

歡慶成大90周年慶 成大會館助身障青年朝夢想躍進

/

2021/11/23

【記者孫宜秋／南市報導】歡慶成功大學90周年慶，台南成大會館與伊甸基金會邀請全台校友及旅客一起做公益，守護身障青年的就業夢想，即日起至111年2/28日舉辦「成大會館 讓愛翻轉」品牌公益活動，成大會館不僅於11月校慶期間規畫為期四天的住房提撥捐，更號召全台民眾攜手傳



連續三年，台南成大會館舉辦飯店職涯課程，助伊甸身障青年認識多元工作內容。

愛，活動期間凡單筆捐款300元支持身障青年的職業訓練經費，即有機會抽中「成大會館雙人住宿券一張」。不僅如此，為讓身障青年感受多元的職場環境，成大會館更規劃一連串的「挑戰飯店特派員」探索課程，邀請學員們至會館進行房務整理及大廳清潔等工作，希望透過實際操作，讓孩子們體驗不同工作，進一步了解自己的興趣，未來都能擁有獨立自主的人生。

「阿奇，加油！你做得很好！」今年剛滿20歲的阿奇，領有重度智能障礙手冊，家中母親是名智能障礙者，兩位哥哥也領有精障手冊，為了分擔爸爸的經濟壓力，阿奇台南啟智學校畢業後，曾到洗車場工作，卻因口語表達能力差，無法與同事及主管有良好互動而被辭退，直到一年前來到伊甸小作所接受服務，剛來到小作所的阿奇，只能透過簡單的問答指認出物品，面對較陌生的新環境，一開始沉默寡言無法融入團體，但這半年來，除了接受職業陶冶及人際互動的訓練，終於在教保老師的鼓勵和指導下，漸漸地表達自己的想法，在這次的飯店探索課程，阿奇不僅成功挑戰更換枕頭套、床包，及飯店大廳的清潔消毒，工作態度認真一點都不馬虎，短短兩小時的職涯課程，不僅增強了阿奇邁入職場的工作動機，每位學員也都收穫滿滿，積極主動的工作態度，更是獲得現場主管們的稱讚。

。

台南成大會館黃偉哲經理表示：「今年因疫情影響，旅遊飯店業雖深受波及，但成大會館仍堅持守護每位孩子的夢想，台南成大會館自三年前開始與伊甸基金會合作，號召全台校友及旅客用實際行動為身障孩子圓求職夢，天生我材必有用，希望每年透過這樣的傳愛行動，讓社會大眾看見身障孩子的需要，透過實際操作課程，讓每位身心障礙朋友擁有實現夢想的權力，面對未來都有無限可能!!」

伊甸基金會台南區區長張盟宜表示：「今年疫情打亂了大家的生活腳步，真的非常感謝台南成大會館仍然攜手民眾做公益，對身障青年來說，每一次的職涯體驗都是最寶貴的學習經驗，除了讓孩子們了解各種職業的工作屬性及環境，對工作的認知也更為熟悉，感謝台南成大會館提供職涯體驗的機會，協助身障青年建立獨立自

主的人生觀，面對未來，每一位身障青年都可以用雙手打造自己的人生舞台!」活動

洽詢:06-2146990*303 辛小姐

綜合

歡慶成大90周年慶 成大會館助身障青年朝夢想躍進

Posted By: TainanTalk 十一月 22, 2021 Comments Off!

〔記者鄭德政南市報導〕歡慶成功大學90周年慶，台南成大會館與伊甸基金會邀請全校校友及旅客一起做公益，守護身障青年的就業夢想，即日起至111年2/28日舉辦「成大會館 讓愛翻轉」品牌公益活動，成大會館不僅於11月校慶期間規畫為期四天的住房提撥捐，更號召全台民眾攜手傳愛，活動期間凡單筆捐款300元支持身障青年的職業訓練經費，即有機會抽中「成大會館雙人住宿券一張」。不僅如此，為讓身障青年感受多元的職場環境，成大會館更規劃一連串的「挑戰飯店特派員」探索課程，邀請學員們至會館進行房務整理及大廳清潔等工作，希望透過實際操作，讓孩子們體驗不同工作，進一步了解自己的興趣，未來都能擁有獨立自主的人生。



（圖說）伊甸身障青年阿奇，於台南成大會館學習大廳硬體設施清潔等工作。（記者鄭德政攝）

「阿奇，加油！你做得很好！」今年剛滿20歲的阿奇，領有重度智能障礙手冊，家中母親是名智能障礙者，兩位哥哥也領有精障手冊，為了分擔爸爸的經濟壓力，阿奇在台南啟智學校畢業後，曾到洗車場工作，卻因口語表達能力差，無法與同事及主管有良好互動而被辭退，直到一年前來到伊小作所接受服務，剛來到小作所的阿奇，只能透過簡單的問答指認出物品，面對較陌生的新環境，一開始沉默寡言無法融入團體，但這半年來，除受職業陶冶及人際互動的訓練，終於在教保老師的鼓勵和指導下，漸漸地表達自己的想法，在這次的飯店探索課程，阿奇不僅成功挑戰更換枕頭套床包，及飯店大廳的清潔消毒，工作態度認真一點都不馬虎，短短兩小時的職涯課程，不僅增強阿奇邁入職場的工作動機，每位學員也都收穫滿滿積極主動的工作態度，更獲得現場主管們的稱讚。



（圖說）伊甸身障青年阿奇，於台南成大會館學習房務清潔等工作。（記者鄭德政攝）

台南成大會館黃偉哲經理表示，今年因疫情影響，旅遊飯店業雖深受波及，但成大會館仍堅持守護每位孩子的夢想，台南成大會館自三年前開始與伊甸基金會合作，號召全校校友及旅客用實際行動為身障孩子圓求職夢，天生我才必有用，希望每年透過這樣的傳愛行動，讓社會大眾看見身障孩子需要，透過實際操作課程，讓每位身心障礙朋友擁有實現夢想的權力，面對未來都有無限可能！



（圖說）連續三年，台南成大會館舉辦飯店職涯課程，助伊甸身障青年認識多元工作內容。（記者鄭德政攝）

伊甸基金會台南區區長張盟宜表示：今年疫情打亂大家的生活腳步，真的非常感謝台南成大會館仍然攜手民眾做公益，對身障青年來說，每一次的涯體驗都是最寶貴的學習經驗，除讓孩子們了解各種職業的工作屬性及環境，對工作的認知也更為熟悉，感謝台南成大會館提供職涯體驗的機會，助身障青年建立獨立自主的人生觀，面對未來，每一位身障青年都可以用雙手打造自己的人生舞台！活動洽詢：06-2146990*303 辛小姐

伊甸身障青 挑戰飯店特派員

2021-11-23



台南成大會館與伊甸基金會合作，規畫「挑戰飯店特派員」探索課程，安排身障學員至會館學習。
(記者陳銀全攝)

