶點的方式設計製作，由澎科大餐旅系游凱傑講師規劃，提供「紫奇莓莓」與「香雲絲語」兩種茶點，繽紛浪漫的藍莓點綴、紫薯燕麥、芝麻、乳酪等成分提供高纖營養的維生素補充、鬆軟入口即化的口感兼顧低糖、低負擔，大受院民的喜愛。餐點由餐旅管理系五位金牌選手陳心薇、洪佳妤、林家萱、梁智勳及徐崧煒同學共同精心烘焙製作完成。本次活動圓滿完成，澎科大師生及老人之家院方一同為銀髮族院民提供了一場兼具視覺與適口營養的下午茶饗宴。



澎科大餐旅系師生攜手製作
「紫奇莓莓」與「香雲絲語」健康美味茶點



國立澎湖科技大學

National Penghu University of Science and Technology

發布時間：113 年 6 月 5 日

發布單位：圖資館藝文中心

聯絡人：許雅雯

電話：06-9264115 分機 1822

標題：澎科大 2024 澎湖藝術家邀請展 (開門見山) - 當代澎湖。前衛軌跡

- 「澎科大 2024 澎湖藝術家邀請展 (開門見山) - 當代澎湖。前衛軌跡」 - 圖資館藝文中心



開幕活動合影

國立澎湖科技大學於 6 月 5 日上午 11 時舉辦「2024 澎湖藝術家邀請展 (開門見山) - 當代澎湖。前衛軌跡」聯合展覽開幕儀式。黃有評校長親臨開幕儀式並發表致詞，與會貴賓有澎湖縣政府文化局洪棟霖局長、前澎湖縣政府人事處陳榮雄處長、志清國中王世桓校長及各界藝文同好，黃校長特別感謝本次 8 位藝術家到澎科大展出，在作品的背後有豐富的意涵，值得大家從中去省思，藉由藝術家聯合創作，經由藝術家的眼光呈現，讓大家看到不一樣的澎湖之美。

本次邀請 8 位藝術家：莊麗珠、莊喬媿、鄭宇翔、許景翔、范光男、歐柳室、謝祖銳、柯蔘海，以跨界跨領域方式，傳達對藝文/自然環境等層面的關注，表達個人獨到的觀點與主張之外，也邀請觀眾思考作品背後所要傳達的意義，藉由這種透明的語言作為藝評賞析，來提昇公民美感素養，本次展期至 7 月 3 日，歡迎各界人士前往澎科大圖資館藝文中心參觀。

門：任意門、交流平臺、櫥星門、心智門、通關、指引...
山：境界、領略、眼界視野、格局...

開門見山就是自省批判延伸到現象剖析的論述，有著寓言/神話/奇談/怪譚/鬼話/傳說/密語等等轉喻的方式，成為想傳達的多元想法，如時光機穿梭過往今來到未來，這都是詮釋所愛的澎湖一種另類的方式。同時反映出作品意境的深遠，和作者視野與品味之高低。只要是從自己本位的封閉，願意跨前邁進，就是一種創新跨越傳統局限的新局。也實踐了當代藝術的前衛精神。



開幕 | 黃有評 校長 致詞

展覽時間：113 年 6 月 5 日至 7 月 3 日

展覽地點：國立澎湖科技大學 圖資館藝文中心一樓

講座

6/12、6/19、6/26

09:00~11:00

創作研習與分享

企劃

風向空間

主辦單位

國立澎湖科技大學
圖資館藝文中心

協辦

風向空間、澎湖藝術不結盟陣線



洪健倫館長頒發參展證明給參展人



范光男老師熱情地跟洪健倫館長及與
會貴賓介紹畫作的創作理念



與會人員



社區民眾共同參與

「縣長頒發獎狀 TO 食科餐旅師生」

- 秘書室 -



本校餐旅系及食科系師生，參加「2024 馬來西亞世界廚藝大賽」、「2024 中華奧林匹克盃美業交流競技暨美饌藝術美學」，分別獲得 1 特金、8 金、5 銀及 2 創作獎、10 金、7 銀、3 銅的優秀成績，為表揚及鼓勵獲獎師生，縣長陳光復 18 日上午於縣府第一會議室頒發獎狀。陳縣長表示透過今日的儀式，除了表達對參賽師生們的關心與敬意，更是希望能讓大家看見我們的「澎湖之光」，讓大家知道有越來越多的技藝好手持續在國際上發光發熱。校長黃有評表示，這兩次的競賽成績突顯了澎科大在國際舞台上的實力和水準，也展現了對學生的全面培育和教育成果；同時對於指導老師們利用課餘時間，用心培訓參賽選手，無私奉獻，以及學生們願意犧牲假日休息時間，不眠不休持續精進，最終獲得佳績，感到相當敬佩；最後，也感謝縣長對技職教育的重視，藉由此授獎給予獲獎選手們極大的肯定，同時激勵更多師生積極參與國際交流和競賽，增加經驗及光彩。



