



文大校訊

CHINESE CULTURE UNIVERSITY INFORMATION ON CAMPUS

270 中華民國九十二年五月十九日 星期一

內頁重點新聞提要

- 第一屆校友返校 2
- RICH 工讀網提供工讀機會 2
- 新聞系研討會邀集兩岸專家參與 3
- 華岡電視台開台辦主播大賽 3
- 母親節孝親電話活動一解思親苦 4
- 趙氏按摩法提昇免疫力有一套 4

發行人：張鏡湖 社長：陳純一 顧問：彭振剛、周伯乃、唐彥博、劉臺民 主編：鄭宜峰
 印刷：華岡印刷廠 地址：台北市陽明山華岡路 55 號 電郵：editor@staff.pccu.edu.tw 電話：(02)28610511 轉 407

林前校長校務會議報告十年來校務發展概況 以邁進國際一流學府為目標 會中提案設置「池田大作研究中心」



前校長林彩梅主持任內最後一次校務會議時，報告近十年來文大發展的概況。

【記者黃盈淳報導】九十一學年度第二次校務會議 4 月 29 日在曉峰紀念館國際會議廳舉行，會議由前校長林彩梅主持，並進行校務工作報告，董事長張鏡湖特別蒞臨指導，各學術、行政單位主管、教師、職員、學生等代表均出席參加。值得注意的是，校務會議中，人事室特別提案設置「池田大作研究中心」，並擬訂「池田大作研究中心設置辦法」草案，在會中通過。此外，也提案修訂

「教師聘任服務辦法」第十條條文，以及修訂「教師升等辦法」部分條文。

林前校長針對校務發展成效及今後三年的發展計畫，與近十年校務發展情形作報告。林前校長指出，九十一至九十三學年度中程校務發展目標以邁進國際一流學府為主，其計畫為：不增加招生人數，提高師資結構，提高教師的研究質與量，提高數位地球中心的研究功能，興建現代化優美化校園，以「德、智、體、群、美」五育並重及「質、樸、堅、毅」的校訓培育英才。林前校長也特別報告在她任內文大近十年校務發展情形（八十二學年度至九十一學年度）：

一、校園設備現代化、資訊化、優美化

(一)增建大恩館、大夏館、創辦人曉峰紀念館，大夏館第二棟大樓等四棟大樓完成使用，購買新生報大樓，樓地板面積增加約百分之八十。(二)舊大樓內全部現代化。(三)落實一分鐘環運運動，建立乾淨美麗的校園。加強「美育」教育。(四)全校設備資訊化。(五)建立數位華岡。

二、學院發展一大幅增設研究所，提昇國際學術地位

(一)學院：從九個學院發展為十二個學院（增設環境設計學院、教育學院、社會科學院三個學院）。1.學系：有五十七個學系（增設教育學系）。2.研究所：有 a.碩士班：從廿四個研究所碩士班發展為卅九個碩士班（增設十五個碩士班）。增設會計研究所、國際貿易研究所、資訊管理研究所、教育心理與輔導研究所、材料科學研究所、資訊傳播研究所、運動教練研究所、建築及都市計劃研究所、市政及環境規劃研究所、景觀學研究所、舞蹈研究所、藝術研究所美術組、藝術研究所音樂組、藝術研究所戲劇組、韓國語文學研究所。b.博士班：從七個研究所博士班發展為十個博士班（增設政治學博士班、俄國語文學博士班、建築及都市計劃博

士班）。3.推廣教育部有 a.增設學位班（四年制六系，二年制四系，研究所十一個碩士班）。b.一般訓練班每年從約一萬人成長至二萬五千人，屢次獲教育部評鑑第一。(二)提昇全校報到率：1.全校學生數：全校學生數從約二萬名增加為二萬六千名學生（增加約六千多名學生）。2.全校報到率：a.從百分之八十三提昇至百分之九十二（提昇百分之九）。b.報到率百分之九十五以上學系，頒發系務發展獎金十萬元以上。(三)提昇老師向心力：每學年召開擴大院務會議，每學期召開擴大系務會議，提高全校專兼任老師向心力。