記者陳銀全/台南報導

台南成大會館與伊甸基金會合作，不僅推出捐款支持身障青年職業訓練經費，即有機會抽中成大會館雙人住宿券一張，並規畫「挑戰飯店特派員」探索課程，安排身障學員至會館進行房務整理及大廳清潔等工作，希望透過實際操作，未來能擁有獨立自主的人生。

今年剛滿廿歲的阿奇，領有重度智能障礙手冊，為分擔爸爸的經濟壓力，約一年前來到伊甸小作所接受訓練。在教保老師的鼓勵和指導下，此次的飯店探索課程，阿奇不僅成功挑戰更換枕頭套、床包，及飯店大廳的清潔消毒，工作態度認真一點都不馬虎，短短兩小時的職涯課程，增強阿奇邁入職場的工作動機。

台南成大會館表示，自三年前開始與伊甸基金會合作，希望透過實際操作課程，讓每位身障朋友，都能擁有實現夢想的權利，且即日起至一一一年二月廿八日，舉辦「成大會館 讓愛翻轉」活動，不僅於十一月校慶期間，規畫為期四天的住房提撥捐，且活動期間凡單筆捐款三百元支持身障青年的職業訓練經費，即有機會抽中「成大會館雙人住宿券一張」。

伊甸基金會台南區區長張盟宜表指出，感謝台南成大會館攜手民眾做公益，對身障青年來說，每一次的職涯體驗，都是最寶貴的學習經驗，除了讓孩子們了解各種職業的工作屬性及環境，也希望協助身障青年建立獨立自主的人生觀。

阿奇加油！成大會館偕伊甸讓愛翻轉 助身障青年圓夢

2021-11-23 09:12 聯合報 / 記者鄭惠仁／台南即時報導

+ 身障



伊甸身障青年阿奇在成大會館學習大廳清潔消毒等工作，了解職業的屬性與環境。記者鄭惠仁／攝影

歡慶成功大學90周年慶，台南成大會館與伊甸基金會即日起至明年2月28日舉辦「成大會館讓愛翻轉」品牌公益活動，11月校慶期間也規畫4天的住

房提撥捐，攜手傳愛。活動期間凡單筆捐款300元支持身障青年職訓，就有機會抽中雙人住宿券1張。

伊甸基金會台南區長張盟宜表示，為讓身障青年感受多元的職場環境，成大會館更規畫一連串的「挑戰飯店特派員」探索課程，邀請學員至會館進行房務整理及大廳清潔等工作，希望透過實際操作，體驗不同工作，進一步了解自己的興趣，未來都能擁有獨立自主的人生。

20歲的阿奇，領有重度智能障礙手冊，母親智能障礙，2名哥哥也領有精障手冊，為了分擔爸爸的經濟壓力，阿奇自台南啟智學校畢業後，曾到洗車場工作，卻因口語表達能力差，無法與同事及主管有良好互動而被辭退。

1年前阿奇來到伊甸小作所接受服務，起先只能透過簡單的問答指認出物品，面對較陌生的新環境，一開始也沉默寡言無法融入團體，但半年來接受職業陶冶及人際互動的訓練，終於在教保老師的鼓勵和指導下，漸漸地表達自己的想法，在這次的飯店探索課程，阿奇成功挑戰更換枕頭套、床包，及飯店大廳的清潔消毒，短短2小時的職涯課程，不僅增強了邁入職場的工作動機，每位學員也都收穫滿滿，積極主動的工作態度，獲得現場主管的稱讚。。

成大會館經理黃偉哲表示，成大會館3年前起與伊甸基金會合作，號召全台校友及旅客用實際行動為身障孩子圓求職夢，天生我材必有用，希望透過傳愛

行動，讓社會大眾看見身障孩子的需要，透過實際操作課程，讓身心障礙朋友擁有實現夢想的權力，面對未來都有無限可能。

對身障青年來說，每次的職涯體驗都是最寶貴的學習經驗，除了讓孩子了解各種職業的工作屬性及環境，對工作的認知也更為熟悉。張盟宜感謝台南成大會館提供職涯體驗的機會，協助身障青年建立獨立自主的人生觀，用雙手打造自己的人生舞台。

成大圖書館獲頒標竿圖書館獎

2021-11-23



成大圖書館一樓「LibRE理泊區」。(成大提供)

記者羅玉如/台南報導

教育部第一屆圖書館事業貢獻獎揭曉。成大圖書館以善盡大學社會責任，呼應聯合國永續發展目標，匯聚多元能量成為全方位的知識匯流、創造、分享核心，獲頒標竿圖書館獎。成大圖書館也是六間獲獎圖書館中，唯一一間大學圖書館。

成大表示，成大圖書館設立於一九三一年，長久以來致力於連結國內外各學術單位，為讀者提供優質的跨域學習環境，呼應聯合國永續發展目標。標竿圖書館評選標準涵蓋建築空間、館藏資源、品質管理、讀者服務、閱讀推廣、數位服務及創新發展。上述評選項目，成大圖書館均獲肯定。

以館藏資源為例，成大圖書館提供三百六十萬件實體及電子館藏，每年超過七百萬人次到館及線上使用。六十萬進館人次中，百分之十五為校外學術機構師生、學者及市民。建築空間部分，成大圖書館實體空間超過萬坪，同時提供線上、虛擬遠距等圖資服務，突破時空限制。一樓新空間「LibRE理泊區」，訴求為讀者帶來自由想像與創造力，延伸成大校訓精神意涵。

此外，成大圖書館舉辦「一冊一世界」經典系列、「世界閱讀日系列：卓閱學術專書特展」及「真人圖書館」主題書展、專題演講等系列活動。同時呼應SDGs聯合國永續發展目標，成大圖書館開設「成大BOOK一市：移動圖書館」、「為愛朗讀：錄製有聲書服務視障者」、連續十七年「二手書募集義賣」活動，積極推廣閱讀文化。

全臺唯一獲選大學 成大圖書館獲頒首屆教育部標竿圖書館獎

Posted By: TainanTalk 十一月 22, 2021 Comments Off!

