

# 燭光



第51屆 護理系學會刊物

# 目錄

編輯的話	02
系會長的話	03
學海無涯	04
院長	05
主任	07
總導	09
驚滔駭浪	11
面對疫情	12
乘風破浪	13
初入護理	14
給自己一次不同的旅行	16
流年似水	18
北區迎新	19
中區迎新	20
南區迎新	21
新生家長座談會	22
直屬制服趴	23
守護疑線生機—中山高醫聯合宿營	24
系野餐	25
聖誕趴	26
大護盃	28
護理之夜	29
製作群	30

## 編輯的話

N107 陳雨琳

2020 年是特別的一年，護理系大二的我們即將進入臨床實習，懷著緊張的心情等待著，全球卻爆發了新型冠狀病毒的疫情。疫情影響了所有人的日常生活，許多和校內校外的交流活動也因此取消，但藉著這個機會，似乎也讓我們更深入思考醫護人員的力量，以及仍是學生的我們能為社會做什麼。擔任本次《燭光》的編輯，原先十分擔心這次系刊缺少了許多國際交流的心得，內容會不夠豐富有趣，但卻發現透過這次疫情，我們得以看見系上同學們面臨疫情時的感觸，與舉辦活動時遇到的困難和解決方法。

《燭光》是為了傳承信念，紀錄回憶所發行的刊物，也感謝所有師長們和同學們對護理系的付出。這一整年我們不斷前行，為了精進自己也為了不讓他人失望，終於學年即將結尾，透過師長的鼓勵、同學們的自勉，希望所有閱讀這本刊物的人，都能不忘記這些回憶，帶著磨礪過後成長的心繼續努力。感謝這一整年所有師長們和同學們對護理系的付出。

N107 蔡晏平

從一開始進入護理系，在師長的教導下明白了學海無涯的道理，以及在學習的過程中也會遭遇許多驚滔駭浪，在這些逆境中汲取養分的我們也漸漸成長茁壯，成為一位能乘風破浪、獨當一面的專業護理師。等到那時候，我們停下來看才會發現原來流年似水，許多年都恍如昨天。我們唯一能做的就是把握當下，不浪費每一秒寶貴的時光。

謝謝所有一同完成燭光系刊的師長、學長姐以及同學們，若少了任何一人的幫助，這本系刊就無法完成。今年正好又遇上 COVID-19 疫情肆虐，許多系上活動也因此取消，很遺憾沒有辦法再創造系上共同的回憶。於是我們在編輯時就和這學年來舉辦過的所有活動負責人邀稿，希望能將這些酸甜苦辣的回憶全部都保存下來，以彌補活動被取消的小小遺憾。

# 系會長的話

N107 劉心緹

和 51 屆系學會一起上任的時間也默默地走了快一年，當初從學長姐手中交接下這份重任的稚嫩不安，也已經慢慢轉為穩重謹慎。當選系會長其實是一個意外的結果。對於大一的我而言，覺得「系學會會長」這個職位是個遙不可及的位置，要統籌大小活動、為整個護理系謀取福祉等多項事務，但還是謝謝同學和老師們的支持與肯定，讓我在大學的學涯中，有機會接受這份突破自我舒適圈的挑戰。



在這一年裡，所經過的所有心情和經驗真的沒辦法用文字去一一敘述，雖然在從小到大的學習過程中，我們多少都有學到活動設計、人際溝通、反思反省、批判思考、文書處理，但在系學會，我們是把所學全部應用出來，從一次次活動中重新了解溝通的意義和方式，怎麼樣去尊重體諒每一個不同的個體想法，怎麼婉轉表達出系上同學的意見，也因為系學會的身分是代表著每個年級護理系學生，所以需要把眼界放遠，考慮事情的眼光不能只集中在自身身上，而是要為全體的福祉去思考。

這一年中的所有成果，沒有一個不是大家一起磕磕碰碰走來的，系學會長這個職務如同我想像一般確實具有挑戰性，但是也因為有所有的系學會幹部們各司其職、赴湯蹈火，所以不至於孤軍奮戰，我們每個人都是系會中的一個小零件，需要大家組織起來才有辦法完美的度過這麼多次的艱難任務，所以非常感謝所有願意進來系學會幫忙的幹部們願意和我一起努力一起辛苦。大二是學業開始繁重的時刻，大家都在課業和活動上付出很多的時間，不只為了自己，也為了系上每個人付出，與其說這是一份吃力不討好的工作，不如說這是我們獨有、很特別的學習經驗，希望這年來的所有經歷也可以帶給你們未來成長很棒的養分跟青春的回憶。

一路走來當然還有很多老師、家人、朋友、友系友校的協助，謝謝你們陪伴 51 屆系學會和我一起走過，如今竟然也到了預備交接的時刻，想要祝福未來的學弟妹：面對未知挑戰的時候，不安是正常的，學著尋求協助、吸收別人意見、肯定自己的想法，最後會發現度過最累最難的部分後，才能得到無比寶貴的經驗！祝福你們！



