

光復報報

程曉銘題

第六十五期

發行人：校長 程曉銘

出版者：新竹市光復中學

校址：新竹市光復路二段153號

電話：03-5753511

光復中學連二年榮獲總統教育獎 對生命鬥士致敬，發揮教育大愛

7月30日本校進修部廣告設計科三年級徐若鈞同學，在師長陪同下前往總統府接受99年總統教育獎頒獎，徐同學是繼去年度本校孫育仁同學後(腦性麻痺患者，希望杯世界馬術比賽冠軍)獲頒此項獎項，二生積極向上，足稱為生命鬥士，全校師生以此為榮，新竹市長許明財及本校董事長陳東和於畢業典禮上特別與二生勉勵合影(如合照)，校長程曉銘也提前頒給一萬二千元獎助學金。

徐若鈞同學是個略帶羞澀清秀美麗的女孩，非常喜歡畫畫、善良樂觀懂事，經常笑口常開感覺不出罹患罕見疾病泡泡龍(學名為先天性大疱表皮鬆解症)。他因皮膚非常脆弱且經常性疼痛，冬天因皮膚太冷會裂、夏天太熱會痛，從小需著長褲長袖，即便如此她絕不會給自己停止不前的藉口，不痛的時候就是她充實生命的時刻一用最樂觀和執著的態度面對人生，是本校推薦的主要原因。

她因不能曝曬太陽三年前放棄公立學校，只能就讀本校夜間部，又因愛好繪畫所以選擇

本校廣告設計科，因此也使她興趣下培養了良好的繪畫基礎，白天充份的自我學習給予多元化的創作才華，不論在作文、新詩、漫畫、西畫、水墨畫、設計等方面都是校內外比賽的常勝軍，兩度獲得新竹市學生美展水墨畫首獎、漫畫入選、全省學生美展第四名…等多項殊榮，在課業、班務三方面對她而言是，均衡發展，更是她與眾不同的地方。

其個人特異的表現作簡單介紹：

一.課業專注---璀璨成績

在校三年智育、德育均總在九十分以上，專業學科在水準之上。

二.熱心服務---卓越領導

他擔任班長，是班上安定的力量。它對班務的付出是值得肯定的，也在98學年度當選為本校模範生，更擔任在校生致答詞代表。

三.競賽成果---

1.96學年度：獲校內作文作文、新詩、海報、賀卡、漫畫比賽第一名

2.97學年度：

a.以“生命變奏曲”獲新竹市97學年學生美展高中組美術班水墨畫類第一名。

b.38期光復青年封面設計

3.98學年度：

a.獲新竹市98學年學生美展高中組美術班水墨畫類第一名，並榮獲全學生美展水墨畫類第4名。

本校蟬聯總統教育獎是自91年該獎開辦以來的奇蹟，學校有幸能得此奮發向上的學子且能給與愛與關懷，足證教育環境可使生命找出出路的！



總統教育獎得主與市長、董事長、校長合影

徐若鈞獲頒總統教育獎得獎感言 上帝為你關起這扇門， 必定會為你開啟另一扇窗

「如果你有兩顆糖，你願意分給我兩顆嗎？如果你有兩顆珍珠，你願意分給我一顆嗎？如果你有兩顆心，你願意分給我一顆嗎？我會！」

從小，因為身體的特殊，不能和同學們一起打鬧嬉戲，常常躲在角落塗鴉，漸漸的畫畫從娛樂變成了我的興趣和未來目標，它是忘卻疼痛的最佳良藥，更是一輩子最要好的朋友。

三年前，因為種種原因，進入了光復進修部，一踏進校門，黑鴉鴉的校園，閃爍的七彩霓虹燈，原來，人的臉上可以有那麼多美麗顏色，頭髮也可以參加嘉年華會，心中擔心著，我能平安度過嗎？直到後來才發現，每位同學的背後都有一段為生活而打拼，為未來而努力的感人故事使我深深覺得，能在這裡學習，真好！在光復，不但學會了幫助同學，也擔任了幹部，讓我學到了好多，幫助人，原來是這麼快樂的事。

在這世上，沒有人是十全十美的，但敢為這些不完美使人在逆境困難中，所露出的堅強笑容更為美麗，成功的桂冠是用荊棘編成的，小小的水源，最多只能成為一個湖沼，蕩蕩的平川，也不會有什麼戴著冰雪帽子的高峰，所以，唯有走過最危險的泥濘才能看見最美麗的花朵。