〔記者鄭德政南市報導〕2021年教育部舉辦第一屆教育部圖書館事業貢獻獎。成大圖書館初試啼聲表現亮眼，以善盡大學社會責任且呼應聯合國永續發展目標之貢獻，匯聚多元能量成為全方位知識匯流、創造與分享核心，榮獲「標竿圖書館獎」殊榮，更是6間獲獎圖書館中唯一的大學圖書館。



（圖說）成大圖書館獲頒首屆教育部標竿圖書館獎。（記者鄭德政攝）

為表揚團體與個人對圖書館經營及事業發展傑出貢獻，根據第一屆教育部圖書館事業貢獻獎評獎實施計畫，「標竿圖書館評選標準為建築空間、館資源、品質管理、讀者服務、閱讀推廣、數位服務及創新發展，整體營運績效卓著，足堪各圖書館表者。」成大圖書館以全方位知識匯流中心、跨領域多元學習場域、形塑科技人文及公民素養之資源與典範及善盡大學圖書館之社會責任等事蹟，成為該獎項中唯一的大學圖書館。



（圖說）成功大學圖書館「為愛朗讀：錄製有聲書服務視障者」，服務超過2,200位線上視障使用者。（記者鄭德政攝）

國立成功大學圖書館於1931年設立，為臺灣重要發展的學術資源中心及南臺灣重要的知識資源蒐集者、提供者與流通者，長久以來致力於連結國內外各學術單位，促進傳播與交流知識資源，提供讀者優質的跨域學習環境，並以知識根柢承擔更多社會責任，呼應聯合國永續發展目標，建立科技文及形塑公民素養之典範，積極推動學校、國家與國際重點發展政策相關的服務與教育責任。



（圖說）連續17年的「二手書募集義賣」活動，迄今義賣所捐金額為新臺幣286萬元。（記者鄭德政攝）

各項評選項目中，成大圖書館皆表現卓越。館藏資源部分，成大圖書館提供360萬件實體及電子館藏，每年超過700萬人次到館及線上使用，其中60萬進館人次中，有15%為校外學術機構師生、學者及市民，展現全方位知識匯流的場所。建築空間部分，實體空間超過萬坪，同時提供線上、虛擬、距離等圖資服務，突破時空限制，就如成大圖書館1樓的新空間「理泊區」（LibRE）的意涵，為讀者將帶來自由想像與創造力，延伸成大校訓精神，將學理透過空間醞釀與停泊，才能致知而成功。



（圖說）成大圖書館總圖新空間「理泊區」（LibRE）取圖書館lib縮寫，加上Re有remodel重新再造的意涵。libre也有自由意涵，代表此空間帶來自由想像與創造力。中文名稱音譯「理泊」，延伸成大窮理精神，將學理透過空間醞釀與停泊，才能致知而成功。（記者鄭德政攝）

此外，成大圖書館舉辦「一冊一世界」經典系列、「世界閱讀日系列：卓閱學術專書特展」及「真人圖書館」主題書展與專題演講等系列活動，促進大學師生跨領域涵養與多元社會議題的對話，提供多元族群和平與包容性的對話場域。同時呼應SDGs聯合國永續發展目標，開設「成大BOOK一市：移動圖書館」、「為愛朗讀：錄製有聲書服務視障者」以及連續17年的「二手書募集義賣」活動，推廣閱讀文化，培養學生體驗及回饋社會，善盡大學社會責任。

成大圖書館館長王涵青表示，成大圖書館身為南臺灣重要的學術資源匯集地，70餘位圖書館員盡忠職守，服務每年超過700萬人次使用各式館藏，平時藉由活動讓圖書館與在地社群交流、與國際鏈結、與人心互動、以知識反饋，溫暖流轉了大學所擁有的學術能量，能於成大90週年校慶之際獲得此殊榮，是與社會共進過程中美好的事。

成大圖書館秉持國立成功大學「藏行顯光，成就共好」的理念，積極參與及貢獻近代科學技術、經濟產業及人文社會發展。以「知識多元領航，跨傳承創新」經營目標，在「邏輯串聯而思辨，知識互動而反饋，資源脈動而翻轉」的維運策略，提供優質教研學資源，積極參與國際圖書館合作，在地社群交流，結合大學社會責任及積極落實聯合國永續發展目標，期許成為屬於城市、臺灣與世界的溫暖大學圖書館。

成大圖書館 獲教部標竿獎

△今年舉辦的第一屆教育部圖書館事業貢獻獎，成大圖書館榮獲「標竿圖書館獎」，是六間獲獎者中唯一的大學圖書館，二十六日將頒獎。成大圖書館每年超過七百萬人次到館及線上使用，百分之十五是校外學術機構的師生、學者及市民。（詹伯望）

少年時受扶助考上國立大學 他回扶助單位反餽助弱勢兒

2021-11-22 15:08 聯合報 / 記者游振昇／台中即時報導

+ 捐款



受扶助的一位李姓學生，在考上國立成功大學後，利用課暇時間，回到扶助單位「社團法人臺中市社區文化協進會」幫助弱勢家庭兒少。圖／豐原中央扶輪社

當年受扶助的李姓學生，在考上國立成功大學後，利用課暇時間，回到扶助單位「社團法人臺中市社區文化協進會」，義務輔導如當年自己的弱勢兒

少，贊助該單位多年的豐原中央扶輪社成員們感動，日前到協進會捐款，加碼贊助「扶輪之子」，希望讓正向能量如共鳴般，不斷擴大傳遞出去。

台中市文化協進會總幹事劉昌珉表示，李姓學生來自單親家庭，父親打零工為業，沒空管他，因此他下課後只能四處閒晃，過程中很容易交到壞朋友，進而被引誘誤入歧途，後來學校將他轉介過來，參加協會所辦的課後輔導，有義工的陪伴、老師的關心、同儕的相互扶持，他彷彿找到了自己的秘密基地，個性也逐漸由退縮變得樂觀、開朗，他也將重心轉移到課業上，透過認真學習而考上好的大學。

豐原中央扶輪社社長洪愷蓮表示，很多單親的孩子需要的不僅是肚子的溫飽、身體的溫暖，更重要的是心理的陪伴，當孩子孤獨時，就很容易被外界引誘，成長過程中，產生性格上的偏差，長大後變成社會問題！社區文化協進會目前所做的課後輔導工作極為重要，豐原中央扶輪社也十分認同他們的理念，也因此才會持續對協進會進行贊助，並捐款認養「扶輪之子」，鼓勵孩子們安心就學，

豐原中央扶輪社是由當地一群具有愛心的婦女組成，主要工作是以幫助豐原在地的弱勢兒少為主，近期重點工作為反毒宣導，與青年高中合作反毒音樂劇，於中小學巡迴演出，希望透過輕鬆詼諧的方式，讓孩子們認識到遠離毒品的重要。

劉昌珉表示，協進會目前輔導的孩子有40多人，最大的困境是資源不足，雖然有部分來自公部門的經費，但孩子們每天下課後需要用餐，課輔的據點每個月也需要支付租金，孩子們學習才藝所需的樂器、美術用具等等也明顯不足，仍仰賴各界捐助。