# 學海無涯

師長們的教誨 如載舟的水  
引領我們航行



# 院長的話

高雄醫學大學護理學院 李碧娥院長

護師節的到來代表著加冠典禮的來臨。導光與加冠是一種傳承也是認可，經過加冠典禮後，同學們被賦予了護理人員的角色及責任，你們將懷抱著南丁格爾的精神，成為醫療照護體系中不可或缺的重要一員。



進入醫院實習後，你們將有許多機會可以實踐課堂中的理論，透過臨床實作讓自己的技能及學理更加紮實；你們也將有許多機會可以體驗課堂中沒有教到的臨床狀況，能夠大幅增加你們的臨床經驗值；你們有許多機會可以看見許多病人的生命歷程與人生故事，同理與溝通可以使你們對醫病關係與病人心理有更深刻的理解與感受。

。在實習過程中，你們要學習的除了應用學理、加強專業技能，還要學習溝通、同理和抗壓，預期你們會感到辛苦、困惑與沮喪，但也會有滿滿的收穫。

護理是一項守護並陪伴人一生的事業，從人類誕生到臨終、從疾病到意外、從青壯到年邁，人生中許多重要的階段、關鍵的時刻，都有護理人員的陪伴，可說是最貼近病人的醫療人員。也因為如此，護理人員可以體驗許多人生故事，這些生命經驗將會成為你們人生與專業成長的養分，希望你們能夠時時透過反省與思考，找到屬於自己的價值與信念，從中開拓出屬於自己的專業道路。

不管在臺灣或是國外，護理專業在全世界被高度重視，早期的傳統護理角色已經逐漸式微，如今的護理是一門高度的專業，更是醫療團隊中不可或缺的支柱。希望你們在高雄醫學大學護理學系的

培育之下，手握紮實的學理與技巧、胸懷溫暖的愛心與同理心、抱持樂觀積極的態度，將來成為一名專業的護理師。

最後，個人提出國家與社會對新一代護理師的期許，期待各位在大學生涯中被培養與激發未來用以專業照護個人、家庭或社區之關鍵能力，包含：自主學習能力、跨域合作能力、資通訊科技能力、創新創業能力、社會實踐能力、國際移動力等。換言之，護理學系的學生，配合政府長期照護政策發展，四年的學習過程需融入精準照護能力與全人化照護能力，以加值個人就業力與實務能力，有效提升個人未來的職場關鍵競爭力。



高雄醫學大學  
KAOHSIUNG MEDICAL UNIVERSITY

INSPIRE  
TALENTS

# 發覺問題、準備自己、迎接挑戰

高雄醫學大學護理學院 吳麗敏主任

今年因疫情，許多活動改變時間和方式，但是祝福的心不變。2020年也是一個特別值得紀念的日子：(1)護理鼻祖南丁格爾女士200歲冥誕(2)世界衛生組織將2020年訂定為「國際護理助產年(International Year of the Nurse and the Midwife)」(3)台灣因為新冠肺炎(COVID-19)被世界看到。



COVID-19肆虐全球，讓全世界看到台灣的醫療，亦凸顯護理人員在醫療團隊扮演著促進健康，預防和治療疾病等不可或缺的角色

。全球陸續發起向前線第一線醫護人員加油打氣的相關活動，機場檢疫、發燒篩檢站、住院隔離治療、居家防疫等，都有護理人員的角色，讓護理人員角色擴充至極致。今年台灣護理學會也將過去承辦「亞太地區護理研究會議(Asia-Pacific Nursing Research Conference, APNRC)」之經驗，擴大國際會議規模，特別規劃於2020年9月9-12日，與國際護理協會(International Council of Nurses, ICN)聯合舉辦「2020台灣國際護理研討會(2020 Taiwan International Nursing Conference Endorsed by ICN)」，大會主題為「護理師在全球健康的關鍵角色(The Vital Roles of Nurses in Global Health)」，因此9月台北將會有來自全球130多個ICN會員國，超過1,000名護理專家和代表與會，這也是身為護理人榮耀的一刻。

加冠典禮是護理系最具歷史和特色的活動之一。「加冠典禮」承襲南丁格爾的精神，傳遞著「護理薪火相傳、服務救人的精神」，同時代表各位即將進入人生另一個新的里程碑，更象徵你們已經「轉大人」邁向人生另一個新的里程碑，當然也意味著你們需要學習承擔責任和要務。因此加冠典禮傳遞的是一種精神，象徵著護理的傳



承，期望病患獲得最專業和人性的照護，同時也賦各位展現專業的態度，期待學生們能如同燭光般的發散光和熱，莫忘初衷。

希望各位在完善和優良的師資陣容下成長茁壯，每年護理系學會社團都會傳來捷報，榮獲 109 年社團評鑑優等獎，再次證明學系學生的優秀與不凡，希望同學可以不斷努力操越自己，持續自我成長和終身學習，希望今日妳以高醫護理系為榮，明日我以妳為榮目標前進。讓我們再次攜手，一起為護理延續神聖使命而奮鬥，最後祝福大家一定要堅持「莫忘初衷、擁抱理想、實踐夢想」。