借這次得獎的機會，給自己莫大的信心，也讓自己知道，我真的很幸福，能得到那麼多的幫助和滿滿的愛，也希望自己能將這份力量，用自己的雙手，鼓勵更多需要幫助的朋友們。

「上帝為你關起這扇門，必定會為你開啟另一扇窗」，這個世界就算再繁忙，再擁擠，還是有可以停下來呼吸的時間，還是有可以盡情打滾的草地，還是有一朵花會為了你盛開，還是有一片空白等著你去填滿，地球，需要我們每一個螺絲釘的運作，才能源源不絕，就讓我們抱著這樣分享的心，快樂的迎接短暫的生命吧！

暑期英檢研習營 暑假生活不白過

英檢研習營是98學年度因為本校在執行【教育部教育均質化】計畫中的一個活動，此計畫是以新竹區內的國中生為主加強其英檢能力為目標而舉辦的。因頗受國中生及家長好評，所以在學校的大力支持下先後舉辦了以98學年寒假的【育賢國中英檢營隊】及98學年下暑假【育賢、培英、光華國中英檢研習營】。為了使國中生更多樣學習，下午增加了電訊學程策畫、執行的【國中機器人營隊】。

為了國中學生的安全著想，每天的校車都有負責的老師押車點名。7月6日一大早由高正中組長、傅舜卿組長及鄭雯蔚主任隨三台校車出發至各校接國中生，也揭開了為期六天

暑期【英檢研習營】與【機器人營隊】的序幕。

這件事看似簡單，卻極需要注意時間與學生人數的掌握。

國中生下車後由應用外語學程273班的服務學生黃俊展等六名負責點名、統計便當種類與數目，除了隨時支援老師以外，中午還要分配便當與垃圾分類、清掃教室。用完午餐之後，國中學生在教室休息到12點50分，電訊學程主任謝其杰帶著該學程的服務學生帶國中生往教學樓的教室出發。當其它學生正享受暑假時，他們不辭辛勞、無怨無悔的付出，更能感受到這些學生服務的熱誠，我們也從他們身上看到光復充滿了希望！



校長們與成績優異獎學生合影

並贈送謝禮，讓本次的活動增添不少光彩與溫馨。參加的國中生也表示獲益良多，不但增長了知識、看到光復中學美麗的校景和優良的設備、更感受到老師的專業及工作團隊的用心，希望有機會能再次參加像這樣既有趣



程校長與光華國中段文慶校長、學生們合影

又有意義的營隊。從如此熱烈的回響看來，所有工作團隊的付絕對是值得的。我們要向熱心參與這次營隊的工作同仁深深一鞠躬，沒有他們辛勤的汗水灌溉就無法見到這次活動盛開的美麗花朵。我們也會將來自於各方的支持與鼓勵化成一股繼續推動與各國中友好交流的動力，不斷加油、持續努力！



程校長與培英國中洪碧霜校長、學生們合影



程校長與育賢國中張峰旗校長、學生們合影

新竹瘋設計比賽 廣設學程出風頭

◎第一名林韋杰得獎心得

當我知道我參加新竹瘋設計比賽獲得第一名時，我心裡真的超高興的，簡直就像在作夢，自己沒有很大的自信心，因為我沒學過畫畫，只不過從小就很愛畫插圖、很喜歡看一些有意思的圖片。沒想到最後能贏過這麼多的參賽者，我心裡也覺得非常驕傲！



在畫這幅畫以前，我也不太清楚新竹有哪些地方很有特色的，所以我去學校的圖書館查資料，或是參考班上同學畫的。在圖書館裡我找到了不少關於新竹地方的美景與特色，這些可以當作我畫圖前重要的參考資料。

我畫的新竹是有點像是插畫式的，鮮豔的顏色、可愛的小東西等等，我畫了很多樣子有點奇特的小動物，在懸崖上岩石顏色的部份我覺得最難塗色，我用了許多顏色去上的，雖然有點不太自然，不過我想應該還

可以，等畫完成的時候，再加上些小細節，像是顏色均勻度、或是飽和度等等，讓整體更好看。

最後我想感謝我的指導老師王嘉偉老師，感謝他在我參賽前時常給我一些建議，也教導我怎樣能畫得更好，老師，謝謝你這半年的指導！

◎第二名林宗和 得獎心得

「新竹好風景」這一張作品我花了許多時間在裡面，從構想到鉛筆搞到色彩搞直到完稿將近一兩個月。一開始知道要畫這張圖時，心裡非常的開心，因為這是第二張大件作品，心想著作品畫出來一定很有成就感。初期是在圖書館找資料，關於新竹風景、特色等……，翻了許多資料，終於，構想出來了，但是還沒跟人討論過，所以在假日把老師邀出來討論，很多地方要修改，畫了許多張鉛筆稿終於完成了，接著要開始想用何種素材來完成它，拼貼？色鉛筆？最後還是決定用色鉛筆和白圭筆來畫。在畫的時候也被老師糾正了很多，因為色鉛筆觸是不行的，重覆畫了很多張，到了最後終於有一張滿意的，