三、名師雲集、師資結構大幅提昇

(一)提昇師資結構：1.敦聘專任老師：從四三九人增聘至五九八人（增加一五九人高達百分之三十六）。2.助理教授以上專任教師：從百分之六十五提昇至百分之七十七（提高百分之十二）。3.博士學位：從百分之四十一提昇至百分之六十（提昇百分之十九）。(二)減輕授課時數：從教授授課九學分、副教授九學分、講師十四學分，調降為教授八學分、副教授九學分、講師十學分，與國立大學相同。(三)提高福利：老師薪資從大約國立大學的八成提高至大致相同並增加多項獎勵制度。(四)研究成果卓越：1.發表篇數大幅增加：全校專任老師從發表論文等篇數二〇四篇增加至一千二百六十六篇，九十學年度為八所私立綜合大學研究篇數最多者，平均每位教師二、六篇（增加一千多篇，成長六倍）。2.發表於 SSCI 等篇數：發表於 SSCI、SCI 等篇數從五篇增加至七十五篇（增七十篇成長十五倍）。3.擴大跨系、跨院、跨校之大型研究計畫，成果卓越。(五)增設數位地球中心，提昇學術、行政研發效果。

（下續第二版）



張鏡湖董事長特別頒發「九十一學年度教學特優教師獎」給體育學系李鴻棋老師。



林前校長轉頒教育部「捐資興學獎狀」，由異術科技股份有限公司范慧乾總經理代表領獎。

第一屆校友回娘家 見證文大成長

【本報訊】文大第一屆校友3月8日上午在第一屆校友聯誼會會長黃有良的率領下，回文大參觀，校友們抵達文大時，前往曉峰紀念館第一會議室拜會董事長張鏡湖、前校長林彩梅、董事穆閩珠。在師長、校友會會長致詞後，校友展開文大參觀行程，陸續走訪曉峰紀念館資訊中心、數位地球研究中心、圖書館、華岡博物館、校史室等單位，以及大典館環境設計學院實驗室等，一同見

證文大近年來的各項建設與發展。當天氣候雖然寒冷，第一屆校友仍然不改行程，上陽明山，重回母校文大。

文大校方也特別安排校友眷屬於曉峰紀念館第三會議室觀賞「大河戀」、「窗口邊的荳荳」等影片。在參觀完文大校內各項新興建設後，校友們於第一會議室享用午餐，互敘畢業後的發展，並討論此次參訪心得感想，為此行畫下完美句點。



第一屆校友回文大母校，與張董事長、林前校長等師長合影。

(上接第一版)

四、培育品學兼優人才

(一)以「德、智、體、群、美」五育並重培育人才。(二)入學從寬畢業從嚴制度，增廣同學們的智慧財產。二分之一不及格退學率從百分之〇·七，全國公立大學中排名二十，提高為百分之二以上，近五年均在前三名。學生更用功。(三)考上國立大學研究所人數，提昇至近百分之五十，充分顯現師資卓越，學生用功之成果。(四)鼓勵修輔學系雙學位。增廣學識，增加就業多重機會，增加進修研究所多重領域。每年有學生二千至三千人選讀。(五)增加英文托福一定成績為各系畢業條件，以提高學生英語能力。(六)獎助學金每年預算一億元以上。(七)學生社團每年多項獲獎，尤其是服務性社團愛心之表現，令人敬佩。(八)本校女籃榮獲全國十連霸，棒球榮獲全國三度蟬聯冠軍。(九)「世大運」、「亞運」、「奧運」，本校同學多項獲獎，為校、為國爭光。

五、擴展國際學術交流，提高國際學術地位

(一)從八十三年起實施「在學生留學制度」。本校生至姐妹校之交換生從十二名增加至每年均有一百三十二位同學出國，從姐妹校至本校之交換生也從三名增加至近百位。增廣學識、擴展國際觀、建立國際友誼，尤其是外語能力之增強成果良好。(二)從十七所國際姐妹校增加至十三國(英3、德2、法4、比1、荷1、美13、日13、韓21、泰1、俄3、烏2、賴1、蒙1)六十六所姐妹校(增加四十九所姐妹校)。(三)「頒授名譽博士學位」，近十年共頒授二十三位中外人士名譽博士學位(韓十人、日七人、美一人、菲一人、俄一人、賴一人、本國二人)。(四)增加交換教授人數。(五)增加國際學術會議次數。(六)交換出版文物。