# 勇敢的護理生力軍



總導師 曾惠珍 助理教授

躬逢其盛 COVID -19 疫情，我們能至病房參與基本護理學實習，加入醫療團隊照護病人的行列，惠珍老師在此稱讚同學們的心智是成熟的、有智慧的，實習生涯的起點在此有意義的一段時間，我們有最基本、踏實的防疫行為與經驗，讓我們在實習過程中能處於安全的學習環境。下列的實習小叮嚀，不妨思考看看：醫療照護是團隊合作的工作，當我有不懂怎麼處理病人照護過程時，記得請教有專業經驗的護理師與實習指導教師，病人的安全要排在首位思考，但也不必因此因噎廢食，機會是給準備好的同學。學習態度上要謙卑，我們的知識是有限的，以謙卑、嚴肅的態度去面對問題，不要逃避或輕忽，面對未來的大學生涯，可能有許多的挑戰和選擇，包括畢業後的工作抉擇，由於不知道、不確定，更能跳脫現有的框架，努力觀察、學習與應變。



護理工作於日後的生涯規劃選擇是非常寬廣的，護理師是照護病人的第一線，有這難能可貴使命的人，通常需俱備智慧、慈悲心與洞察能力。1854 年一位倫敦慈善醫院的護理長南丁格爾，分析許多軍事檔案，發現克里米亞戰役中，英軍死亡的原因是在戰場外感染疾病、在戰場上受傷後缺乏適當護理而傷重致死，當時她使用圖表說明這些資料的情形，極力向英國軍方爭取在戰地開設醫院為士兵提供醫療護理。於 1854 年 10 月 21 日南丁格爾護理長和 38 位志願護理人員到野戰醫院工作，因此大量減少英軍的傷亡。由於她們的貢獻，英軍士兵的死亡率從 42% 迅速下降至 2%，這讓護理人員社會地位與形象都大為提高，成為崇高的象徵甚至被喻為白衣天使。5 月 12 日是她的生日，也是我們護理師節的由來。

疫情期間，學校上課方式和人與人之間的互動有做微調，同學們適應得彈性自如，Good job!。而二年級下學期的課程和實習也在



大環境的危機中按部就班走過，就如商業周刊提到，危機最是練兵時，危機有時候是轉機，因為危機而日漸茁壯。躬逢其盛同學們開始步入護理專業的起點，或許身、心的調適五味雜陳，有人喜悅、有人不安，凡走過必留下痕跡，酸、甜、苦、辣的體會，盡情努力揮灑在人生最青春、精華的大學四年。



# 驚滔駭浪

上天完全是為了堅強你的意志  
才在道路上設下重重的障礙

——泰戈爾



# 面對疫情

N107 陳立昇

2019 年爆發了 COVID-19 的疫情，各地都有相當的疫情傳出，當然台灣也不例外，身為一個護理系的學生，雖然現在仍然只是一位小小的護生，不過幾年過後，我們也將投身臨床，在第一線面對這些現在令人為之害怕的病毒、疾病，成為守護台灣的第一道銅牆鐵壁。

我本身也在高醫附設中和紀念醫院的急診部打工，在急診我看到了醫院因應此次的疫情而建立的各種「關卡」，從篩檢到採集檢體到檢驗到診斷，我看到了一整個醫療團隊的團結合作和效率，真的讓我感到由衷的敬佩！醫療團隊們必須替病人採集檢體、照料他們的不適感、解決他們身上各種不舒服的症狀，而這一切過程必須穿上又悶又熱的隔離衣、戴上不透氣又不舒服的 N95 口罩進行，這些行為在旁人眼中可能認為：沒辦法，這就是他們的工作！但在我眼裡，這是何等偉大又無私的行為！麻煩自己只為了憑藉著自己的專業和技術無微不至地照顧一位陌不相識的病人，而又有多少人有如此的勇氣願意扛起這份沉重的責任？

希望經過學生時期鍛鍊的我在未來也能夠有如此大愛，即使現在對於臨床的種種事情依舊陌生，甚至對於自我的能力有所懷疑，但希望當下一次的疫情再度來臨時，我也有這般能力站在台灣醫療的第一線上，一同打擊我們所未知的病毒和疾病，守護台灣人民的健康和安全！





# 乘風破浪

人的生命似洪水在奔流

不遇著島嶼、暗礁，難以激起美麗的浪花

——奧斯特洛夫斯基



# 初入護理



N106 張簡岳庭

「余謹以至誠，於上帝及會眾面前宣誓…」，加冠全體同學一齊說出南丁格爾誓詞時，那幕的感動至今仍深深烙印在腦海之中。

猶記得大一剛進入護理系的我們，就像是初入叢林的探險者，一路上蒐集著通往護理界的鑰匙。基本護理學帶領我們進入護理的大門；解剖學、生理學等基礎醫學課程、就如同房子的地基，唯有打好基礎才可穩固的往上邁進。大一的我們對於護理這條路滿腔熱血，希望能趕快進入醫院的大門，服務人群。