接下來就是大張完稿的時刻了。老師發了一張四開的冷壓板，我每天一點一滴慢慢畫，好不容易完成了這一張作品，畫中那條魚正代表我愉悅的心情！

比賽結果揭曉，我得了第二名，我要非常感謝在創作圖畫過程中給予我指導和幫助的人，我最後想對自己說：「再加油，用創意找到屬於自己的世界」

◎指導教師 王嘉偉 指導心得

學期初甫加入光復的教學行列，即得知由科內承辦之「新竹瘋設計」海報設計競賽，正在籌畫進行並開始徵件，身為廣設教師的一份子，對本科承辦的活動當鼓勵學生盡力爭取榮譽，由是運用「競賽融入教學」的機會學習，指導學生如何由學習繪畫技巧，進一步轉換至海報設計的觀念，並借助科主任設計的學習單，引導一、二年級學生們由蒐集資料、概念草圖至色稿，最後以色鉛筆技法呈現在冷壓板上，歷經一個半月磨練，指導學生榮獲第一名、第二名及佳作等三項佳績，三名學生尚處於一年級的摸索階段，卻能打敗校外及本校二年級的學長姊們，誠屬難能可貴，這些榮耀歸功於學生們的辛勤和努力。

本項競賽所蘊含的是展現新竹

地方文化，對於我一位外地人而言，因為指導過程，而更加瞭解新竹的觀光景點及文化特色，為教學上的意外收穫。此外，在指導過程中，對該三名一年級獲獎學生更是印象深刻：第一名獲獎學生在前幾次課堂中，因未完成進度招致受罰，而後奮發圖強，以插畫風格和細膩上色繪製，並成為第一位完成作品者；第二名獲獎學生不僅課堂表現認真，接連兩週週末皆到校請教我如何修正，經過不斷的修改和嘗試，完成了極具POP風格的作品，其認真程度令人讚賞；佳作獲獎學生在表現技法上雖非成熟，卻虛心受教、聽從指導，經過鼓勵而大膽嘗試自己的風格，該生在過程中一直缺乏自信，因此這個獎項對她增加自信心而言是無比的重要。這三名學生在天分上或許異同，但相同點都是在學習過程中，不斷地挑戰自己、努力不懈，其「只要努力就會有收穫」的成果，值得其它同學學習之。

所謂「春風化雨」，在教學過程中，看見學生不斷地成長，辛勤付出而獲得回饋，著實為他們感到驕傲與高興，此實屬從事教職最樂之事，亦藉由該項競賽讓學生體悟，每個人皆有優點和長處，只要願意努力付出，舞台便屬於你的。



2010年WRO奧林匹克機器人校際盃大賽

電訊學程再創佳績榮獲高中競速組第一名

本校電子資訊學程高二學生，參加2010年WRO奧林匹克機器人校際盃大賽，榮獲高中競速組第一名晉級全國總決賽。電子資訊學程已連續四年參加全國性機器人競賽、綠色能源專題競賽、太陽能模型車、太陽能模型船競賽，並屢創嘉績。

今年全國高中職組合計有68支隊伍參賽參加競賽，科內選出2隊精英參賽，並榮獲高中競速組第一名，再創新紀錄。

指導老師群：謝其杰主任、張勇謙組長、高中中組長、林愛蘭老師，學生能有如此佳績表現；全賴全體師生團隊全力以赴，以下為參賽指導老師群與學生競賽心得與全校師生共同分享同學參賽心得與榮耀：

◎高中中組長與張勇謙組長指導競賽心得分享：

給綜221的同學們：

你們的資質都差不多，而學習的好壞，關鍵在於你的態度和方法。從對專業的一無所知，進而走出校園，與全國專業好手一較高下，你們逐漸拾回自信『肯定自我』。在競賽中獲取經驗，懂得汲取知識，磨練自己。老師相信你們，在『光復』認真學習，並配合師長們計劃性的培植，三年後的你們將收穫滿滿！

◎林愛蘭老師指導競賽心得分享：

親愛的孩子們：

從高一的青澀懵懂、無助，在畢業學長的輔導、見證下，在師長們的期許、鼓勵下，直到親職座談會家長的肯定與配合下，你們漸漸知道自已的學習方向與未來目標。親愛的孩子們，有師長們詳細的教學計劃方針，你們只要以認真的態度，去面對、去