「與中華電信攜手簽訂產學合作意向書」

- 秘書室 -

6月19日 本校與中華電信攜手簽訂產學合作意向書，共同攜手培養電信人才。該合作由校長黃有評與中華電信臺南營運處總經理蔡旻宏共同簽署，此次合作意義重大，不僅能強化學生的實習及就業機會，也能充分發揮學校的教育資源，與業界無縫接軌，為電信行業注入新的活力。



「與國立臺灣科技大學簽訂合作協議書」

- 秘書室 -

6月24日 本校與國立臺灣科技大學簽訂合作協議書，由本校黃有評校長與臺科大顏家鈺校長代表簽約，雙方未來在交換生、課程資源享及學術研究上共同合作，讓師生獲得更多元的學習機會，以促進雙方的學術發展和競爭力提升。



「勞動部勞動力發展署高屏澎東分署舉辦區域 運籌策略聯盟簽署合作意向書活動」- 秘書室 -

6 月 26 日 校長黃有評代表出席勞動部勞動力發展署高屏澎東分署舉辦區域運籌策略聯盟簽署合作意向書活動，有中國鋼鐵公司附設職業訓練中心、台灣國際造船公司附設職業訓練中心、高雄捷運公司、日月光半導體製造公司、智崙資訊科技公司、漢翔航空工業公司等 6 家企業，以及本校、國立高雄餐旅大學、國立屏東科技大學、國立臺東大學等 4 所大專校院與會，並共同簽署區域運籌策略聯盟合作意向書，且宣示藉由產官學資源共享，一同推動區域發展



「113 年全國激流運動先鋒舟錦標賽」

- 海洋遊憩系 -



6月16日 本校海洋遊憩系吳建宏博士帶領學生參加中華民國水中運動協會於南投水里溪所舉辦的 113 年全國激流運動先鋒舟錦標賽。

障礙標竿賽

林宜嫻	第一名
林勇承	第二名
林大松	第三名
鍾金呈	第四名

急降耐力賽

林宜嫻	第二名
林勇承	第二名
林大松	第三名
鍾金呈	第四名



「與海為生-澎湖混獲資源化與海洋食魚教育」

- 研發處 -



6月14日 本校 USR「與海為生-澎湖混獲資源化與海洋食魚教育」計畫辦理成果發表會，展示執行 2 年來各子計畫的豐碩成果，並且邀請合作伙伴文光國小三年級小朋友表演「與海共生-懂魚、吃魚，更愛魚」話劇，將該計畫的成果充分而多元地呈現出來，獲得與會師長、計畫合作場域夥伴、外賓及教育部訪視委員的一致讚賞，活動圓滿成功。



「國立大湖高級農工職業學校與本校簽訂策略聯盟」

- 教務處 -



6月14日 國立大湖高級農工職業學校與本校簽訂策略聯盟，大湖農工目前於本校就讀共計 6 位學生。本次透過策略聯盟協議大湖農工推薦優秀學生，我校提供前來就讀的學生獎助學金，期待未來能吸引更多大湖農工優秀學生前來就讀。



「國立大湖高級農工職業學校蒞校交流參訪」

- 教務處 -



6月14日 國立大湖高級農工職業學校蒞校交流參訪，由本校李明儒教務長介紹本校概況與發展、澎湖產業與本校的連結；透過研發處「與海為生-澎湖混獲資源化與海洋食魚教育」計畫成果發表會讓貴賓了解澎湖捕獲魚種、方式與料理。另外亦實地走訪本校水產養殖系的智慧養殖館，由養殖系何立平老師介紹本校養殖、研究物種與教學模式。



「112 學年度畢業典禮」

- 學務處 -



校長頒發各畢業生畢業證書



貴賓頒發各獲獎畢業生獎狀

貴賓頒發各獲獎畢業生獎狀



校長為畢業生撥穗

畢業生歡喜合影留念

「前外交部駐法代表處呂慶龍大使蒞校演講」

- 通識中心 -



6月5日 林寶安教授 USR 計畫與陳瑞鴻老師澎湖生活美學通識課程，邀請前外交部駐法代表處呂慶龍大使蒞校演講《法國生活美學文藝科技與國際地緣政治：挑戰與機會》，澎湖縣政府文化局長洪棟霖與黃有評校長亦到場聆聽。呂大使讓台灣的科技成就與文化被看見，也針對法國生活美學在生活中的展現與推動澎湖成為世界最美麗海灣組織認證之契機進行分享。



「用生命影響生命 - 成為自己的太陽別人的光」

- 通識中心 -



112 學年度通識課程聯合成果展週~本次主題:「用生命影響生命 - 成為自己的太陽別人的光」成果聯展，主題來自印度大文豪泰戈爾的一首詩，期許澎科大師生透過通識課程，都能找到人生方向，在綻放生命熱情和能量同時，也能和他人彼此提攜，相互影響，成為自己的太陽、別人的光。展出影像美學、文創產業與文化商品設計、澎湖生活美學、藝術與創意、高齡社會與創新實踐、海洋文化與在地探索、高齡健康檢測與產品開發設計，海藻纖維藝術探索、田野影像、澎湖原住民族居住的石板屋傳統與變遷等 10 餘項 150 件作品，另有 15 屆菊曦文學獎、第 10 屆性別微電影得獎作品，形式多元豐富。