進入大二的課程，打開了全新的一個章節。基本護理學及身體檢查與評估等課程，讓我們開始對「護理」有進一步的認識、也對真正進入臨床實習的那天充滿期待。基本護理學實習是我們第一次走出課本、面對真正病患及家屬的重要挑戰、開始實踐書中所學，一次次技術的操作促使我們從做中學，讓我們一次次的進步；透過實際與病人溝通會談，了解病人真正需要什麼，讓我們能滿足他們生、心理的需求，雖然基本護理學實習時間僅有十日，但也是確立我真正想走這條路的決心的關鍵。

大三的課程逐漸走向專業，產科、兒科、內外科就如同各式各樣的磨練在前方等待著我們。產科實習是充滿喜悅的一個科別，每天迎接新生命的誕生，讓我們更能了解母親實在偉大。兒科實習非常特別，我們面對的對象包含病童及家長，與病童間的互動最重要的就是建立關係，要以對方聽得懂的語言、詞彙進行對話，因應每個病童的特性及發展程度給予不同的溝通方式；每個孩子都是家長的寶貝，故與家長溝通時要更加注意使用的言詞，適當的給予支持。內外科又是另一門課題，我們開始深入了解疾病、真正的進行完整的照護，看著病人病況一天天的好轉，成就感油然而生；但過程中仍免不了面對生老病死的時刻，第一次真正面對臨終或死亡時，內心百感交集，只希望能夠在最後減少病人的病痛，能到另一個世



界更開心。

大三的這年有幸能獲選系上的優良護生實在是莫大的榮幸，起初對於護理這條路懵懵懂懂，只因為小時候常常住院，希望長大後能幫助更多人，所以選擇這條路。真正進入臨床實習後才可以真正了解到臨床護理人員的辛苦，面對不同的個案給予個別性的措施；面對問題時無所畏懼、當機立斷；適當的運用批判性的思考解決難題；透過臨床經驗及學術研究精進自我能力，期望在未來的路上能實踐所學、莫忘初衷、發揮自身最大的價值。



# 給自己一次不同的旅行


N106 李承修

在護理系的日子一轉眼也過了兩年半，從初出茅廬的大學生跨越成為在臨床上打轉的護生，在這段訓練的過程不知哭濕了多少個枕頭，只希望能夠說服自己是個勇敢且堅強的人。但要成為一位富有同理心且有智慧的護理師，並非自圓其說掩飾內心深處的軟弱就能夠完成，這是一段自我磨練的過程。我慢慢學會踏出舒適圈嘗試著與過往不同的挑戰，包括參與了系刊的編輯、大專生的研究甚至嘗試著到其他國家服務當地的居民等。國際志工對於我來說是一種另類的旅程，經歷了這次的服務，我並沒有轉變成為百分之百完美的人，但卻慢慢找到備受自己喜愛的形狀。

科技的便利使柬埔寨落後的村莊也能擁有智慧型手機，足以連結村莊外的世界，但這些物質的需求總是無法滿足他們擁有人性關懷的渴望，就如困在獸籠裡的動物看著外頭自由絢爛的生活，但卻觸不可及。這也是為什麼在那裏的小朋友性情有些野蠻和躁動，但他們是我從未見過純樸而且不怕生的屁孩們。


在課室可以看見大部分的小朋友對於英文都有興趣學習，多數的小朋友也會認真的抄寫筆記，但在遊戲中發現能夠理解的人真的是少之又少，程度落差之大。我時常在想這樣的教學對他們來說到底是助力還是阻力？然而，這六天在學校教學我才漸漸理解在出團前領隊曾說過的一句話：我們去教學的目的不是為了要改變他們，而是為了給他們關懷和陪伴。

教學是延伸出去的橋樑，語言不再是我們和小朋友的隔閡，透過教學我們彼此交流著各自的語言，和小朋友有了共通的話題；透過遊戲我們就像孩子王陪伴在他們身旁，一同學習一同大笑。而我也真的看見小朋友那真摯的眼神並伸手拉拉我的衣襪，只希望我們能夠再多留幾分鐘陪他玩耍，最後得到小朋友的笑容，我心中的滿足與溫暖是無法比擬的。身為溫室花朵的我沒有曾經被放棄愛的經驗，更不用說體會小朋友分離就再也無法見面那種百般交雜的心情，我唯一能夠理解的就是他們渴望有其他人的陪伴。



如今回到台灣，還記得每個夜晚團聚的時刻大家煞費苦心為隔天的教案編織出更完美的計畫，讓我看見每個團員們對於小朋友的熱情；還記得每一次的小活動大家不吝嗇地分享自己的想法，集思廣益後迅速的完成，讓我看見團隊的默契；還記得在和煦的夕陽灑落在整個大地，大夥坐在貨車的後斗一邊乘著涼風返回孤兒院時，我分享著第一天上課就被小朋友嚇的心頭涼了一大塊的故事，永遠記得領隊當時給我的鼓勵，就像突然吹來的微風，舒服也不失溫暖，打了個哆嗦，喚醒了受挫的自己，繼續一點一滴編織著勇氣。

還記得第一天到柬埔寨 Rainbow 孤兒院的夜晚，園長 Pean 問大家的一句話 ” Why we came here? ” ，在這之前我從來沒有認真的問過自己。但經歷過這八天有苦澀有甜蜜的回憶才了解，這次的旅程對我來說不只是成長，更多的是尋找到以前愛笑並樂於助人的自己，讓原本如同沙漠的人生，在腳下開出了片的綠洲。





