

「稀少」是經濟問題發生的根源。經濟學是一門討論經濟問題的社會科學。經濟問題就是選擇問題。自古以來，由於人類對資源的需求常多於資源的供給，有限的資源用來滿足無窮的慾望，因此人們就必須有所「取捨」(Trade-off)。例如石油有各種不同的用途：車輛的動力、電力的發動、石化產品的製造等等，當石油在某項用途的功効愈多，則可用在其他目的石油必然減少。人們在資源的多種用途中選擇某一項用途，就必須放棄其他用途。被放棄的其他用途中的最高價值，就是這個用途的「機會成本」(Opportunity Cost)。換言之，機會成本就是所放棄的其他用途中，最有價值的選擇之價值 (the value of the best alternative)。

以前述石油為例，如果我們使用某一數量的石油可以生產一加侖的汽油，假如除生產一加侖汽油外，以生產石化產品。嘗試，總是帶給人幾許好奇、新鮮和緊張的感覺。

去年11月初，一群初次穿上隊服的綠衣人，懷著一顆期待又雀躍的心，出現在學生活動中心，因為——第一次。雖然華岡初冬的風雨是那麽溼冷，但在隊長的一句「隊服雖不單薄，卻能防風避雨」鼓勵下，大夥心頭的寒意也就化成陣陣的溫暖……

經過四小時的長途跋涉，一行人浩浩蕩蕩抵達目的地——土城鄉頂埔國小。在親切和藹的「五人陪審團」指點建議下，雖然扼殺了我們不少銳氣，但信心卻不曾稍減，因為——明天會更好。

第二天，在值星一聲起床號令下，忙碌的一天即將開始……七點時，隊本部外已聚集許多小朋友。「班導時間」後，一天的工作由課輔開始。面對一群活潑的小可愛，還真令人傷腦筋，所幸有老夥伴指導，才不致「死在台上」。美秀和俊杰的戲劇天地及唐龍、淑玲的唐詩介紹及下午的壓軸戲——八千里路，一段夏威夷草裙舞著實迷倒了這些小蘿蔔頭，也拉近彼此的距離，更加深了我們的信心——我們會再回來。

經濟學辭典

機會成本

◎經濟學社提供
文/林國榮

品最有價值，那麼生產一加侖汽油的機會成本，就是使用同數量的石油所能生產的石化產品的數量。又如某甲有三個工作機會，除工資外其他條件都相同。三個工作之月薪分別是二萬元、二萬五千元、三萬元。如果他選擇了二萬元或二萬五千元的工作，其機會成本是三萬元。如此，收入二萬五千元而成本三萬元，於賠了五千元。這就是為何一般人選擇二萬五千元那個工作的理由(二萬元更不必說了)。一般人的選擇是三萬元的工作，它的機會成本是三萬五千元；因此，他作這個選擇就賺了五千元。再以國家公園為例，我們在玉山、太

魯閣、墾丁等較原始之地設立國家公園。第一眼印象是對於社會似乎沒有成本。因為土地原本就沒有利用，在建立國家公園上資源耗用也不多。但如以機會成本的概念來看，則社會擔負了巨大的成本。例如，由於土地被劃定做為國家公園，其上的礦產、森林及其他資源不能開採，同時，土地也不能做為工廠的地基。假如這些土地不用於開發公園，而最佳的途徑是開採石灰以製成水泥，可獲利一百億台幣。當社會將這土地用來做為公園，其真正的社會成本，就是一百億台幣，原因是開發成公園，必須犧牲這一百億金額。因此，是否這土地應用來當做公園，端視社會是否相信它值一百億元或者超過一百億元而定。

機會成本的概念，對於分析個人日常生活上、管理上以及法律上的問題，廠商經營決策、資源分配的決定，甚至政府政策、公共建設的制定均極有用處，可謂為經濟學的基礎。

理想飲食

減肥的方法

菜中不加塩降低食慾也降低許多營養素的攝取，此法不易持久。多吃肉的方法可大量增加體內尿酸，有人雖減了肥卻得了痛風症，此法也不易持久。斷食療法更須有經驗的專家密切觀察指導才可進行。

減肥藥有的會降低食慾，有的會增加能量的消耗，有的兩種效能兼備。服用減肥藥一定要有經驗的醫師指導，某些減肥藥有相當的副作用，包括引起心律不整、高血壓、失眠、精神不安等。糖尿病人減肥更要小心，不當的節食有引起酸中毒的危險，加重病情。