努力、讓自己勇敢走出基測失敗的陰霾，迎向競賽的歷練。老師相信，懂得努力經營自己的人，必定會優人一等。孩子們！好好打拼！師長們以你們為榮，學弟妹們也以你們為模範，加油！

◎綜221 粘智涵

這一次參加WRO2010年機器人比賽，感覺心情就像海浪一樣浮浮沉沉，因為考試以及零零種種的活動舉辦日期太接近，導致機器人進度嚴重落後，比賽前一星期才開始研究，時間非常緊湊，常常與隊員們之間討論很容易就起了口角了。第一次參加如此正式的比賽，平常再熟悉的動作，在比賽會場手卻一直抖，事後學長說第一次比賽都是如此，以後會漸漸習慣比賽的節奏，學長及老師們的鼓勵是我們的動力。既然非常幸運的能夠邁向全國賽，我們就要抱回更多獎盃，這樣才對得起自己、老師以及學長們。

◎綜221 翁興憲

這一次意外的拿到參加全國賽的門票，代表我們兩個月的時間要犧牲奉獻給機器人了，很感謝當時在科辦所幫忙我們的老師以及潘老師的建議，我們在比賽中看到不少其他不同造型的機器人可以當作參考，去做出之後比賽的機型，在未來的全國賽中，我們一定要扳回一城拿下好名次！

◎綜221w 邱德彥

這一次參加WRO機器人比賽感覺有一點艱辛，因為畢竟只練習了一個禮拜就去參加比賽了，在集訓的時候我們大家都快要想破了頭、看了無數的機器人影片，才僅僅擠出了一台只能得到第一根柱子分數的原型機19號。此時有隊友指出別的學校也只會爬第一根柱子，於是我們就想，我們

只要可以完成第一根柱子撞到第二根柱子，就可以贏得冠軍，於是我們不斷的研究，不過很可惜的我們的第二台機器人18號，沒有辦法克服攀爬磨差係數的問提，所以在比賽當天決定派出我們的原型機19號去參賽，到了比賽現場我們居然發現別的學校居然可以完成第一根柱子撞到第二根住，不過我們還是沒有放棄，依然努力的想要完成第一根柱子，不過最後還是很可惜，我們只差一點點就可以把球打下來了，最後9秒之差輸給了憲哥他們那隊。我很高興很可以參加這一次的2010 WRO機器人比賽，雖然這一次的比賽我們輸了，不過我們還是依然努力到最後沒有放棄，畢竟我們大家都有努力過。

◎綜221 莊偉祥

我覺得參加此次的WRO機器人競賽我真的是受益良多，拼裝樂高機器人真的是很考驗我們的創意，光是讓機器人沿著柱子往上爬就有很多種方法，更何況是加上要自動行走。

我們這組嚴格上來說是在比賽的前六天才真正的成軍，我們光是想要怎麼做就花了很多的時間，一開始我們都認為機器人只要可以爬上爬下，並且將球拿到手就好，換柱子的話只要用手動就好了，結果沒想到在比賽的前兩天，我們才知道新竹的規則是不能用手將機器人在兩根柱子間移動，完全要靠硬體及軟體的搭配才行。由於這個新發現的規則，我們只好馬上拼裝另一台機器人，由於多了要自動行走的規則，硬體真的是困難了許多，想了很多種方法都不可行，最後只好硬著頭皮拿著第一代的機型去參加比賽了。

在比賽時有一大半的參賽隊伍都是君毅高中所派出的，結果只有一些隊伍有到比賽會場，其他都沒有去，而且他們的機器人全都是同一個模子印出來的，完全一樣。由於我們花了很多的心思在製作可以爬跟走的機器

人，所以第一代的機型只知道大略的形狀，拼裝時就花了很多的時間，所以測試的時間就減少了不少，結果比兩次都有成功旁爬上柱子，可是球都沒有打到，真的有點懊惱

◎主任的話：

三年前在學校的支持下，電子與資訊學程將「創意機器人」與「綠色能源」列為科發展特色與方向，由逐年導入課程、社團發展、競賽參與、辦理國中小營隊經驗分享。

嘗試將「創意」這個元素融入教學與競賽中，每次參賽的「創意與想法」在經歷師生共同討論下誕生、犧牲假日與放學後留校練習與無數次修正實作、測試與失敗經驗的考驗與累積下；才奠定我們實作能力與歡樂收割甜美的競賽成果。