# 流年似水

時光的洪流不曾停滯  
只願我們能留住燦爛的當下



# 北區迎新

N107 俞霆謙

大家好，我是北區迎新的總召俞霆謙，相信來參加北區迎新的學弟妹們對我還是有點印象的，簡單介紹一下北區迎新的用處，辦北區迎新的用處是，讓北部人有提前認識高雄醫學大學護理系的機會，想當初我進高醫護理前，我也是根本不熟悉去高醫要帶什麼、要注意什麼、交通情形如何、吃的要怎麼找…等等的問題，對一個沒有離開過家鄉的人來說，離鄉背井是一件很恐怖的事情，要開始獨立生活。

而北區迎新就是解決這些疑難雜症問題的地方，同樣來自北部的學長姐，透過北區迎新來回答問題，並且介紹高醫的活動、社團，讓學弟妹對高醫護理不那麼陌生。當然，我們不能只是單單聊天這麼簡單，還準備了簡單的小遊戲增進學弟妹、學長姊的互動，讓他們對學長姐有親切感，再來一邊享用美味的食物，一邊聽學長姐分享大學的活動，使他們對大學更有憧憬。

而我選擇當北區迎新總召的原因很簡單，因為參加完上一屆辦給我們的北區迎新後，我對這個活動很有興趣，很樂意分享我在上大學前的問題、上大學後得到的答案。不僅如此，我還喜歡交朋友，透過迎新活動，我還沒上大學前就認識了朋友，這讓我開啟了我的大學之路，正所謂：「出外靠朋友」，有了朋友不僅能更快適應大學的生活，也好讓自己找一個出門吃飯的理由。

相信這個活動是給大家歡樂的、給大家得到答案的，如果可以的話，其實我還想繼續參加北區迎新，有好吃的又有好玩的，沒什麼理由不去，希望這個活動能一直延續下去。

# 中區迎新

N107 洪佳雯

經過舉辦這次的活動，讓我們兩個負責人學到很多，像是如何在這麼多的餐廳、咖啡廳中尋找合適的地點，整個中區這麼大，一定要找交通方便的地方，才不會讓學弟妹很難抵達。還有很多的事前準備，像是活動申請以及撰寫活動企劃書還有宣傳的文案以及文宣海報、店家聯繫、確認菜單、設計滿意度表單等等。很多突然的因素，都會容易使這個活動有很大的變數，像是天氣。最令我印象深刻的就是活動當天早上突如其來的天氣預報，豪雨特報！因為是第一次舉辦活動，面對這個豪雨特報其實有點措手不及，面對學弟妹詢問是否迎新照常舉行，我們負責人之間也討論了很久，因為面對這種決定，其實很困難，除了要考慮學弟妹在這種天氣下出門是不是安全的，還有取消活動的話要如何再擇期舉行，但後來我們還是決定活動照常舉行，幸好當天的天氣並沒有下雨，還出了大太陽，第一次舉辦的活動也算是順利落幕，圓滿解決突如其來的問題。這次的活動讓我發現要如何和學弟妹聯絡也很重要，不管是聯絡的方式，還有聯絡的時間，因為在知道新生名單後的6天就是中區迎新，我們只有短短的時間能聯絡學弟妹，要如何在一通電話或是一封簡訊中，就將所有有關迎新的資訊都清楚地轉達，這也是我們這次學到很多的地方。



# 南區迎新

N107 林滄瑜

這是我第一個當總召的活動，當時接下時沒有太多的想法，因為去年的南區迎新由於颱風所以沒有辦成功，我沒有參加的經驗可以當作參考去模仿或是創新。但我和我的副召討論過後決定用茶會的方式來舉辦這次的南區迎新。既然是茶會，就比較注重聊天，於是在找工作人員時就偏向找系上比較活潑及外向的同學，當然最後也有比較內向的同學來幫忙，我們就採用兩兩一組的方式解決可能有人無法單獨和學弟妹聊天的困境。當天大家在前置作業時，無論是採買跟內場布置其實都蠻順利的，但也有一些小事故發生，像在準備背景音樂時，發現音源線接觸不良，因此無法外接電腦來播放，想說要直接用學校電腦用時又發現電腦沒網路，幸好我們有人有帶隨身碟，最後採用將歌曲下載下來。在玩小遊戲時，懲罰為自我介紹，有個學妹可能是太緊張，拿起麥克風要講話時流下眼淚。造成主持人有點尷尬，主持人讓她去休息後，我馬上去找了那位學妹，詢問她是否是主持人嚇到她，她的回答是因為自身對這麼多人的環境就有些恐懼，又要在這個環境自我介紹，太過於緊張。最後等她情緒稍微平復才讓她回座位去，繼續和同學聊天。這次的活動中我有放入接下來系學會的活動宣傳，這些活動的參加人數也有因為南區迎新的宣傳而增長。整個活動流程很順利，也看見很多學弟妹在互相分享社群網站、交換聯絡方式等，達成了迎新最主要的目的。在回饋表單中有學弟妹寫到說「很期待往後的活動」。讓我感到很开心很感動，這表示這個迎新讓他們很喜歡而且讓他們有想繼續參加系上辦的活動。無論在活動準備期還是過程中，我的工作人員們都很樂意幫忙每一件事，在分配工作時也很順利，很感謝他們在暑假期間還願意來幫忙新生迎新活動。因為有他們南區迎新才能這麼順利的結束。辦完南區迎新才知道原來辦一個活動有多麼不容易，從前置作業的執行到當天活動的掌控、如何推動一個活動的進行、主持會議等等皆是新的收穫，這些都將成為我的能量，一直不斷的累積，讓自己變成一個更有能力的人。