「112-2 學期英語微電影/短片比賽」

- 基礎能力教學中心 -

6月20日 基礎中心本學期辦理英文微電影比賽，為強化英語口語表達，鼓勵學生製作英文短片及微電影，各系學生報名皆非常踴躍，共 21 組參加，拍攝以海灘 (The Beach) 為主題，得獎者作品包括澎湖海洋生態、海邊的友誼及海洋保護等，本活動由 Fulbright 外籍教師擔任評審，肯定本校學生的表現，學生使用影像英文敘事能力佳，提升了英語口語能力及書寫能力。



國立澎湖科技大學

National Penghu University of Science and Technology

「112-2 學期英語聊天室」

- 基礎能力教學中心 -

3月26日至5月30日 辦理英語聊天室，學生參加人次達 466 人，課堂學生與老師互動佳，教師鼓勵學生用英文表達自己的興趣，引導談論不同主題，包括海外學習，休閒、藝術、電影等，遊戲中學習，多數學生認為英語溝通能力、發音及字彙有提升，除此，學生學習興趣提升，學生非常肯定英語聊天室辦理、期望繼續辦理，英語聊天室增加了學生使用英語機會，提升了情境英語表達能力。



6月1日~6月14日

圖書資源組獎勵參加 5 月「閱讀達人圖書借閱排行榜」活動借閱排行前 10 名之學生，藉此活動培養學生閱讀習慣及鼓勵學生善用圖書資源，提升學生閱讀能力及提高館藏資源利用，學生參加熱絡讓活動圓滿完成。(圖資館)



6月1日

歡送 109 級畢業生-資訊工程系王○銘同學、食品科學系黃○庭同學、資訊工程系劉○佑同學、行銷與物流管理系楊○星同學及應用外語系吳○萱同學為本處訓練的招生服務宣傳團團員，四年協助本處出席招生宣導活動合計 53 場次並協助辦理高中職生校園導覽及甄選試務工作，感謝 5 位同學的付出。(教務處)



6月3日~6月4日

辦理「國立澎湖科技大學『113 年度高等教育深耕計畫』」系列課程，特別邀請國立勤益科技大學宋孟遠老師及洪敏豪老師擔任講師。(學務處體育組)



國立澎湖科技大學

National Penghu University of Science and Technology

6月3日~6月4日 辦理「113年

運動i臺灣2.0計畫『澎湖縣身心障礙健康動一動』系列課程，特別邀請國立勤益科技大學宋孟遠老師及洪敏豪老師擔任講師。(學務處體育組)



但求三餐溫飽 **DONATE**

捐助弱勢學生生活津貼
讓您的愛心
溫暖澎科孩子的心

5,000元/月*12月 = 60,000元/年

6月5日~7月3日

藝文中心於6月5日至7月3日舉辦「2024 澎湖藝術家邀請展(開門見山)-當代澎湖·前衛軌跡」聯合展覽，並於6月5日上午11時舉行開幕茶會。黃有評校長親臨開幕儀式並發表致詞，黃校長特別感謝本次8位藝術家到澎科大展出，在作品的背後有豐富的意涵，值得大家從中去省思，藉由藝術家聯合創作，經由藝術家的眼光呈現，讓大家看到不一樣的澎湖之美。(圖資館)



6月7日

針對甄選入學通過一階篩選的臺中新民高中考生安排入校輔導，由本校電機工程系才有益老師、行銷與物流管理系唐嘉偉主任、航運管理系賀天君老師、餐旅系-陳宏斌老師、觀休系-林妤蓁老師及遊憩系-黃妍榛老師前往輔導考生，計有 14 位考生前來諮詢，該校師長也與輔導室老師一起出席了解考生情況。(教務處)



澎科大捐款網站

6月13日

假本校校長室由黃校長致贈退休人員紀念禮品，感謝將於 8 月 1 日屆齡退休之資訊工程系楊教授慶裕、資訊管理系林副教授永清及食品科學系胡助理教授宏熙多年來為學校付出及奉獻，雖然感到不捨，但還是鼓勵 3 位教師退而不休，繼續開創另一段美好的人生旅程，並祝福未來一切平順、身體健康。(人事室)



6月14日

辦理「澎瀆舊韻二手市集歡樂掏寶趣」學生學習斷捨離二手物品交流活動，動現場擺滿各式二手物品，學生們興致勃勃地挑選心儀商品。透過交換、買賣二手物品，學生們不僅獲得所需物品，更學會珍惜物品、減少浪費。(學務處課指組)



「113 年運動 i 臺灣 2.0 計畫『澎湖縣身心障礙健康動一動』」系列課程

學務處體育組

6 月 14 日~6 月 15 日

特別邀請國立政治大學陳志威老師擔任講師



6 月 15 日~6 月 16 日

特別邀請伊格斯運動會館莊雅婷教練及艾斯靈魂健身房游家寶教練擔任講師



「113 年運動 i 臺灣 2.0 計畫『澎湖縣身心障礙健康動一動』」系列課程

學務處體育組

6 月 17 日~6 月 18 日 特別邀請國家運動訓練中心林子均老師及國立屏東科技大學王信寰老師擔任講師



6 月 21 日、6 月 28 日 特別邀請國家運動訓練中心林子均老師及國立屏東科技大學王信寰老師擔任講師



6月17日~6月18日

辦理「國立澎湖科技大學『113 年度高等教育深耕計畫』」系列課程，特別邀請彰化縣體育競技發展協會林昀徵老師擔任講師。(學務處體育組)