六、行政管理績效卓越

(一)行政業務電腦化。(二)行政管理服務化。(三)行政績效卓越，會計室、資訊中心、推廣教育部、總務處均獲得ISO9001認證通過。(四)會計室的財務管理制度健全。(五)人事室推動多項提高教職員福利的措施。(六)圖書館管理卓越。(七)秘書室對全校文書的管理嚴謹。(八)教官對同學們的照顧妥善。(九)校園安全管理全面資訊化。(十)資訊中心發展數位華岡，提高行政效率。

七、未來展望：國際一流學府

(一)目標：建立一流校園設備、敦聘一流師資、培育一流學生、擴展國際學術交流。(二)校園：1.興建 a.體育館 b.環設與農學院大樓 c.

藝術大樓。2.增建各館樓間地下通道，避免華岡冬季之風雨。3.重建華岡新村與雙溪新村，增建現代化師生宿舍。4.闢建機、汽車地下停車場。5.重整華岡路成為「華岡美食街」。6.整頓斜坡地成為「華岡後花園徒步區」。鳥聲、讀書聲、談笑聲，擴展校園活動空間。7.規劃公園化的文大校園，建立更完美的研究，讀書好環境。8.華岡管理數位化。

林前校長最後為她服務文大十年來的成果進行結語。她說，創辦人從無到有艱辛創校，而董事長大力改革發展為國際一流學府。近十年本校校務能有如此蓬勃的發展，是董事長秉持創辦人之辦學理念，以「承東西之道統」，用心研擬如何「集中外之精華」，配合國家社會需要，落實於文大學院之拓建、所系之增設、校務制度之建立、健全的財務管理的大力改革等。尤其「擴展國際學術交流」也是因董事長的博學，獲得國際學術界之敬仰，才能締結十三國六十六所國際著名姐妹校；本校名師雲集，也因董事長的王道精神之領導風格以及對師生關懷備至，吸引了多數名老師紛紛加入文大卓越的師資陣容，加上董事長的英明睿智的指導，大力改革之推動，期盼有「一流設備、一流師資、培育一流人才」之心願，其成果即是各位師長、同仁們秉持董事長的信念，發揮華岡人的愛、華岡人的榮譽、華岡人的團結，用心落實之晶華。首先讓我們一起感謝董事長對我們的關懷，而我也要向各位師長、同仁們對學校發展所付出的辛勞與奉獻，致以深深的敬意與謝意。

林前校長接著表示，她很榮幸負責文大校務已十年，並感謝董事長的栽培，感謝各位董事、各位師長、各位同仁們的鼎力支持以及溫馨的關懷。在這十年中各學院院長用心敦聘優秀師資，師長們經年研究、傳道、授業之辛勞，教務處為促使同學們礪學、學務處激勵同學敦品、總務處為建設校園現代化、優美化、資訊化，會計室為健全財務管理，人事室推動的溫馨的福利制度以及全校行政單位同仁致力行政業務時效化，管理服務化，績效卓越，在董事長睿智領導下，我們心連心、手牽手，發揮華岡人的愛與榮譽感，團結一致，追求卓越，為國家社會培育英才，同學們將來人生的成功與幸福是我們共同的心願。未來我們更要在董事長領導下，繼續支持代校長、未來的校長，並以感恩、惜福、惜緣的情懷，更加團結，繼續追求卓越，「邁進國際一流學府」。

RICH工讀網多種工作任君選

【本報訊】「92年度大專院校學生職場體驗 RICH 工讀專案」實施期間為四月至十二月，凡全國各大專院校在學學生，最近一學期操行成績達 80 分(含)以上，學業成績達 70 分(含)以上者，可直接進入大專學生 RICH 工讀網 <http://rich.nyc.gov.tw> 報名。報名後即可參加職前訓練講習，通過講習即開始透過工讀網站進行媒合。詳情請洽青輔會 02-2356-7076 分機 324，或一零四資訊科技公司 02-29156104 分機 8543 查詢。

推廣部誠徵工讀生

【本報訊】文大推廣教育部誠徵工讀生，工讀時段為週一至週日 7:30~22:30，可排班。意者請洽彭小姐，電話：(02) 2700-5858 分機 108、109，或洽程先生，電話 0968-001137。