# 新生家長座談會

N107 陳立昇

新生暨家長座談會是系學會的第一個重要的活動，不僅僅是和 N108 的學弟妹們的第一次見面，也是讓各位老師們看到 N107 系學會的做事態度。其中要特別感謝惠珍老師在過程中不斷叮嚀我們什麼小地方要注意，也要謝謝學長姐們不厭其煩地解決我們提出的怪問題，還有其他系上的老師們協助我和家慧處理大大小小的事情，讓我們從排定流程、聯繫師長和貴賓、聯絡學弟妹們以及家長們都沒有遇到太大的瓶頸。

而其中也要特別特別感謝自己同屆的同學們願意在忙碌宿營的同時站出來幫忙這個活動，給系上老師、學弟妹們、家長們一個最好的交流空間、時間。即使細節上的安排上仍有許多的瑕疵，有許多人力仍然是當天才安排上去的，也很謝謝參與的各位給我最大的包容和信任，看見大家結束後如釋重負的表情和心情後也覺得：是的 N107 系學會正式開跑了，這只是第一個挑戰，爾後還會有更多更多的事情要忙呢，加油！

除了感謝師長和同學，也要特別謝謝當天與會的家長們和學弟妹們，相信經過這場座談會後，學弟妹們一定很期待自己未來四年的進展，能夠在護理系上學到什麼，能夠在高醫這個校園內探索到什麼！

在活動結束後也有許多師長、家長、新生及工作人員也都在回饋單中提出不少意見以及想法，而這些都是使我們系學會舉辦活動時前進的動力，也讓我們能在未來大大小小的活動中更能注意一些小細節，使之後的活動都能夠完美。

# 直屬制服趴

N107 戴宗謀

直屬制服趴為我上大二後第一次擔任總召的活動，回想起來籌備時十分迷茫，人力的招募、活動的規劃、物品的採買、文案的處理、直屬鍊的調查、活動的宣傳、活動流程的控制……等等，無得以馬虎之處，在副召心緹的協助下，屢次緩解了我當時焦慮的心情，在規劃的過程中提供沒有考慮到的因素，以及在百忙之中處理自己較不擅長的部分，也在此分工合作下，得以使活動得到亮眼的回饋。在此活動中，令我學習到團隊的組織，如何組織一個工作團隊，透過分工讓活動更加完美，此外在「時間管理」這項大學必修的課題上，更加有所認知與體會。而在籌辦直屬制服趴中，對於本系系學會除了更有好感，也更加了解系學會的重要性，一個小活動，藉著同學的協助，幕後的系學會更是囊括所有的籌辦、後續成果，身為系學會活動長的自己，在這次直屬制服趴的辦理中，著實讓自己成長了許多，也期待未來學弟妹籌畫的活動都能為本系留下美好而深刻的回憶，將這樣的態度一屆傳一屆，並且學習不同的處事態度，這或許就是辦活動的意義吧！

而對於本次的活動檢討，由於本屆人數較多，因此將有少數無法擁有直屬的大二生，回想當時，眼看大家與直屬相認的喜悅氛圍，那時的我幾乎目光都在當日沒有抽到直屬的同學們，雖然與學長姐還是嘻笑著但失落感多少還是看的出來，那畫面至今彷彿歷歷在目，當下令我非常無能為力，雖說有人會無直屬是必然，但在球籤大小仍有不完美之處，活動結束後自己也私下詢問了落空的同學，雖然得到一些鼓勵，多少還是有點無奈，也在第一次的活動籌辦中有了印象深刻的感受，期許往後的活動以及之後的制服趴都能有更完美的成果，也希望自己在未來能夠接觸更多不一樣的事物，得到不同的觀點。





# 守護疑線生機

N107 陳立昇

一開始得知要接下宿營總召這個職務的時候覺得一定是個苦差事，要當個黑臉的壞人之外還沒辦法學到什麼東西，再看著上一屆學長姐辦的宿營活動那麼成功，就覺得壓力更大了。後來自己實際開始運作之後，才發現到原來有好多的東西是真的當自己碰到各個情況時才要開始去學習如何解決的，漸漸的我也開始知道領導者的重要性、協商溝通的技巧，一開始和兩位副召窩在小小的電梯間到最後兩系的總副召、幹部們一同在群組裡做事情，我慢慢的才意識到即使自己在腦中構想的再怎麼完美，仍舊有許多的事情、細項是我們沒有注意到的，而其中更要隨時注意還有哪些事情是未完成的，不論是小事情或是大事情都常常在我腦中迴盪著，那時候可以說是草木皆兵，手機一個震動可能就有任何變動、急事。不過也謝謝所有的幹部以及其他總副召們的努力，謝謝有你們，我們才能夠一起將大事化為小事，小事化為無。