這些都是電子與資訊科教學團隊老師用心投入教學研究，學生積極參與各項競賽活動；所共同締造的成果。每次參與競賽看到老師學生們全心投入競賽，享受參與競賽成長的過程；分享競賽成果的榮耀。

主任以全體師生們為榮，參與每一次的競賽都是成長的機會，競賽後將心情重新歸零。參賽後與全體師生一起虛心的檢討，接受每一次的挫折洗禮，只為讓自己更能堅強面對考驗。分享與傳承每一次的競賽心得，讓自己成為一位有能力分享的人，積極思考向上提升與全體師生共勉勵。



頒獎大合照

獎狀

全國新進教官班參訪光復 分享校園管理成功經驗

◎撰文／張懷民教官

8月11日在熱情洋溢的啦啦隊表演中，開啟由新進軍訓教官班執行官桃園縣督導張百誠上校帶領的79期新進軍訓教官百餘人的參訪活動。程校長曉銘先生率領行政團隊及全體教官同仁熱烈歡迎，程校長首先肯定教官在學校的辛勞與付出，尤其在執行春暉工作上，能讓迷失的學生邁入正常生活，功不可沒。希望此次能藉由實務的參訪能讓大家有所收穫，同時也歡迎新進教官們加入軍訓的大家庭。

在進行校況簡介及行程說明後，新進教官分為四組進行參訪，分別為：「上、放學勤務簡介」、「教官備課及授課注意事項」、「教官室、軍械室及值勤室現況



簡介」及「學生假日生活輔導實施說明」四大課題。課程的安排是藉由「教官勤務」、「軍訓教學」、「校園安全」及「學生輔導」主軸而設計，在使新進教官能儘早的進入校園生活且融入工作；並藉由實際參訪實踐新進教官班課程規劃以「理論與實務兼具、固有與創新並陳」的構想。

在參訪過程中各組教官認真的傳授經驗及解說，新進教官們亦實際進入到教官的工作環境，體會研習過程中所獲得的知能印證在實務工作上，在新進教官踴躍發問過程中及與學校教官的互動下，顯現出新進教官對未來的軍訓工作的期待及呈現出軍訓工作的薪火相傳。

此次的參訪過程執行官張百誠上校希望新進教官去體會光復中學的教官團隊在學校經營的用心，把值得學習的地方帶到新的工作環境。教官室鄭主任教官細心規劃這次參訪活動，成功的將光復中學教官室平日的工作表現呈獻給新進教官，讓光復中學的經驗藉由新進教官分散到全國各高中學校。



換上和服後彷彿一舉一動都融入了日本傳統女性的優雅；在江戶東京建築園區體驗了藍染和茶道，隨性綑綁布料後再放入染缸中反覆浸染，直到完成後才知道會產生怎樣的花紋，充滿了驚喜；日本的茶道則完全顛覆了我對茶道的了解，不論是用具或是禮節、連茶本身和都台灣截然不同。

在日本生活的十六天裡，無論是在熱鬧的街頭，或者在人潮稀少的巷弄中，幾乎見不到垃圾，在馬路行走或是地鐵站裡上下樓梯和電車，人們都會維持著秩序，看起來是如此自然不刻意，我想若台灣也能做到這樣，生活及心靈必定會大幅提升吧；雖然日本是個重是傳統及禮節的國家，但對於個人特色的包容力卻很大，走在原宿街頭不時可看見穿著奇裝異服的人，頭髮或是裝容也充滿了特色，對於色彩的運用既鮮艷又大膽，在台灣想必會遭逢異樣的眼光，但在那裡卻是如此的自然；這一趟旅行帶給我豐富的收穫，學習、生活、玩樂、冒險，每一個部分都有深刻體會，讓我難以忘懷。



時尚繪圖課-繪畫講義、用具



夏季浴衣體驗



文化對街設計學園



文化學院的博物館前宛如馬卡龍做成的椅子



我的3D繪圖動畫設計作品

◎戴涵妮

這次的海外技能實習，對我來說是個全新的體驗，不僅使我更加了解關於設計的知識，也使我更加認識日本文化。

我一直很想把頭髮染成紫色，因為那有一種華麗又帶有神祕的感覺，而且我一直活在別人的期待下，很想要做點改變，讓身旁的人意識到在我內心世界還有另一個我存在，但一直還沒準備好去嘗試。這次來到日本，發現文化女子學園的學生打扮都非常獨具風格，就不斷的尋找紫色頭髮的女生，因為我有一頂紫色假髮，我很想看看紫色真髮實際在生活中會是什麼樣子。最後的結果當然是有找到，而且，我為了和她拍照，還特地跟著她到餐廳，等到她吃飽了以後，再去