法律系 21 日演出實習法庭

【本報訊】法律三 B 同學將於 5 月 21 日(三)晚上 6:00 上演逼真的刑事開庭過程，將顛覆一般人對法律系同學的傳統印象。2003 年刑訴新修正，加入如同外語片「魔鬼代言人」中雙方辯論攻防的「交互詰問」制度，用以發現事件真實。

美術二本週舉行心相拓印班展

【本報訊】美術系二年級從 5 月 17 至 24 日在華岡博物館一樓舉辦畫展，主題名稱為「心相拓印」，茶會將於 20 日中午 12:30 舉辦。美術系二年級這群熱愛藝術、熱愛生命的學子來自各地，不一樣的風情聚集於此，揮灑他們藝術的生命。課堂上熱絡討論，課餘交流切磋，展現他們對藝術的執著。他們願以生命體驗的藝術饗宴，邀請全校師生一起賞析感受。也許，只要你願意走進來，不經意的一瞥，或深深凝視，就會發現畫與話當中存在的震撼。

廣告系 20 日舉辦專題講座

【本報訊】廣告系三 B 將於 20 日(二) 13:00~15:00，邀請麥肯廣告公司資深文案王東璽先生，在大恩館國際會議廳為同學說明，如何藉由廣告活動刺激消費者消費。

西樂系 21 日舉行歌劇公演

【本報訊】文大西洋音樂學系將於 5 月 21 日晚間 7:00 舉辦歌劇成果發表會。西樂系歌劇班由柴寶琳教授指導，成員包含該系一到四年級學生及研究生，成果發表會將呈現給觀眾他們學習歌劇的成果。值得注意的是，今年由大三主修作曲的涂滯文同學將發表自行創作的現代歌劇《愛的面具》。

校務會議提案中，人事室提出為研究及推動國際學術交流，建議設置「池田大作研究中心」，並擬定「池田大作研究中心設置辦法」草案。該辦法指出，該中心主要任務為收藏有關國際創價學會會長池田大作的書刊和資料並成立文庫，翻譯和出版池田先生本人及其有關的著作，舉辦研討會和講座等學術活動，研究池田先生的思想和行誼，與國內外的學術機構和有關單位進行學術交流。該中心置主任一人，由文大副教授以上之教師兼任，綜理該中心業務，並置職員若干人；該中心也置研究員、副研究員、研究助理若干人，由主任報請校長聘任(兼)之。

人事室提案指出，鑒於池田大作在世界具有崇高地位與貢獻，並認為其思想和行誼，值得從事有系統的學術研究，使池田先生的思想和行誼成為人類共同財產，因此決定成立池田大作研究中心。

會中也頒發體育學系李鴻棋老師「九十一年度教學特優教師獎」；及轉頒教育部「捐資興學獎狀」，由異術科技股份有限公司范慧乾總經理代表領獎。會後，由資訊中心研發的多媒體「華岡資訊站」也進行啓用儀式，由林前校長親自操作，列印出一份學生成績單。未來文大同學將可運用這台機器，隨時進行成績查詢與列印。

新聞系研討會 討論網路時代新聞傳播教育新典範

二十餘位兩岸知名新聞傳播學者及資深媒體工作者參與 討論七大主題

【記者許涵之報導】文大新聞系為慶祝新聞學系成立四十週年暨新聞研究所成立二十週年，由新聞研究所系主辦、台灣有線視訊寬頻網路發展協進會協辦的「網路時代新聞傳播教育新典範」研討會，於4月23日至24日在文大曉峰紀念館二樓國際會議廳展開。二天的活動自上午九時至下午五時，以網路時代的新聞傳播教育為主軸，舉辦有三場研討會及四場工作坊。會中邀請20多位兩岸知名新聞傳播教育者及資深媒體工作者參與研討。此次新聞系為慶祝四十週年的系慶

盛大舉行，不僅有許多相關活動，研討會也吸引了許多學生及媒體參與。

開幕典禮中文大新聞學系主任沈慧聲表示，他藉由新聞系所的課程改變來說明文大新聞系為因應時代變化，四十年來求新求進。沈主任指出，這次研討會是以新聞教育的未來方向為主，討論在網路時代下新聞傳播教育的轉變。