之後整個宿營團隊壯大起來，我們一起去場勘、一起決定所有大大小小的事情，也非常感謝大部分的團隊成員都願意配合我們的營前訓時間，不論外面天氣如何都和我們一起為這個活動努力，不斷的在討論中和實際演練中修正每一次出現的錯誤，讓這個活動更完美、更順暢。更要謝謝每位願意提出意見給予指教的人和學長姐們，有了你們的意見，我們才能夠及時修正每個錯誤的地方。開學之後，更是非常感謝大家願意空出一個空閒的週末給這個活動進行最後一次的驗收，讓我們能夠給接下來正式的營期一個交代，更是最後一次檢視自己這幾個月以來籌辦這場活動的成果。

整個營隊從籌辦到結束真的要感謝的人太多了，真的謝謝你們，回想起來會是個美好的回憶，遇到了許許多多有趣的人，也發生了不少爭執，但是在我們大學美好的時光裡，似乎不應該少了這段又甜又苦的時光呢！



# 系野餐

N107 戴宗謀

本次系野餐是這學期以來第二次擔任總召的活動，期間也參與了南區迎新、直屬制服趴以及宿營等活動。雖然說辦活動確實辛苦，而且又會犧牲掉多時間，無法回家、做自己想做的事情，有時常常會想：「早知道當初就不要接活動長了」，但漸漸的會發現，自己嘴上這樣說，籌備時越接近活動的到來，越會全心全力的投入，為了想要把他辦好。在辦活動的過程中，讓我學習到如何用溝通技巧委託他人，必須說這真的非常重要，有了這一點讓我在辦事上更加順利，我想將來也會對自己非常有幫助，除此之外也讓我學會分工，我自己有個壞習慣是常常把事情往自己身上攬，而且又有點完美主義導致自己容易操心，在系野餐籌備中，也多虧了朋友讓自己不那麼操心，真的很感謝這次的所有工人，最主要是因為宿營結束後系上同學多無意願參加活動，而且在活動當天的隔週禮拜一剛好要考試，因此在找工人的過程非常的困難，所幸最後還是有大家的協助，並且在系野餐中將自己的分內之事處理的非常好，系野餐的成功真的很感謝參與的每一位人員。很開心擔任系學會活動長，辦活動大致可以告一段落，學到的是事物遠超過辛勞，最後謝謝一路幫助我的每一位同仁，謝謝他們為系學會的付出。而本次檢討中，較不理想的是音響設備的限制，由於活動場地無法使用麥克風設備而以大聲公代替，但效果仍不好，雖然之前便已知道設備的限制，改進的方法可能就是另外找其他活動場地或者是跟管理處多協調。



# 聖誕趴



N107 趙壬綺

大學生涯中，在這次接下活動總召以前，我僅當過一次活動組組頭，第一次擔當統籌活動的角色，我不免得有些戰戰兢兢。我不能稱這次活動辦得很完美，有許多不盡人意的地方，雖然如此，我認為這個活動對我來說幫助甚大，讓我在籌備的過程中學習了很多、也成長了很多。

在活動準備前期，我一直都處在一個茫茫然不知所以的狀態，不是非常清楚自己應該怎麼做，加之又和系上的另外一個活動有所重疊，導致我並不能很好的掌控狀況，亦和外系出現了不少問題和摩擦。但幸好和我接洽的外系負責人對舉辦活動已經十分有經驗，做事情也非常有條理，他們提供給我們不少幫助，我也從他身上學習到了如何去統籌活動；同時也慶幸護理系這邊，我的夥伴們都是一些做事態度認真負責的人，幫我分擔了不少壓力，也時常會為活動提出一些有用的建議。不敢說自己多麼認真負責，但多虧了這群願意來幫忙的工作人員，支撐著這整個活動的籌備。

進入到活動中後期，我認為我們持續有在面對的問題是：如何與外系做好溝通？由於我們兩系對於活動的辦理方法，上至風格形式，下至分工內容都十分不同，常常一件事情，雙方的定義各有所異，於是乎互相溝通理解就成了最大的課題。我並不是一個很會講話的人，與外系也有產生不少誤會的時候；在這個過程中，我學習到：不管是多小的誤會，都一定要跟對方好好講開，有時候事情不盡然是你理解的那樣，不能只依照自己片面的想法就下定論。溝通是一座橋樑，能連結兩片截然不同的地區。這次我最不足的點，也是我在此次活動中學習得最多的地方。

另外，我也非常感謝這次有參與表演的學弟妹，我知道他們為了這次活動付出了許多時間和努力，從零到當天在舞台上讓人喝采



連連的表演，真的進步了很多，看到大家都能在舞台上發光發熱令人感到十分欣慰。他們也從一開始常有溝通的問題需要我們協助，漸漸變得能夠獨當一面處理許多問題；可能在這次的活動中，有我思慮不周，讓他們受到委屈的地方，但希望這次活動，能讓他們有所學習成長，並從我們的錯誤中學習如何將下次活動辦得更好。