受扶助的一位李姓學生，在考上國立成功大學後，利用課暇時間，回到扶助單位「社團法人臺中市社區文化協進會」幫助弱勢家庭兒少。圖／豐原中央扶輪社

有片／小心！成大研究這瓶「油」高溫精製後生成有害物質 糖果餅乾、奶粉通通中標

news.tvbs.com.tw/life/1641363

2021年11月22日

首頁生活

記者 王曉婷 / 攝影 陳建銘 報導

發佈時間：2021/11/22 23:14

最後更新時間：2021/11/23 06:39



Watch Video At: <https://youtu.be/xzVacjYuWzk>

你有注意過，你吃的糖果餅乾，用得是什麼油品做成的嗎？成大環境微量毒物研究中心，進行為期兩年的大規模食品研究，發現，添加「棕櫚油」的食品，因為經過精煉或是高溫處理，會產生包括「縮水甘油酯」等3項有害物質，尤其在嬰幼兒奶粉或糖果餅乾的含量特別高，對於嬰幼兒與青少年的健康恐造成影響。



圖／TVBS

發酵完的可頌麵團，送進烤箱，烤個20分鐘，熱騰騰美味出爐！

麵包師傅：「再來我們就擠入卡士達。」

剪開可頌上端開口，妝點上布丁跟芋泥，這家可頌專賣，堅持選用天然原料，在一開門就有顧客陸續上門。

可頌店品牌總監李旻勳：「當初這個品牌創立的時間，其實台灣經歷一波食安風暴，所以其實我們是希望，我們吃進去的東西，我們確保消費者吃進去的東西，是好的，是健康的。所以其實我們都是堅持使用天然奶油，所謂的天然奶油，其實它就是動物油。那它就是比較因為它不是人工的，它是一個天然的一個，形成一個的乳品，所以它其實在製作的過程中，它就不會產生有害的物質。」

記者王曄婷：「師傅在選用製作可頌的奶油時，相當的謹慎小心，是使用法國進口的天然動物奶油，而非植物油，希望讓民眾能夠吃的健康。確實，因為現在植物油被發現，可能在高溫精製之後，會出現縮水甘油酯等可能致癌物質。」



圖／TVBS

並不是每一家烘焙坊都選用天然動物奶油，而是使用植物油製作麵包。這可得注意了！成大花費兩年時間研究，蒐集2百多項食品和28項調味料，發現植物油高溫精製會產生二單氯丙二醇酯、三單氯丙二醇酯以及縮水甘油酯等，可能致癌與危險物質。其中殘留最多的分別是，油品、各式糖果餅乾，以及複合食品，含量遠超過歐盟標準。

成大環境醫學研究所環境微量毒物中心主任李俊璋：「那棕櫚油因為它在精製的過程當中，它確實需要加溫到超過260度，在這種高溫精煉的情況下，確實有可能會造成...這個縮水甘油酯，跟這個三單氯丙二醇，它有增加的一個情況。」

讓專家最擔憂的「棕櫚油」，其縮水甘油酯含量超過歐盟規定的六倍、目前全球，卻都沒有訂定棕櫚油使用限制。但，棕櫚油因為價格便宜，早已被大量使用在各式零食中，其中以高油及高溫所烘焙且高鹽的食品，有害物質含量最高，像是洋芋片跟高油的麵包等。若吃多了這些東西，對人類身體危害可不小，因為，縮水甘油酯已經被國際癌症研究署列為「人類極有可能致癌物」。三單氯丙二醇酯列「人類可能致癌物」，會傷害腎臟與睪丸，二單氯丙二醇酯，則會傷害平滑肌，甚至心臟。

輔大醫院家庭醫學科主治醫師許書華：「並不會有立即性的一個危險，因為其實如果說你的那個代謝就是說譬如說腎功能還好，代謝毒物的功能都還好的話，當然不會有立即性的一些危害，可是當然還是長期累積的一些效應，因為它畢竟還是屬於致癌的物質這樣子，所以其實長期累積，對身體還是會有影響。」



圖／TVBS

不過爸媽，最擔憂的可能自己的孩子，因為成大毒物中心發現「年齡愈小、有害物質暴露量愈大」，國內零到三歲嬰幼兒三項有害物質暴露量比其他年齡層高。

輔大醫院家庭醫學科主治醫師許書華：「應該說他們就因為還在發育當中，所以對於他們的一些腎臟，或者肝臟的一些代謝，有毒物質的一些代謝，可能會造成比較大的影響。」

成大環境醫學研究所環境微量毒物中心主任李俊璋：「所以我們可以用棕櫚有沒有添加棕櫚油來辨識，那盡量對民眾來講，盡量少吃高鹽高油高溫燒烤食物，這個盡量少吃。」

這三項有害物質，遍佈於你我的日常，醫師提醒，少外食，是避免暴露於有害物質的最佳解方，若真擔憂，每回購買前，先仔細查看內容成分，盡量避免棕櫚油。專家建議，政府應盡快做出各項食品含量標準，比照塑化劑訂定「企業監測指引」，讓廠商製作有所依據，維護民眾健康。

開卷書摘》風靡校園廢材巧思 手作創意無極限

13:00 2021/11/22 | 中時新聞網 | Takao樂高雄



2021年大港自造節廢材小車活動即將登場，超長跑道讓大小朋友在馬路上飆速追風。(圖片提供/M.ZONE大港自造特區)

利用手邊材料組裝零件，打造最酷炫的廢材小車、廢材機器人，看它們在360度顛覆引力極限的超速軌道衝刺對陣。紅遍全球自造圈的廢材小車，任何人都可以發揮創造力，感受單純歡樂的自造樂趣。迷你光劍、自製瘋狂吹泡泡機、3D筆體驗及焊接電子發光吊飾，開啟創意無極限。



寓教於樂的廢材小車熱潮在校園中迅速蔓延，更是大港自造節的超人氣項目。(圖片提供/M.ZONE大港自造特區)

廢物施魔法 急速衝刺大挑戰

飲料瓶蓋、紙盒塑膠，脫落的裝飾品和用剩的文具.....突破年齡與材料的限制，只要發揮想像力，廢材也能搖身一變，成為獨一無二的酷炫飛車！標榜創意無極限的廢材小車，運用巧思結合生活中各種「廢物」，重新設計組裝製作四輪車，最後再把所有成品放在軌道上比賽較勁，結合創造力、機械原理和環保教育，寓教於樂的廢材小車熱潮在校園中迅速蔓延，更是大港自造節的超人氣項目。

廢柴小車（ Nerdy Derby ）起源於2012年紐約Maker Faire，一推出就大受迴響，組裝簡單造型百變的DIY小車在軌道上瘋狂奔馳，震撼的速度感彷彿擁有魔力，讓每個大人小孩都為之瘋狂，玩到停不下來。第一年大獲成功後，廢柴小車成為每年Maker Faire最讓人期待的重頭戲之一，更流行到舊金山、歐洲、日本、中國及臺灣等國家大大小小的自造嘉年華會，而不同國家的主辦者也設計了許多不同的小車軌道，增加更多挑戰性與變化。