三場研討會中，有北京廣播學院新聞傳播教授吳水平、上海復旦大學新聞學院副院長張國良、浙江大學人文學院教授張夢新、

清華大學新聞與傳播學院副院長熊澄宇、中國人民大學新聞學院副院長劉夏陽等五位大陸學者。國內教育學者有世新大學傳播研究所所長郭良文、傳播研究所教授熊杰、廣播電視電影學系教授黃新生、銘傳大學新聞學系主任鄭植榮、大眾傳播學系主任呂郁女、淡江大學大眾傳播學系系主任李美華、政治大學廣播電視電影學系教授黃葳威、輔仁大學影像傳播系主任劉立行、崑山科技大學商業學院院長李天鐸、文大新聞暨傳播學院院長馬驥伸、新聞學所系主任沈慧聲、大眾傳播學系主任王毓莉、廣告學系教授劉建順、新聞學系所教授鄭貞銘等多位教育學者參與討論。

四場工作坊中主講人有東森電視台新聞事業總部副總經理戎撫天、天之業製作公司總經理李蕙、中國廣播公司副總經理李建榮、民生報總編輯郭俊良、自由時報言論部總主筆劉永昌、中國廣播公司工程部经理蔡文彬、TVBS新聞部主編謝向榮多位媒體實務工作者。

三場研討會，主要探討「未來需要何種新聞傳播教育？網路時代新聞教育如何教？如何學？」、「新聞教育對社會獻仍然存在嗎？新聞傳播教育面臨的挑戰與發展契機」、「新聞教育的回顧與前瞻？網路時代新聞傳播教育的挑戰與因應」等議題；四場工作坊，邀媒體工作者一同探討「電視的魅力」、「數位廣播發展新契機」、「網路時代需要何種報紙記者？」、「台灣電視產業新紀元—挑戰與展望」等實務經驗。



網路時代新聞傳播教育新典範研討會，邀集20餘位兩岸知名新聞傳播教育者及資深媒體工作者參與。圖左一、二為新傳學院院長馬驥伸、新聞系主任沈慧聲。

新聞系慶華岡電視台開台選主播

新聞三陳文卉脫穎而出 將成為華岡電視台新聞主播

【記者劉瑩松報導】文大新聞系邁入四十週年，在這個歷史性的時刻，華岡電視台特別在4月25日開播慶祝。為了慶祝開台，華岡電視台特別舉辦了主播播報比賽，吸引文大各系學生前往報名參加，把整個新聞系館擠得水洩不通。

負責這次播報比賽的華岡電視台行銷部經理高華君指出，這次比賽的第一名將成為華岡電視新聞台下學年度的新聞主播。12位進入決賽的同學經過華岡電視台老師郭文耀、民視新聞部製作中心主任趙善意，與東森新聞台主播王家婉等評審後，產生了4名主播：第一名是新聞系三年級的陳文卉；第二名是新聞系二年級

的邵凡軒；第三名有二位，都同樣是新聞系二年級的張亞喬與邱薇而。

獲得優勝的陳文卉同學表示，這次參賽同學都相當優秀，即使彼此為競爭對手，也都能相互幫忙，如化妝、整理儀態，和改稿等，12位參賽者都彼此協助，令她覺得有如一家人。她也說，國高中時期就有上台演講的經驗，還當過司儀，因此在演說技巧方面曾受過訓練，來到文大新聞系後，更是從作新聞的方式到完整陳述一則新聞，再到最後的包裝，有了更多的學習。陳文卉自己也期望有朝一日能像自己的偶像王家婉主播那樣，在主播台上播報新聞。

文大新聞系40週年慶 新聞人再聚首

百餘位媒體人、歷屆系主任、系友見證新聞系成長

【記者李桂媚報導】文大新聞系40週年系慶，系友回娘家，儼然是一場新聞媒體人的大會串。4月25日下午新聞系舉辦的「華岡新聞人再聚首」系友聯誼活動，邀請文大新聞系校友回文大，看看母校成長，探望新聞系的師長與學弟妹，聚首話當年，場面溫馨。當晚，新聞系一年一度的「傳薪之夜」，學弟妹也展現他們的才華，讓這些學長姊感受到新聞系同學活力、創意依舊。