許多人因不吃早餐和午餐來節食，因每天攝取的總熱量減少了，體重自然減輕。但如不能持之以恆，一旦回復正常的飲食量後反而容易發胖。

運動不可缺

要維持良好的體重和健康，只控制飲食是不夠的，適當的運動極為重要。運動不能消耗多餘的熱量、增強心肺功能，而且能穩定情緒，增加自信、有益身心健康。

走路、慢跑、體操、打拳等都是很好的運動，每個人可依性向選擇愛好。運動的運動熱身運動很重要，可避免受傷。運動不必過份激烈，如運動後十分鐘呼吸還無法恢復正常，則表示運動過量了。

如何吃得

有些人為減肥而不吃早餐，這樣有違健康之道。豐富的早餐可使你精力充沛、心情愉快、增進學習和工作效率。

一頓豐富的早餐可包括一個蛋、全脂奶和果汁各一杯、兩片火腿肉或香腸、一小碗麥片粥，再吃些麵包。這樣的早餐使血糖上升得慢，下降也慢，持續較長時間。為了使下午不會打瞌睡，午餐應較偏重蛋白質食品，醃類要少吃，例如奶、魚、肉、豆等食品再配以蔬菜、水果。晚餐除一些魚、肉、奶、豆類、水果、蔬菜外，可吃一碗飯和一碗蔬菜湯。晚餐如吃太多，早上容易有口臭，而且會影響食慾。減肥時，三餐的食量可減少(少吃些油脂和醃類)，但質不應降低，為避免維生素不足，每天可補充一粒綜合性維生素。

為了維護健康不可偏食，勿暴飲暴食。經常保持心情愉快對健康也很重要，不要讓任何事長期地困擾你。健康是一切基礎，是最寶貴的財富。

走過一段無悔的年輕歲月

愛暉平時服務隊16期隊記

著手為未來三天的「呱呱冬令育樂營」做最後準備，我們對此處的宿營活動，不敢有絲毫的怠忽，當晚因一天的疲憊，大夥兒很快就入夢鄉。突然，聽到討厭的起床哨，「有沒搞錯？才十二點吧！」每人都心裡嘀咕著，這麼冷的夜呢！殊不知，這是社長及隊長為慰勞隊員所舉辦的「跨年狂歡」。心裏的怨氣和身上的涼意，漸漸讓那股溫馨的感覺淹沒……

元旦清晨，我們的活動在回頂埔接學員後展開。當我們擠著公車赴當地時，小朋友已在父母陪伴下，拎著行李等著我們。報到後，在輔導員協助下，登上遊覽車。人人臉上洋溢著笑容，對未來的活動充滿著期待。抵達營區後，值星介紹環境、宣佈營規，緊接著是輕鬆的始業式，令人感動的是指導老師觀光系主任蒞臨，給我們不少鼓勵和信心。

三天的營隊，就在「再回到從前」享受一頓烤肉大餐中畫上句點。在結業式中，夥伴一一向小朋友話別，學員依依不捨地問著：「姊姊，你們何時會再回來？」我們只能用微笑回答：

學期結束，這一期的工作也將要畫上休止符。期末考後，我們再度出隊去為頂埔小朋友做考前課業複習。全期的最後一個活動——運動會，看著他們個個奮勇爭先那股勁真令人感動，也讓人心疼。平服十六全期的營隊，就在中午的惜別典禮中悄悄落幕了……

(後記)

平服十六是結束了……回首那段我們曾經共同歡笑、一起悲傷、相互扶持的歲月，心中充滿著太多太多的感激與幸福。或許，我們得之於別人的是太多了；也許，我們心中早存有許多的感恩，只是……然而，我們所要追尋的卻只是那深鑿於內心深處的赤子之心……

「……白雲奉獻給藍天，江河奉獻給海洋……我拿什麼奉獻給你，我不停地問、不停地找、不停地想……是你們最初的衝動，也是我們的執著。我們雖不敢說我們做了多少，但是，我們是真正用心地在做著……夥伴們！可還記得授服時我們走過所留下那排排交錯重疊的腳印嗎？那曾經是我們一步共同走過、倦了、累了，不妨再回首看看我們共同走過的「少年路」……

愛暉社提供

民國77年的最後一天，在副隊長率領下，先向小朋友話別，學員依依不捨地問著：「姊姊，你們何時會再回來？」我們只能用微笑回答：

母陪伴下，拎著行李等著我們。報到後，在輔導員協助下，登上遊覽車。人人臉上洋溢著笑容，對未來的活動充滿著期待。抵達營區後，值星介紹環境、宣佈營規，緊接著是輕鬆的始業式，令人感動的是指導老師觀光系主任蒞臨，給我們不少鼓勵和信心。