6月22日~6月23日
6月29日~6月30日

辦理「國立澎湖科技大學『113 年高等教育深耕計畫』 - 2024 週末籃球聯賽」



特別邀請澎湖縣體育會籃球委員會張鈞凱、陳永達、王郁淳、呂榮澄、鮑重孝、胡育璋、歐家榮、呂松霖、鐘仁宏、趙世盛、陳寧翔、陳凱文、洪偉程、蔡萱蓉、陳力維、陳桂香等 16 位裁判擔任本次賽事裁判。



6月18日

為提高學生對性健康的重視，餐旅系舉辦「性傳染病及愛滋病防治」的宣導活動。此次活動旨在增進學生對性傳染病及愛滋病的認知，並教育大家如何預防和正確對待這些疾病。(學務處健康中心)



6月19日

為培養學生的環保意識和節約習慣，辦理「澎瀆舊韻二手市集歡樂掏寶趣」學生學習斷捨離二手物品交流活動，鼓勵同學們整理家中閒置物品，通過交換、捐贈等方式，讓這些物品重獲新生。(學務處課指組)



6月20日

國立東華大學辦理「大專校院特殊教育專責單位輔導人員研習活動」，至本校學務處資源教室進行參訪，國立東華大學特殊教育中心廖永堃主任致贈感謝狀予身心健康中心李安娜主任，後續進行相關業務之簡報說明以及互動交流。(學務處)



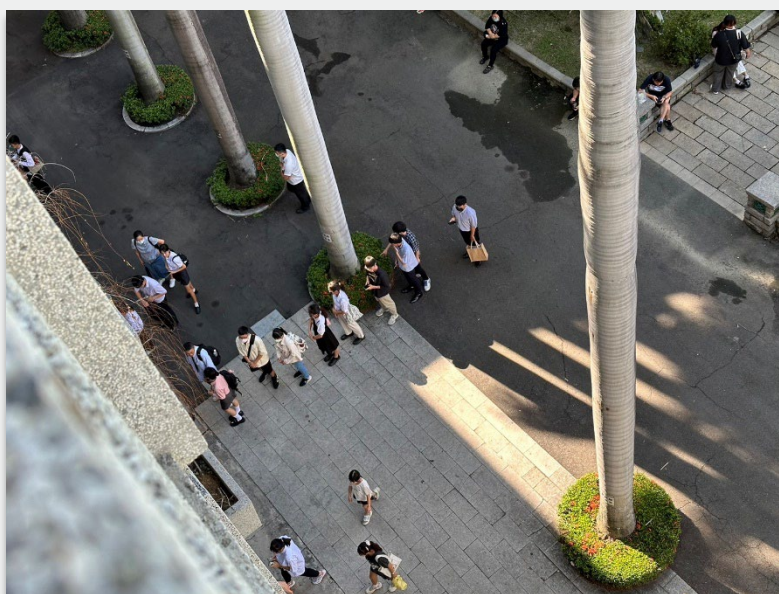
6月21日

辦理教學獎助生期末座談會，並由教務處教資中心吳鎮宇主任代表頒發本校 112 學年度優良教學獎助生當選證書給物流系碩一楊玳敏同學、食科系四甲莊婕玲同學、食科系碩二游瑄葦同學、食科系四甲洪少晴同學，期許現場每位教學獎助生在本身課業學習及協助教學工作都能精益求精。



6月23日

本校辦理甄選入學第二階段指定項目甄試，共分為北中南及本校四區舉行，已圓滿落幕。二階報名考生共 497 人，實到人數 442 人，到考率達 88.93%。本次甄試活動重點為伯樂相馬、篩選各地優秀人才，亦提供平台讓考生能夠更深入認識本校各科系教學特色及優良師資，期許能藉此正面宣傳並打開本校知名度，吸引更多莘莘學子前來就讀。(教務處)



6月24日

第 15 屆菊曦文學獎，本次徵文主題:我的澎科生活日誌，共計收到 62 件作品，經審查評選共計 23 位同學獲獎，已於 113 年 6 月 24 日公開頒獎，得獎作品公開展示於教學大樓一樓中庭。(通識教育中心)



為推動本校學生性別主流化意識，落實性別平等的友善校園，第 10 屆性別微電影共計收到 9 件作品，經由審查評選共有 7 組獲獎，已於 113 年 6 月 24 日辦理頒獎活動並將作品展示於教學大樓一樓中庭。(通識教育中心)



校園智慧財產權教育宣導

◎何謂學術論文的「引用」？

我國著作權法第 52 條規定：「為報導、評論、教學、研究或其他正當目的之必要，在合理範圍內，得引用已公開發表之著作。」所謂「引用 (quotation)」，若由學術研究的角度來觀察，應是指以一部或全部抄錄的方式利用他人著作，供自己著作參證、註釋或評論之用。「引用」是在利用人本身有著作的前提下，基於參證、註釋或評論等目的，在自己著作中使用他人著作的一部或全部才屬之。