長榮退的何家駒先生，是文大新聞系第1屆系友。他表示，身為第1屆學生，隨著學校成長，對學校的感情自然深厚而特別。此外，何家駒先生提到，就學校現況來說，不妨多充實軟體設備，讓同學可以加強實務操作的訓練。他同時建議同學，現在是圖像媒體的時代，視覺效果的運用是很值得探討的，同學在大學4年除了多下工夫，奠定自己的基本能力外，也可以多接觸藝術與美學等課題，以對視覺媒體有更深一層的了解。

文大新聞系退休教授同時也是文大新聞系第8屆系友的劉昌樹先生，是在服役後才進入文大新聞系求學的，最後成為系上教師。他表示，在求學期間獲得許多，也在任教期間看著學校不斷進步，他期許同學們，在擁有良好設備的現在，更要珍惜環境給予我們的資源。

與會的文大新聞系系友包括東森電視台新聞事業總部副總經理戎撫天、台灣新生報總經理董益慶、民生報總編輯郭俊良、中央廣播電台總台長葛士林、陽光聯播網董事長洪煌景、銘傳大學新聞系主任鄭植榮、文大廣告系系主任羅文坤，以及文大歷屆新聞系主任等，共計百餘位。

從中華電視公司新聞部採訪組



華岡電視台開台由新聞系沈主任(左二)，及多位新聞媒體界人士共同剪綵。

中廣與華岡電台聯播午餐約會

電台主播大賽 文大同學試身手 新聞一劉靜瑀脫穎而出

【記者李桂媚報導】為慶祝新聞系40週年系慶，文大新聞系特別於4月21日中午邀請了中廣主持人秦偉，與就讀文大新聞系同時為華岡電台主播的張中昌、張真華同學聯合主持中廣「午餐約會」節目，並透過中廣及華岡電台現場直播。下午則於校園進行主播大賽決賽，由知名主持人秦偉、資深主播許文宜、東森主播邱秀珍擔任評審，挑出前3名最具明日主播架勢的同學。值得一提的是，中廣董事長趙守博也親臨與文大華岡電台一同進行「午餐約會」。

這次特別在文大校園播音的「午餐約會」

節目，主持人秦偉表示，要成為一個優秀的廣播人，除了本身要有學識涵養外，更要培養臨場反應。接著秦偉現場出題測試2位學生主播的實力，分別要求2位主播模擬訪問前總統李登輝和李敖。「午餐約會」節目後段也邀請了營養師藍宏志，告訴大家正確的減肥觀念與健康的減肥食材。

主播大賽經由初賽挑選出的10餘位同學，在決賽時無不卯足全力，最後由新聞系1年級的劉靜瑀脫穎而出，獲得第1名；新聞系4年級的蕭惠雲、大傳系3年級的吳欣怡則分居2、3名。



華岡電台特別與中廣聯播「午餐約會」，中廣主持人秦偉(右一)也與文大新聞系同學聯合主持節目。

中華電信在文大推出母親節電話

SARS來勢洶 同學不敢搭車返鄉 透過免費電話報平安

【記者陳義堯報導】害怕 SARS，不敢搭車返鄉過母親節？至善青年社每年舉辦「母親節電話孝親活動」，與中華電信攜手合作，本著回饋的心情，開放多具電話，回饋文大同學，讓文大同學免費撥打電話回家，免去舟車勞頓與 SARS 威脅，向永遠守護子女的媽媽說聲：「母親節快樂！」

主辦單位總務處、至善青年社，以及協辦單位中華電信、國民黨士林區黨部，5月6日中午舉行開幕儀式，彭振剛主秘、中華電信魏均衡經理、軍訓室主任楊明熙、學務處課外組顧乃群組長、總務處事務組張明義組長等分別撥出第一通電話，為「母親節電話孝親活動」揭幕。文大校方並與中華電信交換禮物，象徵友好，也期許這樣的活動能一直舉辦下去。

至善青年社林志豪同學表示，此次「母親節電話孝親活動」是為回饋文大同學，讓同學免費撥打電話，向天下所有母親問好，撥打內容不限市話或手機，基本上時間限制為五分鐘，但如果後面沒有人排隊，至善青年社的服務人員便會通融，讓思念母親的子女