令我印象猶新的是，當天在活動的尾聲，攝影師在台前替所有活動的參加者拍了大合照之後，不知是誰率先喊了一句，活動結束了，大家辛苦了！當時我一瞬間被眼淚模糊了視線，那個當下真的很感動，看著我們努力去辦的活動終於結束、迎來尾聲，雖然不能讓所有人都滿意、雖然還有很多不足之處，但我真的認為這次活動是我大學生活中一次十分寶貴的經驗。

# 大護盃

N107 林家慧

這是我第一次擔任大型活動的負責人，雖然這次大護盃主辦並不是由高醫護理系負責，相對來說，我的職責也就少了些，只需要當本系與其他學校護理系之間的橋樑即可，在準備的過程中，有許多前置作業要進行，像是各系隊的報名、各校的代表參與領隊會議、比賽順序的抽籤、申請補助經費等事項，都是我在這次活動中所參與的，在報名這次大護盃的過程中，要先感謝各系隊的隊長幫忙整合各系隊的球員資料，讓我能在期限內將大家的報名資料繳交到主辦單位，此外，填寫活動申請書也是一項重要的事，除了要自己列活動流程之外，還需要評估預算表，在列預算表時，因為這次大護盃的舉辦地點在高雄，所以住宿費和交通費直接省了下來，所以在預算評估上沒有什麼太大的問題，整體的籌備經過都還蠻順利的。

雖然中途有受 COVID-19 的影響，有停辦或延期的可能，但後來還是決議舉辦，畢竟，一年一度的大護盃，是展現系隊練習的成效之一，很多的球員都是透過大護盃和外校生一同比賽，一起習得球場上的經驗，這樣的活動要是延期或停辦，對許多人來說都會相當的不捨，在活動的三天中，因為事前先透過各系隊隊長加強宣導場內應該要注意的防疫事項，所以活動時，防疫措施的施行也相當流暢，此外，除了要實施防疫措施之外，還要提醒各系隊隊長午餐收據要記得打統編，還要關心各球員有沒有受傷，適時的給予他們相關的救護站和保險資訊，活動結束後，核銷預算也是重要的事情之一，除了要和主辦單位聯繫保證金的退款之外，還要和各系隊隊長一起合作，用學校給予的經費核銷餐費來補助報名費。

這次的活動能圓滿成功，都是多虧了各系隊隊長的努力，也要感謝在我活動申請書想不出來的時候，一路上幫忙我的人，這次的籌備對我來說，學習了很多新的東西，像是如何扮演好一個橋樑聯繫主辦和各隊隊長的角色，以及如何申請活動，如何總結活動成果，如何核銷經費都是我所學到的。


# 護理之夜

N107 杜靜玟

今年對於全世界來說是很辛苦的一年，每個地方都因為武漢肺炎疫情提心吊膽，本學期開學沒多久因為疫情關係，我們把活動都取消，但由於護理之夜是護理系很重要的活動，所以我們盡可能的爭取舉辦的權利。

護夜的日期上學期就先確定了，真正的籌備從下學期開學後開始。那時候台灣確診人數大約十五人左右，我們向學校提交活動申請時，老師告訴我們：「現在先讓你們通過這個活動，但如果未來疫情加重，還是要按照學校的規定，可能會取消。」從那天起，我們天天關心疫情變化，關注時中的演講，只希望台灣加油，並且在防疫措施盡力完善後能順利舉辦活動。我們向大一的學弟妹宣傳護理之夜的時候，也一併告訴他們活動的成功性不一定，但由於那時的疫情還不是特別嚴重，我們都認為順利舉辦的可能性很高，也按部就班的在驗收、開會、練習。等到三月多，境外移入個案一直往上漲時，我們才意識到護理之夜或許已經不能舉辦了，但由於對護夜的希望，我們在工作人員群組開了投票，決定繼續辦理護理之夜，並且盡可能的事先預想我們能做的防疫措施，比如梅花座、填 TOCC 表單、進場戴口罩噴酒精量體溫等等。學校防疫會議在四月九號公告了風險評估表單，有一項以上的高風險項目則活動不可辦理，而護理之夜因為表演場地座位太擠和參加人數過多而有兩項高風險項目，勢必無法舉辦。知道這個消息的時候，我很錯愕，但也放心了。很心疼為了護夜辛苦練習的表演人員，花費那麼多課餘時間準備的演出，卻沒有舞台讓他們展現。但也鬆了一口氣，不必為了護夜該如何防疫而整天提心吊膽，生怕哪個項目沒做好會群居感染，害同學無法實習無法上課。

本屆護理之夜是延期還是完全取消還都不確定，希望不管最後的決定是什麼，大家都可以欣然接受。若是延期舉辦，我們會根據疫情狀況盡力做好防疫；若是停辦，我們會協助下一屆學弟妹辦理他們的護理之夜。



指導老師：

李碧娥院長 吳麗敏主任

曾惠珍老師 劉怡老師

主編：

陳雨琳 蔡晏平

美編：

陳品涵 黃祐瑄