(引用自經濟部智慧財產著作權主題網)

6月26日

通識微學分課程「澎湖海藻藝術探索與文創商品開發」，由鍾怡慧主任與陳瑞鴻專案助理教授指導觀休系四年甲班李敏瑄、養殖系三年甲班蕭若彤、唐麗娜同學，組隊以「『藻安！澎湖』以海藻元素開發有澎湖故事的文創商品」參加臺藝大育成中心主辦之創新創業競賽，入圍複審並赴台灣提報與面試後，成功脫穎而出取得優勝，並獲得獎金貳萬元。(通識中心)



5月17日

特本校航運管理系大三學生進行基隆港校外參訪活動。有鑑於我國發展郵輪產業，澎湖亦是跳島主要首選，藉由實務參訪郵輪母港-基隆港，更可充實學生實務經驗，有助於實務學習，基隆港高傳凱總經理勉勵同學踴躍報考港務公司，成為港公司的生力軍。(航運管理系)



腦筋「急」轉彎

焦慮的使用說明書

一、焦慮與著急

1. 焦慮的功能

如同電影當主角情緒失控時焦焦所說的話「我只是想要保護他」，這的確就是焦慮的功能，幫助我們規劃未來、避免不想要的結果，甚至給我們前進的動力。只要使用得當，焦慮確實是幫助我們。但是本應幫助我們的感受最後又為何變得失控呢？

2. 二元觀點所塑造的焦慮

有了目標後評價也隨之而來，並以完成與否來評判自己的好壞。只要能完成目標就會覺得自己很棒、很有價值，反之則代表自己不好、不被喜愛。然而用一套標準來判斷好壞與否的思考方式正是一把雙面刃，一刀切開了好壞的分界，也把自己割成了兩半。如同焦焦出現後萊莉希望能加入球隊與交到新朋友，並認定了這樣叫做「好」，認為如此自己才有價值，然而卻因此忽略了那些以為是「不好」的另一半，忽略了自己與好朋友的感受。這樣好壞分明的二元陷阱，就是後續一連串風暴的起點。

二、焦慮是自己拍的一部恐怖片

焦慮之所以變得無法控制，是用工具般的觀點看待自己，而工具就是得有用才有價值。這樣的擔憂就如同一部拍給自己看的恐怖片，而恐怖片的精隨就是在於營造焦慮的氛圍，讓你不知道鬼在哪裡，卻又讓你知道危險就在附近，恐懼感與壓力在心裡慢慢累積，此時你感覺草木皆兵，任何危險都有可能發生。就像萊莉擔心自己若不能贏得教練與新朋友的青睞，各種糟糕的可能都會成真。這些焦慮如同厲鬼般縈繞在萊莉的心頭，因為擔憂無法被應對，既無法處理也無法逃離，壓力只能不斷累積，情緒也越發急躁，甚至出現失眠與觸犯規則的行為。

三、把焦慮攤在陽光下

1. 停下逃跑的腳步

焦慮就像在逃跑，奔跑的原因並非想要前往何方，而是後面有可怕的鬼魂在追趕。此時我們要做的反而是停下腳步，面對追趕自己的那些擔憂。雖然面對鬼的那一瞬間很可怕，但是你終於可以開始與鬼對話，幫助他了卻心願。而萊莉停下腳步面對自己的焦慮後，也釐清自己害怕的是與朋友分開後得自己面對新環境。袒露雖然讓人感到脆弱，卻反而讓萊莉平靜下來，也讓朋友們理解近日的反常從何而來，關係也得到修復的機會。

2. 讓逃跑變成追逐

雖然好與壞的評價時常追趕著我們，但在這些價值之外我們都是完整的人，有好也有壞，更有自己的想法與感覺。任何的觀點都無法定義一個人，因為人就是人，而非有用或沒用的工具。千萬記得，那些別人認為沒有的東西，可能對你來說卻彌足珍貴，例如內向卻體貼的性格、破爛發臭的玩偶，或是已經過世的親友。別讓這些原本珍貴的東西因為評價而變成追趕你的厲鬼，試著重新接受他們，讓他們伴你前行。如此我們才有機會審視那些追趕自己的價值，並重新釐清方向，讓生命從逃跑變成一趟追尋的旅途。

學務處身心健康中心 關心你

形象宣傳 增加學校可見度 展現學校研發能量

請踴躍

投稿校訊

對於學校形象有利宣傳之事蹟者

如師生獲獎、大型活動成果、學術研發成果…等

請多利用 學校首頁跑馬燈 | 校外電視牆刊登 | 發新聞稿

新聞稿需經陳核後統一由秘書室發文

國立澎湖科技大學
National Penghu University of Science & Technology



校園危機事件處理

在校園危機事件發生時，所有教職員都可以化身通報人完成相應的處理措施，陪伴學生化險為夷。守護學生安全人人有責，一起替校園安全盡一份心力。

事件	實施	措施	措施說明
通報人處理措施	自我傷害	1—4項措施	1. 確保安全 (1) 移置安全環境 (2) 移扣危險工具 (3) 了解醫療需求 (4) 安排親友照護(掌握名單) (5) 加入系統工作(持續關心)
	自殺意念	1—4項措施	2. 告知當事人將通報／轉介(資源介入) 保密例外： (1) 告知因緊急、自殺危險須通報。 (2) 蒐集人事時地物等必要通報資訊。 (3) 仍不得無故洩漏業務知悉之秘密。 (4) 同時提醒阻卻系統外之耳語議論。
	失蹤	第3項措施	3. 通報校安 校安專線：0928483123
	法定通報事件 (詳見備註4)	1—4項措施	4. 轉介心理輔導 (1) 電話討論(學輔心理師) (2) 填送個案轉介單