三天的營隊，就在「再回到從前」享受一頓烤肉大餐中畫上句點。在結業式中，夥伴一一向小朋友話別，學員依依不捨地問著：「姊姊，你們何時會再回來？」我們只能用微笑回答：

學期結束，這一期的工作也將要畫上休止符。期末考後，我們再度出隊去為頂埔小朋友做考前課業複習。全期的最後一個活動——運動會，看著他們個個奮勇爭先那股勁真令人感動，也讓人心疼。平服十六全期的營隊，就在中午的惜別典禮中悄悄落幕了……

(後記)

平服十六是結束了……回首那段我們曾經共同歡笑、一起悲傷、相互扶持的歲月，心中充滿著太多太多的感激與幸福。或許，我們得之於別人的是太多了；也許，我們心中早存有許多的感恩，只是……然而，我們所要追尋的卻只是那深鑿於內心深處的赤子之心……

「……白雲奉獻給藍天，江河奉獻給海洋……我拿什麼奉獻給你，我不停地問、不停地找、不停地想……是你們最初的衝動，也是我們的執著。我們雖不敢說我們做了多少，但是，我們是真正用心地在做著……夥伴們！可還記得授服時我們走過所留下那排排交錯重疊的腳印嗎？那曾經是我們一步共同走過、倦了、累了，不妨再回首看看我們共同走過的「少年路」……

愛暉社提供

華岡研究生協會章程草案

中華民國七十八年五月十日訂定

· 研究生幹事會 ·

第一章 總則
第一條 本會定名為「華岡研究生協會」(研協)，以下簡稱本會。

第二條 本會以增進本校研究所之學術研究風氣，並加強各所研究生之情感交流為宗旨。

第三條 本會會址設於中國文化大學大莊館研究生協會。

第四條 本校課外活動組主任為本會指導老師，指導本會工作之策劃與推行。

第二章 會員

第五條 本校研究所博、碩士班在校同學，均為本會會員。本會會員享有選舉、罷免、創制、複決及參與本會各項活動之權利。

第六條 本會會員有如期繳納會費，遵守本會章程、決議案及支持本會各項活動之義務。

第七條 會員行使罷免、創制、複決權事宜(含修改章程)，須經會員四分之三以上之連署始得提出，但須經會員四分之三以上之出席投票，並經出席投票會員之過半數贊同始得決議。

第三章 會長

第九條 本會設會長一人，於十一月下旬由會員以平等、直接、無記名之投票方式選舉，較多數表決通過產生，任期一年，不得連選連任。

第十條 會長競選資格須經會員十二人以上之聯署，並須符合本校社團負責人資格之規定。

第十一條 本會於會長下設總幹事、秘書各一名，並設若干組，各組設組長一名，綜理組務。以上各幹部均由會長延請之。

第十二條 會長對外代表本會，對內規劃一切會務。總幹事負責執行會長決策，並協調各組之工作。

第十三條 會長必須每週至少召開會務會議一次，以籌劃及檢討本會工作之推行。

第十四條 會長向全體會員負責，受代表會監督。會長依會章規定，提交學期預算決算。

第十五條 會長及幹部有出席代表會報告並備詢之責。會長對於代表會所通過之決議應予執行。如認為有窒礙難行時，得即時移請代表會覆議。覆議時，如經出席代表參加表決達三分之二維持原案，會長應即接受該決議。但預算案不得移請覆議。

第十六條 代表會以年終各所(組)為區域，每區域選舉一人為代表組織之。但其會員人數逾六人者，每增

加六人，增選代表一名。代表罷免由原選區罷免之。

代表任期一學期，連選得連任，其選舉由各區域於每學期代表會召開前兩週內自行完成之。代表不得兼任幹部。

代表會之職權如左：
一、修改組織章程。
二、議決本會提案。
三、議決會長所提之預算、監督預算執行及審核決算。
四、其他有關會務與革建議。

代表會至少每年十二月及五月間各召開一次，遇有實際需要，經由代表四分之三以上之聯署，得召開臨時代表會。
代表之提案應於代表會一週前提出。
代表會須有應到代表三分之一以上之出席，始得開會。
代表之提案，提交代表會時，須經代表四人以上之聯署或附議。一般議案之決議，須出席代表參加表決之過半數贊同；重要議案(如修改章程或會長移請之覆議案)之決議，須出席代表參加表決達三分之二之多數贊同，始得決議。