繼續通話；僑生若是要撥至國外，亦可以向服務櫃檯領取面額五十元的國際 IC 卡，對僑生的設想相當周到。

由於 SARS 的衝擊，今年「母親節電話孝親活動」從五天縮短成兩天，林志豪指出，每次電話使用後，服務人員便會使用棉花球沾酒精消毒，並鼓勵同學戴上口罩講電話更安全。林志豪說，今年母親節在 SARS 的陰影下，家人都擔心子女回鄉車程中受到感染，許多母親都勸自己的孩子不要搭車回家過節，因此今年的「母親節電話孝親活動」人數也格外踴躍，不少人還是不好意思在公開場合與母親講電話，一邊講著還一邊掩嘴笑著，讓會場顯得格外溫馨、有趣。

海青班烘焙科陳玉佩趁著孝親活動打了長途電話給媽媽，陳玉佩表示，所有的媽媽都是關注子女而忘記自己的，像她的媽媽很擔心台北 SARS 的疫情會影響到她，一直叮嚀她要小心 SARS，注意自己的健康，卻都沒提到媽媽她自己的事，媽媽只在意女兒過得好不好；陳玉佩說，她已有兩三個月未能回家看媽媽，心底很想念媽媽，去年她也有參加



「母親節電話孝親活動」在中華電信魏均衡經理（左一）、彭振剛主秘（左二）、軍訓室主任楊明熙（左三）等人撥出首通電話後展開。

「母親節電話孝親活動」，她覺得這活動真的很貼心，可以盡興地與媽媽說話，雖然人在台北，但媽媽的溫暖卻能一直從電話另一端傳遞過來。

土資系教授趙淑德創趙式按摩法 養生有一套

讓文大師生以最少時間、空間 提昇免疫力 對抗 SARS

許多師生持之以恆做下來後，身體的血液循環、新陳代謝功能都更加順暢，整體身心的發展也更為良好。

趙淑德指出，一個健康的身体對於忙碌的現代人來說，是非常重要的，而健康的概念除了注重營養外，還要做適度的運動。於是，她融合了氣功、太極等現代養生運動的要件，加上自己平時運動的心得，以及與人交流過的感想，擷取眾多精華，創出了屬於自己的一套按摩法。

現代人常常隨心所欲或無法避免的熬夜，但 12 點以後才睡覺，除了隔天明顯的疲勞之外，對於肝功能的影響也是極大的。所以，趙淑德建議，除非逼不得已，最好不要熬夜。若是隔天一早起床感到疲倦，就可做她的按摩法，在床上首先將十隻腳指頭張開左右搖擺，之後合併起來敬禮，然後將單腳縮至肚子再推出去。接下來將單手伸直，從手掌到腋下來的撫摸，再來在肚臍周圍畫圈、輕按，然後喝下一杯 300 至 500cc 的開水促進循環，一下來精神將備感舒爽、為之一震。

若是不急，接著下床做的是配合著深呼吸，雙手隨著身體左右搖擺的划船運動。然後，再把雙手合併搓到有溫熱感，直接蓋到雙眼，再將雙手以洗臉的方式抹一抹臉、拉拉耳朵，再來個 180 度腰部扭轉運動，接著一個大彎腰結束。身體大幅度的動過之後，就坐下來，雙手從腳跟往上捶至大腿，一整

套「趙式按摩法」就宣告結束了。另外，對於為五十肩或背痛所苦的人，趙淑德的建議是，以右手打左後肩，而以左手打右後肩，不斷的交替，持之以恆後對於肩背的任何痛，都將可以減輕。

九十二年替代役相關事項公告

- 一、基本條件：凡民國七十二年次（含）以前出生之役男經徵兵檢查為常備役（甲、乙等）體位且應屆畢業生或目前休、退未就在學者，得以「一般資格」提出申請。
- 二、受理期間：自九十二年五月十五日起至九十二年五月三十日止。
- 三、受理單位：現戶籍地鄉（鎮、市、區）公所兵役主管單位。
- 四、申請特定條件及類別、名額、應備證明文件請詳閱本校網站之公告系統及內政部公告(www.moi.gov.tw)。