備註：

1. 學生之轉介人為導師；休學仍為本校學生。
2. 導師餐敘訪談為導師輔導紀錄(非通報／轉介途徑)。
3. 教職員關懷轉介窗口為人事室(個管／自殺通報)。
4. 法定通報事件皆須在知悉後24小時內完成通報，包含(1)自殺意圖(具體計畫)與行動。(2)兒少遭受身心虐待。(3)兒少出入色情與暴力場所，或從事陪酒、援交等性交易行為。(4)兒少使用毒品。(5)6歲以下或需特殊照顧之兒童獨處或不當照顧。(6)家庭暴力事件(7)親密關係暴力，包含曾經的親密或同居關係。(8)疑似性侵害、性騷擾或性霸凌事件。

學生自我傷害各處室三級預防工作 各系所導師與系主任節錄

面對與日俱增的學生自我傷害事件，各科系與導師可參考校園三級預防工作加強預防，以利在危機出現徵兆時及時介入，以及在危機發生時守護學生安全。

初 級 預 防

1. 參與自我傷害防治研習活動及課程，對學生憂鬱及自我傷害建立正確認知。
2. 協助宣導、帶班參加生命教育、心理健康活動，或將相關概念融入課程及班級經營中，提升學生抗壓能力（堅韌性與問題解決能力）、情緒管理與危機處理能力、及防患憂鬱與自殺之自助、助人技巧。
3. 檢視及健全系所環境設施之安全性。

次 級 預 防

1. 針對異常缺曠、遭遇變故、退轉學、休復學、境外、校外實習的學生加強關心，與相關業務單位保持聯繫，提供資訊及諮詢管道，協助學生安心就學。
2. 對高關懷個案保持高躋敏感與傾聽，並予以追蹤輔導。
3. 鼓勵或帶領有明顯情緒、人際、生涯發展、自我管理困擾的學生向學輔中心求助，或轉介相關求助資源。
4. 參加個案危機處理小組會議或個案輔導協調會議。

三 級 預 防

1. 對自我傷害個案：

- (1) 參與危機處理小組、個案輔導協調會議。
- (2) 偕同安撫受影響同學情緒，依需要實施團體討論或班級輔導。
- (3) 持續約談輔導，記錄於導師輔導系統。
- (4) 協助班級形成支持網絡，提供生活協助與即時回報之守望相助網。
- (5) 協助課業及申請各項急難救助。

2. 對自殺身亡個案：

過濾受事件影響最深的學生，協同學輔中心提供安心輔導及後續追輔。



集結愛心 協助經濟弱勢學生



每一張回饋票，都有您滿滿的愛心，請您踴躍支持！

購買機票 輸入學校統編「77187931」



即可累積學校回饋機票

優先提供予本校經濟弱勢學生使用



也竭誠請您邀請親朋好友一起加入愛心行列



不論您出差、辦理活動聘請講師、帶領學生參訪…都可以哦



立榮航空 · 不分票種 · 均可累計 · 網頁版 | 手機版

輸入聯絡人資料

電話

國家/地區代碼
台灣 (886)

區碼
06

電話號碼

行動電話

國家/地區代碼
台灣 (886)

行動電話號碼

電子郵件

企業會員統一編號
77187931

網頁版

輸入學校統一編號

返回 輸入聯絡人資料

聯絡人

國家/地區代碼
886

行動電話

e-mail

企業會員統一編號
77187931

確認

手機版



對於非設籍澎湖之師生 · 家長可多利用
享9折優惠 · 僅在網頁版有此選項

網頁版

11:45 AT7 \$1753 我要購票

兒童優惠	\$13.5	0	敬老	\$877	0	愛心	\$877	0
嬰兒	\$0	0	華夏卡優惠	\$1665	0	華夏金/翡翠/晶鑽	\$1578	0
離島居民	\$1081	0	離島居民敬老	\$540	0	離島居民兒童	\$540	0
離島居民護照	\$540	0	企業會員優惠	\$1718	1			

總人數: 1人 / 已選擇 1 人

第1位旅客資料(企業會員優惠: \$)

*旅客姓名 姓 名

身分證字號

籍旅客護照號碼或其他證號

*旅客生日

企業會員帳號
77187931

1. 選擇企業會員優惠票種

2. 輸入學校統一編號

重要事項公告

-  本學期期中成績二分之一不及格與缺曠已達三分之一的預警名單已發送學生、導師及任課教師處，除加強輔導外，並請導師與任課教師輔導後，至校務行政系統填寫輔導紀錄（校務行政系統-教務登錄-輔導紀錄維護作業）。本學期『學生課程暨學習輔導紀錄表』，亦請各教師於期末成績公告 113 年 7 月 12 日前填寫上傳完成，以免影響後續行政配合考核成績。（教務處）