M.ZONE大港自造特區推出廢材小車工作坊，結合不同的社會議題和場域特性，進行小車設計比賽活動時，小朋友玩得開心，也吸引許多圍觀群眾，相當熱鬧。(圖片提供/M.ZONE大港自造特區)

高雄市青年局委託M.ZONE所舉辦的大港自造節於2018年引進廢材小車，邀請到日本知名的 Fablab Shibuya的自造總監井上惠介來台，分享日本的廢材小車經驗，並共同設計出台灣版本的廢材小車軌道，3年來，廢材小車已經成為上萬名小朋友與家長的美好回憶。



突破年齡與材料的限制，只要發揮想像力，廢材也能搖身一變，成為獨一無二的酷炫飛車！(圖片提供/M.ZONE大港自造特區)

歡樂有趣的廢材小車，組裝容易、自由度高，想像力得以天馬行空，車子的動感能夠抓住大家眼球，參與者若想讓小車跑得更快，會在一次又一次的調整中產生極大樂趣，非常適合親子一起動手發揮自造精神。

引進並推廣小車的M.ZONE表示，完成一台廢材小車的過程，完全呼應STEAM (Science, Technology, Engineering, Art, and Mathematics) 教育的精神，自造一台廢柴小車，需要不斷的高度連動調整，參與者藉由動手建構，不知不覺的就跨領域結合了科學、技術、工程、藝術甚至數學。



組裝簡單造型百變的DIY小車在軌道上瘋狂奔馳，震撼的速度感彷彿擁有魔力，玩到停不下來。

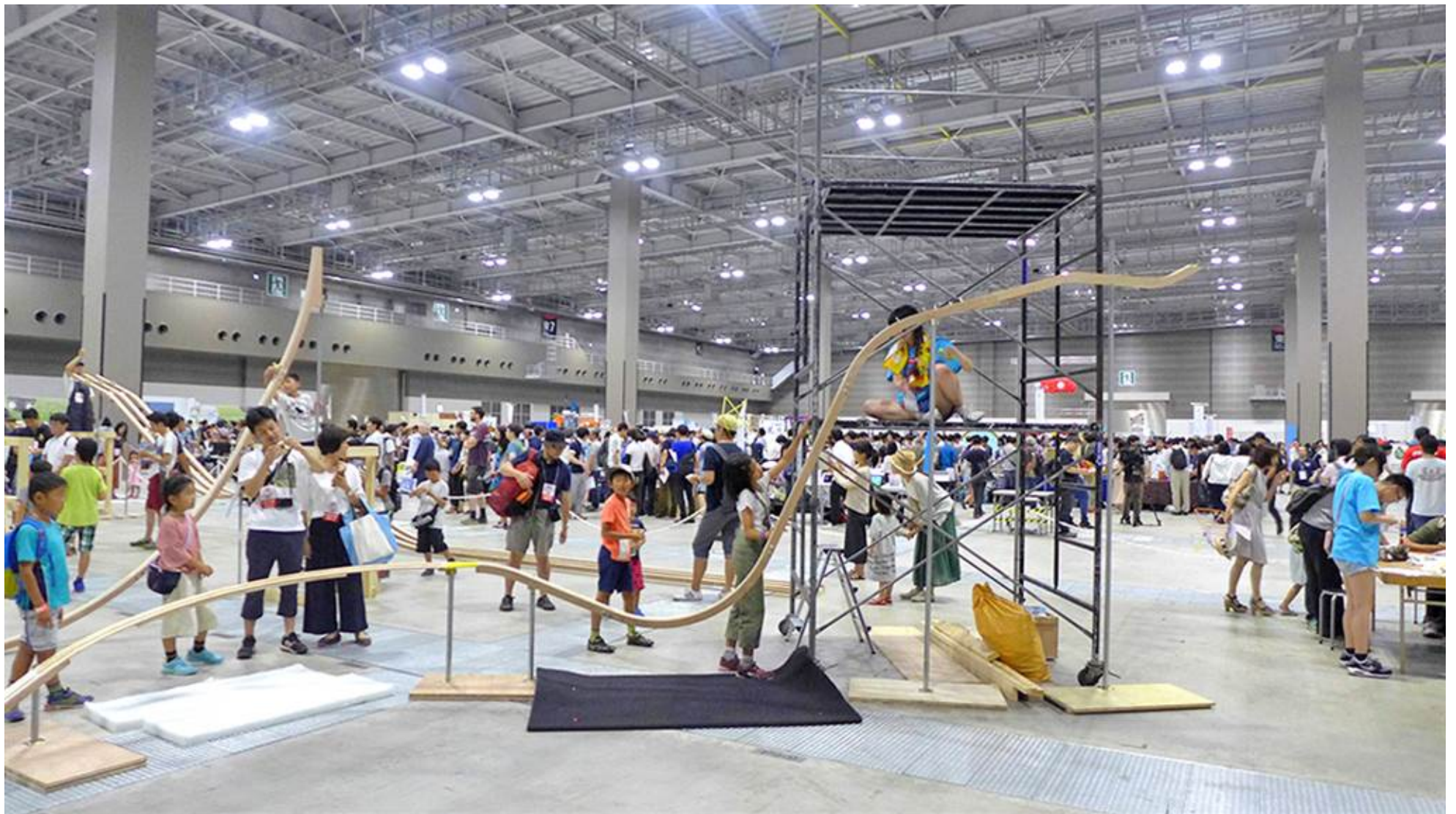
(圖片提供/M.ZONE大港自造特區)

M.ZONE大港自造特區不定期推出廢材小車工作坊，並受邀至成自大造者嘉年華會、台中創客嘉年華等推廣活動。像是今年4月舉辦的「海廢再造廢材小車工作坊」帶領學生了解海廢的種類與分布型態，最後運用海廢回收材設計小車，參與的孩子們在動手玩樂的過程中，也學習到循環經濟、海洋環保等議題。至於讓全臺小車迷們引頸期待的大港自造節，今年將準備3條超長軌道挑戰速度極限，更封街打造賽道樂園，讓大家在馬路上玩得過癮



運用廢棄材料打造小車DIY，重新組裝成令人眼睛一亮的酷炫造型，非常適合親子動手寓教於樂。(圖片提供/M.ZONE大港自造特區)

發揮巧思信手拈來，你也可以是廢材超跑設計師。2021大港自造節歡迎各年齡層的廢材達人大顯身手，沒有經驗的朋友也可參加體驗活動，現場專家親自指導，並準備了多樣素材，年齡經驗不拘，都能體驗動手創作的樂趣。



M.ZONE大港自造特區推出廢材小車工作坊，結合不同的社會議題和場域特性，利用隨手可得的的生活廢棄材料，進行小車組裝設計。(楊育修攝自2018 Maker Faire Tokyo)