研究生宿舍遞補 26 日起登記

【本報訊】九十二學年度第一學期研究生宿舍遞補於 5 月 26 日至 6 月 3 日止登記，意者請至大恩十樓僑外組辦理。僑外組表示，遞補登記資格限文大碩一升碩二或博一、二升博二、三之研究生。宿舍遞補抽籤訂於 6 月 5 日（四）中午 12：10 舉行。抽籤當日請親持學生證及照片乙張至僑外組，一經抽中立刻填寫住宿承諾書（住宿費將列入四聯單繳交）。

研究生宿舍續住 19 日起申請

【本報訊】文大住宿之研究生於九十二學年度第一學期需續住者，5 月 19 至 30 日請依通知辦理。僑外組表示，凡碩士班一年級、博士班一、二年級需續住者，請於期限內持學生證親至僑外組登記並填寫承諾書（住宿費將列入四聯單繳交），逾期未辦理者視同不續住。凡碩士班二年級、博士班三年級需續住者，請於 5 月 30 日前交回申請書，若超出名額則於 6 月 5 日中午十二時十分假僑外組抽籤。暑期需住宿者，一併於期限內登記。（住宿費另繳）不續住之研究生，請一併於 6 月 26 日前搬離，以利封館。

暑修資訊請至文大網站查詢

【本報訊】九十一學年度暑修相關資訊請至文大網站（網址：<http://www.pccu.edu.tw/>），點選「公告系統」查詢暑修資料。5 月 19 日公告暑修課程，5 月 28 日起即可網路選課。



土資系教授趙淑德創按摩法，讓文大師生提昇免疫力，遠離疾病。

【本報訊】現代人在生活方面達到一定的水準後，注意力開始轉移到「養生」這件事上頭。現在，諸位忙碌、又不想花大錢養生的現代人有福了，文大土資系一位教授趙淑德，自創了一套趙式按摩法，藉由不花一毛錢的簡單運動，讓現代人的養生更加容易且經濟化。現在 SARS 疫情吃緊，也許不失為簡易的防疫之道。

趙淑德把這套簡單又容易的自創按摩法，推廣給文大全體教職員和師生們，灌輸大家「再忙，也要健康」的觀念，讓文大全體師生受益良多。趙淑德說，這套她自創的按摩養生法，最大的特色就是不受時間與場所的限制，就可以輕鬆地完成。她並解釋，文大

校訊徵記者 既工讀又學習

【本報訊】文大校訊要徵九十二學年度工讀記者囉！凡有志於新聞採訪、報導寫作者，且文字駕馭能力佳、文筆流暢自然的文大同學，欲利用課餘充分規劃自己時間，不限系級，皆可於週一至週五每日上午八時三十分至下午五時三十分，前往大恩館二樓文大校訊（公關室隔壁）應徵，同時別忘了攜帶展露個人才華的文字作品。相關問題請洽主編鄭宜峰，02-28610511 轉 407。

這份屬於華崗人的報紙《文大校訊》，一直是學校提供最豐富、完整的新資訊給全校同學的直接橋樑，同時也是一份對外媒介的指標性刊物。《文大校訊》的內容包羅萬象，囊括了校園資訊、學術研討、時事議題、人物專訪、文學藝術、體育活動等訊息；目前更積極朝多元化、專業化發展，因此，文大校訊需要你的加入！

校訊記者文學四莊珮瓊認為，自從擔任新聞記者的工作後，不僅對時事觀察更加敏銳，也讓寫作技巧更加純熟，這真是一份有成就感的工作。日文二黃盈淳同學笑著表示，採訪真的很有趣，有許多機會去報導表演節目或是聽一場令人感動不已的演講。而新聞四劉螢松同學則說，文大校訊的採訪寫作是學以致用的一塊良田，同時透過新聞事件的採訪過程，也更能掌握與了解社會趨勢。

校訊徵派報工讀生

【本報訊】文大校訊徵九十二學年度派報工讀生，凡文大同學勤勞認真負責，不限系級，每週一上午時段有空堂者，歡迎前往大恩館二樓文大校訊（公關室隔壁）應徵，相關問題請洽主編鄭宜峰，02-28610511 轉 407。