-  請各系於規定時間前申請本學期研究生學位考試，經核准後，學位考試應於 7 月 31 日前完成，論文繳交期限為 8 月 29 日。（教務處）

-  恭喜航管系蔣昭弘老師、物流系高雅鈴老師、遊憩系吳建宏老師當選本校 112 學年度教學優良教師代表。（教務處）

-  「113 級新生入學說明暨歡迎會」將訂於 8 月 16 日（五）、8 月 17 日（六）、8 月 18 日（日）等 3 日，假南（國立科學博物館）、中（新民高中）、北（台北劍潭青年活動中心）等三區辦理。（學務處）
-  為改善學生活動中心、圖書館、教學大樓及實驗大樓詠風館窗框滲水情形，本處預計於 113 年 4 月至 8 月間辦理「杜蘇芮颱風災損修復工程」，計畫於現有窗戶外側增設氣密窗及填縫材割除重灌工作，現正由施工廠商進行氣密窗加工作業。（總務處）
-  本處育成中心培育企業-樸植作工作室，參加「113 創業歸故里創新創業競賽」，已通過初賽。（研發處）

-  本處育成中心培育企業「海朋友企業行」巫佳容負責人，獲選第 20 屆 KeepWalking 夢想資助計畫。

-  113 年度澎湖縣地方型 SBIR 補助計畫申請及說明會即日起至 7 月 25 日，相關訊息請至澎湖縣政府建設處網站查詢。
 -  教師及學生暑假借期延長至 9 月 11 日已公告於圖書館網頁，敬請至圖資館首頁>最新消息點閱，歡迎全校師生踴躍借書返鄉閱讀。(圖資館)
 -  【Naxos】五個音樂資料庫提供試用至 7/12，歡迎全校師生至：圖資館首頁>最新消息點閱使用。
-
-  Medici.tv《麥迪西 TV·現場直播古典音樂影片》資料庫提供試用至 8/15，歡迎全校師生至：圖資館首頁>最新消息點閱使用。
 -  凌網知識公司即日起至 8/20 辦理「2024 HyRead PDA 電子書-嗨讀大富翁活動」，訊息公告於圖書館首頁>最新消息，歡迎全校教職員工生踴躍參加。
 -  文崗資訊公司即日起至 8/30 辦理「Wiley 電子書有獎徵答活動」，訊息公告於圖書館首頁>最新消息，歡迎全校教職員工生踴躍參加。
 -  漢珍數位公司即日起至 8/30 辦理「呼朋喚 U 齊閱讀_2024 臺灣學術電子書暨資料庫聯盟電子書專區活動」，訊息公告於圖書館首頁>最新消息，歡迎全校教職員工生踴躍參加。
 -  辦理本部 113 學年度四技單獨招生簡章及海報發函至全國各高中職學校，並製作海報宣傳、臉書推廣及後端系統設定網路報名招生系統等相關事宜。(進修推廣部)
 -  辦理本部 113 學年度四技單獨招生宣導，五、六月每週一跟每週四，及七月每周二將至觀音亭澎湖國際海上花火節現場擺攤，運用招生 DM、口罩、胸章、L 夾、筆記本禮包等多項紀念品吸引

民眾，並架設電腦撥放招生海報，增加本校進修推廣部四技單獨招生曝光度。(進修推廣部)

- 餐旅系 111 級學生預計於今 (113) 年 7 月實習，國內實習機構有臺北寒舍艾美酒店、臺北勞瑞斯牛肋排餐廳、王品集團、鼎泰豐、新竹豐邑喜來登酒店、煙波大飯店新竹湖濱館、屋馬集團、星巴克、臺南香格里拉飯店、高雄萬豪酒店、澎湖福朋喜來登、澎湖麥當勞等，共計 12 個實習單位，已進入簽訂實習合約階段，待三方簽署用印完成即可。(餐旅系)

113 年本校捐贈捐款芳名錄

(歡迎踴躍捐贈)

編號	捐贈人(企業)	金額(元)或品項	捐贈用途
1	姜佩君	20,000	學務處/姜玫如女士優秀清寒助金
2	陳青妙	100,000	資管系/獎助學金
3	林榮三/昆晉實業股份有限公司	60,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
4	楊振通	480,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
5	劉逢源	300,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
6	趙文煌	30,000	電機系/獎助學金
7	葉文宏	1,000,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
8	林士欽	60,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
9	莊東貴/東緯工程顧問有限公司	120,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金-6 萬 電機系五專部/家電維修技術團隊-6 萬
10	善心人士	70,000	學務處/急難救助金
11	崇高科技股份有限公司	120,000	學務處/獎助學金
12	水美不動產有限公司	80,000	學務處/獎助學金
13	鍾孟雲	5,000	學務處/獎助學金
14	國立馬公高中學生家長會	1,000	學務處/獎助學金