找她照相。

這幾天下來，我時常不經意的觀察到路上行人的穿著，我發現這裡的人穿著非常多元，每個人都各自有各自的特色。這樣很好，大家都能盡情的展現自我，不必拘束，多誇張都不會引來異樣的眼光。不過我也會想，外表其實無法代表一個人，很好奇那些穿著超龐克、超可愛、或者超豔麗的人背後，到底是什麼樣的一個內心世界，以及他們這樣穿，究竟是為了追求時尚、為了同儕、或是為了自己。

Suica是搭乘日本電車用的儲值卡，也可以在某些商店及販賣機使用。我覺得Suica是一張超棒的卡，不但可以搭電車，還可以在某些商店，販賣機使用。如果談到拿suica買東西的這個層面，它跟信用卡有一個很大的差別，就是suica是先有了錢再儲值，再刷；信用卡則是先刷了，帳單寄了，再想辦法籌錢。Suica使用起來非常方便，而且不會有卡債的問題。我覺得如果所有的商店、販賣機都可以用suica購物，那一定會是一個超炫的世界，不需要帶錢，一張卡就可以闖天下，還不用擔心負債過度。

行程中有一次的企業參訪，他們說不管未來從事什麼行業，都要一直保持著一顆好奇心，擁有好的人際關係，令我印象非常深刻。我在想，這個世界已經成了地球村，很少人能夠孤軍奮戰，還能奪得大勝利。這個時代，講求互助合作才會成功。一方面集結大家的智慧和力量，能夠把成果發展到完美的極致；一方面與同事之間良好的互動，可以使人因此得到快樂，更有動力去工作、付出。我常常畏懼接觸不熟悉、或是曾經有失敗經驗的事物，就自動忽略、或不太敢去嘗試，我期待自己可以突破這項障礙，勇敢的敞開自己，多多去觀察各樣的人事，使自己更有涵養，也能在職場及人際方面成功。



時尚插圖課程結束後，與指導老師高村先生合影



參觀鎌倉大佛、建長寺等古蹟，與鎌倉大佛合影



淺草雷餅製作體驗，師傅的上課情形



藍染體驗活動，與自己作品的合影



東京電子學院專門課程中，與半上課過成品合影

99年度光復高中海外技能實習 東京新設計技能實習心得

◎李易宣

在將面臨統測之時，機緣下得到了參與「東京新設計海外技能實習」的機會，雖然我不是本科系的學生，但是即將畢業升上大學，在未來能夠到國外修習的機會並不多，更何況是別科系的專業實習，我對於服裝設計的概念很淺，也許往後從事的職業也沾不上邊，就因如此更想把握這次的實習機會，去嘗試不同的專業學科，期盼激盪出不同於以往的火花。

這是一次學習之旅，也是一趟體會獨立的冒險，第一次沒有家人的陪伴出國，和陌生的同伴一起生活，住在簡約的宿舍裡頭，生活的瑣事全靠自己動手，在家中悠閒的日子過久了，這樣的生活真是不習慣，隨著日子一天天過去，漸漸的和同學熟絡，結伴到公共澡堂洗澡，緩和了原本緊張和尷尬的心情，輪流打掃維護寢室清潔，凡事不再依賴別人的幫忙，是這趟旅程中的一大收穫，對於即將上大學的我而言，無非是最好的預習。

最初文化學院的老師帶領大家參觀校園，專業教室中有許多先進的儀器，如：機械化生產設備、3D掃描軟體、測試布料可控制溫度及濕度的實驗室，而各式年齡體型的人體、全國布料資料庫、各式服裝和飾品庫，讓人見識到服裝產業所含範圍之廣大；在學院裡上的第一堂課是時尚資訊

研討，聽取內容縮了各個地方的流行情報的簡報，讓我們短時間裡對於日本現正流行的文化有所概念；而高村是洲老師的時尚繪圖課，雖然讓非本科系的我受挫不已，但老師的畫工和技法實在令我讚嘆，也不禁佩服起所有的服裝設計師，要畫出一件又一件的設計圖可真不容易；還上了日本時尚產業課，講述了日本時尚產業的現況與未來展望，分析從上游纖維產業到下游零售販之中的層層關係；時尚飾品課則學習帽子的配戴，一頂帽子因為配戴的角度的差異便會產生不同的感覺，都知道帽子要配合場合及服裝，沒想到竟然也要配合臉型，戴對了能為造型大大加分，若戴的不合宜則顯得滑稽。