第五章 會費

第二十二條 代表會須有應到代表三分之一以上之出席，始得開會。
第二十三條 代表之提案，提交代表會時，須經代表四人以上之聯署或附議。一般議案之決議，須出席代表參加表決之過半數贊同；重要議案(如修改章程或會長移請之覆議案)之決議，須出席代表參加表決達三分之二之多數贊同，始得決議。

第二十四條 會費於每學期註冊時向會員籌集。會長應於代表會前，將下學期預算案及上學期決算案提交每位代表。

第二十五條 代表會審議會長所提預算案時，不得為增加支出之提案。

第二十六條 代表會欲修改章程時，須循本章程有關條文規定之程序修改。

第二十七條 本章程經代表會通過，並經全體會員認可。報請訓導處核備後付諸實施，修改時亦同。

第二十八條 (本報訊)研幹會於本月廿五日中午十二時十分，將召開臨時幹事會，商訂「華岡研究生協會章程(草案)」事宜。各研究所(組)選舉一人為代表，如其人數逾六人，每增加六人，增選代表一名出席會議。請各所(組)切代表名單，於十五日前送研幹會(可利用研幹會信箱)，切勿遲誤。

研幹會送舊
明晚舉行

短暫的別離是……
為了更長的相聚，
更美好的明天。

△研幹會明晚五時卅分起，在陽明山聯誼社舉辦送舊

行者

資研大會

說會地

晚會，邀請師長參加，歡迎學長、學姊及同學參加。(請儘量穿著正式服裝)現場備有精緻豐富的糕點，及師長提供的大獎供摸彩。

備有精緻豐富的糕點，及師長提供的大獎供摸彩。

晚會，邀請師長參加，歡迎學長、學姊及同學參加。(請儘量穿著正式服裝)現場備有精緻豐富的糕點，及師長提供的大獎供摸彩。

晚會，邀請師長參加，歡迎學長、學姊及同學參加。(請儘量穿著正式服裝)現場備有精緻豐富的糕點，及師長提供的大獎供摸彩。

晚會，邀請師長參加，歡迎學長、學姊及同學參加。(請儘量穿著正式服裝)現場備有精緻豐富的糕點，及師長提供的大獎供摸彩。

晚會，邀請師長參加，歡迎學長、學姊及同學參加。(請儘量穿著正式服裝)現場備有精緻豐富的糕點，及師長提供的大獎供摸彩。

晚會，邀請師長參加，歡迎學長、學姊及同學參加。(請儘量穿著正式服裝)現場備有精緻豐富的糕點，及師長提供的大獎供摸彩。

	容納21人左右	(每間約1坪半)可容納30人左右
出入口	僅一個入口，也是出口	一個入口，及後廚房門
逃生門	未見	未見
堆積物	走道未見有雜物堆積	走道未見有雜物堆積
消防設備	有兩個滅火器，一在入口處，一在浴室對面。	未見滅火器
滅火器狀況	有按時更新，且容易取得。	未見滅火器
隔間材料	木板，貼壁紙	木板
營業執照	未見掛出	未見掛出
價格	會員100元 非會員120元	會員80元 非會員100元

一、台北MTV價格會員100元，非會員150元左右，但安全性及設備較佳；士林地區會員100元，非會員120元，多有消防設備。

備考 二、華岡街上，近又在裝潢一家MTV準備下學期營業。

三、大學城違規部份，警方曾於五月四日派員前往強行拆除。

圖/生活輔導組提供

MTV消防安全設施堪慮

生輔組提醒同學，勿以一時之歡樂，換取一生慘痛的代價。

(本報訊)訓導處生活輔導組鑑於今年四月廿三日，中壢市「廿一世界MTV中心」一場大火，燒死十八名男女顧客；去年十二月十一日清晨，台北市「天生贏家MTV中心」火災，燒死五名顧客。對這兩次火災傷亡慘重之原因檢討，係出自逃生門窗的緊閉阻塞，及消防安全設施的草率。

為此，訓導處生輔組對本校附近之MTV中心亦做了實地瞭解(如下圖安全狀況表)，提醒同學們注意安全，不要以一時之歡樂來換取一生慘痛的代價。

本校校外地區MTV中心安全狀況

店名	拍譜視聽中心	大學城MTV
地址	華岡路35號	華岡附近
坪數	約30坪	約40坪
容量	10間(每間約1坪)可	9間、地下室3間