• M.ZONE 大港自造特區廢材小車工作坊

電話：(07) 521-1618 (平日開放團體預約)

地址：地址：高雄市鹽埕區瀨南街8號

[另、歡迎民眾參加2021大港自造節，廢材小車於活動期間隨到隨玩。]

本文作者：李瑰嫻



《Takao樂高雄》2021/11

輕軌交通多玩味 拍出高雄潮語彙
M-ZONE 大港自造特區 青年創客孵化基地
元宇宙前哨站 高雄 V 穿越國際視野
2021 高雄漆藝博 新銳藝術駁一啟程未來
現炸旗魚風輪・停不下來的金黃誘惑
昔海軍俱樂部變身健康生活園區

11
2 0 2 1

思覺失調症是一種神經受損性疾病，過去常見病友在當兵或考大學時發作，因此被認為「當兵當到瘋了、讀書讀到瘋了」，而且為了避免失控、傷及旁人，最好「關起來！」不過，這都是早年的錯誤觀念，醫師表示只要及早且規律治療，思覺失調症病友也有機會回歸社會，生活與正常人無異。

我是廣告 請繼續往下閱讀

思覺失調症背後原因多 壓力不是絕對因素

成大醫院斗六分院精神暨長期照護部主任張維紘表示，思覺失調症好發於15-25歲，這個時間點正好是我們人生比較重要的里程碑。大部分民眾都在就學、準備考大學或當兵，少數人則是畢業後準備要踏入社會，這時候如果無法妥善調適來自各界不同的壓力，這些壓力就可能變成觸發思覺失調症的加乘因子。

但，壓力絕對不是造成思覺失調症的唯一決定因子。研究發現，思覺失調症背後的成因相當多元，除了壓力，包括基因遺傳、環境變化、濫用部分可能影響神經的藥物，甚至感染，也都可能導致思覺失調症發作。

The infographic titled "思覺失調症成因" (Causes of Schizophrenia) states that the exact cause is unclear and it is likely the result of multiple factors. It lists five categories: 環境 (Environment) - living in cities, migration, and early exposure to winter (possibly related to viral infections); 基因遺傳 (Genetic Inheritance) - family history of mental illness; 神經傳導物質的變化 (Changes in Neurotransmitters); 物質濫用 (Substance Abuse); and 心理壓力 (Psychological Stress). Below the infographic, a video frame shows Dr. Zhang Weixiong, Chief of the Department of Psychiatry and Long-term Care at Chengda Hospital, Tainan. A vertical banner on the right reads "思覺失調「疾病旅程」今昔不一樣！" (Schizophrenia 'Disease Journey' is different today and then!).

思覺失調症成因
明確病因還不清楚
可能是多個因素共同造成的結果

- 環境**：居住城市、移民、寒冬早期出生者（可能和神經發育過程感染有關）。
- 基因遺傳**：家族中若有思覺失調症的病史，發生率會較高。
- 神經傳導物質的變化**
- 物質濫用**
- 心理壓力**

成大醫院斗六分院 精神暨長期照護部 張維紘 主任

思覺失調「疾病旅程」今昔不一樣！

思覺失調及早治療 預防神經受損、預後佳

思覺失調症，故名思義是指在思考及感覺上有失調的情況，包括妄想、幻聽、幻視、焦慮與情緒控制不佳等，都是常見的症狀。早年國人對思覺失調症的認識較少，認為無藥可救，將病友與外界隔絕是最好的辦法，然而，隨著治療觀念與藥物研發的進步，思覺失調症病友也有機會康復，回歸正常人的生活。

2015、2016年《自然醫學期刊》一篇回顧文獻曾提到思覺失調症的治療機會之窗，內容指出在思覺失調症發病初期，如果能藉由適當的藥物治療，或者其他相關心理或社會輔導的介入，對於病友未來整體的表現大有裨益。尤其是藥物治療模式的早期介入，有助於穩定神經，防止神經過度受損，未來功能的維持及預後上也會比較好。



成大醫院斗六分院
精神醫學部
張維紘 主任

思覺失調「疾病旅程」
今昔不一樣！

這個時間大部分的人都在就學

思覺失調是怎麼一回事？認識思覺失調症

規律用藥穩控疾病 專家共識優先使用長效針劑

張維紘醫師表示，過去研究發現有1/3病友規律服藥、1/3不規律服藥、1/3拒絕治療的情況。為了提升病友的治療順從性，醫藥界陸續發展出口服、滴劑、長效針劑等不同的藥物劑型與治療模式，無論是哪一種劑型，只要病友規律用藥，都有助穩定控制疾病。

值得注意的是，台灣生物精神醫學會暨神經精神藥理學學會(TSBPN)今年公布專家共識，建議思覺失調症病友初次發病就使用長效針劑。目前長效針劑有兩週、一個月與三個月一針等用法，病友只要遵照醫囑按時打針，維持體內有效藥物的濃度，都能將疾病控制在良好狀態。

張維紘醫師提醒，長效針劑的最大幫助是增進病友回診與就醫上的便利性，病友有較高的生活自主權，但為了穩定控制病況，如果病友選擇的是三個月一針的治療方式，建議兩次治療期間還是要回診一次，以便醫師確認與追蹤病況，必要時適當調整治療策略。