校外的學習，參訪了TORAY企業，真是大開眼界，從設計版型、布料剪裁、對花等等，製做的每個小細節都能以電腦軟體輔助；在東京電子專門學院，每個人都有一台電腦操作，體驗3D繪圖動畫製作，協助我們老師有好幾位是台灣人，到日本學習不過兩三年而已，現在已經在日本的企業裡就職，好令人佩服。

除了服裝設計的課程外，另一部分就是日本文化體驗，參觀了建長寺、大佛、鶴岡八幡宮，不同於台灣寺廟的香火鼎盛、人聲沸騰，感受到的是一種寧靜平穩的氣息；夏季浴衣體驗可說是此趟旅行最讓我難忘的，

世界展望會第21屆 飢餓30活動後心得

◎吳雪娥 老師

我想這是一個難忘的父親節回憶。

在光復參加飢餓12體驗後，和班上的孩子們一起期許參加林口飢餓30的大會師。

很高興這次帶我們的義工青年也是光復中學畢業的學長，在校門集合時就顯的特別的親切和高興。

一進會場就被整場的氣氛所震撼，原來有1萬3千多人從台灣的四面八方而來，甚至有人凌晨2點或前一天就趕來了，而從新竹去的我們可真幸福！大家一起穿著一樣的衣服著一樣



我們不是只有救助物資，還協助他們用自己的力量重建自己的家園，讓他們覺得自己並不是災民而是很有自尊和希望的。

想想這些聚在一起的人，大家不計較是否餓的大腸顧小腸（台：餓翻



了），而是 了一個讓地球更好和讓自己的格局更廣大的活動，就覺得這些孩子真的很棒很有遠見。

原本覺得是陪學生來的，但是活動結束才覺得自己是收穫最多的人，我希望我能更珍惜生命、更珍惜地球，盡自己之力去影響他人，熱愛生命的一切。

最後謝謝展望會蔡小姐很熱心的在活動前一天加我進去、學校能去推動這麼有意義的活動、7-11的T恤、義工小隊長不時的問我們是否身體不適和讓我們補給水份，我想這真是一個最有意義的父親節。

◎綜295班 彭婉婷

第二十一屆飢餓三十我與一萬三千多民飢餓勇士們一同參加，第一次參加這麼龐大的活動真是讓我大開眼界了不少，使我的心不禁燃燒起熊熊烈火，期待今天一整天的活動。活動一開始少不了主持人的致詞，之後就請出了活動代言人黃力行、蕭亞軒，他們分享了很多到國外貧窮、落後國家的紀錄片，那裡的農作物因為氣候的關係很久都沒下雨因此導致乾旱，不但小孩瘦弱如柴，就連牛也一樣，衛生環境、醫療技術也不是說很好，所以新生兒中有很多都剛生下來不久就離開了。

這次的活動讓我感觸良多，體會到了貧窮國家沒東西吃挨餓的感覺那是多麼的痛苦，那種渴望、無助的眼神是多麼令人的不捨，想想現在的自己是多麼的幸福，要什麼有什麼，而那裡的孩子則是什麼都沒有。現在我們能做的就是付出更多的「愛」，雖然是件很渺小的事，但是對那些需要幫助的貧窮國家來說，這件渺小的事卻可以變成大大的希望，他們一絲的期待、一絲的希望都是我們可以給予他們的，只要我們願意付出一些愛，他們便可以過的更好一些，所以在這次的活動中我們饑餓勇士們也一起募捐了二十七萬多元。這次的活動真的很有意義，對我來說真是個很不一樣的體驗，喜歡付出愛的你們下次的「飢餓30」，你絕對不能錯過。

2010年全國啦啦隊夏令營 各方好漢齊聚一堂互切磋

◎撰文/林宜靜老師

2010年7月的夏天，每到這個時期，光復的啦啦孩就知道，我們要去參加一個好玩又辛苦的磨鍊營，那就是由中華民國台灣競技啦啦隊協會所主辦的「2010年全國啦啦隊夏令營」共計三天兩夜的宿營，每次參與的學員都高達三、四百人以上，地點舉辦在「金山青年活動中心」，研習的內容不外乎啦啦隊的所有技術動作教學，更比平常的研習多了海灘課程、團康活動、晚會、烤肉…等等，也讓啦啦孩們認識來至各方好漢的啦啦隊員，從中學學習到「人外有人，天外又天」的道理，更重要的是在最後一天的課程裡，有太多啦啦孩們學習後，需要在營隊結束前被教練群們指正驗收的課程內容，也就是因為如此，才會讓每次參與研習的啦啦孩們都練到三更半夜才睡覺，因為被指派驗收的啦啦孩，都有很大的使命感，就是驗收一定要能夠得到錦旗，為隊員們爭取最高榮譽，這就是之所以每回光復啦啦孩回憶起三日夏令營，都是一口同聲的說出非常好玩，但又非常辛苦的磨鍊營，值得回味無窮。