15	財團法人蔡衍明愛心基金會	20,000	學務處/學生社團活動
16	台灣世曦程顧問有限公司	60,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
17			
18			
19			
總 計		2,526,000 元	

112 年本校捐贈捐款芳名錄

(歡迎踴躍捐贈)

編號	捐贈人(企業)	金額(元)或品項	捐贈用途
1	善心人士	3,000	圖書館/閱讀推廣活動
2	善心人士	3,000	圖書館/閱讀推廣活動
3	劉逢源	400,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金-30 萬 研發處/學生參加校外、國際各項活動、競賽所需交通、膳宿等用途-10 萬
4	姜佩君	20,000	學務處/姜玫如女士優秀獎學金
5	台北市麗緻獅子會	60,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
6	寶雅股份有限公司	500,000	遊憩系/拯救及保護海龜生存
7	莊東貴	120,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金-6 萬 電機系五專科/家電維修技術團隊-6 萬
8	台灣世曦工程顧問股份有限公司	60,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
9	財團法人臺北市私立東森社會福利慈善基金會	160,000	物管系/清寒助學金
10	財團法人臺北市私立東森社會福利慈善基金會	20,000	物管系/清寒助學金
11	財團法人蔡衍明愛心基金會	20,000	學務處/學生社團活動
12	崇高科技股份有限公司	120,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金-6 萬 電機系五專部/家電維修技術團隊-6 萬
13	利峰機械有限公司	30,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金

14	南機實業股份有限公司	20,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
15	偉鵬科技有限公司	多功能蔬果清洗機 2 台	食科系、餐旅系/教學研究用
16	林榮三/昆晉實業股份有限公司	60,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
17	黃有評/林心琴	60,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
18	耿豪企業股有限公司	120,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
19	善心人士	30,000	學務處/急難救助金
20	陳俊峰	20,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
21	石蓓蓓	20,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
22	黃俊仁	20,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
23	辛侑潔	30,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
24	辛柏皓	30,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
25	陳品峰/閻康聯合建築師事務所	60,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
26	顏華雯	30,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
27	佳朋開發股有限公司	100,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
28	陳秀嬪/閻康聯合建築師事務所	60,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
29	黃有評/林心琴	60,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
30	善心人士	100,000	行銷與物流管理系/系所招生(新生機票船票補助)

31	今棧文旅	25,000	學務處/體育運動組-校代表隊組訓
32	馬路益燒肉飯	25,000	學務處/體育運動組-男子籃球隊組訓
33	莊東貴/東緯工業電機技師事務	20,000	秘書室/研討會活動
34	逢霖工業有限公司	20,000	秘書室/研討會活動
35	和澄科技股份有限公司	20,000	秘書室/研討會活動
36	鈦思科技股份有限公司	20,000	秘書室/研討會活動
37	崇高科技股份有限公司	20,000	秘書室/研討會活動
38	閻康聯合建築師事務所	20,000	秘書室/研討會活動
39	張志清	2,800	航管系/獎助學金
40	嚴隆財	100,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
41	林震宙	500,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
42	陳品皓	5,000	體育組/羽球隊組訓
43	陳品皓	15,000	體育組/排球隊組訓
44	曾建璋	150,000	養殖系/獎助學金
45	林煜翔	100,000	食品科學系/獎助學金
46	黃有評	五十吋電視	總務處/教學及會議使用
47	陳音如	60,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
48	王瑩瑋	20,000	行銷與物流管理系/獎助學金

49	寶雅股份有限公司	386,276	遊憩系/拯救及保護海龜生存
50	黃建昌	10,000	學務處/完善經濟或文化不利學生獎助學金
51	黃有評	100,000	澎科大/一磚一瓦情(行政大樓重建)
52	胡宏熙	100,000	食品科學系/獎助學金(交通補助)
53	林能輝/奇蹟七美國際海洋貿易有限公司	100,000	澎科大/一磚一瓦情(行政大樓重建)
總 計		4,155,076 元	

三餐有溫飽 愛心福滿盈
一磚一瓦情 澎科永續存
產學互交流 研發創共贏

捐款帳戶：台灣銀行澎湖分行
戶名：國立澎湖科技大學401專戶
帳號：024036080125

但求三餐溫飽 **DONATE**

捐助經濟或文化不利
學生生活津貼
讓您的愛心 溫暖澎科孩子的心

5,000元/月*12月 = 60,000元/年



澎科大捐款網站

一磚一瓦共建澎科大

- ▶ 教學行政大樓因屬海砂屋，經不起風吹日曬雨淋，隨時有水泥塊掉落危險。
- ▶ 已規劃新建地下一層、地上四層，樓地板面積 7,462m²。
- ▶ 目前預估工程費須6.5億元。
- ▶ 將極力向中央政府申請補助5億元，經費缺口達1.5億元。

為求澎科大師生有合適且免於安全疑慮之學習與辦公環境
極需您的慷慨解囊

您的捐贈1,000元不嫌少

單筆捐款超過5,000萬元者 擁有新建大樓命名權

單筆捐款超過1,000萬元者 擁有新建大樓內部會議室命名權





<https://www.npu.edu.tw/>



office0@npu.edu.tw



06 926 4115



880011 澎湖縣馬公市六合路300號