思覺失調治療方式

口服藥丸、藥片



滴劑



長效針劑



成大醫院斗六分院
精神暨長期照護部

張維紘 主任

思覺失調「疾病旅程」
今昔不一樣！

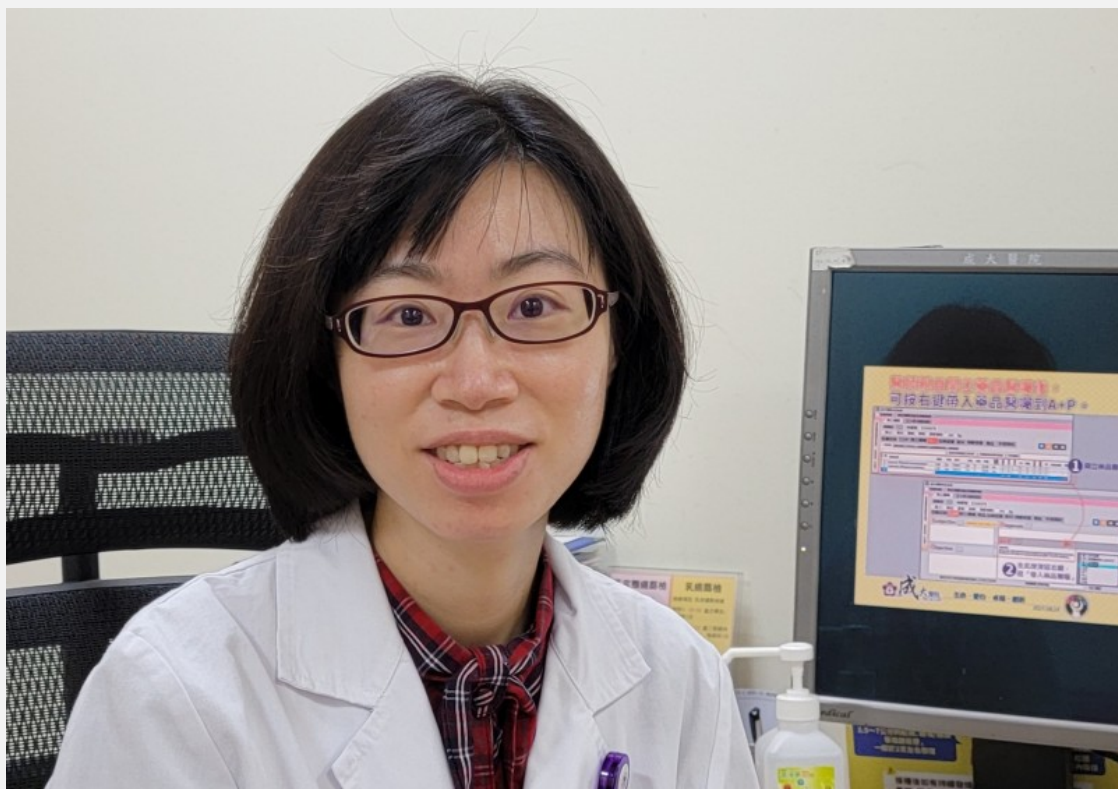
那其實就是在針對不同的族群



思覺失調症如何穩定控制病情？

常熬夜至凌晨變「4高」男醫：至少11點入睡

2021/11/22 12:48



成大醫院家庭醫學部主治醫師鄭翔如建議民眾勿常熬夜到凌晨才睡覺。（圖：成醫提供）

〔記者王俊忠／台南報導〕45歲陳先生帶著「滿江紅」的健檢報告到成大醫院家醫科求診，醫師發現他血壓偏高、空腹血糖偏高、膽固醇偏高、肝指數亦偏高。問診後得知陳先生工作忙碌，除了飲食不規律、沒有運動習慣外，下班後為了抒發壓力、常用電腦上網到凌晨2、3點才睡覺，早晨6點多就得起床趕上班，早上工作常覺得精神不濟、易發脾氣。

「熬夜」指的是人自動性在非常規生理睡眠時間就寢，導致睡眠時間過晚，或是引起睡眠時間不足。睡眠專科醫師、成大醫院家庭醫學部主治醫師鄭翔如認為，這樣的熬夜行為會造成身體生理時鐘的混亂，影響的不只是睡眠時數與品質，更間接損害周邊器官的調節。

人體器官的運行各有其晝夜節律，以夜間6點至隔日早上6點為例，有血管張力調節、心臟代謝、脂肪組織的脂肪形成、大腦褪黑激素分泌、肝臟糖質新生/脂肪生成、免疫系統細胞激素釋放等功能持續運作；而夜間10點半後，腸道的蠕動會被抑制變慢。

鄭翔如指出，當熬夜時，身體會處在睡眠延遲與剝奪的狀況下，造成這些器官節律被打亂，許多與此相關的疾病風險增加，如心血管疾病、代謝性疾病、肥胖、氣喘、免疫力下降、腸胃潰瘍等。此外，熬夜也會使身體暴露於光線下的時間延長，使得褪黑激素分泌被抑制，血清素受體敏感度也下降，失眠、焦慮、憂鬱的風險升高。

她說，依據人體正常生理時鐘，通常在晚上9點，褪黑激素會開始分泌，使人逐漸產生睡意，如在晚上11點上床睡覺，正常狀態下深夜2點會進入深睡期，若能保持規律在這段時間入睡，有助於減少上述疾病發生。以上述陳先生為例，會建議他除了以飲食與運動來改

善血壓、血糖、血脂的「3高」問題外，也要改變熬夜行為，因為，「睡在適當的時間點上」一樣很重要。



成大醫院家庭醫學部指常熬夜太晚睡，會引發身體相關器官病變。(圖：成醫提供)

熬夜也熬健康！醫師：睡在適當的時間點上很重要

SET setn.com/news.aspx

2021年11月23日

看更多《奕起聊健康！健康知識報你知》專題報導

三立新聞網 健康

2021/11/23 08:38:00

記者李鴻典／台北報導

45歲的陳先生帶著「滿江紅」的健康檢查報告到家庭醫學科門診求診。醫師發現他血壓偏高、空腹血糖偏高、膽固醇偏高，肝指數亦偏高。經問診發現，陳先生因工作忙碌，除了飲食不規律、沒有運動習慣之外，下班後為了抒發壓力還常使用電腦上網至凌晨2、3點才睡覺，早晨6點多就得起床趕上班，早上工作常覺得精神不濟，容易發脾氣。

「熬夜」指的是人自動性在非常規生理睡眠時間就寢，導致睡眠時間過晚，或是引起睡眠時間不足。睡眠專科醫師、成大醫院家庭醫學部鄭翔如醫師表示，這樣的行為會造成身體生理時鐘的混亂，影響的範圍不只是睡眠時數與品質，更間接損害周邊器官的調節。



▲醫師指出，當熬夜時，身體會處在睡眠延遲與剝奪的狀況下，造成這些器官的節律被打亂，許多與此相關的疾病風險增加。（圖／翻攝自成大醫院臉書）

鄭翔如醫師說，人體器官的運行都各有其晝夜節律，以夜間6點至隔日早上6點為例，有血管張力調節、心臟代謝、脂肪組織的脂肪形成、大腦褪黑激素分泌、肝臟糖質新生/脂肪生成、免疫系統細胞激素釋放等功能持續運作著；而夜間10點半後，腸道的蠕動會被抑制變慢。

鄭翔如醫師指出，當熬夜時，身體會處在睡眠延遲與剝奪的狀況下，造成這些器官的節律被打亂，許多與此相關的疾病風險增加，如心血管疾病、代謝性疾病、肥胖、氣喘、免疫力下降、腸胃潰瘍等。此外，熬夜會使身體暴露於光線下的時間延長，使得褪黑激素分泌被抑制，血清素受體敏感度也下降，失眠、焦慮、憂鬱的風險升高。

依據人體正常的生理時鐘，通常在晚上9點，褪黑激素會開始分泌，使人逐漸產生睡意，如在晚上11點上床睡覺，正常狀態下晚上2點會進入深睡期，若能保持規律在這段時間入睡，將有助於減少上述疾病的發生，保持身體健康。