◎12年信班 孫御閔

好累的三日啦啦隊夏令營又來了，可是心中總有些期待和興奮，這次跟了很多還未正式接觸過啦啦隊的光復新生一起去參與研習，我想這對她們來說是一大挑戰，要在這麼短的時間練好那麼多啦啦隊相關的技術，不過...她們表現真的狠不錯喔，新生好棒喔！

第一天的海邊課程，用盡力量的玩每一項遊戲，團結的精神好讚！這次的研習學習到了很多不曾做過的技巧，「雖很難」但做成功就會有好多的成就感！

第二天光復啦啦隊得到了「ㄈㄟ a world」這是一個參與研習中最有精神、態度最佳、學習慾望最強的隊伍，才可以得到的一個神聖獎項，好開心很感動，有說不出的喜悅，跳起來的瞬間，我突然明白，就是喜歡這種感覺與力量吧！一直秉持這份精神，一直喜愛啦啦下去，一起努力、一起認真的感覺真棒，好開心真的好開心。

這次也要特別謝謝CTCA的阿民教練、海苔教練和學姊們，謝謝他們幫忙我們排總驗收的流程，謝謝他們陪我們練習到半夜，真的好謝謝他們！

每次的三日研習總是讓我又愛又恨，一起叫一起開心的大喊就會吸引

著我，一直想去研習，忘不了的啦啦精神，我要繼續一直下去，抹滅不掉的快樂回憶，都在三日啦啦隊夏令營裡！GO Panthers GO！

◎12年信班 吳施儀

因為去年有了參加夏令營的經驗，所以今年我抱著強烈的精神要去挑戰教練們所教的每個動作，不只因為要驗收，自己是三年級的學姊了，要把實力拿出來讓學妹效仿一下。

研習中有一個課程是Regulation，其實我沒有很期待，因為擔心會很困難，但學了之後才發現很容易學習，再來就是主舞蹈課程，因為我們光復是全女生組，得要有人去學男生的動作，於是我選擇了男生的動作學習，晚上的複習與練習這是必然要的，看到有些學妹疲累的眼神看著我，心中是充滿著心疼，畢竟她們都才剛加入光復啦啦隊這大家庭，不過很開心的學妹學習的很快。

第三天的單項驗收：舞蹈部分學姊要我和另外一位隊友去參與驗收，心裡超級開心的，因為有被肯定的感覺，我總共參與驗收了很多項目，在這些項目裡都拿到很好的錦旗獎勵，超級無敵霹靂開心的。

直到最後結束的小隊時間，小隊輔感動的哭了，因為在練習過程中大家情緒都不穩定，加上天氣的煩躁練出來的效果不佳，但在台上那幾分鐘內卻是最閃亮的，所以小隊輔感動的哭了，這個完美又值得的一場夏令營就在打鬧哭笑聲Happy Ending。

我永遠記得給自己的兩句勉勵的話：

「沒有安全就沒有啦啦」、「只有採不死的底層，沒有摔不死的上層」

我是踩不死的底層妞妞，GO!



夏令營-海灘跳躍遊戲課程



獲得當日最佳團體精神獎



2010 CTCA SUMMER CAMP 10 YEARS ANNIVERSARY

所有參與2010年全國啦啦隊(舞)夏令營 大合照



的心等著一起迎接這難得的一刻。

其實在開場的第一個節目我已經流下了眼淚，一群原住民的孩子，身高並不一致，有男有女，但當他們盡情的揮舞著手中的鼓棒跳起充滿生命力的舞蹈，連在一起表演的黃力行和蕭亞軒都不再是大家的焦點，當下的我真的好感動好感動…。這讓我覺得，若每一件事我們都可以這麼熱情參與的話，那會是多麼美好啊！

在活動中除了很多藝人一起參與之外，其實還有我們光復校長程曉銘



先生，連總統夫人周美青女士都來共襄盛舉。我想領導者都能做這麼好的示範，讓我覺得台灣人還是非常有愛心的。

很高興活動中除了表演之外，還穿插不少教育地球暖化、環保、88水災重建工作、很多孩子活不過5歲的原因…等等。除了每個月700元可以救一個孩子一家人之外，世界展望會也做了台灣災難的救助。記得當時展望會的會長說了一個觀念讓我覺得很棒：