鄭翔如醫師表示，以陳先生為例，會建議他除了以飲食與運動來改善血壓、血糖、血脂的「三高」問題之外，也要改變熬夜的行為，因為，「睡在適當的時間點上」一樣很重要。



▲醫師也強調，「睡在適當的時間點上」一樣很重要。（圖／資料照）

成大會館助伊甸身障青年就業夢想 希望透過不同工作體驗 讓孩子進一步了解自己興趣

【記者孫宜秋／南市報導】歡慶成功大學80周年慶，台南成大會館與伊甸基金會邀請全台校友及旅客一起做公益，守護身障青年的就業夢想，即日起至11年2/28日舉辦「成大會館 讓愛翻轉」品牌公益活動，成大會館不僅於2月校慶期間規畫為期四天的住房提撥捐，更號召全台民眾攜手傳愛，活動期間凡單筆捐款300元支持身障青年的職業訓練經費，即有機會抽中「成大會館雙人住宿券一張」。不僅如此，為讓身障青年感受多元的職場環境，成大會館更規劃一連串的「挑戰飯店特派員」探索課程，邀請學員們至會館進行房務整理及大廳清潔等工作，希望透過實際操作，讓孩子們體驗不同工作，進一步了解自己

的興趣，未來都能擁有獨立自主的人生。

「阿奇，加油！你做得很好！」今年剛滿20歲的阿奇，領有重度智能障礙手冊，家中母親是名智能障礙者，兩位哥哥也領有精障手冊，為了分擔爸爸的經濟壓力，阿奇台南啓智學校畢業後，曾到洗車場工作，卻因口語表達能力差，無法與同事及主管有良好互動而被辭退，直到一年前來到伊甸小作所接受服務，剛來到小作所的阿奇，只能透過簡單的問答指認出物品，面對較陌生的新環境，一開始沉默寡言無法融入團體，但這半年來，除了接受職業陶冶及人際互動的訓練，終於在教保老師的鼓勵和指導下，漸漸地表達自己的想法，在這次飯店探索課程，阿奇不僅成功挑戰更換枕頭套、床包，及飯店大廳的清潔消毒，工作態度認真一點都不馬虎，短短兩小時的職涯課程，不僅增強了阿奇邁入職場的工作動機，每位學員也都收穫滿滿，積極主動的工作態度，更是獲得現場主管們的稱讚。

子的夢想，台南成大會館自三年前開始與伊甸基金會合作，號召全台校友及旅客用實際行動為身障孩子圓求職夢，天生我才必有用，希望每年透過這樣的傳愛行動，讓社會大眾看見身障孩子的需要，透過實際操作課程，讓每位身心障礙朋友擁有實現夢想的權力，面對未來都有無限可能。」

伊甸基金會台南區區長張盟宜表示：「今年疫情打亂了大家的生活腳步，真的非常感謝台南成大會館仍然攜手民眾做公益，對身障青年來說，每一次的職涯體驗都是最寶貴的學習經驗，除了讓孩子們了解各種職業的工作屬性及環境，對工作的認知也更為熟悉，感謝台南成大會館提供職涯體驗的機會，協助身障青年建立獨立自主的人生觀，面對未來，每一位身障青年都可以用雙手打造自己的人生舞台。」活動洽詢：06-2146990*303 辛小姐

民時新聞 3 版 11 01 12 3

台南成大會館黃偉哲經理表示：「今年因疫情影響，旅遊飯店業雖深受波及，但成大會館仍堅持守護每位孩



連續三年，台南成大會館舉辦飯店職涯課程，助伊甸身障青年認識多元工作內容。

伊甸身障青 挑戰飯店特派員

記者陳銀全／台南報導

台南成大會館與伊甸基金會合作，不僅推出捐款支持身障青年職業訓練經費，即有機會抽中成大會館雙人住宿券一張，並規畫「挑戰飯店特派員」探索課程，安排身障學員至會館進行房務整理及大廳清潔等工作，希望透過實際操作，未來能擁有獨立自主

的人生。

今年剛滿廿歲的阿奇，領有重度智能障礙手冊，為分擔爸爸的經濟壓力，約一年前來到伊甸小作所接受訓練。在教保老師的鼓勵和指導下，此次的飯店探索課程，阿奇不僅成功挑戰更換枕頭套、床包，及飯店大廳的清潔消毒，工作態度認真一點都不馬虎，短短兩小時的職涯課程，增強阿奇邁入職場的工作動機。

台南成大會館表示，自三年前開始與伊甸基金會合作，希望透過實際操作課程，讓每位身障朋友，都能擁有實現夢想的權利，且即日起至一一年二月廿八日，舉辦「成大會館讓愛翻轉」活動，不僅於十一月校慶期間，規畫為期四天的住房提撥捐，且活動期間凡單筆捐款三百元支持身障青年的職業訓練經費，即有機會抽中「成大會館雙人住宿券一張」。

伊甸基金會台南區區長張盟宜表指出，感謝台南成大會館攜手民眾做公益，對身障青年來說，每一次的職涯體驗，都是最寶貴的學習經驗，除了讓孩子們了解各種職業的工作屬性及環境，也希望協助身障青年建立獨立自主的人生觀。



↑台南成大會館與伊甸基金會合作，規畫「挑戰飯店特派員」探索課程，安排身障學員至會館學習。
(記者陳銀全攝)

成大圖書館獲頒標準圖書館獎

想像與創造力，延伸成大校訓精神意涵。

此外，成大圖書館舉辦「

記者羅玉如／台南報導

教育部第一屆圖書館事業貢獻獎揭曉。成大圖書館以善盡大學社會責任，呼應聯合國永續發展目標，匯聚多元能量成為全方位的知識匯流、創造、分享核心，獲頒標準圖書館獎。成大圖書館也是六間獲獎圖書館中，唯一一間大學圖書館。

立於一九三一年，長久以來致力於連結國內外各學術單位，為讀者提供優質的跨域學習環境，呼應聯合國永續發展目標。標準圖書館評選標準涵蓋建築空間、館藏資源、品質管理、讀者服務、閱讀推廣、數位服務及創新發展。上述評選項目，成大圖書館均獲肯定。

成大表示，成大圖書館設

以館藏資源為例，成大圖

書館提供三百六十萬件實體及電子館藏，每年超過七百萬人次到館及線上使用。六十萬進館人次中，百分之十五為校外學術機構師生、學者及市民。建築空間部分，成大圖書館實體空間超過萬坪，同時提供線上、虛擬遠距等圖資服務，突破時空限制。一樓新空間「JIBRE理泊

活動，積極推廣閱讀文化。一冊一世界」經典系列、「世界閱讀日系列：卓閱學術專書特展」及「真人圖書館」主題書展、專題演講等系列活動。同時呼應SDGs聯合國永續發展目標，成大圖書館開設「成大BOOK一市：移動圖書館」、「為愛朗讀：錄製有聲書服務視障者」、連續十七年「二手書募集義賣」